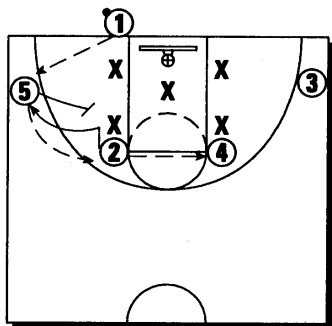
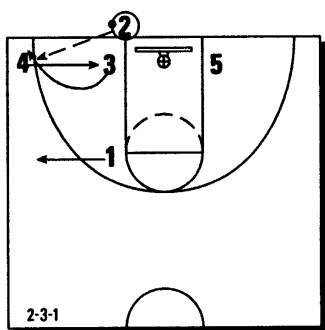


DIAGRAMA 9-27



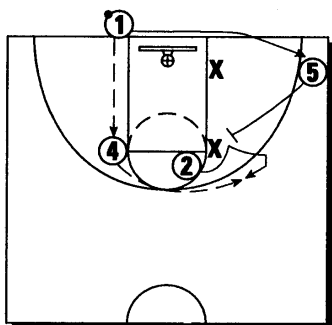
Contra una defensa en zona podemos usar la jugada «24 débil». Es un poco distinta. Por lo general, contra una defensa en zona debemos sacar de fondo a 5, quien luego pasa a 2 en el *área de recepción*. A su vez, 2 pasa a 4, y 5 realiza un bloqueo al hombre situado más arriba en la zona. Finalmente, 2 se abre al perímetro.

DIAGRAMA 9-28



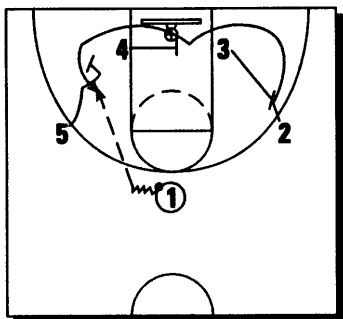
El defensor en la línea de fondo de la zona tiene ahora que marcar a 1 y 2. En cuanto a 4, pasa a 2, quien puede pasar a 1.

DIAGRAMA 9-29



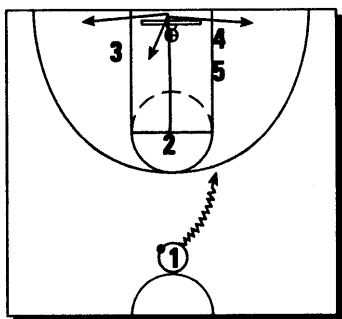
Podemos poner en práctica la jugada «42 contrario» contra una defensa en zona de la siguiente manera 5 está en la esquina opuesta del perímetro; 1 saca de fondo a 4; 5 gana la posición con el cuerpo al hombre más arriba en la zona; 1 acude a la esquina contraria cuando 2 sale del bloqueo de 5, y 4 pasa a 2, quien puede pasar a 1.

DIAGRAMA 5-8. JUGADA PARA EL ESCOLTA



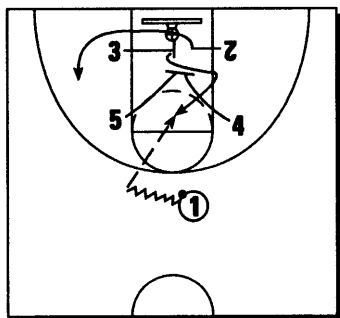
Es una jugada para un jugador de gran potencia. En ella 2 aprovecha tres bloqueos; 3 realiza un bloqueo ciego y crea la posibilidad de un pase bombeado; 4 cruza la zona y realiza otro bloqueo mientras 5 hace el tercer bloqueo, y 1 pasa a 2 para que tire a canasta o penetre.

DIAGRAMA 5-9



Sitúa a un buen escolta en la línea de tiros libres. Envía a 2 por el pasillo central hasta la línea de fondo y haz que cuente con la ventaja de un doble bloqueo a un lado, o un bloqueo sencillo en el otro, eligiendo el lado en función de lo que haga el defensor.

