

- Enseñar a tener aplomo y controlarse al enfrentarse a equipos que presionen mucho en defensa.
- Poner en forma.

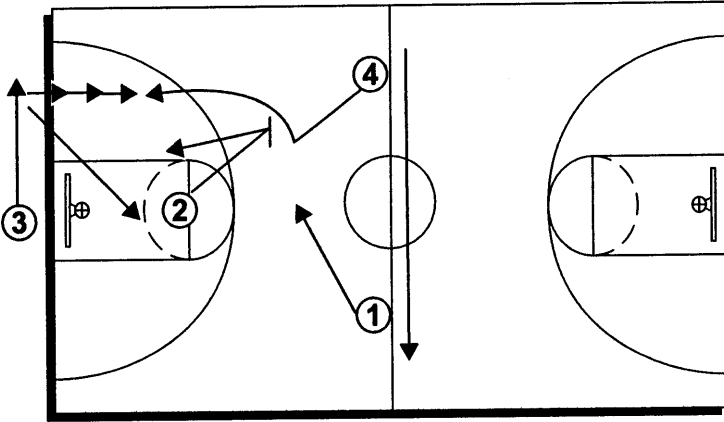


Diagrama 4.6

SERIES DE SEGUNDO PASE

Pase de 02 a 01

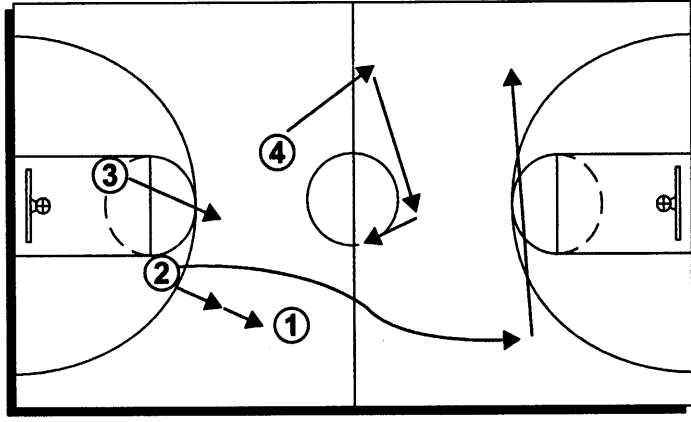


Diagrama 4.7

3 CONTRA 3 PARA 01, 02 Y 03

.....

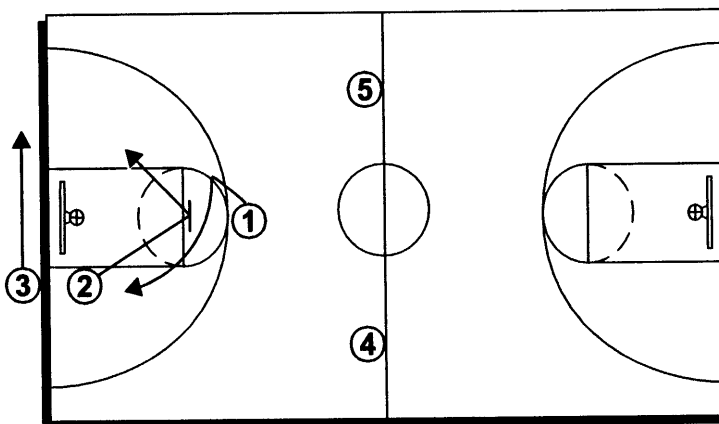


Diagrama 7.1

Desarrollo:

