



Manuel Flores
29.12.93

**" La formación de jugadores
a través de la competición "**

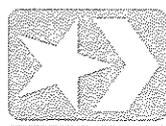
Evidentemente la formación de los jugadores jóvenes es importante debido a que en un futuro cercano o un poco más lejano sustituirán a aquellos jugadores importantes del equipo , y por ello deben estar preparados.

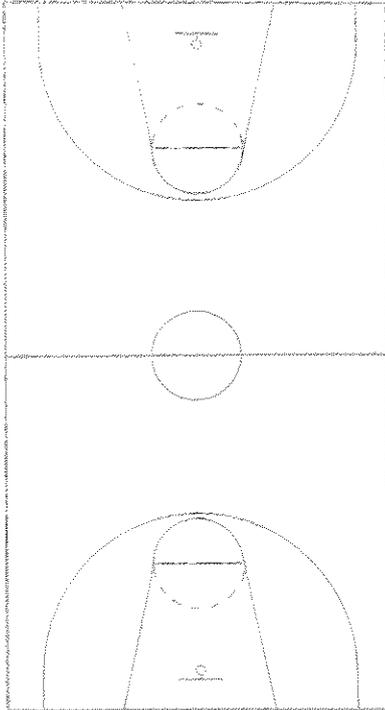
El primer problema que se tiene es cómo darles minutos durante la competición y sobre todo el modo de dárselos. En muchas ocasiones hemos sido testigos que los jugadores más jóvenes del equipo sólo tenían la oportunidad de jugar los mal llamados "minutos de la basura", esos minutos poco a poco se han ido degradando por todos y se han convertido mas en un castigo que en algo beneficioso para el jugador , y siendo objetivos , estos minutos no nos sirven de referencia para poder valorar lo que realmente el jugador puede demostrar.

Mucho entrenadores hacen esto sólo por el mero hecho de que se reflejen en las estadísticas del partido , pero desde mi punto de vista eso no vale para nada .

Si analizamos la situación de un partido , en el cual estás perdiendo de muchos puntos, y sacas a la cancha a estos jugadores jóvenes lo único que estas haciendo es crear inseguridad en el propio jugador debido a que el ambiente no es el más propicio para poder hacer algo positivo , jugadores desmoralizados , enfadados , etc. Esos minutos deben jugarlos aquellos que han originado esa situación y ninguno más puede "participar" de ello , además no sería justo ni real que despues del partido , las criticasse cebaran también con nuestros jóvenes , los cuales no han sido generadores del mal juego , por ello , en estas situaciones aconsejo que se aleje lo más posible a nuestros jóvenes de posible malas influencias.

Si vemos el caso contrario , en el que se va ganando con mucha comodidad , tampoco me gusta que jueguen , pues en ese ambiente de euforia , alegría y casi relajación , a nuestros jóvenes les darán muchos balones para que se juegue , van a intentar que ese jugador que nunca juega sea la estrella del partido y anote los máximos puntos posibles , con lo cual se está creando una situación irreal , que puede confundir la correcta evolución del jugador .

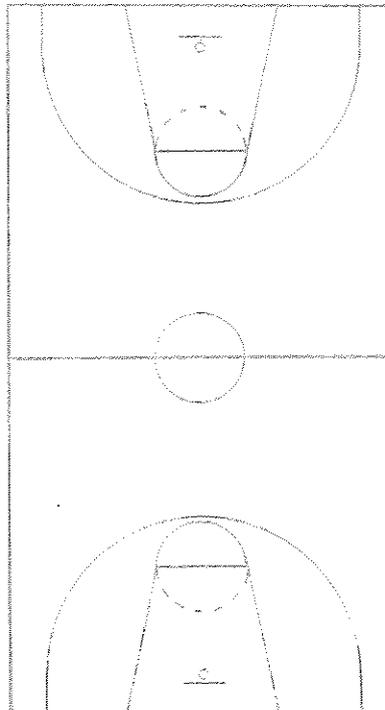




Entonces , si mis jugadores jóvenes no juegan ni cuando el equipo va perdiendo de mucho , ni cuando se va ganando ampliamente , os preguntareis : ¿ cuando juegan ? ; pues bien , hay que buscar soluciones intermedias , opciones que sean las más propicias para ellos y que se ajusten a una situación real.

