

DEFENSA INDIVIDUAL CON 2X1 (RIESGO Y DIVERSIÓN)

Deseo exponer con este artículo un concepto defensivo que, bien entrenado y realizado en situaciones especiales, puede ser un medio muy interesante para ganar partidos, y también para la formación de los más jóvenes.

Excepto en categoría benjamín, donde debemos afianzar la idea de “cada defensor con un atacante”, la realización de 2x1 en defensas individuales se puede emplear en todas las categorías.

Se corre el peligro de no profundizar en la defensa del 1x1, sobre todo en categorías de formación, por lo que nunca podemos permitir a nuestros jugadores/as olvidar la importancia de los conceptos defensivos del 1x1.

Estas situaciones defensivas también servirán para “esconder” las carencias defensivas de nuestro equipo, o de alguno de nuestros jugadores/as. Es decir, si no tenemos una gran capacidad defensiva colectiva, será interesante provocar errores al rival, o sacarlo de sus conceptos de ataque habituales. Así mismo, la realización de 2x1 defensivos y sus posteriores rotaciones, pueden ayudar a ese jugador/a que tiene problemas defensivos en acciones de 1x1.

¿Cuándo realizarlo?, ¿a quién realizarlo?, ..., dependerá de los objetivos que busque cada entrenador, y de la situación del partido. Hay equipos que emplean 2x1 defensivos durante todo el partido (universidades americanas especialmente), otros los emplean como defensas especiales, otros en momentos concretos del partido..., pero todos lo realizan conociendo sus riesgos, así como la satisfacción que provoca un robo de balón, o el provocar una pérdida de balón a los atacantes.

No explicaré la posición defensiva de los jugadores que realizan el 2x1 (movimientos de brazos, situación de los pies en el 2x1...) ya que hay diversidad de opiniones al respecto. No ahondaré si realizar el 2x1 antes de botar o después, si hacerlo sólo en posiciones cercanas a línea de banda o de fondo..., ya que estas cuestiones dependerán de las características de los jugadores/as de nuestros equipos, y en muchas ocasiones de los rivales. Es decir, la orientación del 2x1 defensivo, las ayudas defensivas más o menos largas, las rotaciones tras realizar el 2x1..., vendrán a veces condicionadas por las características de los equipos rivales.

Intentaré aportar varias posibilidades para la realización de un 2x1 en defensa, y serán las características de nuestros jugadores (y las del equipo rival), las que nos inviten a emplear unas u otras.

Objetivos de los jugadores/as que realizan el 2x1:

1. Queremos robar el balón. Es nuestro OBJETIVO PRIORITARIO.
2. El jugador con balón no debe progresar por el medio del 2x1. (Si es necesario realizaremos falta, pero no podemos consentir que los atacantes piensen que les será fácil progresar con bote)
3. Provocar una pérdida de balón.

Objetivos de los jugadores que se encuentran en situaciones de ayudas defensivas:

1. Deben tener claro la posición donde se realiza el 2x1, es decir, sus posiciones de ayuda dependerán de dónde y cómo se produzca éste.
2. El jugador al que defienden pasa a un segundo plano, y ahora importará más estar preparados/as para saltar a una ayuda y realizar las posteriores rotaciones.

Objetivos generales de la defensa individual con 2x1 defensivos en toda la cancha:

1. Robar el balón y atacar será nuestra meta principal.
2. Provocar pérdida al equipo rival por un mal pase.
3. Que los atacantes agoten los 8 segundos para pasar a pista delantera.
4. Retrasar el ataque contrario, y que lleguen al final de posesión de 24 segundos con su ataque desorganizado.

Objetivos generales de la defensa individual con 2x1 defensivos en media cancha:

1. Robar el balón y atacar en ventaja.
2. Provocar pérdidas al equipo rival por un mal pase.
3. Desorganizar el ataque estructurado de nuestro rival.
4. “Atacar” con dos defensores a sus jugadores “estrellas”, sobre todo en los minutos importantes del partido.
5. Sorprender en situaciones defensivas con pocos segundos de posesión (Saque de banda, saque de fondo, último ataque de un cuarto...)

Además de buscar unos determinados objetivos tácticos defensivos, no debemos olvidar que se conseguirán otros muchos:

- Los espectadores disfrutarán del juego defensa + contraataque.
- Con una defensa de 2x1, podremos esconder las carencias defensivas de nuestro equipo.
- También esconderemos a nuestros peores defensores en situaciones de 1x1.
- Con tantas opciones de realizar un 2x1 en defensa, conseguiremos la desconcentración de nuestros rivales.
- Así mismo, la ejecución del 2x1 defensivo en los entrenamientos, traerá una gran mejora en las capacidades técnico-tácticas de nuestros propios jugadores/as.

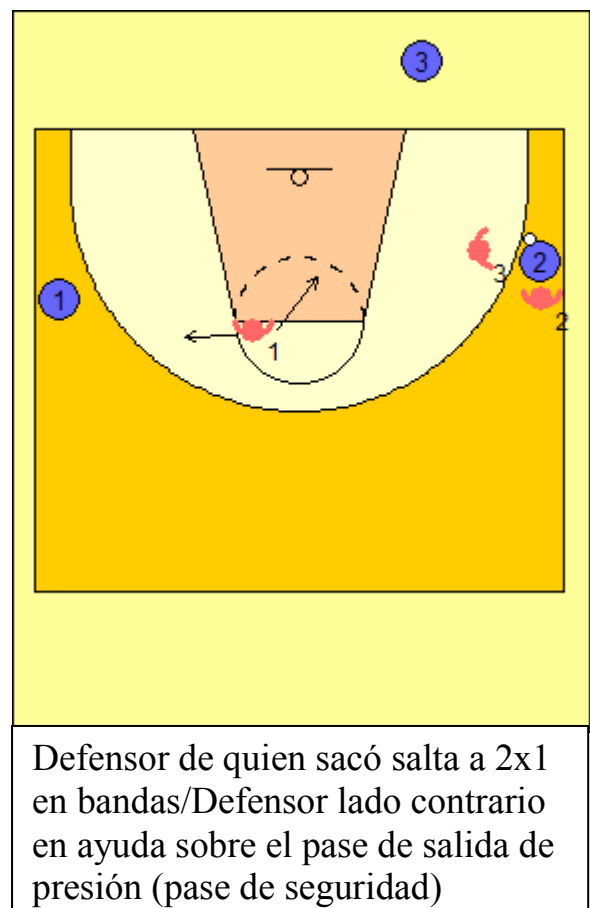
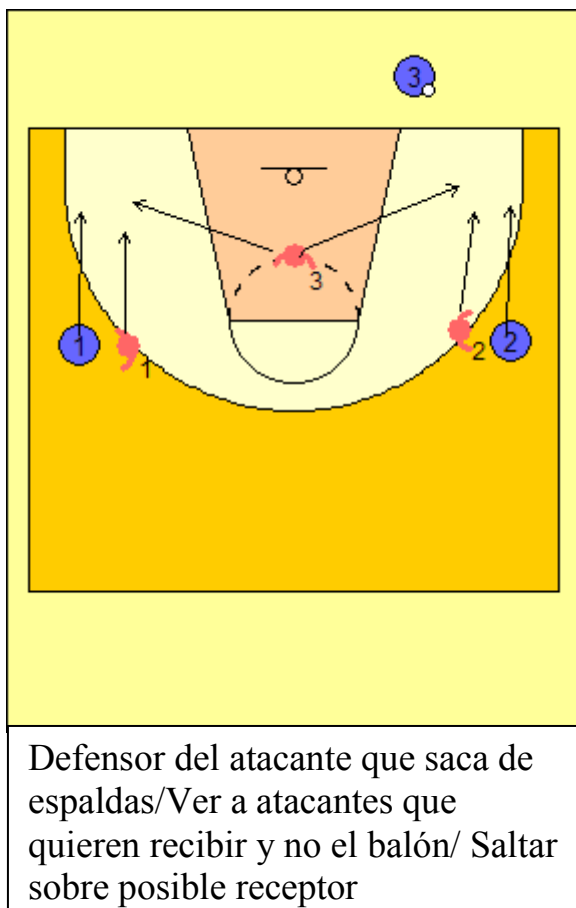
A continuación expondré varias opciones a la hora de realizar un 2x1 en defensa.