- Pon a los jugadores como en el diagrama 7.1. Puedes usar sólo a 01, 02 y 03, y a sus defensores X1, X2 y X3, que no se ven en el diagrama para simplificar; pero si añades a 04 y 05 podrás hacer las series de primer y de segundo pases.
- 02 empieza en el espacio inferior mayor del área restringida (lado fuerte); 01, en la parte alta de la zona, y a 03 se le permite desplazarse por la línea de fondo.
- X1 y X2 defienden de cara. X3 puede empezar sobre el balón o defender al receptor más probable (haciendo un *trap* con X1 sobre 01, o con X2 sobre 02). También puede jugar en el centro del campo, justo sobre la zona, para intentar ayudar en un pase bombeado a 01 u 02.
- Puedes combinar las defensas de X3 en cada posesión, o usar el sistema defensivo de tu rival más próximo.
- 02 hace un bloqueo para 01. Éste fija a X1 marcando un desplazamiento hacia un sitio y rompiendo hacia el contrario, este amago indica a 02 dónde hacer el bloqueo. Debería disponerlo de modo que X1 tenga que ir hasta el bloqueo para volver sobre 01. En cuanto X1 intente llegar a él, 02 deberá girarse hacia el balón pero en dirección opuesta al corte de 01.
- 03 lee la defensa de X2 para decidir quién será el receptor principal. Si X2 cambia de oponente, será 02. Si X2 dice a X1 que se quede con 01, éste será el receptor principal. 03 debe moverse de forma que siempre esté en el ángulo adecuado para sacar de fondo.
- Si la defensa intercepta el saque, contrataca, y 01, 02 y 03 deberán impedir la canasta fácil.
- Si se logra sacar de fondo, el receptor del pase se planta, mientras sus compañeros hacen sus cortes. Si quieres, haz un segundo pase y aplica los cortes de las series de segundo pase. Los atacantes salen a contragolpe hacia el fondo opuesto del campo, y X1, X2 y X3 pasan a defender.

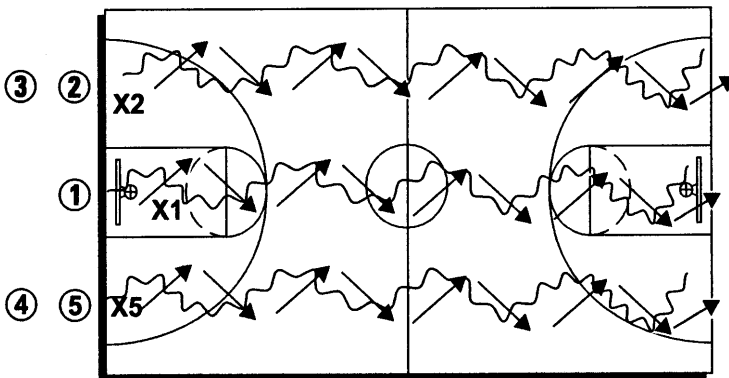


Diagrama 1.1

tura de la parte superior del tobillo– y muy rápido. Puede entonces echar el balón rápidamente al frente, ir por él y seguir driblando. Cuando el driblador levante su pie de pivote, el balón ya no debe estar en contacto con su mano.

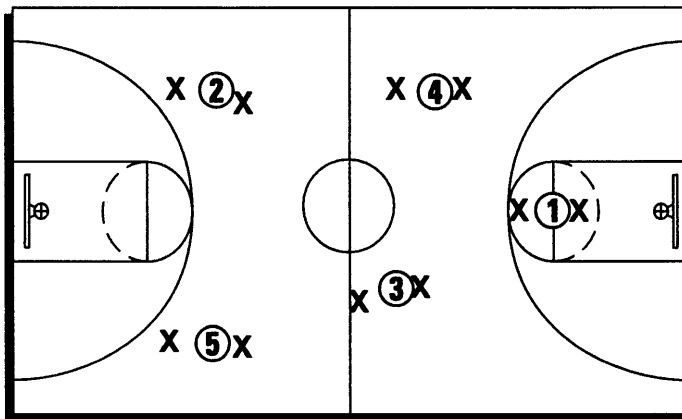


Diagrama 1.2

Desarrollo:

- Pon a los jugadores como en el diagrama 1.2: dos defensores y el driblador. Pasados 30 segundos, uno de los defensores pasa a ser driblador, y el ex driblador se convierte en defensor. Pasados otros 30 segundos, el jugador que aún no ha sido driblador rota a esta posición y los otros dos hacen de defensores.
- El driblador pivota mientras pueda, manteniendo el balón fuera del alcance de ambos defensores.