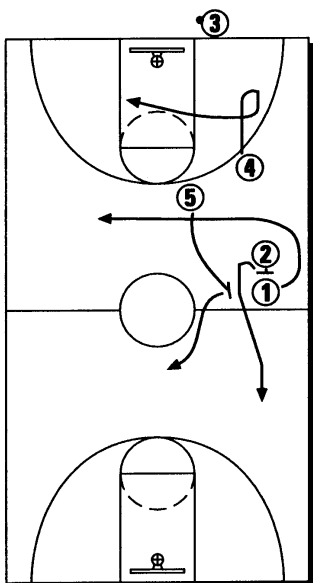
DIAGRAMA 5-10



Para el alero o alero anotador. El alero 3 cruza la zona y realiza un bloqueo a 2, si bien se trata de una *maniobra de despiste*. Entonces 4 y 5 realizan un *doble bloqueo en el poste bajo* para 3. Esto en apariencia parece una acción, pero se traduce en otra acción distinta, y ello es bueno. El base 1 debe mirar a 2, pues éste tal vez esté desmarcado.

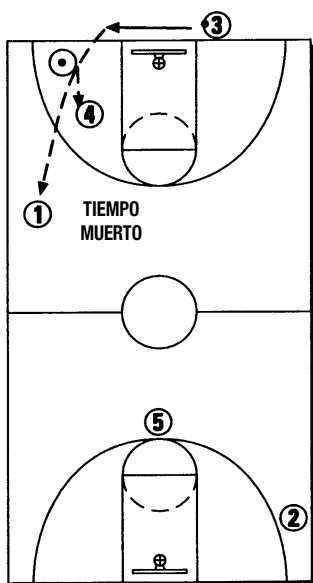
JUGADA EN TODA LA PISTA: PEDIR TIEMPO MUERTO EN EL MEDIO CAMPO

DIAGRAMA 15-34



Aquí 4 se acerca a por el balón, pivota y corta hacia la zona cruzándola. Mientras, 2 y 5 bloquean a 1, y luego continúan con rapidez hacia la zona de ataque. A su vez, 1 sale dando un rodeo del doble bloqueo, rompiendo con rapidez hacia el lado opuesto.

DIAGRAMA 15-35



Si 3 pasa a 4, 4 se orienta rápidamente y mira hacia la banda para pasar a 1, y 1 recibe el pase y al instante pide tiempo muerto.

TIROS EN LOS ÚLTIMOS SEGUNDOS



NANCY FAHEY

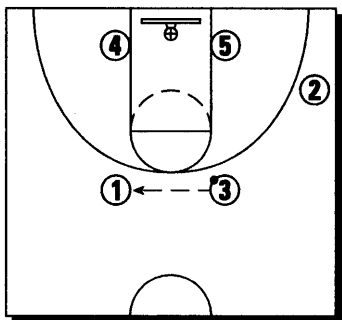
Las razones por las que los entrenadores se plantean tantas preguntas sobre los tiros a canasta en los últimos segundos son las variables en juego. Es grande la diferencia si quedan 10 segundos o si restan 5. ¿Quién tiene la posesión del balón? ¿Cuántos tiempos muertos te quedan? ¿Juegas en casa o en cancha ajena? ¿Cómo se está arbitrando el partido? Es decir, NO hay una fórmula única para estos casos. Lo que brinda ventaja es *prepararse* todo lo posible para minimizar el impacto de esas variables. No asumas que se produzcan a menos que las pongas en práctica.

En los entrenamientos abordamos a diario alguna situación. Cuando juegues, debes saber cómo reaccionan los jugadores, y debes conocer también la jugada que vas a poner en práctica en cada situación. Tu equipo debe estar asimismo al corriente de ello. Sabes quién quiere asumir la responsabilidad de llevar el balón en situaciones de presión y quién no. Por tanto, sabes que si el ataque no funciona, el equipo por lo menos estará preparado. Es un consuelo.