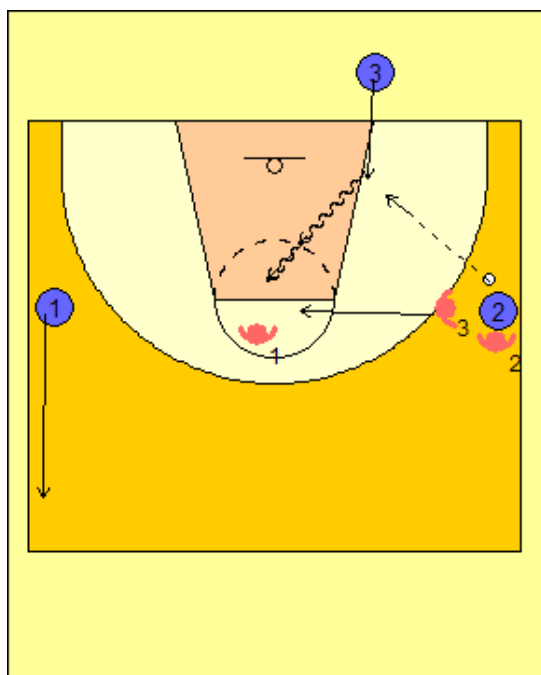
Podemos unir nuestra defensa con 2x1 en toda la cancha a la que realizamos en media pista, o podemos realizar los 2x1 defensivos en determinadas situaciones.

Expondré varias situaciones defensivas, alguna de ellas muy utilizadas habitualmente y otras un poco más novedosas, por lo que el abanico de posibilidades a la hora de construir una defensa de riesgo será bastante amplio.

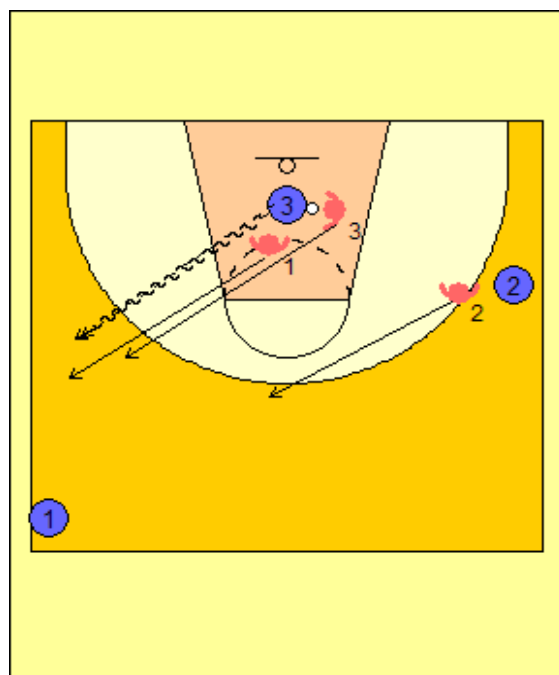
OPCIONES 2X1 DEFENSIVO EN TODA LA CANCHA

- Defensa agresiva de la línea de pase/ Arriesgar para impedir que saquen.
- Defensor del atacante que saca de fondo realizará ayudas constantes para que no puedan sacar, y posteriormente realizará el 2x1.
- Defender empleando las líneas laterales y de fondo (Convertir los 2x1 cercanos a dichas líneas en 3x1 defensivos).
- Será fundamental no ser rebasados con bote en el primer 2x1 defensivo en toda la cancha.
- Atacar su pase de seguridad, es decir, si consiguen poner el balón en juego, e intenta recibir el jugador que sacó de fondo, realizar otro 2x1 defensivo.
- Nuestro objetivo mínimo debe ser el retrasar el ataque, consiguiendo que consuman 5/6 segundos para pasar a pista delantera. Si conseguimos ese objetivo, no jugarán cómodos, ya que sus sistemas de ataques en media cancha serán más acelerados

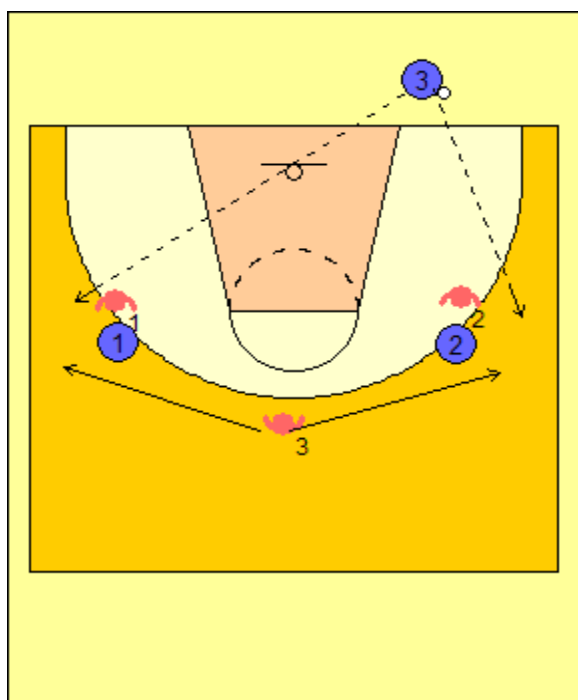




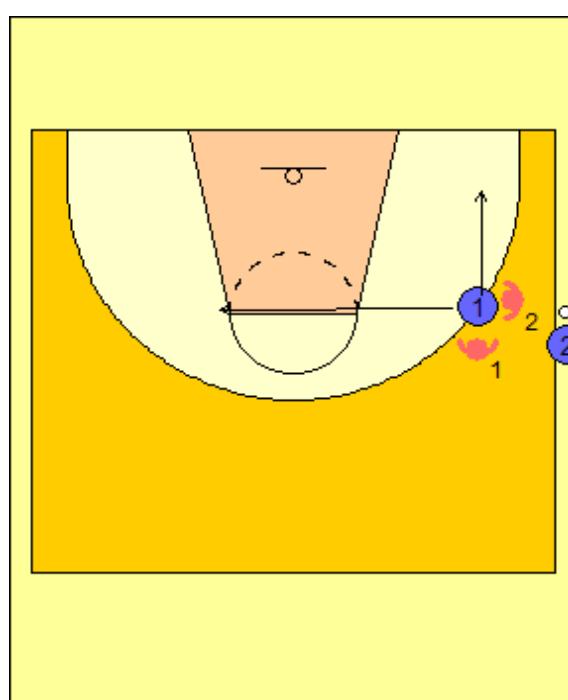
Si recibe el atacante que sacó de fondo, le saltamos a otro 2x1 dirigiéndolo hacia las bandas (acción fundamental para retrasar el ataque)



