



ENTRENADOR DE SEGUNDO NIVEL EN BALONCESTO

Sistemas de Juego: Ataque

AREA DE ENTRENAMIENTO

**SISTEMAS DE JUEGO: ATAQUE**

Javier Sampedro Molinuevo



## INTRODUCCIÓN

a) DEFINICIÓN

b) REPRESENTACIÓN DE LOS SISTEMAS DE JUEGO.

## 2. ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA FORMACIÓN DE UN SISTEMA

### 2.1. Factores de referencia

2.1.1. Elegir los sistemas en función de los jugadores de que se dispone.

2.1.2. Distribución eficaz de los espacios de acción:

a) Homogénea.

b) Heterogénea.

c) Mixta.

2.1.3. Continuidad.

2.1.4. Coordinación en el tiempo (*timing*).

2.1.5. Esquema base.

2.1.6. Margen de error.

2.1.7. Posiciones específicas y cambio de roles.

2.1.8. Menú de sistemas.

2.1.9. Equilibrio de opciones.

2.1.10. Misiones dentro del sistema.

2.1.11. Aprovechamiento de las opciones y variantes.

2.1.12. Validez del sistema.

### 2.2. Factores que caracterizan a los Sistemas de juego.

### 2.3. Metodología o enseñanza de los sistemas.

2.3.1. Presentación del sistema de forma global, completa y por encima.



2.3.2. Explicación en la cancha sin oposición y realizándolo despacio.

2.3.3. Descomposición en ruedas.

2.3.4. Entrenamiento por partes.

2.3.5. Juego 5x5 controlado.

2.3.6. Juego 5x5 relacionado con situaciones reales.

## **2.4. Elección del sistema idóneo.**

2.4.1. Organización del espacio.

2.4.2. Características de los jugadores.

2.4.3. Movimiento de balón y jugadores.

2.4.4. Obtención de tiros con alto porcentaje.

2.4.5. Rebote ofensivo y segundo tiro.

2.4.6. Balance defensivo.

## **3. TIPOS DE SISTEMAS DE ATAQUE**

### **3.1. Sistemas de ataque libre**

3.1.1. Ventajas:

3.1.2. Desventajas:

### **3.2. Sistemas de ataque semilibre o por conceptos:**

3.2.1. Ventajas:

3.2.2. Desventajas:

### **3.3. Sistema de ataque sistematizado:**

3.3.1. Ventajas:

3.3.2. Desventajas:



## **4. SISTEMAS DE ATAQUE CONTRA DIFERENTES FORMACIONES DEFENSIVAS.**

### **4.1. ATAQUE CONTRA DEFENSAS INDIVIDUALES.**

4.1.1. Fundamentos específicos que se aplican en el sistema.

4.1.2. Características de la defensa.

4.1.3. Ataque Libre o modelo autónomo.

- a) Cinco jugadores por fuera o perímetro.
- b) Cuatro jugadores abiertos por el perímetro y un jugador interior. Movimiento continuo.
- c) Tres jugadores en el perímetro y dos por dentro. Juego continuo.
- d) Ataque por Conceptos o modelo mixto.

4.1.4. Ataque Estructurado o modelo previsto.

### **4.2. ATAQUE CONTRA DEFENSAS DE ZONAS**

4.2.1. Características de la defensa:

4.2.2. Principios del ataque a la zona y aplicaciones de fundamentos técnico-tácticos.

4.2.3. Contrataque y ataques ante defensas pares e impares.

## **5. EL CONTRATAQUE**

### **5.1. Marco Teórico. Evolución.**

### **5.2. Objetivos y Principios.**

5.2.1. Objetivos.

5.2.2. Principios.

### **5.3. Análisis de las Fases del Contrataque.**

5.3.1. Fase de salida o apertura.



5.3.2. Fase de subir el balón.

5.3.3. Fase final.

## **5.4. Tipos de Contrataque**

5.4.1. Contrataque Clásico (sobre bote).

5.4.2. Contrataque Universal (sobre pase).

## **5.5. Situaciones del juego para utilizar el contrataque.**

## **5.6. Metodología de Enseñanza.**

5.6.1. Proceso.

5.6.2. Realización en función de la regulación del tono de la defensa.

5.6.3. Ejemplos según la defensa u oposición:

5.6.4. ¿Cuándo realizar el contrataque en la sesión de entrenamiento?