Una buena ocasión para que jueguen puede ser ,sacarlos de cinco inicial , sobre todo fuera de casa , pues en nuestra cancha la sorpresa puede provocar una serie de murmullos entre el público que realmente no será nada bueno , desde el punto de vista psicológico , si el jugador lo detecta .

Otro momento puede ser para dar descanso a un jugador de campo importante durante unos pocos minutos (4-5´) , si lo hace bien , perfecto porque así tendrás un jugador más en tus posibles rotaciones y puede aprovechar unos cuantos minutos más de juego en cancha , si lo hace mal , no importa, lo sientas de nuevo y sacas al jugador anterior , con lo cual la primera opción de dar descanso está cumplida y el jugador lo verá así.



También , una oportunidad buena es cuando nos vamos aproximando al final de la primera parte , y tienes que hacer un cambio , bien motivado por las faltas o bien por el cansancio, en este caso si juega un joven , tanto si lo hace bien o mal , no va influir determinante mente en el resultado .

Yo siempre prefiero tener en mi equipo que los jugadores 8º , 9º y 10º sean jóvenes y no veteranos , porque si se da el caso en el que esos jugadores durante la competición tienen pocos minutos , ellos mantendrán la misma ilusión durante los entrenamientos , con lo cual el ritmo de entrenamientos seguirá siendo alto , pero si tenemos gente veterana , realmente no pensarán lo mismo, y se empezará a tener problemas con comentarios , enfados , acusaciones ... que lo único que hará es crear mal ambiente en el equipo.

Lo primero que tenemos que saber cuando nos llega un jugador joven es saber de donde vienen y como vienen , saber algo de ellos , pero no sólo desde el punto de vista deportivo sino también del humano , cosa que agradecen bastante. Respecto a lo deportivo , saber





cuales son sus carencias , si saben aplicar correctamente su técnica individual ,sus problemas de cara al trabajo táctico , si tiene falta de concentración , su disciplina , pues evidentemente esos jugadores proviene de equipos donde eran considerados la "figura " del equipo , y debemos conocer cual es el verdadera grado de sacrificio de ese jugador ante el cambio de "rol" en el equipo , como reaccionarán ante el publico , prensa , etc..

También debemos conocer cual es su ambiente fuera de la cancha , pues sólo por el hecho de ser jóvenes , haber dejado tu familia , amigos , tu entorno real , y pasar a la situación nueva de vivir solos y en otra ciudad, les puede provocar desajustes que pueden ser fatales para su progresión como deportista. Todo esto hay que tenerlo muy en cuenta a la hora de trabajar con ellos , pues seguramente influirá mucho en su rendimiento, debemos ser conscientes de que todas estas cosas son tan importantes como el saber botar , tirar o defender.