COSAS QUE PUEDEN HACERSE EN LOS ENTRENAMIENTOS

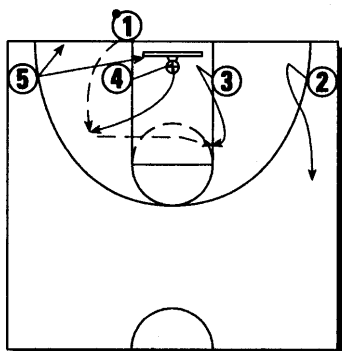
- Usa el reloj. Reproduce situaciones de juego con el marcador en la pizarra. Muchos jugadores no tienen asumido el concepto de la duración de cinco segundos. Los que sacan el balón de fondo deben tener clara la noción de cuánto duran cinco segundos y de que sólo pueden pedir tiempo muerto durante los primeros tres segundos.
- Emplea distintas combinaciones de jugadores en los entrenamientos. No elijas siempre a los cinco mejores jugadores. ¿Qué ocurre durante un partido si uno de estos jugadores ha sido expulsado por faltas personales?
- Crea una situación competitiva mediante recompensas y castigos. No seas siempre el malo de la película. Haz que los jugadores decidan el castigo. Yo suelo preguntar: «Ganadores, ¿qué queréis?». Tal vez opten por beber agua. Luego pregunto: «Perdedores, ¿y vosotros?». Optarán por algo fácil. Entonces pregunto: «¿Es ésa la confianza que tenéis en vosotros?». Ahora responderán algo más significativo. Eso les enseñará a mejorar.

DIAGRAMA 9-3



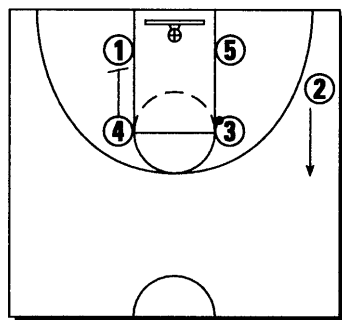
Nuestro 3 pasa entonces a 1, quien busca con la mirada a 4 o 5. Hay tres opciones. El *corredor del corte shuffle*, el *base* y el *pase interior*. Todo jugador puede asumir cualquiera de estas posiciones.

DIAGRAMA 9-4



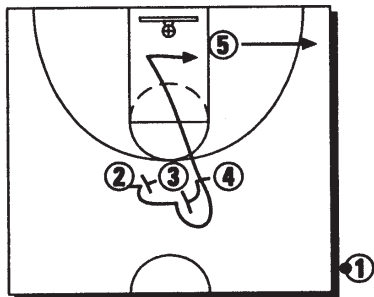
Si queremos aprovechar un *corte shuffle* al jugador interior, decimos «43 fuerte». Eso significa que 4 recibe el pase. El pivote (5) estará en la esquina del perímetro del lado fuerte. El hombre de perímetro que no participa en la jugada estará en la esquina contraria (2). Los jugadores 4 y 3 se mueven por la línea de fondo; 4 se va a la esquina de la botella para recibir el pase, y 3 sale disparado a la otra esquina de la botella para recibir el pase de 4. Cuando 4 pasa a 3, 5 realiza un *corte shuffle* sobre 1 que acaba de entrar en la pista.

DIAGRAMA 9-5



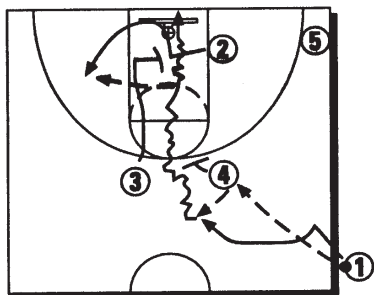
El jugador 4 acude al poste bajo para hacer un bloqueo a 1, que realizará un tiro en suspensión.

