

## PRESENTACIÓN:

Todos tenemos un modelo de equipo que nos gusta. PREGUNTAR A ALGUNOS Y POR QUÉ??

“Visión de juego” percibir los estímulos más relevantes: aro, balón, compañeros, rivales, espacios libres, distancia respecto del aro, distancia entre jugadores, tiempo de posesión.

Wooden, "Be quick, but don't hurry."

## LA DIRECCIÓN DE EQUIPO Y LA LABOR DE LOS ENTRENADORES EN LA TÁCTICA INDIVIDUAL

El baloncesto femenino. CONVENCER. (Ponsarnau)

John Wooden

1. Conocimiento de la materia específica. Mostrar entusiasmo. De lo fácil a lo difícil.
2. Conocimiento general.
3. Habilidad en la enseñanza. Enseñar - Demostrar - Convencer
4. Actitud profesional.
5. Disciplina.
6. Organización del grupo.
7. Buena relación con las instituciones del club.
8. Relación profesor-alumno (entrenador-jugador).
9. Trato amable y consideración hacia los demás. Buena relación con medios.
10. Deseo de mejorar

## ¿QUÉ ES LA TÁCTICA INDIVIDUAL? capacidad de tomar decisiones

individuales acertadas para solucionar situaciones-problema del juego, consiguiendo ventajas y aprovechándolas. Para resolver con éxito es necesario percibir-interpretar la situación de juego (“leer” el juego) y aplicar el fundamento adecuado en el momento adecuado.

**“Interpretación y decisión”.** Relacionar lo percibido con tus conocimientos y experiencias (**conocimiento del juego**) y decidir una solución. Para ello:

hay que valorar las distintas posibilidades inmediatas de acción de uno mismo y de los demás (¿qué puedo hacer? ¿qué pueden hacer mis compañeros? ¿qué pueden hacer los rivales?)

Teniendo en cuenta los recursos físico-técnico-tácticos propios y de los demás.

## ¿QUÉ ES NECESARIO? LLEVAR A CADA JUGADOR A SU SITIO. Messina

TEMPO – Control del ritmo de partido.

TIMMING - Decidir el momento de ejecución (Ni antes ni después)

SPACING – Estar en la posición y en el sitio adecuado.

### CARACTERÍSTICA DE UNA BUENA DECISIÓN:

Valorar bien mis recursos y las probabilidades de que la ejecución sea exitosa.

Ejecución del gesto técnico de forma **flexible**, es decir, que pueda modificarse en el último momento si la situación lo requiriera.

**Ejecución rápida**, que no dé tiempo al rival de reaccionar y neutralizarla.

Ejecución **no delatora y engañosa**, para que no sea predecible y el rival se anticipe, gestos que creen confusión en el rival.

- Lectura individual del juego: Salida de bloqueos o continuaciones.
- Lectura del juego en cooperación: Comunicación en la defensa. Confianza en los compañeros que me guían.

(EJERCICIO DE COMUNICACIÓN – Messina bloqueos)

## RELACIÓN ENTRE TÁCTICA INDIVIDUAL Y LOS FUNDAMENTOS DE TÉCNICA INDIVIDUAL

**El bote:** Avanzar, solucionar, mejorar ángulos.

Bote contraataque, para subir el balón en carrera sin tener que pararte. Subir hasta tres cuartos de campo.

---

### TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

Cambio de ritmo y dirección: para superar en 1c1 cuando el defensor te niega un lado o cuando tu has engañado al rival hacia un lado y te escapas por el otro. Ser capaz de cambiar de mano en el último momento para sorprender al defensor. Superar al defensor en 1x1 en una entrada a canasta.

Reverso: para cambiar de dirección cuando vas haciendo bote protección.

Las paradas: Penetrar rápido y aprovechar la inercia del defensor para sacar ventaja en la parada.

**El pase:** Decidir el tipo de pase que daremos. Hacer grande o pequeño. Atacar el pase. Pases tras bote.

Sin buenos pases no habrá buenos tiros.

**El tiro:** Decidir el tipo de tiro.

### **EL 1x1:**

#### **SI ESTAMOS BOTANDO TENDREMOS QUE DECIDIR:**

Si hay ventaja: TIRA

Si está muy próximo, soy más rápido o viene recuperando muy rápido: PENETRO

Si está bien colocado: Crear la ventaja engañando mediante fintas para desequilibrar.

Si te defiende con un pie adelantado (Contrapié), penetra por ese lado para obligarle a que haga un paso de caída.

#### Penetrando...

Valora si ya le has superado definitivamente (culmina tu 1c1)

Si está intentando recuperar a toda velocidad (aprovéchate con otro movimiento: una finta de tiro)

Si no has conseguido superarle (necesitarás otro movimiento: un cambio de mano para penetrar por el otro lado o una parada para tirar si se ha separado mucho o esta retrocediendo).

