

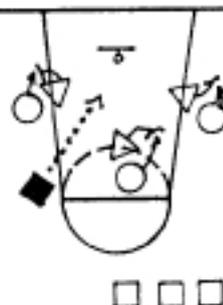
# FUNDAMENTOS DE DEFENSA

DAN PETERSON

## 8.. REBOTES DEFENSIVOS

### A. EL BLOQUEO ACTIVO

- 1) DÉBIL: GIRO DORSAL
  - a) EQUILIBRIO PRECARIO
  - b) SE PIERDE DE VISTA AL RIVAL
- 2) FUERTE: GIRO FRONTAL
  - a) CONTACTO EN EQUILIBRIO
  - b) SE MANTIENE LA VISIÓN DEL RIVAL



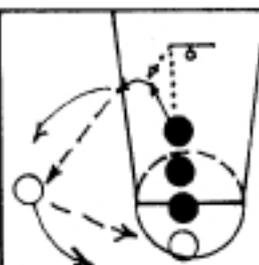
### B. AGARRAR EL BALÓN

- 1) UNA MANO:
  - a) PRIMER TIEMPO
  - b) SEGUNDO TIEMPO
- 2) DOS MANOS
  - a) PRIMER TIEMPO
  - b) SEGUNDO TIEMPO



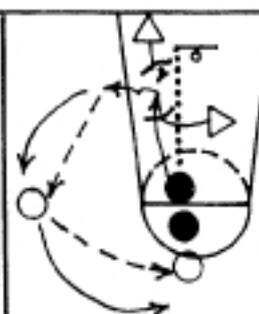
### C. PROTEGER EL BALÓN

- 1) TÉCNICA EQUIVOCADA: A LOS LADOS
  - a) ROBADO DESDE ABAJO
  - b) ROBADO DESDE ARRIBA
- 2) TÉCNICA CORRECTA: ARRIBA/ABAJO
  - a) FALTA DESDE ABAJO
  - b) FALTA DESDE ARRIBA



### D. EL PASE DE SALIDA

- 1) SIN BOTAR
  - a) BAJAR LA DEFENSA
  - b) SALTAR PARA PASAR
- 2) CON BOTE
  - a) BOTAR FUERTE
  - b) PASAR FUERTE



## 8. REBOTES DEFENSIVOS

**A. El bloqueo activo.** Hay una gran diferencia entre el bloqueo pasivo de un rebote y el activo. El primero sufre al reboteador ofensivo; el segundo impone un bloqueo decidido y seguro frente al reboteador que llega desde una posición exterior o para palmar. Es toda una cuestión de técnica.

1) *Débil: giro dorsal.*

**a) Equilibrio precario.** Como se aprecia en el *diagrama 1*, el defensor ha efectuado un bloqueo defensivo clásico, el más usado, con giro dorsal hacia atrás. Es lógico que, haciendo esto, el defensor no tenga un equilibrio fuerte, teniendo en cuenta que es un movimiento inusual y por ello «débil».

**b) Se pierde de vista al rival.** La tendencia, en el giro dorsal, es de mirar al balón en el aire perdiendo de vista al rival. El resultado, *diagrama 2*, es una sorpresa desagradable: el atacante aprovecha la ocasión, salta y controla el rebote.

2) *Fuerte: giro frontal.*

**a) Contacto en equilibrio.** Como se aprecia en el *diagrama 3*, el defensor efectúa un giro frontal yéndose hacia el reboteador que llega, olvidándose por un momento del balón y poniendo toda su concentración y toda su energía física para parar al atacante, imponiéndose en lugar de sufrir el contacto físico.

**b) Se mantiene la visión del rival.** Como se nota en el *diagrama 4*, no hay sorpresas. El atacante está siempre a la vista porque el que bloquea, aun sacrificando la visión del balón, lo mantiene siempre controlado. Las fintas del atacante no tienen efecto. Está totalmente bloqueado.

**B. Agarrar el balón.** Cualquier rebote provoca un contacto físico. No hay nada peor que ver la defensa trabajar bien, que todos bloquean, y luego ver el reboteador defensivo coger el rebote pasivamente y perder el balón al primer contacto. Existe una técnica también para esto.