DIAGRAMA 2-19



La última jugada de saque de banda que voy a describir se inicia con 2 en la cabecera del perímetro, y 3 y 4 a su lado para hacer un bloqueo doble. El pivót 5 está situado en el poste bajo del lado fuerte, mientras que 2 sale del bloqueo entre 3 y 4 y entra por el pasillo central para remplazar a 5, que ha cortado y se abierto a la esquina del lado del balón.

DIAGRAMA 2-20



Nuestro base 1 pasa a 4, que le devuelve el pase en la parte superior del perímetro. En el momento de pasar a 4, 3 penetra a canasta y bloquea a 2. Al dar el pase de vuelta, 1 y 4 realizan el bloqueo inverso y continuación. El base 1 tiene ahora opción de un tiro desmarcado, de entrar a canasta o pasar a 2, que sale del bloqueo de 3 para desmarcarse y tirar.

El último aspecto que quiero tratar es una gran jugada de ataque contra una caja y uno o un triángulo y dos. Vi al equipo brasileño femenino ponerla en práctica, y lo hacían a la perfección. Se trata de un equipo muy fuerte y seguro. Practicaban este ataque para su gran jugadora Hortensia, quien encestó ella sola 32 puntos contra el equipo femenino de Estados Unidos mediante este ataque.

Cuando juegues contra una caja y uno o dos triángulos, pon siempre el jugador que se va a destacar en la línea de banda. El pivót y el alero anotador se sitúan en el lado de la banda en que está Hortensia. La mejor manejadora de balón está en la cabecera del perímetro. La quinta jugadora se halla en la esquina contraria al perímetro del triple. La opción que tienen es:

TIEMPOS MUERTOS



HUBIE BROWN

Recientemente, participé en el curso intensivo *Final Four European Clinic* en España, donde todo se lleva a cabo en la misma cancha de baloncesto. Veinte países y 750 entrenadores estuvieron allí. Cuando concluí la parte del curso que me correspondía, me pidieron conceder una entrevista para la mejor revista europea de baloncesto. Al final de la entrevista, pregunté al periodista cómo había ido el curso. Dijo que era un buen curso, pero que tal vez había hablado a los entrenadores sin mirarlos. Como había mostrado en la práctica lo que exponía, le parecía que algunas cosas sí habían calado entre los asistentes. Eso es lo que voy a hacer aquí. Voy a ofrecer os mucha información y mucho en qué pensar. Espero que se os quede algo de lo que vais a oír sobre vuestro papel como entrenadores. Vamos allá.

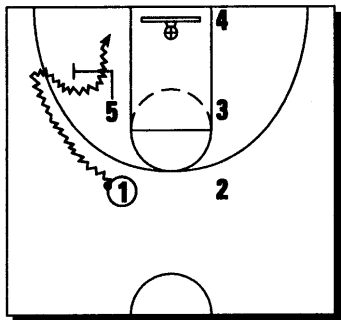
¿De qué hablar durante los *tiempos muertos*? Partido del Syracuse contra Arkansas: un hombre aterriza en el suelo para recuperar un balón para el Syracuse y decidir la suerte del partido. Un jugador del Syracuse pide tiempo muerto, pero a su equipo ya no le queda ninguno. Lo mismo sucedió en el partido del Michigan contra el North Carolina en la Final Tour hace varios años. En un partido del Big East entre St. Johns y Georgetown y en un partido de la ACC entre Florida State y North Carolina también pasó lo mismo. Los árbitros pitaron falta técnica en los cuatro partidos porque un equipo pidió un sexto tiempo muerto, y en los cuatro casos, el equipo que pidió el tiempo muerto perdió el partido.

Sufrí la misma *humillación* jugando con el Niagara en 1954. Transmitido por la televisión nacional, pedí un tiempo muerto cuando ya no me quedaba ninguno. Sé el dolor y la humillación que experimentan los jugadores en estas situaciones. Probablemente, la pregunta más complicada que me hayan hecho en un curso fue en Irlanda. Una monjita anciana asistió a este curso y durante la sesión de preguntas y respuestas, levantó la mano y preguntó: «Olvidemos todo lo de las X y O, ¿qué le dice a las señoras y chicas cuando pide un tiempo muerto?».