#### **SI TODAVÍA NO HA BOTADO:**

Ponte de cara al aro según recibes.

Mira a que distancia estás del aro, tu defensor y si su posición defensiva es más ó menos equilibrada.

### TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

---

**Decidir:** Si te deja suficiente distancia, tira, si está muy próximo penetra, si está bien colocado tendrás que crear la ventaja engañándole (fintas) para desequilibrarle.

**Ejecuciones engañosas:** fintas con el pie, con el balón, con el tronco, hombros, dar un primer bote de falsa penetración.

Fintar que vas a penetrar por un lado, por el otro, que vas a tirar.

## LA TÁCTICA INDIVIDUAL Y LOS CONCEPTOS DE JUEGO LIBRE. Denominador común: ESPACIO.

- Esquinas. Pases de seguridad.
- Contraataque: Ideas básicas colectivas....

Lograr ventaja corriendo muy rápido por la banda para recibir sola y anotar o, al menos, para poner a tu defensor en una situación inestable (recuperando en carrera) de la que te puedas aprovechar.

Aprovechar la inercia de la defensora que intenta ponerse delante para superarle con entradas especiales ganándole el centro (cruzando el primer paso, marcando pasos, en reverso...).

Si la defensora te sigue a tu lado entradas para evitar ser taponado, protegerte y sacar canasta y falta.

Si la defensora va retrasado pero te sigue con intención de taponarte ajustándose a tu ritmo de pasos de entrada, has de penetrar lo más rápido posible (bote contraataque) y hacer una entrada "especial" para que la defensora no pueda taponarte (pérdida de paso, poderosa, cruzarte cortándole el paso al defensor, dejarla a pasada...).

- Línea de fondo
- No simetría de los postes
- Dividir – Doblar.
- Invertir
- LADO DÉBIL: Reemplazar, bloquear, Split, Aparecer, MOVIMIENTO!!

**Percibir-decidir:** si tu defensor ayuda hundiéndose hacia el aro, pide moviéndote hacia el centro. Si tu defensor ayuda saliendo hacia el balón, pide moviéndote hacia el aro, el fondo o la esquina. Esto se puede aplicar tanto en posiciones exteriores como en posiciones interiores. BUSCAR COGOTE.

Cuando tu compañero penetra tu tienes que posibilitarle una línea de pase.

### TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

El que penetra tiene que hacerlo hacia un espacio libre, en cualquier caso, si tu compañero penetra hacia ti tienes que dejarle espacio para que lo haga (estás en el poste ves que tu compañero penetra por el fondo, tu le aclaras el espacio subiendo al codo de la zona. Si tu compañero hubiese intentado penetrar por el centro, tu te podrías abrir a la esquina corta (línea de fondo fuera de la zona a 4,5 m.). En ambos casos estate preparado para recibir y tirar.

## ¿CUÁNDO TRABAJAR EN LOS ENTRENOS? ¿CÓMO TRABAJARLA?

### SITUACIONES REALES

TODO EL AÑO. Calentamiento – Sesiones específicas.

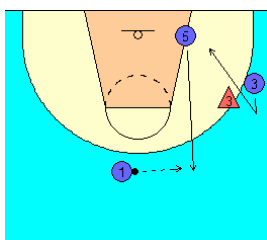
Calentar 2x0, 3x0, 4x0, 5x0.

Pretemporada. Juego libre IDA + Situaciones de ventajas y desventajas.

Activación. Ruedas con situaciones de tiro. Mostrar todas las variantes de sistemas.

## CONCEPTOS DE JUEGO LIBRE

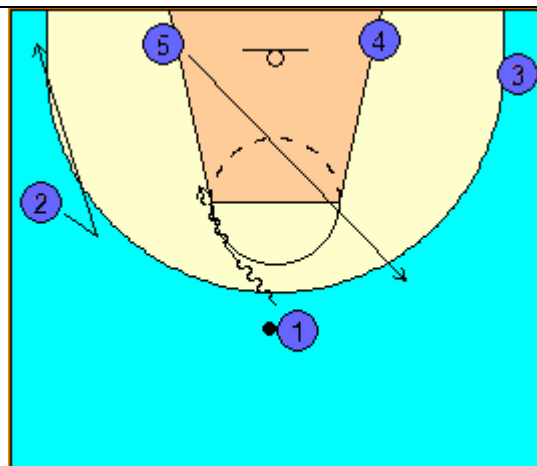
Puerta atrás. Si me defienden muy fuerte, denegando el pase.



TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

Aclarados:

BASE (REAL MADRID MALHJKOVIC)

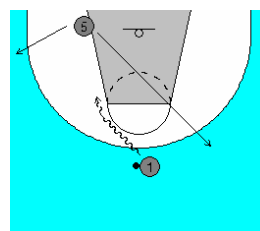


1 penetra 1x1 por el lado que el poste le deja libre.

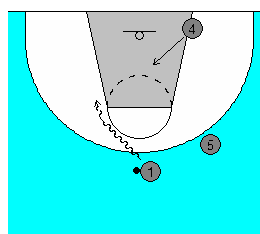
2 acompaña la penetración a la esquina.

3 castiga la 2ª ayuda buscando la espalda.

5 CLEAR OUT (Ocupa esquina si tiene buena mano)

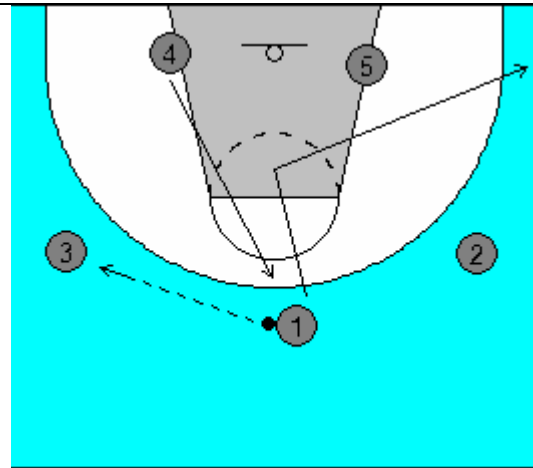


4 CLEAR IN



TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

ACLARADO ALERO (Lourdes)



1 pasa y corta.

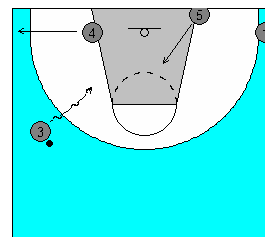
2 puede cambiar la posición con la esquina.

3 relaja a su defensa si recibe estático o lo ataca si parte con ventaja. (NAVARRO)

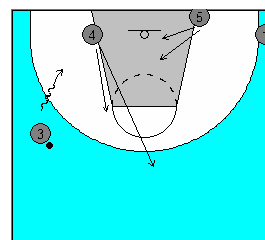
4 CLEAR OUT (Buena mano exterior)

5 CLEAR IN

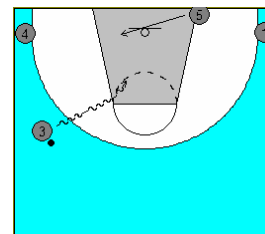
Castigar ayuda lateral



Castigar ayuda IN

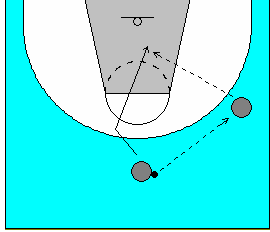
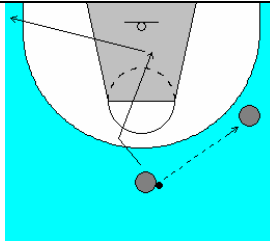
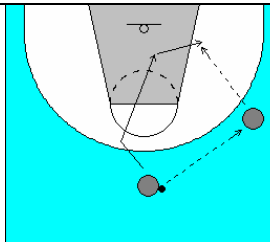
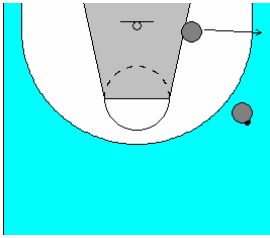


Castigar línea de fondo

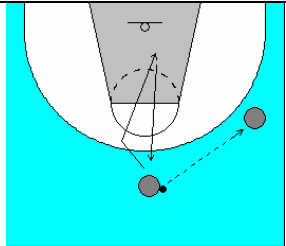
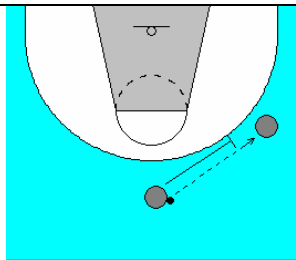
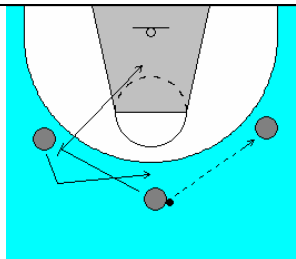
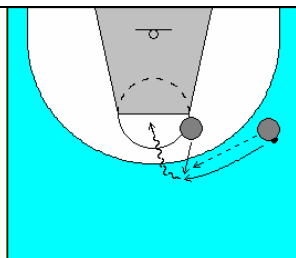
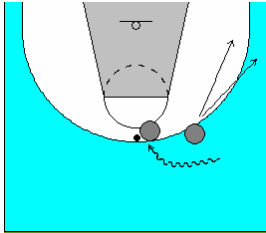