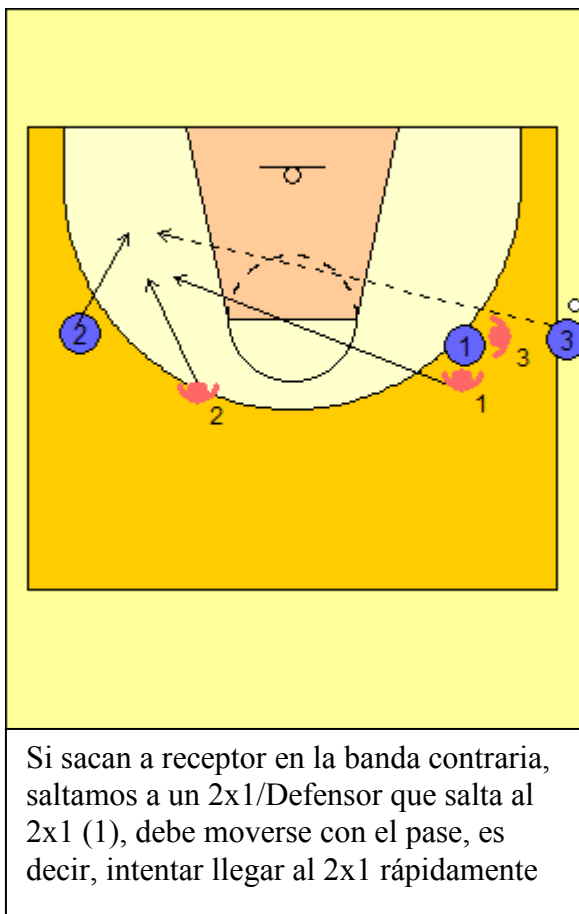
Dirigir a atacante que recibió el pase de seguridad hacia banda o línea de fondo/ Defensores de lado contrario deben rotar inmediatamente



Opción más arriesgada: Defensor de quien saca se coloca en 6,75 para saltar a 2x1/ Defensores de receptores sólo permiten el pase hacia media cancha

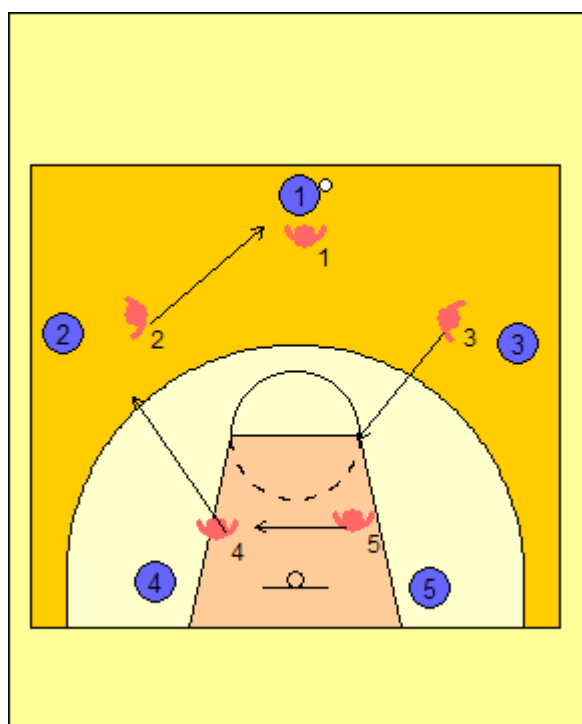


Si sacan de banda, defensor de quien saca realiza 2x1 en la recepción, e intentamos que pasen cerca de la línea de fondo o la línea de banda contraria