En un tiempo de carácter defensivo tratamos lo siguiente:

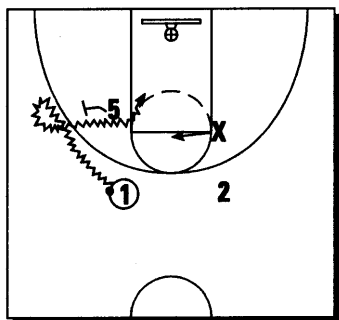
- ¿Quién es el mejor reboteador ofensivo del otro equipo? Olvidad su jugada; si tiran a canasta y fallan, ¿a quién nos interesa mantener alejado de los tableros? Hemos enseñado a todos nuestros jugadores a llegar a la línea de fondo, debajo del aro y a correr de nuevo al otro lado de la cancha. Debemos asegurarnos de que esto no nos ocurra.

DIAGRAMA 5-5



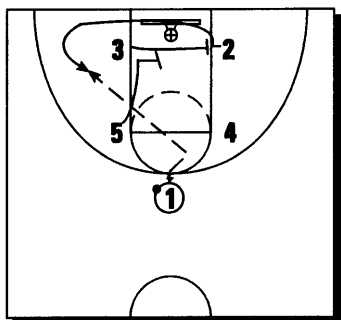
He aquí otra jugada para el primer base. El pívot 5 es el mejor bloqueador. El base 1 avanza driblando por la banda izquierda del perímetro para entrar en la zona de dos puntos y penetrar con un cambio de ritmo y dirección usando el bloqueo directo de 5. Finalmente es 5 quien realiza la continuación.

DIAGRAMA 5-6



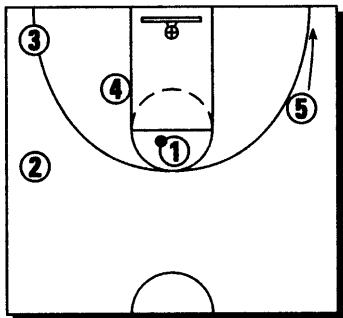
Muchos jugadores esperan demasiado para dar el pase a un jugador desmarcado. Y debes asumir que el defensor de 2 realizará una ayuda para evitar la penetración. El defensor te dejará hacer el pase a 2. Demasiados jugadores esperan hasta tener al defensor delante de sus narices. No esperes. Da el pase cuando el defensor esté todavía dos pasos atrás.

DIAGRAMA 5-7



He aquí una jugada para el segundo base o escolta. Cuando emplees esta formación, siempre pon a los mismos jugadores en el mismo lugar. Mantén la simplicidad de la acción. El alero 3 cruza la zona restringida para realizar un bloqueo a 2. Entonces 5 se interna en la zona para hacer un segundo bloqueo y 2 sale pegado al *doble bloqueo consecutivo*. Los defensores pueden sortear un bloqueo, pero no dos.

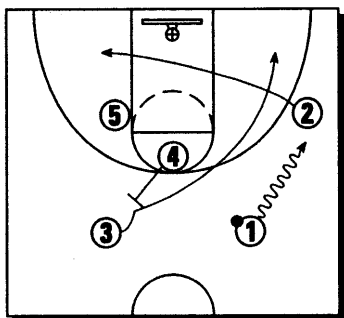
DIAGRAMA 6-3. NUEVA ALINEACIÓN



Luego añadimos un dríbling. Quien tiene el balón hace dos dríblings, y quien no lo tiene debe lograr ir por delante del balón. Si no estás por delante de él, no es un contraataque. Quien maneja el balón sólo hará dos dríblings.