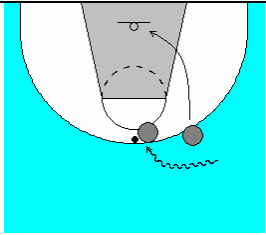
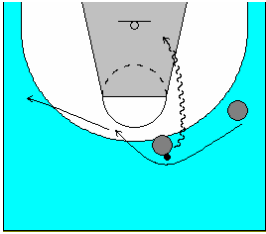
TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

Pasar y moverme. Opciones del jugador que corta...

<p>CORTO Y RECIBO</p>		<p>Mejoro ángulo de pase.</p> <p>Leer la defensa y su reacción al pase.</p> <p>Finta de salida y Cambio de ritmo.</p> <p>Corte al aro</p> <p>Pases: ARRIBA solucionar o ABAJO para mejorar con bote.</p>
<p>CORTO Y ACLARO</p>		<p>Si no recibe, continúa al LD.</p> <p>VARIANTE: Corte a LF</p>
<p>CORTO Y RECIBO AL POSTE BAJO</p>		<p>Opción de postear SI TENGO VENTAJA INTERIOR o 1x1 sacando ventaja en la esquina con un cambio de ritmo.</p> 

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

<p>PASO Y AMAGO DE CORTE</p>		<p>Tiradores o Jugadores muy rápidos sacan ventaja, retrocediendo en sus pasos.</p>
<p>PASO Y BLOQUEO EN LF</p>		<p>Paso y bloqueo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Finales de posesión.</li> <li>- Inversiones.</li> <li>- Juego por conceptos.</li> </ul>
<p>PASO Y BLOQUEO EN LD</p>		<p>Si el que bloquea, corta hacia el aro = SPLIT</p>
<p>PASO Y HAND OFF</p>		<p>Pasar muy pegado. Cambio de ritmo explosivo. CONTINUACIONES: Pop  Roll</p>

		 <p>VARIANTE: FINTAR PASE (Cuando ayude mi defensa, penetro)</p> <p>Muy efectivo en línea de tiros libres.</p> 
--	--	--

Corte de Ucla. Postear o abrirme??

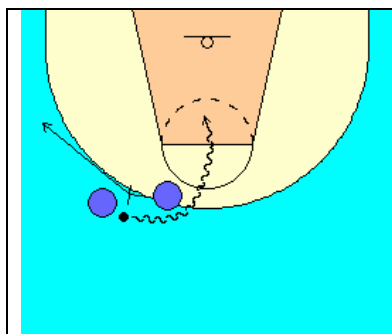
## ATAQUE: LEER LA DEFENSA – MISSMATCHES (¿cómo crearlos?)

### Leer:

Continuaciones en los Bloqueos:

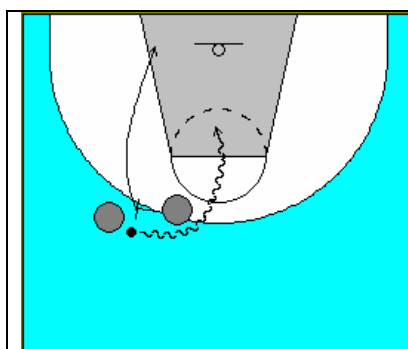
Pick & Pop (Ajustar las cualidades junto a la lectura de la defensa)

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES



Continuación hacia fuera.  
Ventajas para tiradores o penetradores.  
Alejarse del balón.  
De cara al aro.  
Coger contrapié.

PICK & ROLL

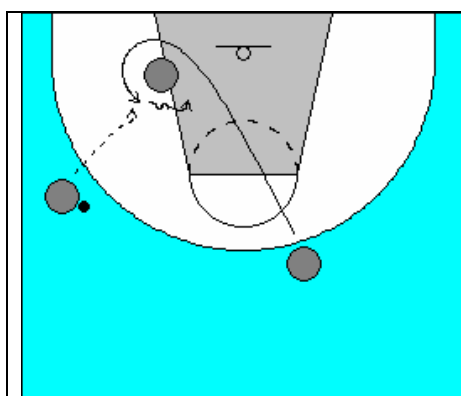


No continuar pegado al balón.  
Mirar el balón.  
Corte hacia el aro.  
Buena elección de pases.

Cortes: Curl, pocket, flare.

\*\* Depende de la lectura de la defensa.