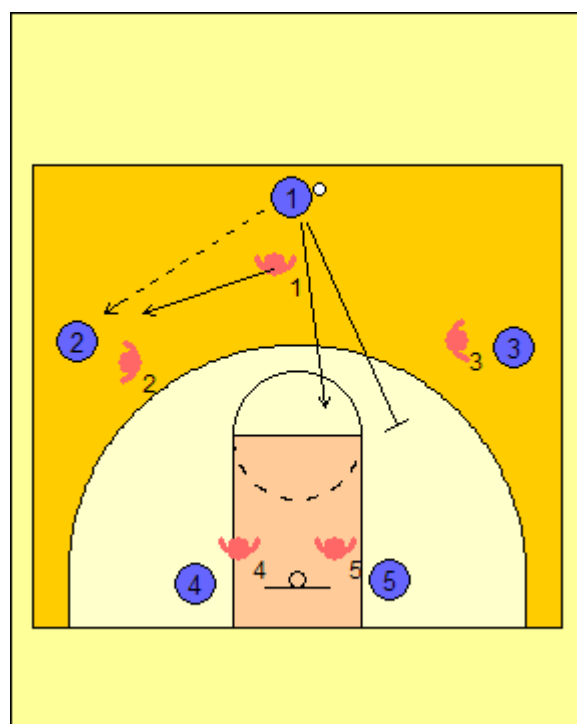


OPCIONES 2 X 1 DEFENSIVO EN MEDIA PISTA

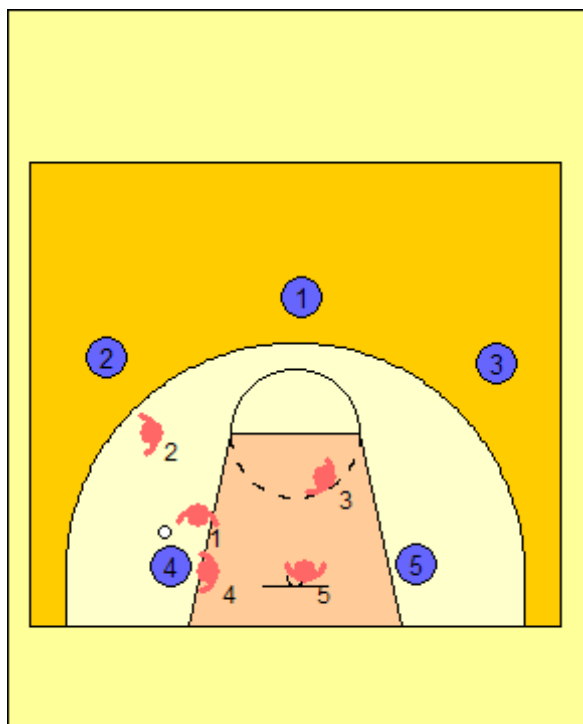
- No permitir que el atacante nos sobrepase por el medio del 2x1 defensivo
- Una vez que se realiza un 2x1 defensivo, quienes lo realizan no deben dejar de ser agresivos sobre el atacante con balón hasta que éste realice un pase.
- Los defensores que no realizan el 2x1 defensivo, se situarán en ayudas defensivas sobre la posición del balón.
- Rotaciones inmediatas.
- Se tendrán problemas con el rebote defensivo ya que, al tener que realizarse rotaciones defensivas, los defensores no estarán situados en sus posiciones habituales.
- Tras una buena defensa con varios 2x1 defensivos, puede ser interesante no permitir que nos anoten realizando una falta personal. (Tenemos que dejar claro a los atacantes que no anotarán con comodidad)



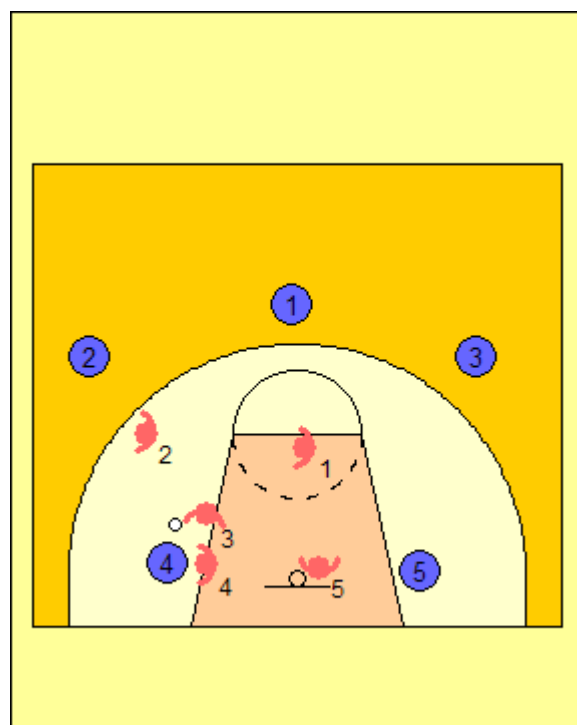
Saltar a realizar 2x1 defensivo sobre el base por sorpresa/ Interesante el realizarlo con equipos cuyos bases controlan mucho el tiempo de posesión



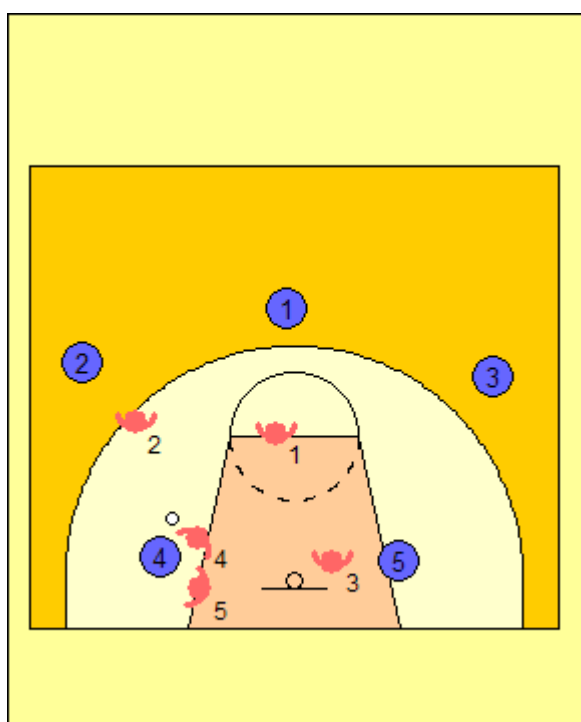
Defensor del base que corta o va a bloquear indirecto tras pasar al alero, salta por sorpresa a 2x1 defensivo sobre alero que recibió



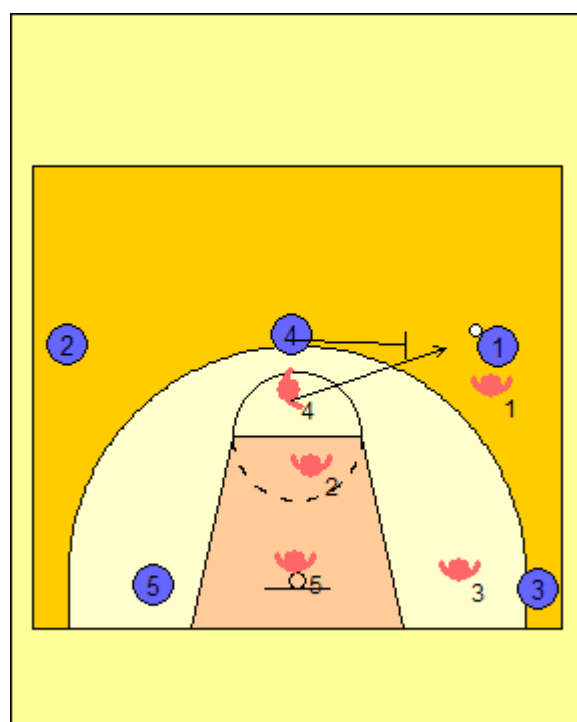
2x1 defensivo sobre jugador que recibe en poste bajo/ 2x1 lo realiza defensor de atacante en posición de base



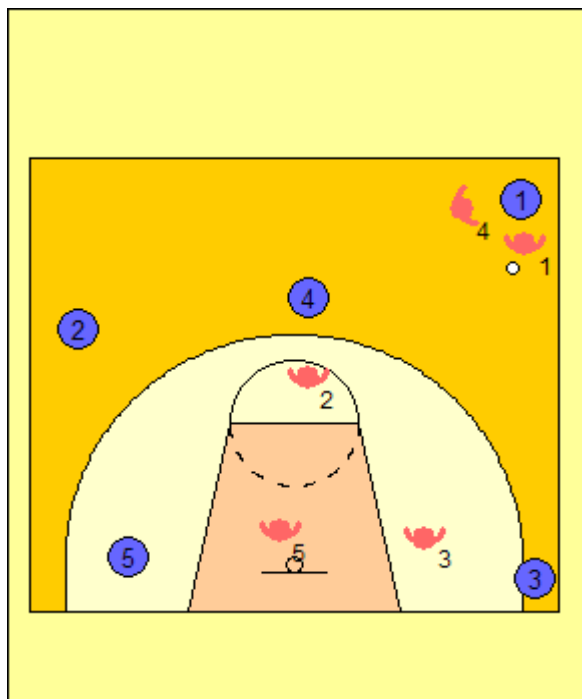
2x1 defensivo sobre jugador que recibe en poste bajo/ 2x1 lo realiza defensor de atacante en posición de alero en lado contrario al balón