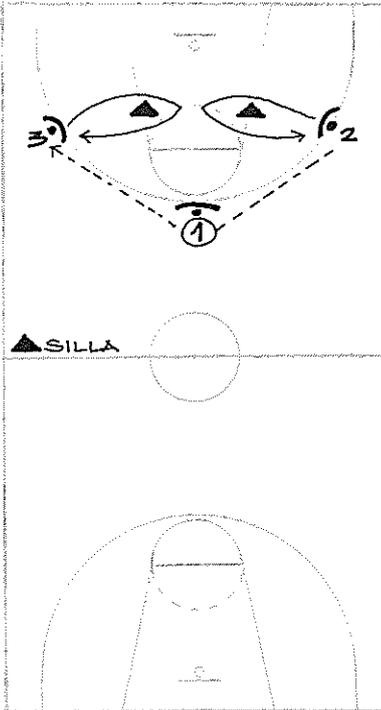
Una de las carencias más grandes que traen estos jugadores cuando llegan , es la defensa , debido a que en su anterior equipo como he dicho antes era la estrella y quien metía todos los puntos. Muchas veces a la hora de participar en el partido se le suele limitar a ese jugador en el aspecto , por ejemplo , que haga de perro de presa de determinado atacante o que en ataque se limite a pasar balones sin perderlo, realmente esto no es bueno , yo quiero que el jugador cuando salga a la cancha participe de todas las acciones del juego , tanto en ataque como en defensa .

Para que esos jugadores se acostumbren a defender hay que pulir esos defectos con los que vienen , sobre todo la defensa del lado débil o del jugador sin balón. Casi siempre cuando salen a jugar y cuando defienden , están muy pegados a su jugador por la obsesión de que no nos metan canasta, ello creen que cuando más pegado estén a su atacante más difícil será que reciban y no, es todo lo contrario.

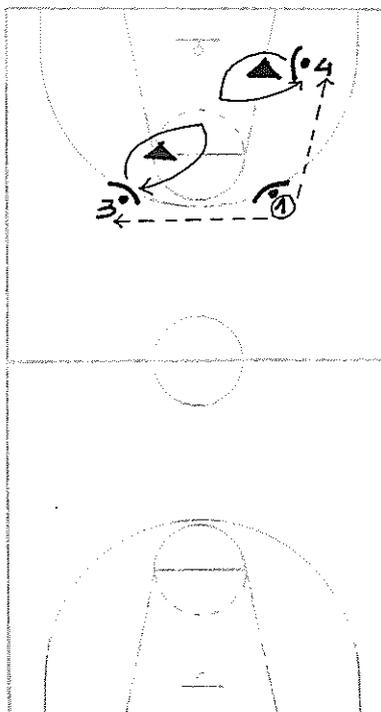
Ahora desarrollaremos algunos ejercicios de defensa que yo aplico y que me sirven para trabaja todos estos conceptos.

- **Gráfico 1** : ejercicio de defensa del lado débil , ayudas y recuperaciones , les coloco las silla para obligarles que cuando el balón esta en el lado contrario deben salir de su atacante y colocarse en una correcta posición en el lado débil.

GRAF. 1



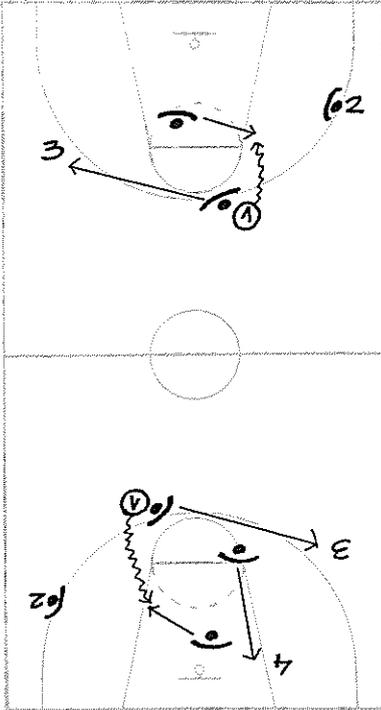
GRAF 2.





- **Gráfico 2** : Idem , pero ahora coloco uno en el alero y otro en el poste bajo, trabajando la misma filosofía

GRAF. 3



GRAF. 4.

En estos ejercicios el ataque sólo trabajará con pases sin atacar la canasta , para que primero cojan perfectamente la dinámica defensiva.