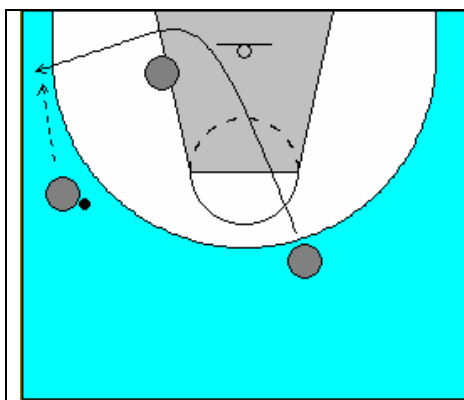
CURL CUT



El atacante lee la situación y rodea la pantalla. Si recibe, hará bandeja o doblará balón.  
El defensor persigue y rodea la pantalla.  
En poste alto o poste bajo.  
Defensa: Cambio en poste bajo o body check en poste alto.  
El que hace la pantalla: Se hace grande si cambian o hace clear out y se abre según la ventaja.

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

FLARE CUT



El atacante lee la situación y continúa hacia la esquina.

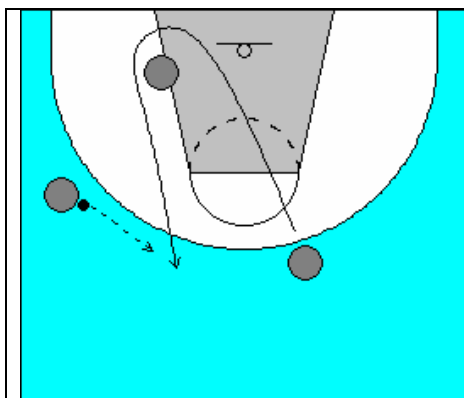
El defensor pasa la pantalla por encima.

Buenos pases. En el sitio y en el momento. La ventaja puede depender del pase.

Al pasar por encima la pantalla, el atacante debe esperar su momento para recibir.

Cuando reciba: Tira, penetra, finta y decide.

POCKET CUT



El atacante lee la situación y continúa hacia “fuera”.

El defensor se ha quedado “pinchado en el bloqueo”.

Buenos pases: Con un pase, podemos decantar dónde esté la ventaja.

El bloqueador se gira al balón para coger la posición.

Cuando reciba: Tira, penetra, finta y decide.

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

Missmatches: Paradigma Italia en la Olimpiada de Atenas 2004. BD, BI, Curl, Split. CASTIGAR.

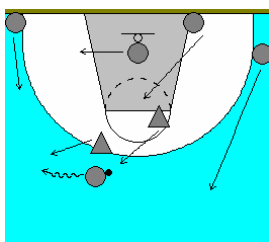
1/ BLOQUEO DIRECTO.

<p><b>BD FRONTAL</b></p> <p>Cambio entre interior y exterior o flash muy largo al que no se llega a recuperar.</p> <p>Bloqueo en la línea de 3ptos.</p> <p>Continuación muy rápida del bloqueado al aro. Fintas de bloqueo.</p> <p>Si el defensor del bloqueador, sale a ayudar, alargar con bote lateral la ayuda alejándome del bloqueo.</p> <p>Si hay cambio, atacar el</p>	<p><b>BD LATERAL</b></p> <p>Cambio entre exterior e interior.</p> <p>Continuación muy rápida del interior al aro.</p> <p>Si el defensor del bloqueador, sale a ayudar, alargar con bote lateral la ayuda alejándome del bloqueo.</p> <p>. Si no cambian y saltan a 2x1, aparecer!!</p> <p>No ir al balón. Sólo abrir líneas de pase</p>	<p><b>BD CIEGO DIRECTO</b></p> <p>Flash largo que atacamos</p> <p>Continuación muy rápida del interior al aro.</p> <p>Si el defensor del bloqueador, sale a ayudar, alargar con bote lateral la ayuda alejándome del bloqueo.</p> <p>Si no cambian y saltan a 2x1, aparecer!!</p> <p>No ir al balón. Sólo abrir líneas de pase</p>

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

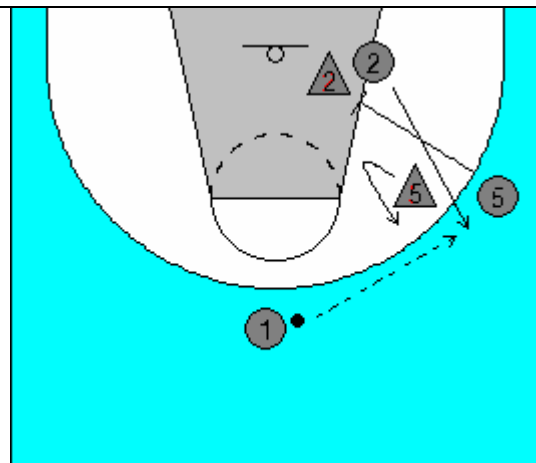
desajuste. Si no cambian y saltan a 2x1, aparecer!!

