

COMO FORTALECER LA DEFENSA DESDE EL «LADO DEBIL»

Por **MANU MORENO** (Entrenador Superior)

La presión del balón se ha convertido en una necesidad vital para realizar una defensa agresiva, que pueda controlar una cada vez mayor capacidad del jugador para desarrollar su técnica, y provocar la posibilidad de hacerle jugar siempre en la posibilidad del error.

Pero esta presión nos lleva inevitablemente a correr riesgos, que tenemos que cubrir con un trabajo de equipo. Es por esta razón que se hacen tan útiles las defensas de ayudas. Defensas que en estos últimos años han conseguido un desarrollo espectacular. Es difícil ver equipos que no desarrollen este concepto defensivo, y que sólo se diferencien en pequeños aspectos.

Una buena técnica defensiva en el lado débil es una situación básica para definir a un buen equipo defensivo. Una de las razones primordiales para crear unas áreas de ayuda para los jugadores que se encuentran en el lado contrario del balón, es la posibilidad de realizar con velocidad decisiones que pueden fortalecer a la defensa.

Es vital presionar el balón en defensa, atacando toda penetración con bote, pase y corte. Los jugadores del «lado débil» deben de estar constantemente tomando decisiones en una triple responsabilidad: el balón, el hombre y la línea.

De alguna manera estamos intentando traspasar las áreas de riesgo a zonas más alejadas del balón, que den tiempo a recuperar a la defensa la iniciativa que lleva siempre el atacante al poseer el balón.

Los jugadores deben de conocer, cuando están en esta posición del lado débil de la defensa, la posibilidad de desarrollar cinco responsabilidades:

1) *Prevenir una inversión fácil del balón.* En el *diagrama 1*, vemos la posición de (X2), a «dos pases del balón», desde aquí él puede moverse con rapidez hacia el hombre que penetra con el balón, en este caso (3), que ha desbordado a (X3) por el medio.

(X2) debe de conseguir la modificación del ángulo de penetración de (3), de manera que fuerce a este jugador a perder una línea directa con la canasta.

La primera responsabilidad de (X1) es prevenir un cómodo pase de (3) a (1).

2) *Dar una segunda ayuda a la penetración cuando está alejado dos pases del balón.* Cuando (X2) está fuera de posición para ayudar a (X3) (-alejado-), (X5) debe de salir al paso de la penetración de (3), mientras (X4) se mueve para responsabilizarse de (5), y (X2) ejer-

cita una rotación para bloquear abajo al hombre de (X4), *diagrama 2*.

En esta posición es muy importante desarrollar ejercicios en los cuales el ataque penetre desde la parte frontal, el lado fuerte y la línea de fondo.

3) *Preparado para rotar sobre el hombre abierto en posición de anotar, de donde puede tirar, botar o hacer pases con sencillez.* Cuando (X1) hace un «trap» en el poste bajo, (X2) tiene que rodar hacia la posible recepción abierta de (1), en el ángulo de la zona. (Como se indica en el *diagrama 3*).

En el *diagrama 4*, indicamos el movimiento de (4), para cerrar la penetración por la línea de fondo del atacante (3), y (X2) «rueda hacia el hombre abierto (4).

4) *Yendo a bloquear a los rebotadores cuando se trabaja para rectificar el ángulo de penetración.* En esta posición no es tan importante pensar en el bloqueo del tiro como en conseguir una buena posición con el cuerpo para atacar las



DIAGRAMA 1



DIAGRAMA 2



IV JORNADAS TÉCNICAS EN MURCIA

Organizado por la **Asociación Murciana de Entrenadores** de Baloncesto, con la colaboración de la AEEB, de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, de la Federación de Baloncesto de la Región de Murcia, del ayuntamiento de San Javier y del Patronato Municipal deportivo de San Javier, se celebraron los pasados 16 y 17 de septiembre las IV Jornadas Técnicas.

Asistieron alrededor de 100 entrenadores para escuchar las conferencias de Lolo Sáinz, Chema Buceta y Pepe Laso.

Sáinz habló sobre contraataque y ataque contra defensas zonales; **Buceta**, sobre defensa a los jugadores interiores, y psicología aplicada a la jugadora en supuestos prácticos; mientras **Laso** disertó sobre trabajo sistemático para llegar a situaciones de 3c3 partiendo del 1c1 y 2c2.

Queremos felicitar a la Asociación Murciana por el trabajo que está realizando no sólo en la difusión del baloncesto entre todos los entrenadores sino y especialmente en la promoción que está realizando de los entrenadores de base. □

consecuencias del tiro.

En el *diagrama 5*, vemos como cuando (X5) ataca el ángulo de (3) en la penetración, buscando incluso un «trap», (X4) se responsabiliza del hombre de (X5), y (X2) de la vacante que ha dejado (X4).

5) *Mentalizándose de la situación del rebote. Reboteando.* Todas las situaciones anteriores nos deben de haber ayudado a que des-

de el lado débil hayamos conseguido una mayor presión sobre el balón, por lo que esperamos conseguir tiros perdidos, que ahora hay que atrapar.

En estas situaciones de ayudas y recuperaciones rápidas, se habrán producido, sin ninguna duda, desequilibrios que deberemos superar para rebotear el balón.

Hay que mentalizarse de que en

este momento la tarea del rebote es una tarea común; después de todo el trabajo realizado para que el atacante no acierte, no se puede faltar, por no estar preparado, de alguna forma hasta aquí se ha producido lo que queríamos conseguir. Aquí ya no es una tarea de especialistas, es un «deseo de equipo». Esta es, de todas maneras, «la eterna cuestión». □

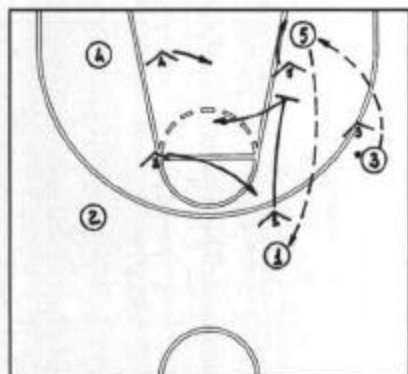


DIAGRAMA 3

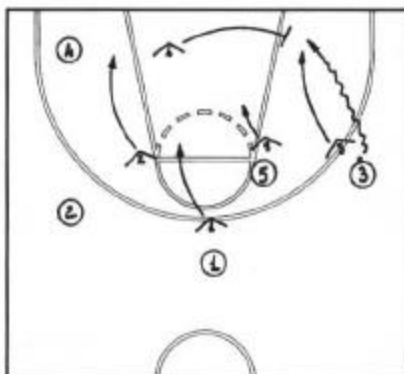


DIAGRAMA 4



DIAGRAMA 5