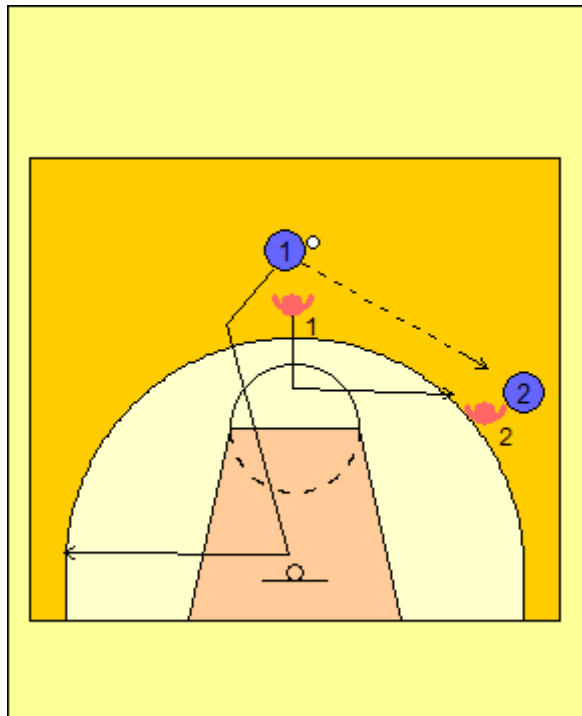
2x1 defensivo sobre jugador que recibe en poste bajo/ 2x1 lo realiza defensor de atacante en posición de poste bajo en lado contrario al balón



En bloqueos directos, saltamos al 2x1 incluso antes de que se realice el bloqueo/ Defensor del atacante con balón coloca sus piernas ofreciendo el centro

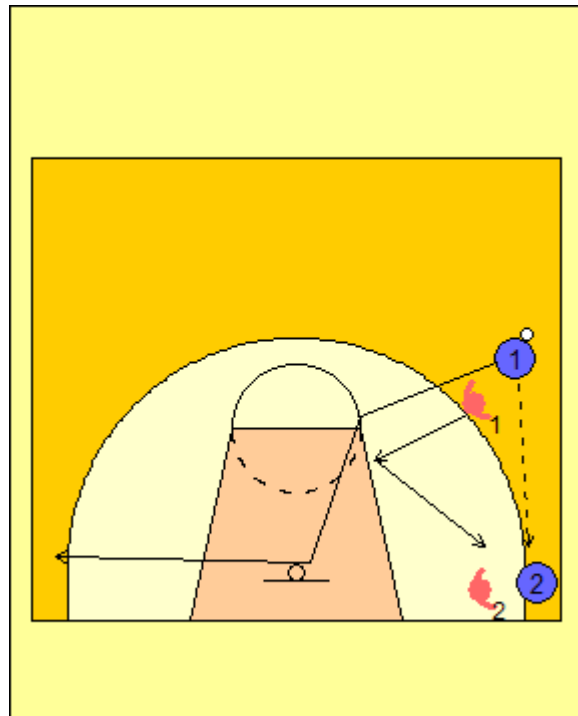


Intentamos llevar a jugador con balón en el bloqueo directo hacia el vértice de la línea de medio campo/ Defensor 2 en ayuda sobre atacante que realizó bloqueo