1) *Una mano.*

**a) Primer tiempo.** De vez en cuando se coge un rebote con una mano. En el *diagrama 5* apreciamos, a la iz-

### A. EL BLOQUEO ACTIVO

1) DÉBIL: GIRO DORSAL  
a) EQUILIBRIO PRECARIO

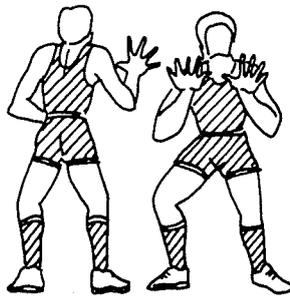


DIAGRAMA 1

b) SE PIERDE DE VISTA AL RIVAL



DIAGRAMA 2

2 FUERTE: GIRO FRONTAL  
a) CONTACTO EN EQUILIBRIO

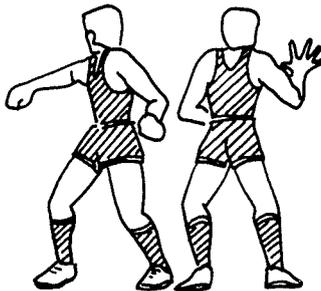


DIAGRAMA 3

b) SE MANTIENE LA VISIÓN DEL RIVAL



DIAGRAMA 4

quierda, una primera fase, con los brazos del reboteador bien levantados. A la derecha, el reboteador debe saltar ligeramente fuera de «su cilindro» para alcanzar el balón, alargando la mano derecha para atrapar la pelota.

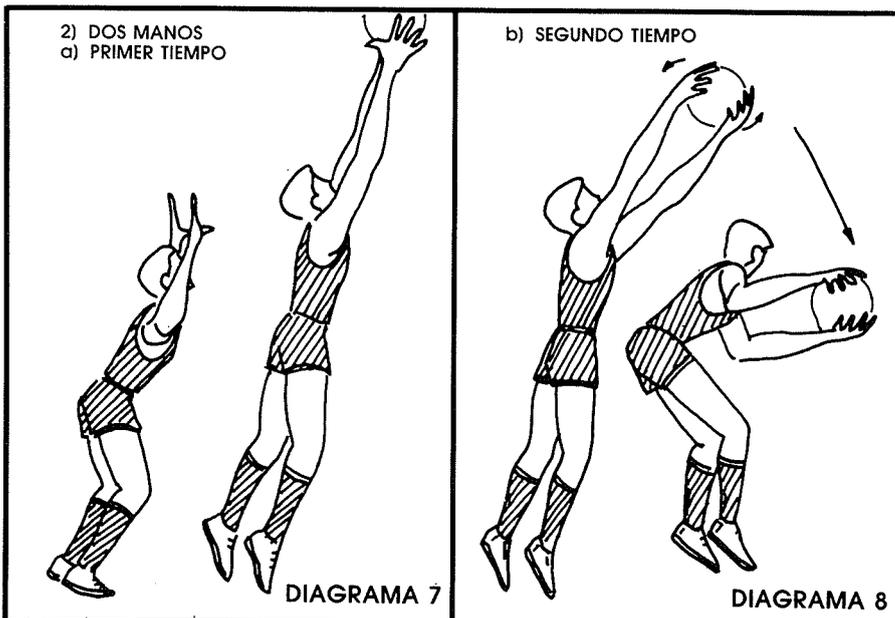
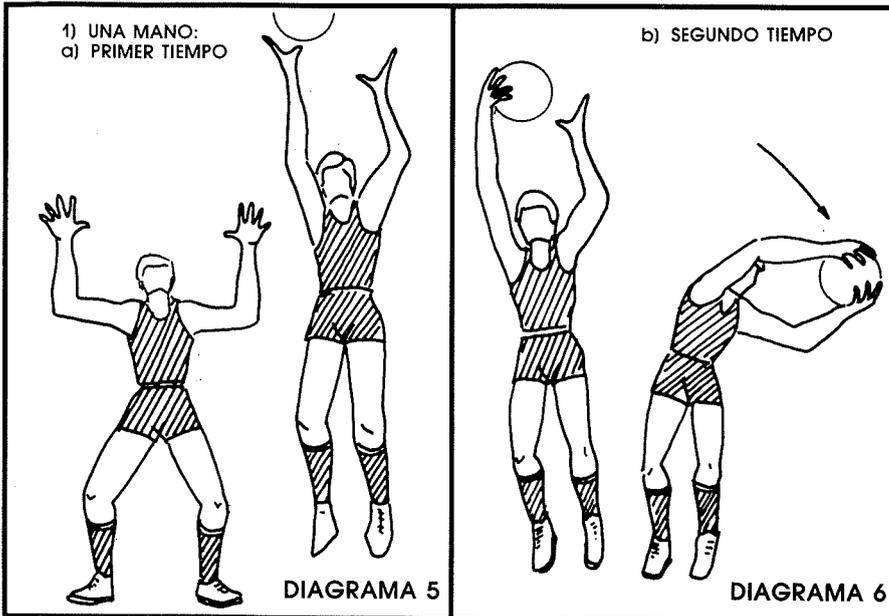
**b) Segundo tiempo.** En el *diagrama 6*, se nota como el reboteador cogerá el balón con una mano y comienza a poner la otra para un control total. A la derecha, el reboteador tiene las dos manos sobre el balón, una arriba y otra abajo, y asegura con energía el rebote librándose de cualquier peligro.

