

**TÍTULO: ANÁLISIS DE LOS EFECTOS DE LA CONCENTRACIÓN EN EL TIRO  
LIBRE EN BALONCESTO**

**AUTORES: Rodríguez López, Á.<sup>1</sup> & Sáez Rodríguez, G.<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universidad Complutense de Madrid; anrod20012000@hotmail.com

<sup>2</sup>Universidad Alcalá de Henares; g.saez@uah.es

## ANÁLISIS DE LOS EFECTOS DE LA CONCENTRACIÓN EN EL TIRO LIBRE EN BALONCESTO

RESUMEN: En el baloncesto, la capacidad de concentración es clave para conseguir altos porcentajes de tiro. Existe, sin duda, un tipo de tiro que requiere, si cabe, más concentración que el resto, y es el tiro libre, dada la ausencia de contrarios en juego y la posibilidad para el jugador de concentrarse al máximo, a pesar de que existen distintos factores de distracción que no estarían presentes en un entrenamiento y sí que lo están durante un partido. El presente estudio intenta determinar de forma sencilla la influencia de la concentración en el tiro libre, comparando los porcentajes obtenidos por diez jugadoras en tres situaciones: entrenamiento en solitario a puerta cerrada, entrenamiento con compañeros y partido. La conclusión es que la concentración disminuye de forma clara durante el partido, y que por tanto se debe trabajar más en este aspecto.