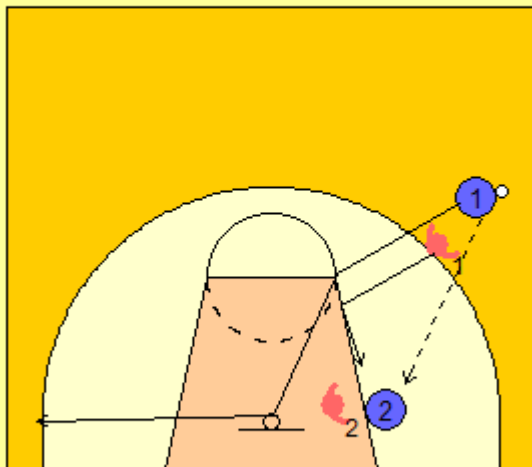
Interesante para minibasket e infantil

Quien defiende al cortador, salta a 2x1 defensivo sobre quien recibió el balón



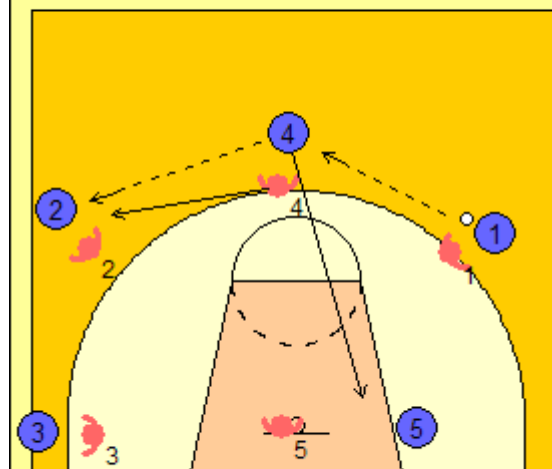
Interesante para minibasket e infantil

Quien defiende al cortador, salta a 2x1 defensivo sobre quien recibió el balón

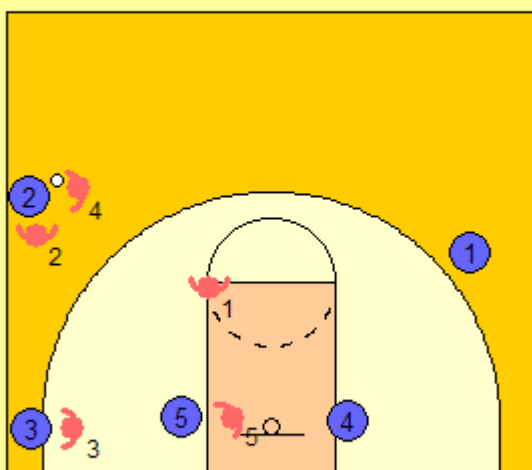


Interesante para minibasket e infantil

Quien defiende al cortador, salta a 2x1 defensivo sobre quien recibió el balón



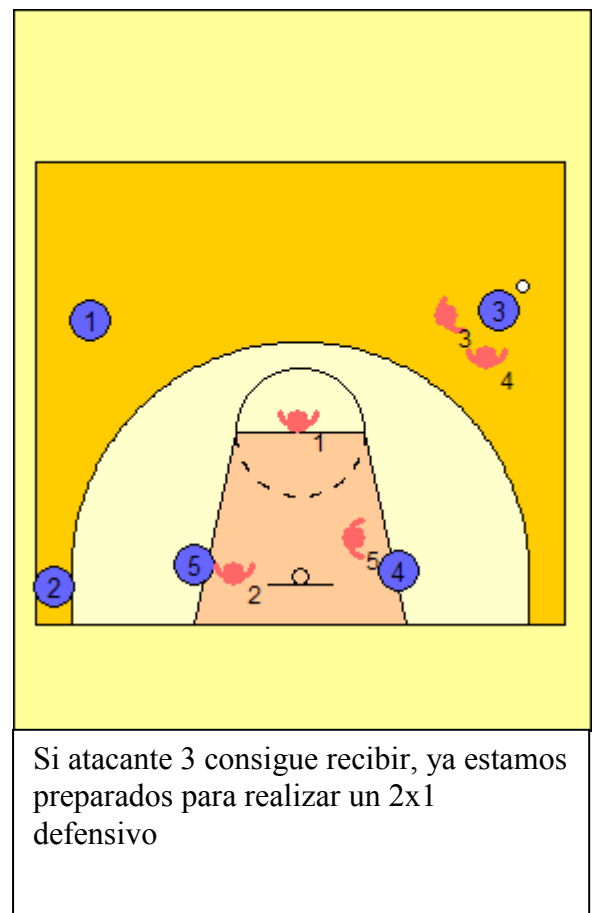
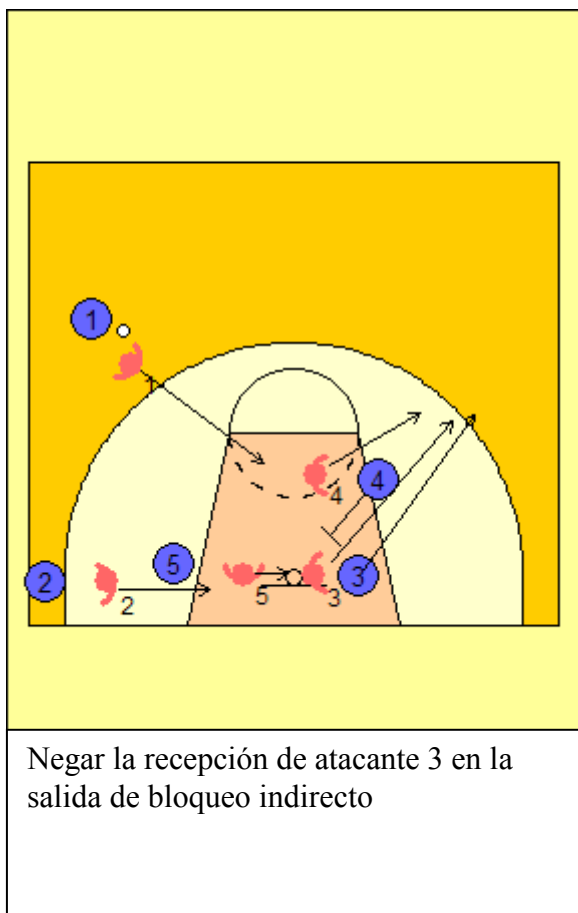
2x1 defensivo tras pase de inversión
Defensor del hombre alto que invierte el balón y corta o bloquea, realiza 2x1 sobre alero que recibió en lado contrario

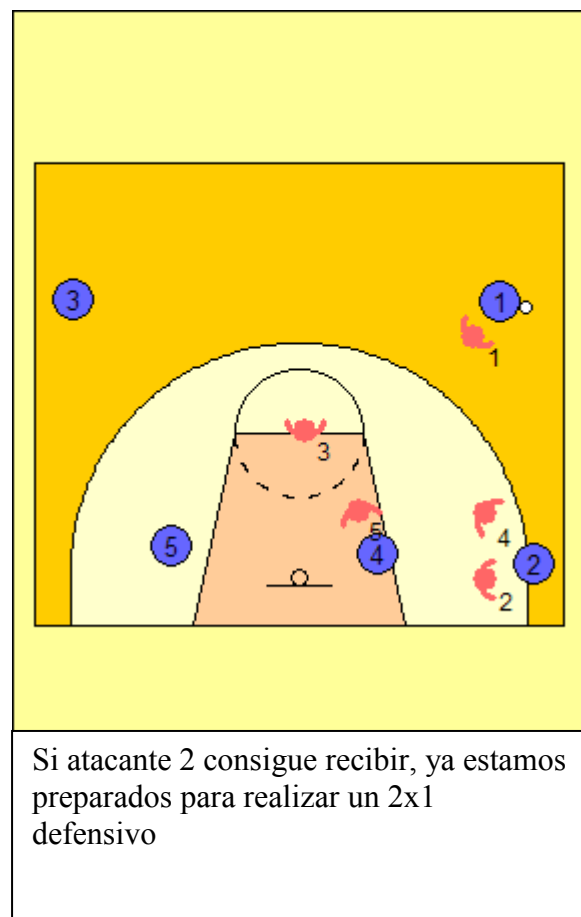
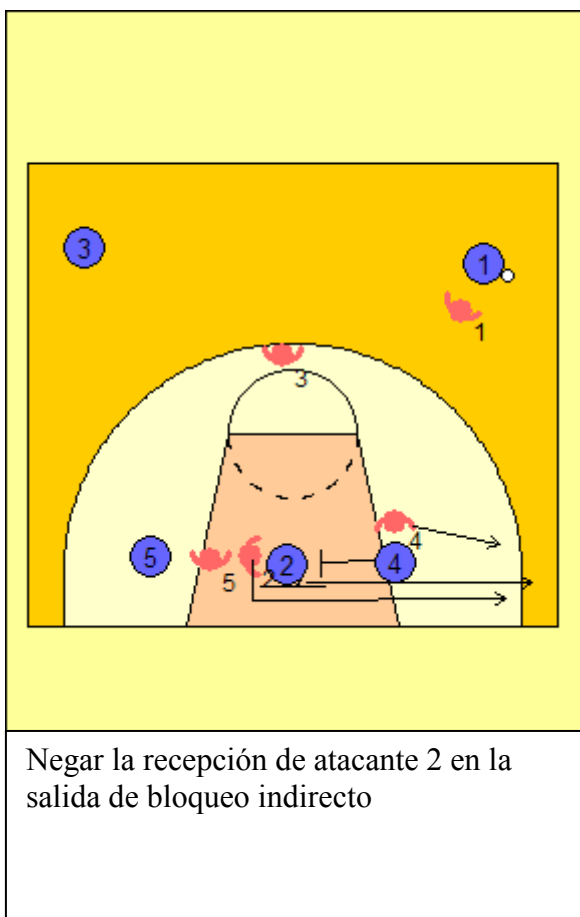


Defensor 1 se sitúa en ayuda para negar la recepción en poste alto, y así impedir una nueva inversión del balón hacia el lado contrario

NEGAR RECEPCIÓN A EXTERIORES “ESTRELLAS”