- No ir al balón. Sólo abrir líneas de pase.



2/ BLOQUEOS INDIRECTOS

BLOQUEO DIAGONAL A POSTE BAJO



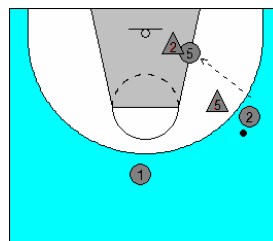
El poste tras bloquear, bloquea, sella y gira contra el exterior.

2 cambia de ritmo para conseguir ventaja.

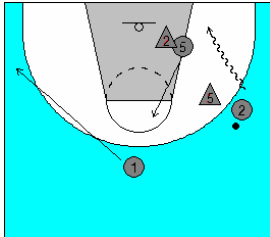
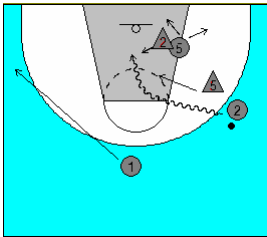
El defensor interior, tiene que salir a defender al exterior y cambiar.

OPCIONES:

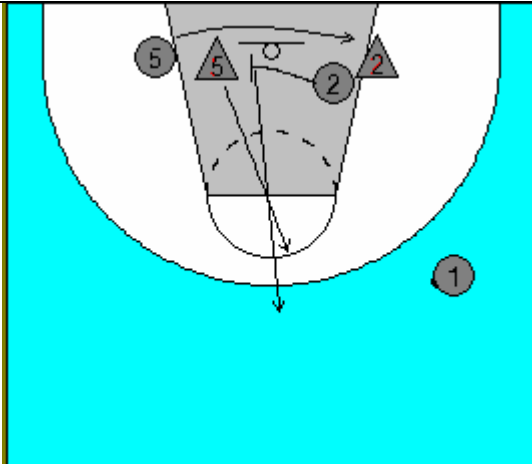
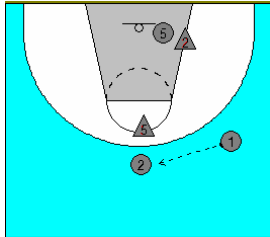
Triangular pase a Poste bajo y castigar el pequeño contra el grande.



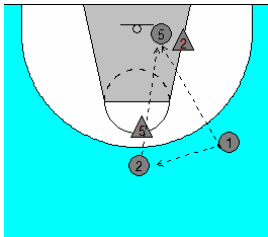
TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

	<p>Jugar 1x1 desde el exterior:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hacia fondo – Poste Clear up del jugador interior</li></ul>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Hacia centro – Clear out del jugador interior.</li></ul> 
--	---

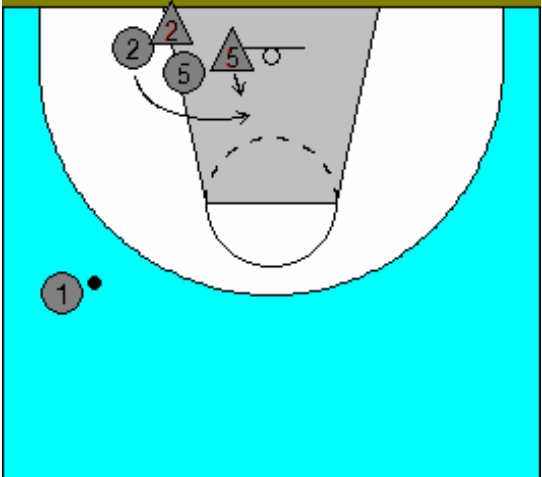
BLOQUEO HORIZONTAL ENTRE POSTES:

	<p>BLOQUEO HORIZONTAL EN POSTE BAJO entre interior y exterior. Los defensores cambian o hacen body check muy largo que obliga al cambio.</p> <p>OPCIONES:</p> <p>1x1 exterior y toma de decisiones:</p>  <ul style="list-style-type: none"><li>- Penetración</li></ul>
---	--