SAQUE DE FONDO AL HOMBRE DEL CENTRO

.....

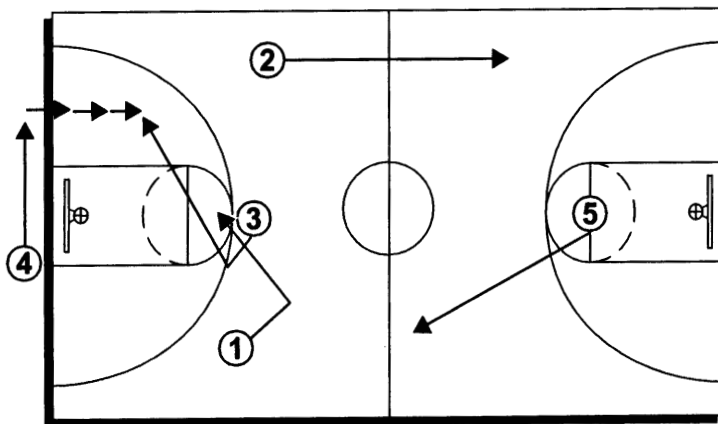


Diagrama 8.1

Jugador 01:

- Cuando se saca de fondo a 03 lejos de 01, éste hace un *flash* al centro del campo. (Véase el diagrama 8.1.)
- Se queda en el centro, y si el balón avanza mantendrá una distancia adecuada.

Jugador 02:

- Al ver que han sacado a 03 en su lado del campo, mantiene una distancia adecuada en la misma banda.

Jugador 03:

- Para romper la presión con 3 arriba, intenta poner en esta posición a un jugador bastante grande.
- 03 fija a su hombre, y se desmarca en cualquier dirección.
- Cuando se hace con el balón y se planta, lee esto:
 - 02, en la misma banda
 - 01, en el centro del campo
 - 05, lejos en la otra banda.
 - 04, acompañando.

Objetivos:

- Enseñar a O2 a usar acciones para deshacerse de la defensa de negación del 2 x 1.
- Enseñar a O3 el momento y el ángulo adecuados para hacer el saque.
- Enseñar a O3 a adoptar su posición normal de apoyo atrás.
- Enseñar a O2 y O3 a defender si se intercepta el pase.
- Enseñar a O2 y O3 a subir con rapidez el balón cuando logren ventaja.
- Enseñar la primera parte de la ruptura de la presión con 1 arriba.
- Poner en forma.

Saque de fondo a O1 u O4

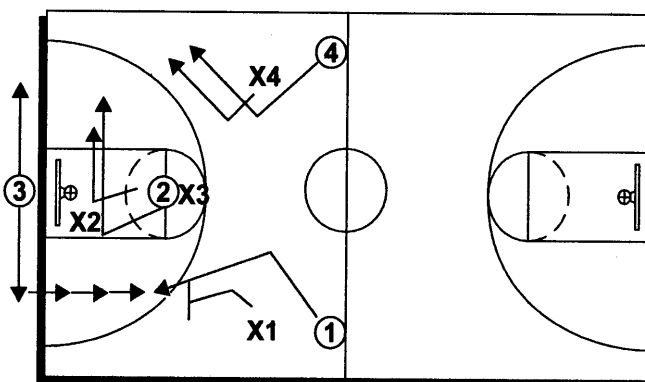


Diagrama 4.3

Desarrollo:

- Pon a los jugadores como en el diagrama 4.3. X3 juega en el centro del campo, pero también puede jugar sobre O3, o bien hacer un 2 x 1 a O2. Podrías dejar que X3 decida o que cambie de una posesión a otra, o pedirle que use la táctica del rival más próximo.
- O2 debe intentar desmarcarse. Si lo consigue, O3 le pasa.
- Si O1 ve que O2 no puede liberarse, intenta zafarse de la presión de negación de X1. O1 rompe hacia O3 y el balón.
- Si O4 ve que O3 se desplaza por la línea de fondo, y que O2 no puede desmarcarse para el saque, intenta librarse de la presión de negación de X4. O4 rompe hacia O3 y el balón.
- Si los defensores interceptan el balón, contraataca.
- Si los atacantes lograsen sacar de fondo, el jugador que reciba el pase se planta orientado a canasta. Cuando se saque con éxito, O3 deberá pasar a su puesto normal de apoyo.
- Este ejercicio lleva directamente al siguiente, que explicamos en el diagrama 4.4.

Pase atrás a O3

Desarrollo:

- Pon a tus jugadores como en el diagrama 4.9. Para mayor claridad se ha quitado a los defensores.
- Cuando no haya opciones desmarcadas, O2 atrasará el balón a O3 y el ataque empezará de nuevo.
- O3 puede avanzar driblando el balón hasta que la defensa lo pare.
- O1 hace un *flash* hacia el centro y, si no se desmarca, sustituye a O2 como posible receptor de un pase de vuelta.
- Cuando O2 haga el pase atrás a O3, subirá cortando hacia el centro por si le hace un pase de vuelta. O2 sigue subiendo hasta la banda del lado fuerte y lee el siguiente pase.
- Si O4 viera que O2 no puede pasarle, dejará la calle central. Y si viera que hacen un pase atrás a O3, cambiará a la banda del lado débil.
- Desde estas posiciones, el ataque empieza otra vez, según adónde vaya el siguiente pase.
- Si los defensores interceptan un pase, contraatacan, y los ex atacantes intentan detenerlos.
- Si los atacantes rompen la presión, salen a contragolpe.

Objetivos:

- Enseñar los cortes tras el segundo pase, ahora de O2 a O3.
- Enseñar a los defensores a defender en zona y al hombre.
- Enseñar a los defensores cómo hacer un *trap* con semicírculo en las líneas de pase.
- Enseñar a los atacantes a tener aplomo y controlarse cuando ataquen una presión.
- Enseñar a los exatacantes a parar el contraataque del rival si pierden el balón.
- Enseñar a atacar a contragolpe tras vencer la presión.
- Enseñar todas las opciones para romper la presión con 1 arriba.
- Enseñar a los atacantes a decidir bien.

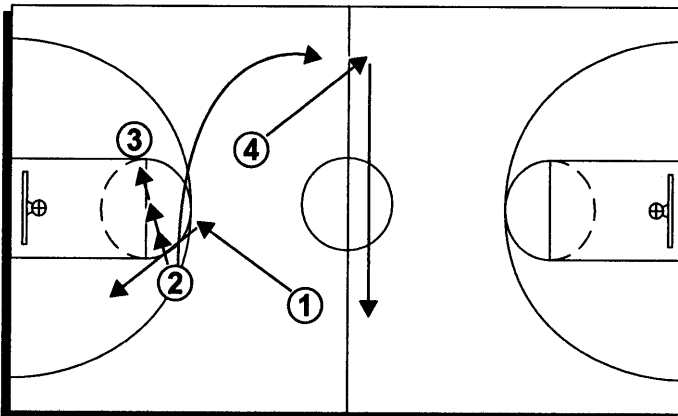
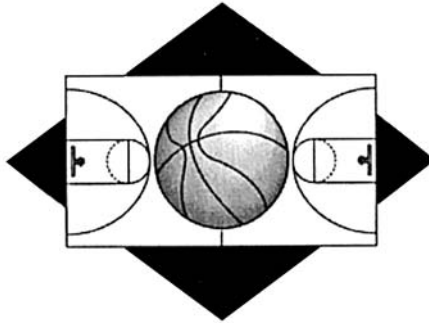


Diagrama 4.9

Romper la presión con 4 arriba



Para romper la presión con 4 arriba, se sube a los cuatro atacantes a la línea de tiros libres y a su prolongación hacia las bandas. Puedes hacer de este sistema el único que utilices para romper la presión con 4 arriba, o usarlo en combinación con otro para reforzar tu estrategia. El saque de fondo puede ir a 04, 02, 01 u 05.