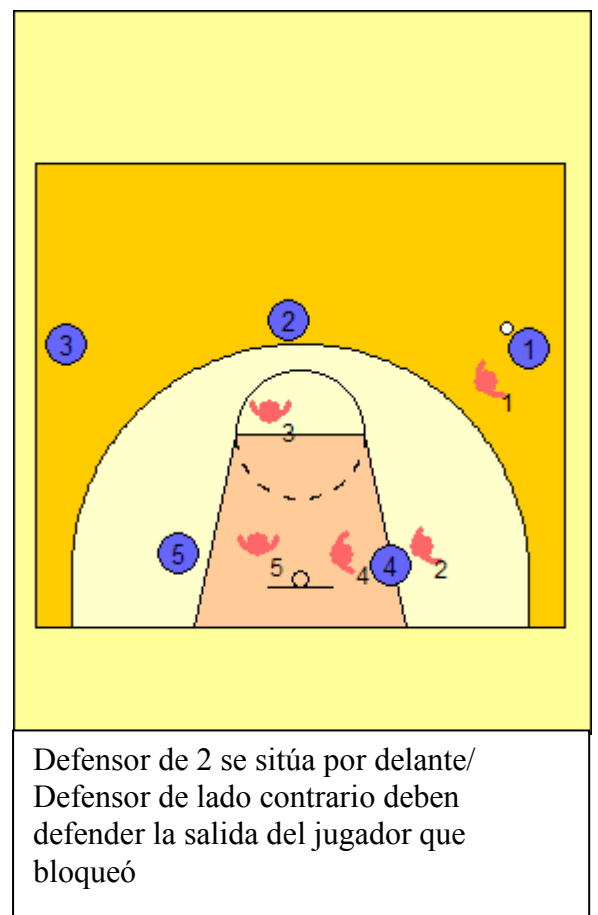
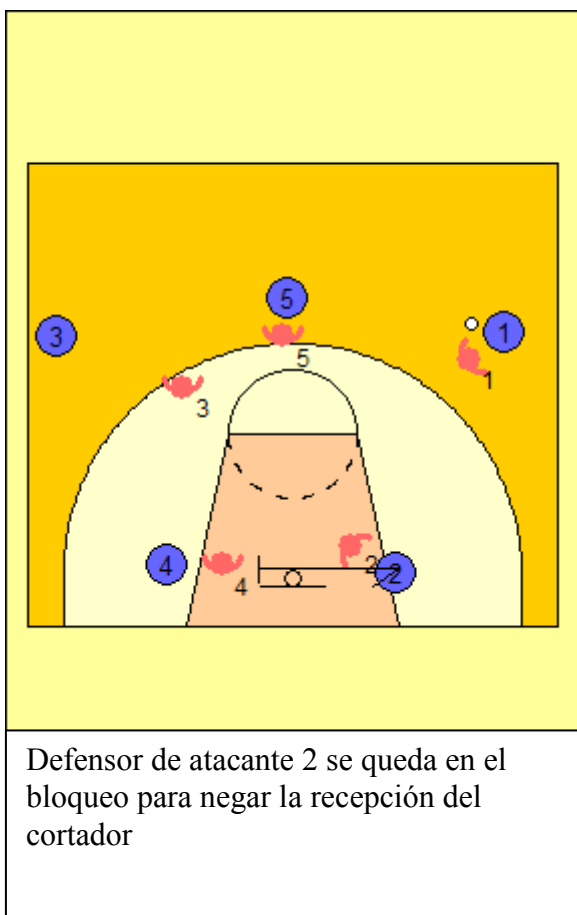
- En categorías donde los ataques se fundamentan en sistemas estructurados, y donde se realizan bloqueos para la recepción de sus atacantes “estrellas”, podemos lanzar 2x1 defensivos para negar la recepción, tanto en zonas exteriores como interiores.
- Habitualmente los defensores de los pivots que bloquean a defensores de jugadores exteriores realizan ayudas- flash defensivos para negar la recepción, pero creo que se puede arriesgar un poco más. Negaremos la recepción del cortador, ayudándonos de la defensa de la línea de pase de su defensor y con un salto en defensa agresivo del defensor del bloqueador realizando un 2x1.
- Son situaciones especiales para negar recepción de los atacantes importantes del otro equipo, sobre todo en finales de partido, donde ellos serán quienes se jueguen esas últimas posesiones.
- Si recibe el cortador, que sea lejos de la canasta y le lanzamos 2x1
- Queremos sacar al equipo rival de la dinámica ofensiva habitual, y que sean los atacantes menos anotadores quienes finalicen los ataques de su equipo.

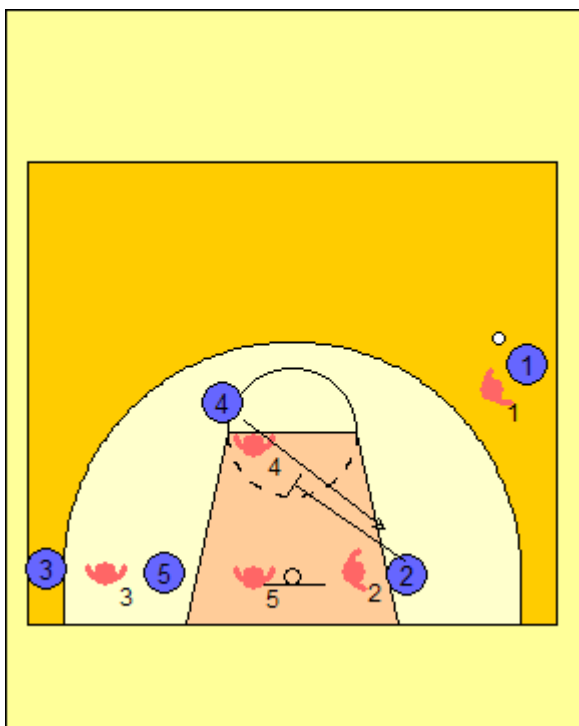




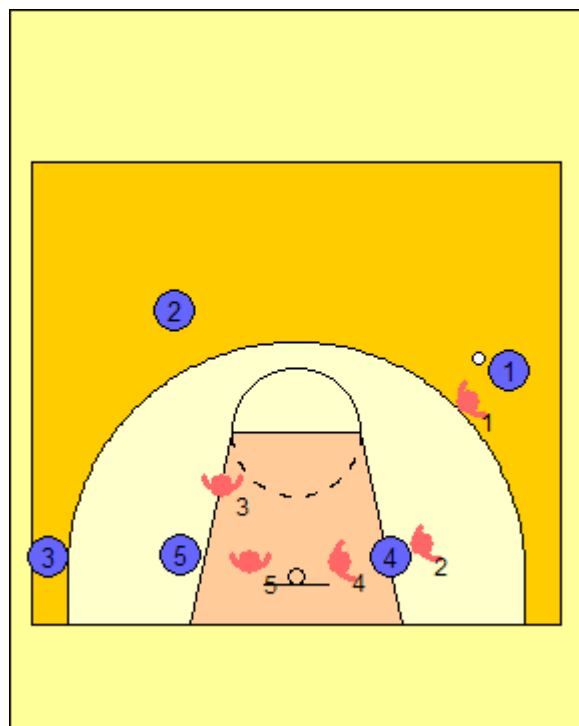
NEGAR RECEPCIÓN A INTERIORES “ESTRELLAS”

- Emplearemos el concepto de 2x1 defensivo, al igual que expliqué con los exteriores, para negar la recepción de los jugadores importantes en posiciones cercanas a la canasta.
- El defensor del exterior que bloquea, se “quedará” para negar la recepción de los cortadores en posiciones interiores.
- Queremos que el balón no llegue a las posiciones de los jugadores interiores.
- Defensor del bloqueador se situará por delante del cortador que desea recibir.
- Defensores en lado contrario al balón deben estar preparados para ayudar y realizar rotaciones.
- Habrá que estar muy atentos a la salida del exterior que realizó el bloqueo indirecto.