TIRADORES RÁPIDOS. ATAQUES POSICIONALES

DIAGRAMA 6-4

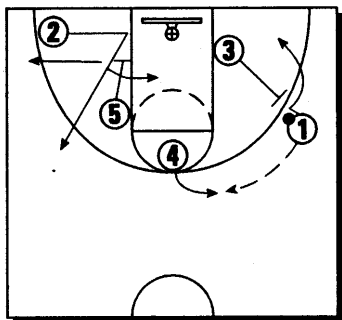


El base 1 se acerca dríblando a 2 y busca una posible puerta atrás para 2 si le anula el contrario en el ala. El jugador 2 corta por la zona hacia el lado débil.

Mientras 1 avanza dríblando hasta el ala, 3 realiza un corte *shuffle* sobre 4 buscando una posible entrada a canasta o tratando de ganar la posición en el poste bajo.

Tras el corte, 4 se desmarcará y saldrá a la cabecera del perímetro para recibir el pase.

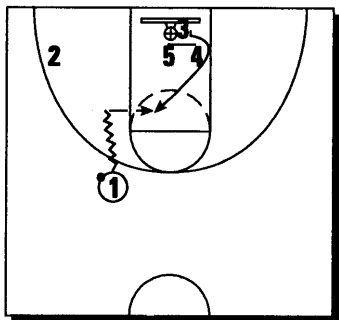
DIAGRAMA 6-5



Al pase de 1 a 4 que se ha abierto, 5 baja al poste bajo a realizar un bloqueo a 2. Éste llevará a su par a lo largo de la línea de fondo y leerá la salida del defensor del bloqueo en el poste bajo de 5. En función de ello, con una salida brusca y directa, puede cortar hacia canasta o abrirse al ala del lado débil.

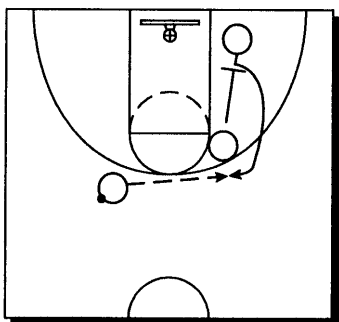
Si 2 no consigue opción de tiro para salir del bloqueo en el poste bajo, el jugador con balón debe buscar la continuación de 5.

DIAGRAMA 5-11



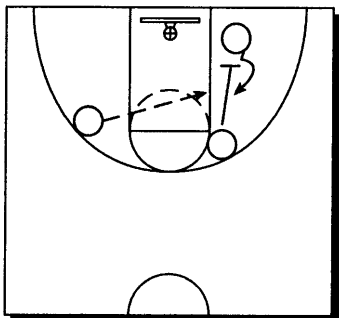
Es una jugada que requiere gran sincronización. Los jugadores 5 y 4 están bajo canasta hombro con hombro. El alero 3 debe esperar a que 4 y 5 se acerquen. Si se produce el cambio de pares en la defensa, 4 o 5 acudirán a recibir el balón.

DIAGRAMA 5-12



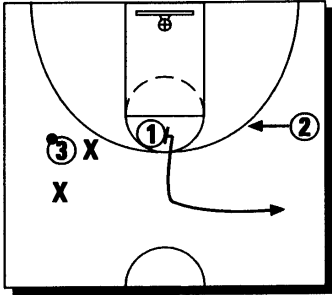
Es una buena regla para los jugadores que reciben los bloqueos. *Es mejor llegar tarde que pronto.* Mira lo que pasa si llegas antes de tiempo. Si llegas dos pasos antes de tiempo, recibirás el balón a 5 metros.

DIAGRAMA 5-13



Si acudes demasiado tarde, recibirás el balón mucho más cerca del aro. Cuando organice cursos de verano, doy una charla a los chicos para que tiren a canasta *un paso más cerca*. Es nuestra labor como entrenadores intentar que los jugadores opten por el mejor tiro posible. Cuanto más esperes, mejor preparado estarás.

DIAGRAMA 1-14



Si estás sometido a una defensa presionante y 3 recibe el saque de fondo, 1 se abre al lado contrario y 2 lo sustituye desplazándose hacia el centro.