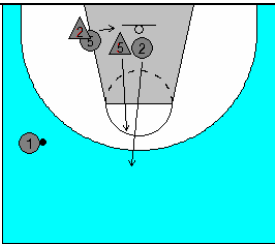
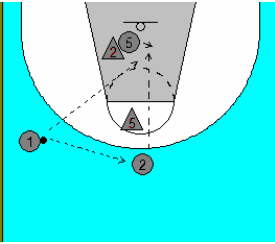
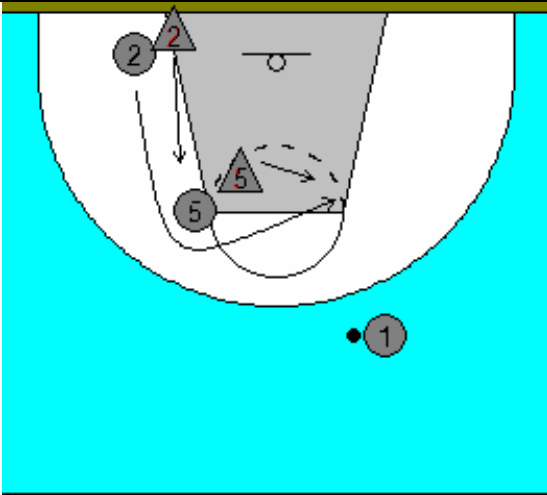
TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Tiro</li><li>- Parada y tiro.</li><li>- Divido y doblo.</li><li>- Triangulo pase a poste bajo.</li></ul> <p>1x1 POSTE BAJO (solucionar o extra pass):</p> 
--	--

3/ CURL

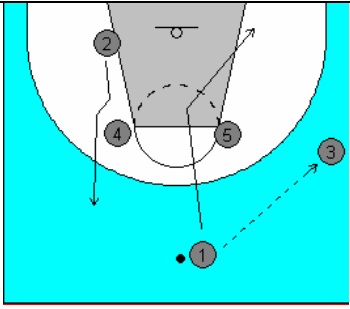
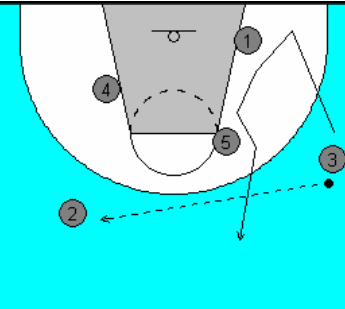
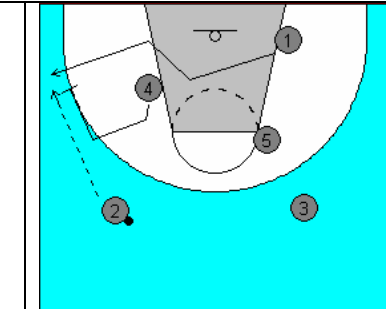
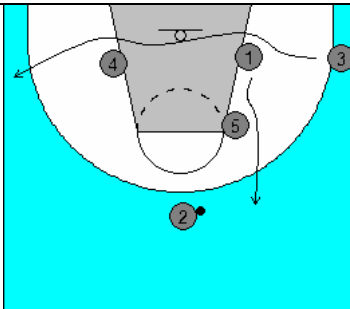
	<p>EN POSTE BAJO</p> <p>Cambio entre interior y exterior para proteger el aro.</p> <p>El defensor del exterior persigue y cambia al rizar el jugador.</p> <p>Si no recibo, continuar el corte para sacar al interior y opción de 1x1 desde fuera exterior con balón e interior defensor. Opciones a castigar:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 1x1 al aro.</li><li>- Tiro larga distancia.</li><li>- Parada y tiro.</li></ul>
---	--

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

	 <p>O 5 tras bloquear y el defensor exterior que se han desajustado. El poste ataca centro para triangular pase o pase directo.</p> 
	<p>EN POSTE ALTO</p> <p>Cambio entre interior y exterior para proteger el aro. (No es la opción normal)</p> <p>El defensor del exterior persigue y cambia al rizar el jugador.</p> <p>OPCIONES: Mismas que en el poste alto pero arrastro a mi defensor a posición de alero en vez de central o esquina.</p>

## SISTEMAS PARA TRABAJAR LA TÁCTICA INDIVIDUAL Y EJERCICIOS Y TRABAJO DE LOS SISTEMAS (descomponer en ruedas). Valor antiscout.

- CHOOSE

		
<p>1 pasa y corte de Ucla.</p> <p>Si nuestro base puede postear, ya tenemos la primera ventaja aclarando el espacio.</p>	<p>OPCIÓN 1.</p> <p>Alero 3 aprovecha bloqueos consecutivos verticales.</p>	<p>Base aprovecha el bloqueo horizontal.</p> <p>FINAL:</p> <p>Todos los movimientos acaban en aclarados y rebloques.</p>
		
<p>OPCIÓN 2:</p> <p>Si 3 utiliza los BI horizontales, el base utilizará el BI vertical.</p> <p>FINAL:</p> <p>Aclarado del poste más</p>		

TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES

cercano para posible penetración y rebloqueo final si no podemos jugar 1x1.		
---	--	--