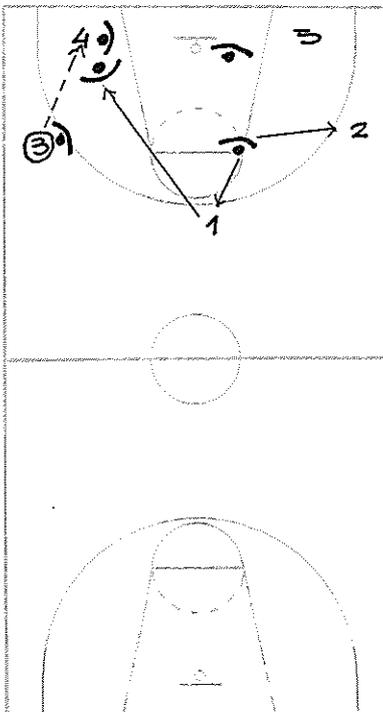
Posteriormente lo complicamos más haciendo que el que reciba balón se juegue el 1 c 1.

- **Gráfico 3** : 3 c 3 con base y dos aleros , cuando hay una penetración las ayudas no deben venir del lado del balón , sino del lado contrario, con las rotaciones consiguientes , así evitamos que puedan doblar el pase y recibir solos sin poder ayudar. El defensor del base siempre debe dar un lado al balón , nunca dejar pasar por el carril central.

- **Gráfico 4** : 4 c 4 en medio campo con base , dos aleros y un pivot; en esta situación ante una penetración la ayuda viene del defensor del pivot con las posteriores rotaciones de puestos.

Ante todo estos ejercicios es importante concienciar a los jugadores de que la ayuda viene del lado sin balón, y que si estoy defendiendo al balón y se me escapa, deja automáticamente de ser mi hombre y paso a defender al atacante que esté sólo.

GRAF. 5



- **Gráfico 5** : 5 c 5 en medio campo ; ante esta situación donde se produce un pase al poste bajo , no quiero que el defensor del alero más cercano ayude, la ayuda viene del defensor del base que viene a realizar 2 c 1 cuando el pivot está comenzando sus movimientos .

- **Gráfico 6** : 5 c 5 en medio campo ; como continuación de la situación anterior si el pivot saca el balón fuera , el base recupera al alero sólo, así conseguiremos que siempre que el pivot vea el 2 c 1, piense siempre en sacar el balón y nunca en jugársela .

Cuando los jugadores se mueven para realizar estas ayudas defensivas tiene que haber una gran comunicación , indicando los jugadores libres y realizar los correctos emparejamientos posteriores.

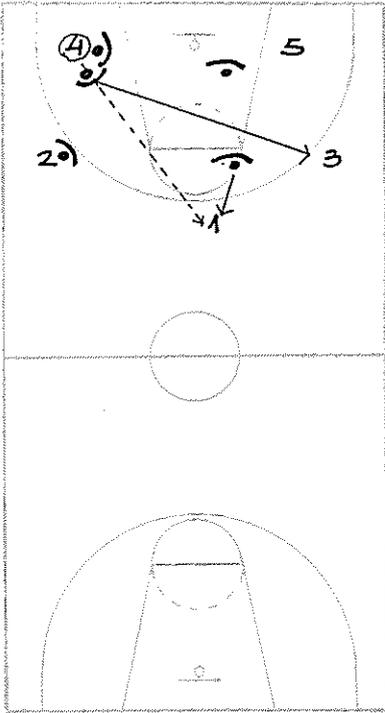
Gráfico 7 : 2 c 2 en el centro de 6, 25 , "pick and roll", cuando se produce esta situación el defensor que es bloqueado debe continuar agachado e intentar salir, pero nunca incorporarse de la posición defensiva, el otro defensor sobre el sitio realiza una zancada larga con el fin de atacar al jugador balón e intentar que retroceda





Todos estos ejercicios al ser muy dinámicos y participativos , hace que el jugador joven lo vea más interesante y sobre todo corrija sus anteriores defectos defensivos.

GRAF. 6



GRAF. 7.