Puedes utilizar los cortes básicos que se presentan en el capítulo 3, y también algún corte auxiliar. Deberías comprobar cuáles se ajustan mejor a la plantilla de que espongas.

SAQUE DE FONDO A 04

.....

Jugador 01:

- Desde su posición inicial sobre el ángulo superior de la zona restringida contrario al del lado del sacador, cuando éste pase a 04, 01 hace un *flash* al centro. (Véase el diagrama 10.1.)
- Se queda en la calle central para pedir el balón cuando éste avance. Si recibe el saque, ataca driblando.

Jugador 04:

- Está lejos, en el mediocampo de la banda opuesta.

Jugador 05:

- Ocupa la banda del lado del balón para buscar el segundo pase, y sigue en la misma calle.

SAQUE DE FONDO A 05

.....

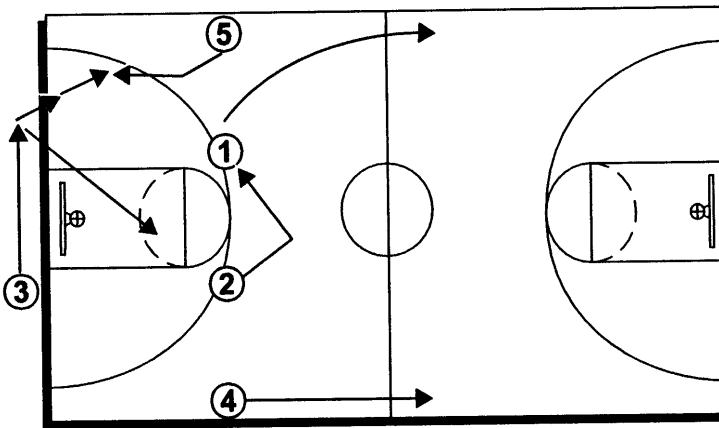


Diagrama 10.4

Jugador 01:

- Cuando 05 recibe el saque, 01 corta en diagonal ante él. (Véase el diagrama 10.4.)
- Se queda en la banda del balón para buscar el segundo pase.

Jugador 02:

- Hace un *flash* al centro y pide el balón. Si recibe el pase, avanza el balón driblando.
- Si no recibiera el pase inmediato seguiría en la calle central, y cuando el balón avanzase lo pediría.

Jugador 03:

- Corre la línea de fondo para sacar el balón, y se sitúa para apoyar un pase atrás.

Jugador 04:

- Ocupa la calle de la banda opuesta.

Jugador 05:

- Cuando ve que 03 se desplaza por la línea de fondo, fija a su hombre y corta en V hacia el balón.
- Tras recibir y plantarse, lee esto:
 - 01 corta en diagonal ante él a la banda del mismo lado
 - 02 hace un *flash* al centro del campo
 - 04 sube por calle de la banda opuesta de la pista
 - 03, situado para un pase atrás y apoyar.

Resumen

Ya tienes cuatro nuevas formaciones para romper la presión, usando los mismos cortes. Aunque las puedes intercambiar o usar sólo una serie de cortes, se aconseja emplear dos o tres formaciones distintas.

El factor que decide qué formación usar debiera ser la plantilla de que dispongas. Los ejercicios individuales del primer capítulo pueden ayudar a subsanar cualquier deficiencia de su sistema para romper la presión.

Tu filosofía es importante. No te conformes con subir el balón más allá de la línea central y organizar tu ataque de mediocampo. Pensar así permitiría a tus rivales presionarte todo el rato sin pagar por ello.