Defensor de atacante 2 se queda en el bloqueo para negar la recepción del cortador



Defensor de 2 se sitúa por delante/
Defensor de lado contrario deben defender la salida del jugador que bloqueó

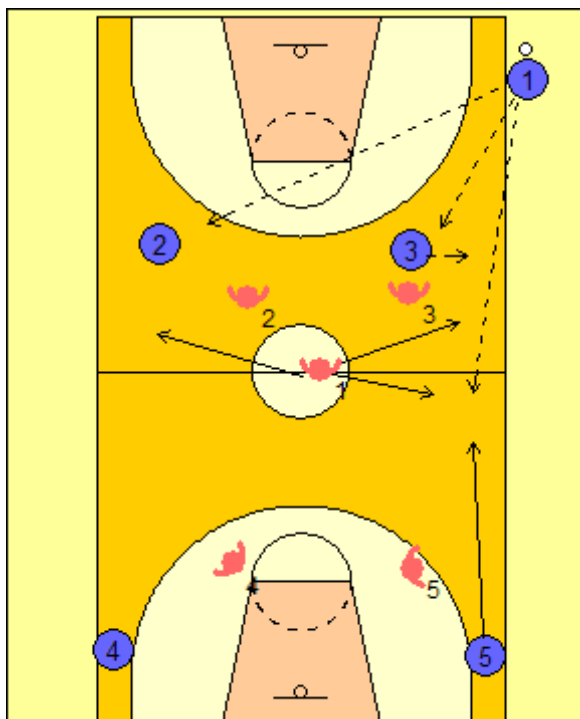
DEFENSA DE ATAQUES, CON 1/2 SEGUNDOS DE POSESIÓN, TRAS SAQUE DE BANDA O FONDO

(El atacante sólo podrá lanzar, o botar y lanzar)

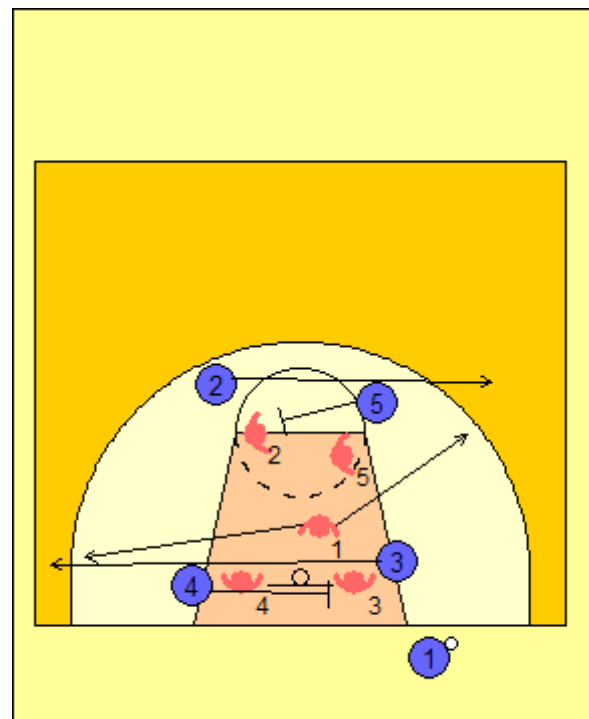
En los próximos diagramas expondré una situación defensiva que desarrollo cuando quedan 1/2 segundos de posesión.

Las normas básicas en estas situaciones serán:

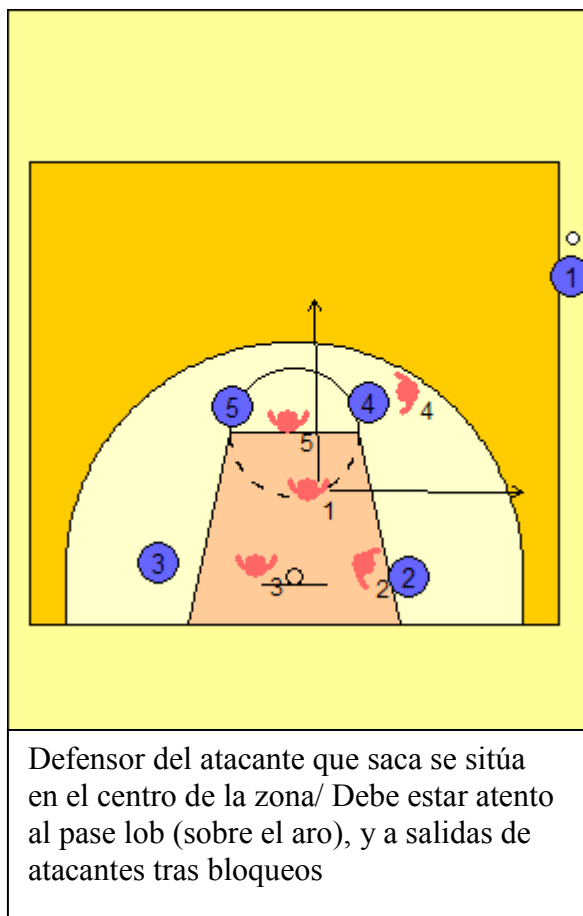
- Defensor del atacante que saca se sitúa en ayuda y preparado para realizar 2x1 al atacante que reciba. No olvidemos que, con el tiempo que resta para finalizar cuarto o posesión, el atacante que saca no tiene tiempo para sacar y recibir de nuevo.
- Cambios automáticos en los bloqueos.
- No realizar faltas estúpidas (No ir a robar, ya que sólo queda tiempo para realizar recepción y tiro, o recepción bote y tiro).
- Defensor del atacante que saca debe estar atento a las salidas de los cortadores, y saltar a 2x1 sobre el atacante que reciba el balón.
- Defensor del atacante que saca no necesita mirar el balón, y se preocupará de saltar al atacante que quede liberado tras los posibles bloqueos indirectos.



Defensor del atacante que saca se sitúa en el centro de la cancha para defender pases en esa zona del campo



Defensor del atacante que saca se sitúa en el centro de la zona/ Debe estar atento al pase lob (sobre el aro), y a salidas de atacantes tras bloqueos



Defensor del atacante que saca se sitúa en el centro de la zona/ Debe estar atento al pase lob (sobre el aro), y a salidas de atacantes tras bloqueos