DIAGRAMA 1-15

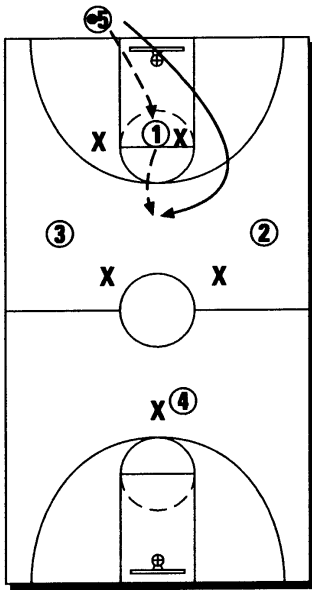
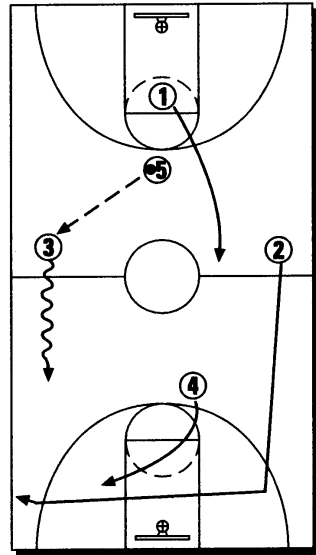


DIAGRAMA 1-16

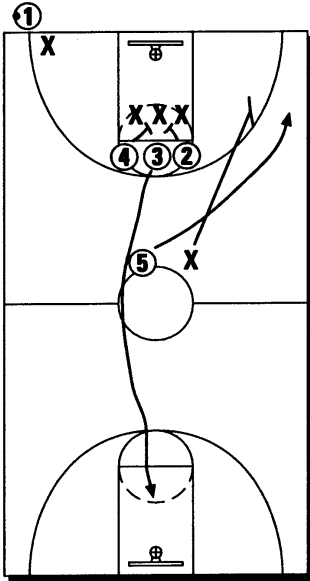


Con este sistema, los otros equipos tendrán miedo a presionar. Pero pongamos que presionan con un sistema de 2-2-1. El base 1 deberá acudir a recibir el pase de fondo y se verá sometido a un dos contra uno. El pivót 5 se desplazará en *semicírculo* y, te lo aseguro, quedará desmarcado para recibir el pase de 1. El resultado es que 2 y 3 están ahora desmarcados para el pase de 5. No dejes que 5 suba driblando. En lugar de ello, recibe el balón parando con un salto y pasa a 2 o 3.

El alero 3 sube el balón a la zona de ataque; 2 corre abierto por la banda contraria y corta en paralelo a la línea de fondo; 4 está en el poste medio, y ya estamos colocados en ataque. No creo que puedas emprender un ataque como éste y luego adoptar una zona 2-3 en defensa. Siempre me ha gustado *cambiar* de defensa.

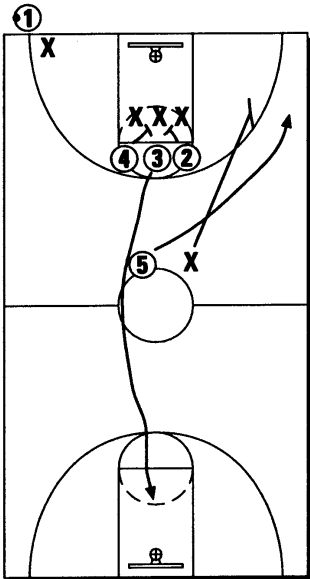
JUGADA EN TODA LA PISTA: CONTRA DEFENSA INDIVIDUAL

DIAGRAMA 15-42



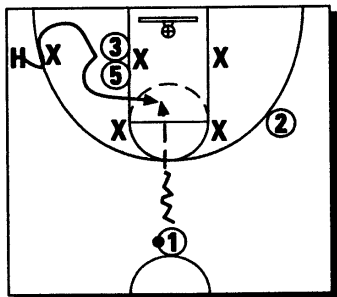
De nuevo un defensor estorba el saque de fondo: 5 rompe con rapidez hacia el fondo amenazando la recepción. Los números 2 y 4 entran en la zona para bloquear al defensor de 3, que correrá por el pasillo central hasta el área ofensiva.