5.6.5. Adecuación de las escalas de dificultad y nivel de aprendizaje.

## **5.7. CUESTIONES A RESOLVER.**

# **6. BIBLIOGRAFÍA**

## **SUGERENCIA DE LECTURAS**

Clinic. Rev. AEEB. nº. 6,8,10,17,19,21,22,24,25,26,31,32.

Sainz de Aja.C. Revista de la Asociación Vasca de Entrenadores de Baloncesto. 1ª Jornadas de Baloncesto de Base. Maristas de Bilbao.

Sainz y Peyró. El contrataque. Maestría 2. J.E. Inef.

Sampedro.J. El contrataque como sistema ofensivo de juego. Memoria de Lic. Inef.

Smith.D. Baloncesto. Ataques y Defensas múltiples.79-86.p.

Tarkanian and Warren. Winning Basketball. 56-72. p.



Wilkes.G. Fundamentals of coachingBasketball. 191-200.p.

Wooden.J. Modern Basketball. 67-153. p.

En el catálogo de la biblioteca J.A.Samaranch de la Fundación P. Ferrándiz de Madrid se puede encontrar numerosa bibliografía de jugadores y entrenadores legendarios vinculados al contrataque.



## INTRODUCCIÓN

### a) DEFINICIÓN

Diferentes autores postulan que, para alcanzar el éxito en el baloncesto, es imprescindible un estilo propio de juego, basado en la experiencia y en los logros alcanzados.

La creación del estilo de juego, significa la estructuración del sistema de preparación o la transmisión por parte del entrenador de su forma de interpretar el juego, desde las edades más tempranas hasta la madurez deportiva.

Tomando una definición clásica, los **sistemas de juego** se pueden interpretar como: la organización de las acciones, tanto comunes como específicas, estando los jugadores distribuidos en el terreno de juego según cierto patrón. Los sistemas tienen como fin la organización racional del ataque y la defensa, así como el paso de uno a otro en ambos sentidos.

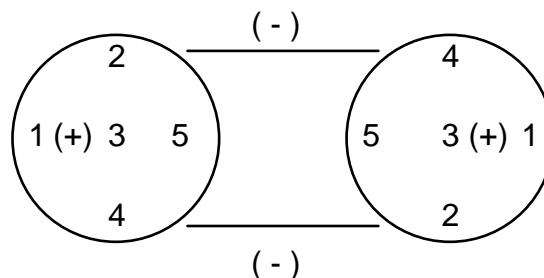
Los Sistemas de Juego tienen la doble faceta de Ataque y Defensa, en virtud, no sólo de la posesión del balón, sino de otras condiciones, como es la intencionalidad, cumplir los principios del ataque, la necesidad u obligatoriedad de cumplir la estrategia general en un momento de un partido, según el marcador, etc. Son, por lo tanto, situaciones cambiantes temporalmente, que responden a los intereses estratégicos de ambos equipos.

Los sistemas de juego, se enmarcan dentro de la estrategia general colectiva, considerando a éstos como las acciones individuales, debidamente coordinadas, que se desarrollan a través de procedimientos específicos para obtener situaciones de ventaja en el juego.

Los sistemas son la aplicación práctica en la cancha del sentido estratégico, desde una consideración "global" que queremos dar al juego.

### b) REPRESENTACIÓN DE LOS SISTEMAS DE JUEGO.

Podemos representar al jugador como una *fuerza*, que en sus múltiples interacciones en el juego, concretiza una *línea de fuerza*. La unión de los jugadores representa el *equipo* y éste a su vez un *sistema de fuerzas* cuya estructura geométrica se configura y cambia según la orientación espacial.



Relación positiva y negativa entre dos equipos de baloncesto

Corresponderá al análisis operativo del sistema hacer aparecer de manera precisa las relaciones de interdependencia, *cooperación y/o de oposición*, que ligan a todos los elementos entre sí.



Las relaciones de comunicación y contracomunicación motrices, "S" (Solidaridad) y "R" (Rivalidad), tienen en cuenta necesariamente a los jugadores que participan en el intercambio: emisor y receptor. La realización de un pase, requiere la acción tanto del receptor como del pasador (a menudo es incluso el desmarque del receptor el que asegura el éxito de la acción). De un modo general, las relaciones R y S serán, pues, consideradas como relaciones *simétricas*.