2) *Dos manos.*

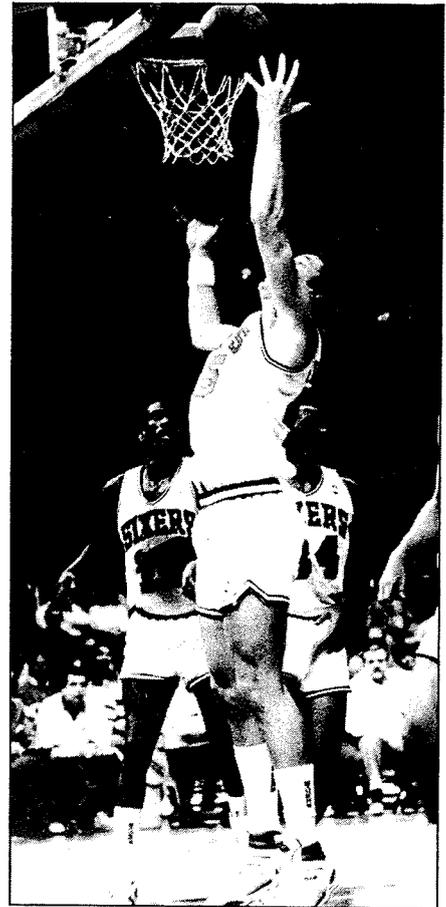
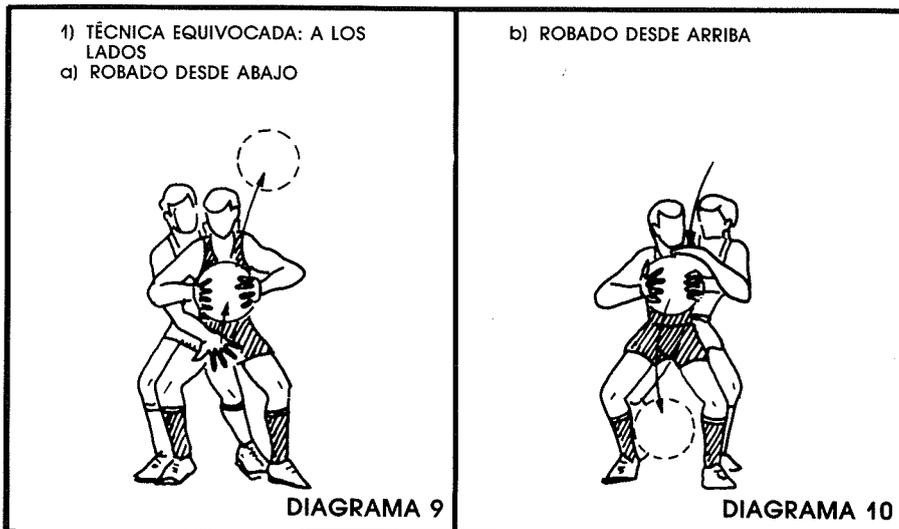
**a) Primer tiempo.** Idealmente se coge el rebote con las dos manos. En el *diagrama 7*, se nota a la izquierda, toma lateral, la posición ideal: brazos levantados. A la derecha, se nota el salto ligeramente angulado hacia adelante, un control del balón con las dos manos, y éstas sobre los lados del balón, por el momento.

**b) Segundo tiempo.** En el *diagrama 8* se aprecia que el reboteador ha movido las manos un cuarto de giro para conseguir poner una arriba y otra abajo del balón, para evitar un golpe del rival.

**B. AGARRAR EL BALÓN**



**C. PROTEGER EL BALÓN**



A la derecha se nota el agarre con energía, utilizando también el cuerpo, para desalentar cualquier tentativa de robar el balón.