Tanto si usas el sistema de 1 arriba como los de 2, 3 o 4 arriba, el sistema para romper la presión te anima a atacar la canasta contraria. ¡Haz que paguen caro abrir la defensa!

Objetivos:

- Enseñar las decisiones del bloqueo y continuación en función de la actuación defensiva.
- Enseñar a O3 a leer la defensa para que pueda situar al receptor principal.
- Enseñar los cortes de las series de primer y de segundo pases.
- Enseñar a defender de cara y a negar el pase.
- Enseñar a presionar dos defensores al receptor, a jugar en el centro del campo y a presionar al pasador.
- Enseñar a parar el contraataque del contrario cuando intercepten el balón.
- Poner en forma.

DESHACER EL BLOQUEO

.....

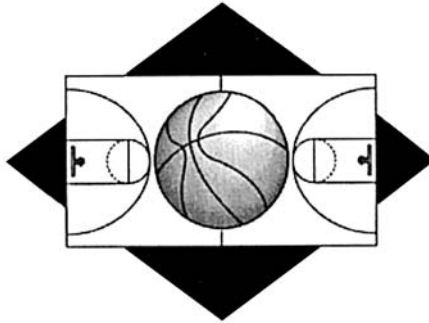
Desarrollo:

- Pon a los jugadores como en el diagrama 7.2. Aunque se haya quitado a los defensores, X1 marca a O1, X2 cubre a O2 y X3 a O3. Si piensas hacer los cortes de primer y de segundo pases, tendrás que añadir a O4 y O5.
- O2 va a hacer el bloqueo para O1. Para prepararlo, éste inicia el desplazamiento hacia el lado opuesto al que piensa cortar. En cambio, O2 va al sitio adecuado para hacer el bloqueo, pero antes de efectuarse el bloqueo se vuelve para recibir el balón. Si X2 y X1 pretendían cambiar de oponente, esto suele dejarles cubriendo a O1. Y si no lo pretendían, les dejará marcando a O2. Es una gran maniobra para actuar contra un equipo que cambie de marcajes. Confunde a los defensores. Y si decidieran no cambiar, modifícas tu estrategia y dejas que O3 bloquee para O1.
- X3 puede jugar sobre el sacador (O3). También puede cubrir sobre el receptor más probable, jugar en el centro del campo o hacer una combinación de ambas cosas.
- Si añadiras a O4 y O5 –que no están en el diagrama–, podrás hacer tus cortes de primer pase.
- Si la defensa roba el balón, contraataca contra O1, O2 y O3.
- Si los atacantes consiguen sacar de fondo y –en caso de que lo uses– hacen el segundo pase, salen a contragolpe contra X1, X2 y X3.

Objetivos:

- Enseñar a sacar contra defensas que cambien de oponentes.
- Enseñar los mecanismos para deshacer el bloqueo.
- Enseñar los cortes de primer pase y las series de segundo pase.
- Enseñar a presionar dos defensores al receptor, a jugar en el centro del campo y a presionar al pasador.
- Enseñar a parar el contraataque del contrario cuando intercepten el balón.
- Enseñar a salir a contragolpe usando las acciones para romper la presión con 2 arriba.
- Poner en forma.

Romper la presión con 1 arriba



Este capítulo explica ocho pasos para desarrollar la ruptura de una presión defensiva en todo el campo. Ante defensas normales, son los únicos que necesitarás para tener un sistema de ruptura de la presión sólido y completo. Este capítulo expone con detalle cómo funcionan los ocho pasos.

PRIMER PASO

.....

Pase de inicio al hombre de arriba

El primer pase al hombre de arriba es la opción más empleada. (Véase el diagrama 3.1.)

Jugador 01:

- Espera en el lado del balón por si recibe un pase de 02.
- Cruza rápido el campo, y espera lejos, de espaldas a la banda.
- Sigue la regla de *si el balón va a un lado, el jugador del lado opuesto cruza hacia el centro.*