DIAGRAMA 15-43



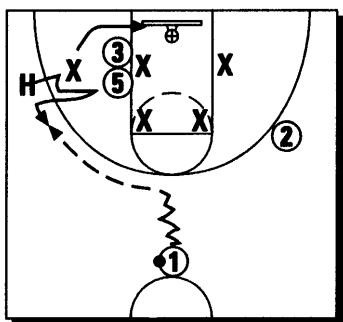
Si el equipo contrario no presiona el saque: 5 corre hacia el fondo para desmarcarse, y los jugadores 4 y 3 cortan cruzándose en X mientras 2 se atrasa para una recepción de seguridad.

DIAGRAMA 2-21



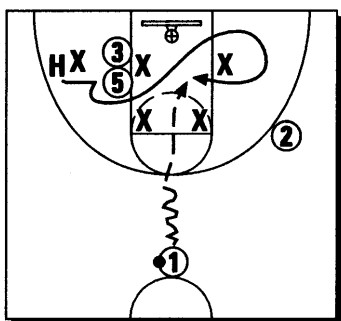
Hortensia (H) puede realizar una finta hacia la línea de banda, ante lo cual la defensora tratará de ganarle la posición, y 1 dividirá por el lado superior de la pantalla. Si la defensora trata de seguirla a su paso por el bloqueo, estará desmarcada para un pase interior y un tiro corto en suspensión.

DIAGRAMA 2-22



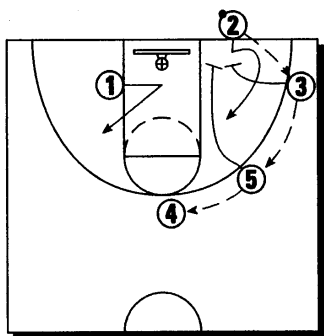
Si la defensora trata de pasar por detrás del bloqueo, H vuelve hacia la banda y se prepara para recibir el pase y tirar de tres.

DIAGRAMA 2-23



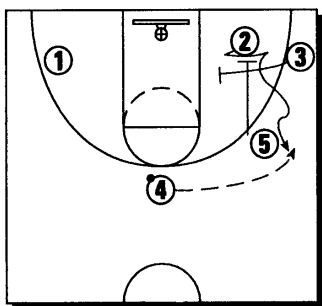
Hortensia (H) podría cortar por el lado superior del doble bloqueo, cortar por la zona y, si la defensora le sigue, rodear al alero defensor en el lado opuesto de la pista.

DIAGRAMA 16-7



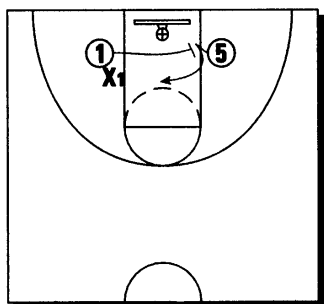
El base 3 está cerca de la esquina del fondo; 5 está en el ala; 4 en la posición del base. La pelota pasa por los jugadores 2-3-5-4. Entonces 4 finta el pase a 1 porque queremos que la defensa se desplace. Los jugadores 3 y 5 acuden al fondo para realizar un bloqueo doble, y 2 entra en la cancha saliendo del bloqueo para un tiro de tres puntos o un corte debajo de canasta.

DIAGRAMA 16-8



Al enfrentarnos a una defensa en zona, usamos un *bloqueo cruzado*, en el que 3 se sitúa arriba para un bloqueo y 5 abajo, y 2 sale ceñido del bloqueo hacia el perímetro para el tiro. El bloqueo cruzado aporta un mejor ángulo.

DIAGRAMA 16-9



El base 1 está en el área del poste bajo, y hace un bloqueo a 5; 2 puede dar un pase bombeado a 5. Puedes usar un doble bloqueo contra una defensa en zona o individual.