**c) Proteger el balón.** Este trabajo empieza con el cuarto de giro que le damos al balón tras atraparlo, diagrama 8. Esto impide al rival de robar el balón desde arriba o desde abajo. Esto vale para el reboteador cuando baja después de coger el balón.

1) *Técnica equivocada: los lados.*

**a) Robado desde abajo.** En el diagrama 9, se nota una técnica para robar el balón al reboteador distraído. El adversario golpea el balón desde abajo haciéndolo saltar en el aire. Está claro que es simple hacer esto si el reboteador mantiene las manos en los lados del balón.

**b) Robado desde arriba.** Es lo mismo. En el diagrama 10 se explica la técnica utilizada por los jugadores pequeños para robar el balón. El rival golpea el balón desde arriba haciéndolo caer. Es un balón perdido.

2) *Técnica correcta: arriba/abajo.*

**a) Falta desde abajo:** En el diagrama 11, la técnica correcta: una mano arriba del balón y otra abajo. Se

nota como el pivot rival intenta robar el balón, golpeando de abajo a arriba, pero lo que hace es golpear la mano del reboteador, no robando y cometiendo falta.

**b) Falta desde arriba.** En el *diagrama 12*, el «pequeño» intenta quitar el balón al reboteador, golpeando de arriba hacia abajo, pero lo que consigue es golpear la mano del reboteador. Es falta. Aunque no la piten, no logra robar el balón. La técnica arriba/abajo ahorra muchos balones perdidos.

**D. El pase de salida.** El trabajo del reboteador en defensa no acaba cuando atrapa el balón. Hay también una responsabilidad de hacer que el balón salga rápido para abrir el contraataque o por lo menos, dejar el balón al base para conseguir un control seguro del balón.

1) Sin botar.

**a) Bajar la defensa.** En el *diagrama 13* se nota como el reboteador ha cogido el balón pero está presionado por el rival. La técnica —¡cuidado con los «pequeños»!— es de bajar el balón hacia el suelo para invitar al contrario a bajarse para presionar con lo cual nos dejaría más espacio en la parte superior para pasar.

**b) Saltar para pasar.** En el *diagrama 14*, el adversario ha caído en la finta, y se baja. Ahora el reboteador, sin botar, efectúa un pase de gancho para abrir el balón.

¿Y si hay un jugador pequeño en lugar de uno alto? No hay problema; el reboteador mantiene el balón arriba donde el pequeño no puede crear problemas.

2) Con bote.

**a) Botar fuerte.** En el *diagrama 15*, el reboteador está en dificultad, le hacen un 2c1. Con las manos fuertes sobre el balón, fuerza el balón entre ellos como si fuera una cuña: es el llamado «bote fuerte». El reboteador debe antes buscar el espacio entre los dos, realizar una finta y luego hacer de cuña.

**b) Pasar fuerte.** La defensa no afloja, como se aprecia en el *diagrama 16*. Entonces el reboteador no puede efectuar un pase débil, flojo. El pase debe ser decidido, fuerte, con tensión. Se puede realizar un pase de gancho/baseball cuando la presión hace la acción normal más difícil.

2) TÉCNICA CORRECTA: ARRIBA/ABAJO  
a) FALTA DESDE ABAJO

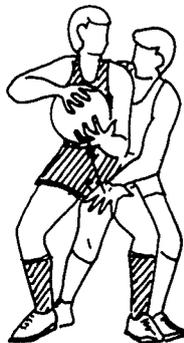


DIAGRAMA 11

b) FALTA DESDE ARRIBA



DIAGRAMA 12

**D. EL PASE DE SALIDA**

1) SIN BOTAR  
a) BAJAR LA DEFENSA



DIAGRAMA 13

b) SALTAR PARA PASAR

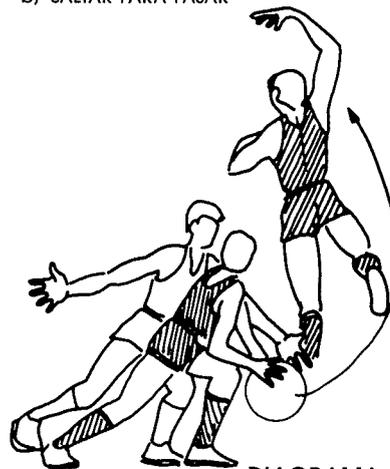


DIAGRAMA 14

2) CON BOTE  
a) BOTAR FUERTE



DIAGRAMA 15

b) PASAR FUERTE



DIAGRAMA 16