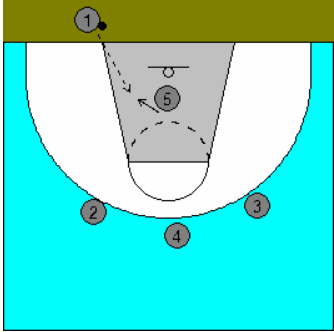
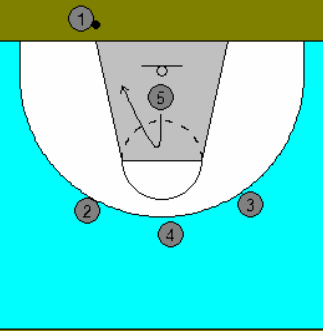
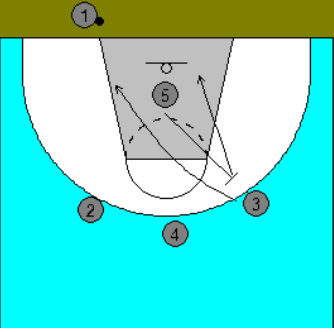
BLOQUEOS Y CONTINUACIONES. EJERCICIOS.

- MIDDLE
- DOWN (Sits bloqueos horizontales)
- LECTURA ROLL – POP: Pecho
- BI HORIZONTAL ENTRE POSTES: Opciones de lectura de defensa.

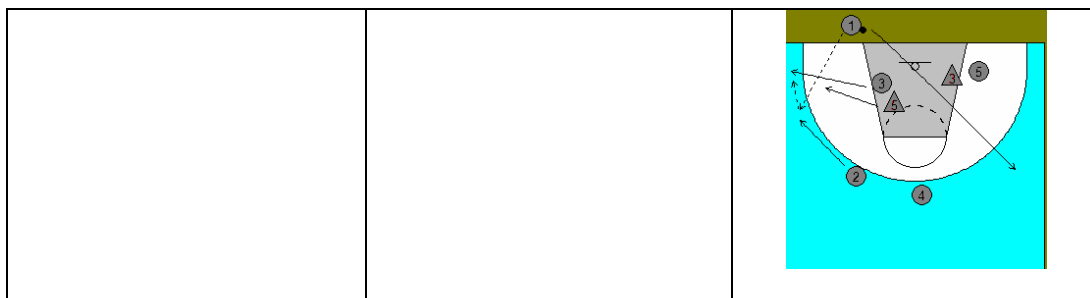
ATAQUE A ZONA: REAL MADRID (poste medio y línea de fondo)

SAQUE DE FONDO

- SELECCIÓN GADITANA

		
<p>5 aprovecha su envergadura y le cuelgan el balón.</p> <p>Puede ser cualquier jugador que tenga ventaja. No sólo 5.</p>	<p>El jugador que postea inicialmente, cambia de ritmo y a mitad de camino aprovecha la inercia de su defensor y gira hacia el balón.</p>	<p>5 elige a cualquiera de los jugadores exteriores y continúa el bloqueo.</p> <p>Si se produce un desajuste al cambiar, el exterior lleva a la esquina donde esté balón a su defensor y juega 1x1.</p>

### TÁCTICA INDIVIDUAL EN LA FORMACIÓN DE JUGADORES



SALIDA DE PRESIÓN Y TRANSICIÓN: Posición del poste

LA DEFENSA. ASPECTOS A CORREGIR DE LA TÁCTICA INDIVIDUAL.

DEFENSA DEL BD: Pasar de primero por debajo de línea de 3ptos

- La responsabilidad individual.
- Defensa según el que bota o posición de triángulo defensivo.

#### ***Táctica individual en defensa:***

*.- Máxima responsabilidad individual, aprender a **defender el 1c1**. Muro, no penetra.*

*.- **1c1 posición en función de las acciones de la atacante** (sin balón, acaba de recibir, está botando, ha agotado el bote...).*

*.- **Ser listos en defensa. Ver siempre el balón**, para saber lo que está pasando e imaginarte lo que va a pasar. Así el defensor con el tiempo aprenderá y será capaz de anticiparse.*

*.- Colocación en función de dónde esté el balón (colocación en el lado balón, colocación en el lado de ayuda...).*

*.-Ayuda y recuperación (incluso desde el lado balón). De esta forma evitamos la principal forma de anotación (penetraciones), aunque concedemos más el tiro exterior. Esto lo haremos hasta cadetes. A partir de cadete, mejor que las ayudas sólo vengan del lado débil. En el lado balón haremos finta de ayuda y recuperación.*

- *.- Colocación en el lado de ayuda (lado débil). Ayuda y recuperación. El campo es más grande y si estás en el lado de ayuda tienes que separarte mucho más de la tuya*

ZONAS: Match up (12??)

SCOUTING: VARIANTES (IF....)

Carlos Prieto Martín – Planificación táctica.

John Wooden – Mi filosofía del triunfo

Ettore Messina – Clinic Saporta