Jordi Fernández

Jordi Fernández (Badalona, 1982), es técnico asistente de Michael Malone en los Denver Nuggets de la NBA. **El** entrenador catalán, que la pasada temporada hizo historia como entrenador jefe de los Cavaliers en la D-League, es el único campeón español de los Cleveland Cavaliers 2015-2016 de LeBron James. También abriendo camino, en 2014 fue el primer entrenador español que participó oficialmente en las actividades del All-Star Weekend de Nueva Orleans.

## LA DEFENSA POR CONCEPTOS PARA LA PREPARACION DE PARTIDOS EN LA NBA

Personalmente me gusta entender las "jugadas" o "sistemas de juego" como las coreografías que el rival utiliza para hacerte bailar en la pista. En un mundo ideal, quieres que tus jugadores entiendan y sigan cada paso del jugador que defienden, pase o bloqueo...

En nuestra realidad es muy complicado que esto suceda, simplemente por la falta de tiempo de entrenamientos de equipo; otro sistema de competición comparable al de la NBA podrían ser las Selecciones Nacionales, es decir, torneos cortos en los que

juegas 3 días seguidos y uno de descanso.

Cada jugada está construida en función de las habilidades de sus jugadores y llegará a ciertas acciones de juego que beneficien a los mismos.

Para nosotros, en la NBA, intentamos que nuestros jugadores se centren en entender y defender conceptos o acciones defensivas en lugar de que aprendan las jugadas en su totalidad de movimientos. Si hacemos cuentas, nuestros jugadores están expuestos a 3.5 partidos por semana, hay semanas de 3 partidos y semanas de 4.

Poniendo en contexto que cada equipo

tiene un volumen de jugadas de 15 ó 20, de las cuales entre 5 y 7 son las más frecuentadas. La realidad es que nosotros nos centramos en estas 5 ó 7, en el "Walk Thru" y en video se ven colectivamente las 15 ó 20, de esta manera nuestros jugadores tienen una muestra especifica de lo que van a tener que asimilar.

Para poder enfrentarnos con posibilidad de éxito contra estas "jugadas" nos hace falta haber trabajado desde el "Training Camp" todos los conceptos defensivos que creemos prioritarios.

La primera clave para tener éxito es haber elegido bien los conceptos a priorizar; y la segunda es la presentación de los mismos para que los jugadores entiendan, asimilen y ejecuten estos conceptos defensivos.

EJEMPLO DE CONCEPTO DEFEN-SIVO: "PICK THE PICKER" (el que bloquea es bloqueado).





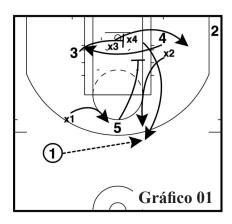
Para mí personalmente lo primero es darle un nombre a la acción (en este caso "PICK THE PICKER"), si puede ser que tenga sentido con el movimiento en sí. Y posteriormente dar unas normas de ejecución que tienen que ser constantes.

## NORMAS DE EJECUCION EN EL "PICK THE PICKER"

- "Into the body and over": el primer jugador que recibe el primer bloqueo tiene que ir a buscar el cuerpo de su atacante y pasar el bloqueo de primer hombre.
- "Contact Track": el jugador que defiende al primer bloqueador tiene que, estando en contacto con el bloqueador con una mano extendiendo el brazo, proteger durante la cuenta de 1 ó 2

segundos para que su compañero pueda pasar ese primer bloqueo.

- Dos opciones se pueden dar en función de si hay un hombre más como último hombre o no:
- o "Weak side Switch": en el caso de que sí que haya un último jugador, éste cambiara automáticamente con el jugador que vuelve a ser bloqueado. Y el jugador que ha recibido el segundo bloqueo va a pasar a defender al jugador de la esquina no implicado en la acción (Gráfico 01).
- o "Shoot the gap": en el caso de que no haya un último jugador en el lado débil, el jugador que defiende al segundo bloqueador empujara para dejar pasar de tercer hombre al defensor del jugador que recibe el segundo bloqueo, que a su vez fue el que defendió el primer bloqueo con "contact track" (Gráfico 02).





Podemos ver en el Grafico 01 el "Pick the Picker" con un jugador como último hombre, y en el Grafico 02 sin último hombre.

- "Stunt on the pass": se trata que el jugador que defiende el balón, en el momento que el pase este en el aire, salte hacia la salida del balón para dar una ayuda a una posible división directa.

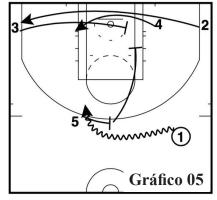
Este simple concepto sería aplicable a las siguientes cuatro jugadas:

\* "SLICE CROSS". En esta jugada el "Pick the Picker" sucede des-





pués de un primer "Flex screen", en este caso si el 3 es tirador la defensa centra toda la atención en este primer bloqueo para después ejecutar un "pick the picker" sin último hombre, por lo tanto, el defensor de 3 -x3- deberá pasar de tercer hombre después de haber hecho "contact track" para ayudar al defensor de 4 -x4- (**Gráficos 03 y 04**).







\* "3 CROSS". En este último ejemplo el "Pick the Picker" viene después de una inversión y un bloqueo ciego. En este caso, si que hay último hombre en la accion y por tanto habría un "Weak side switch", en el cual x2 pasaría a defender a 3 y x3 a 2 después del segundo bloqueo del "Pick the Picker" (Gráficos 06 y 07).

La secuencia es: 1 hit 5 at elbow. 3 set low cross on 2. 4 flare 1 (Gráfico 06). 3 set rip on 5. 4 pin 3 (Gráfico 07).

\* "DRAG SPECIAL". Simple bloqueo en transición para el 2 cortar y sobrecargar la esquina, en este caso x4 sería el que hace "into and over", x3 sería quien hace el "contact track", x3 "shoot the gap" pasando de tercero el segundo bloqueo de 5 y x1 haría el "stunt on the pass" (Gráfico 05).



El "Pick the Picker" es solo un ejemplo para poder establecer tu defensa por conceptos. Los dos objetivos prioritarios son:

- Que todos tus jugadores hablen un mismo lenguaje defensivo.
- Que tus jugadores no tengan que pararse a entender un sistema, sino que reaccionen en el campo en cuanto se vean en frente de estas acciones de juego.