## 1. ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA FORMACIÓN DE UN SISTEMA

La confección de los sistemas no es cosa fácil, es por tanto una de las decisiones que debe de asumir el entrenador más definitiva y compleja. Estos referentes que vamos a desarrollar pueden en cierta medida ayudarnos. No obstante cada equipo tiene sus propias características, configurada a su vez por la de cada jugador que lo hacen diferente a cualquier otro.

### 1.1. Factores de referencia

#### 1.1.1. Elegir los sistemas en función de los jugadores de que se dispone.

Es la opción más posible, ya que la inversa, no es generalmente factible debido a la dificultad de todo tipo a la hora de reclutar o fichar jugadores.

Con el tiempo, el entrenador va dando el estilo de juego que cree más conveniente. La evaluación previa de la validez de los jugadores nos pondrá en antecedentes para programar los sistemas idóneos que posteriormente aplicaremos.

El máximo de partido o rendimiento de los jugadores, puede estar en el desarrollo de este punto. En las primeras edades, es prioritario la participación de todos los jugadores en el juego tanto de ataque como de defensa y buscamos el principio de la no especialización propiciando situaciones de juego que manifieste la creatividad de los jóvenes. Este concepto con el tiempo va modificándose y las posibilidades de cada jugador van en consonancia sus capacidades reales. Pensamos que el mejor sistema es aquel que genere el mayor desarrollo de tus jugadores, creando las condiciones idóneas para ello.

La mayor o menor complejidad de los sistemas también vendrá dada por el tiempo de preparación del cual disponemos y nivel de nuestros jugadores.

#### 1.1.2. Distribución eficaz de los espacios de acción:

El espacio en el que nos movemos en la fase de ataque es restringido y que las acciones defensivas del oponente están encaminadas a disminuir aún más el espacio de acción de los atacantes. En consecuencia cuanto más amplio sea el espacio a disposición individual de cada atacante, más fáciles y eficaces serán sus acciones y sus movimientos; y tanto mayor será la dificultad en que se encuentre la defensa.

Con esta dispersión de los jugadores buscamos dos objetivos:

- Favorecer las propias acciones, con especial atención al jugador que posee el balón



- Dificultar las acciones de los oponentes.

La distribución del espacio puede tener distintas formas, dependiendo principalmente del momento preciso de juego:

b) Homogénea.

Repartir a los jugadores de forma proporcional, generalmente relacionada con las disposiciones iniciales constituyentes del punto de partida (máximos espacios de acción individual, máximas relaciones directas y cercanas con el resto de jugadores) Como ejemplos, podemos diseñar sistemas con esta disposición espacial: 1-2-2, 2-1-2-, 1-3-1

c) Heterogénea.

Este tipo difiere del anterior porque algunos jugadores ocupan posiciones que no mantienen la proporción (dispersiones máximas para determinados jugadores, buscar agrupaciones parciales como dobles bloqueos para sacar provecho al descomponer esas agrupaciones)

d) Mixta.

Hace referencia a la alternancia de los espacios a lo largo del desarrollo y evolución del sistema

#### 1.1.3. Continuidad.

Concepto referido a que el juego debe de ser realizado con cierta fluidez, sin demasiadas paradas, y que, en la medida de lo posible, esta continuidad no se interrumpa hasta conseguir una finalización ventajosa y con altos porcentajes de acierto.

Los modos tácticos (sistemas) no siempre son tan ricos en opciones y posibilidades, debiendo estar presididos por una disciplina y un orden táctico, factores estos que ayudan a la no interrupción del sistema.

En la medida de lo posible, el sistema debe de llegar hasta el final, interpretando en su recorrido o circulación las diferentes opciones, y, si fuera necesario, empezar de nuevo.

En los ataques posicionales, de mayor dificultad, este concepto de continuidad se vuelve más relevante aún si cabe, debido al juego en tan reducido espacio y el riesgo de la contra adversaria.

#### 1.1.4. Coordinación en el tiempo (*timing*).

Definido como la totalidad de los movimientos de los jugadores que deben de realizarse coordinadamente en el espacio y el tiempo, es decir, que mientras unos jugadores se mueven con un propósito más o menos determinado, otros al mismo tiempo están realizando otros movimientos de forma simultánea. En definitiva, es establecer el tráfico motriz, con un orden de intervención, como si pusiésemos semáforos al propio juego. También la disciplina táctica, colabora para que el juego tenga un buen timing.



Pongamos el ejemplo de que en una mitad del campo ofensivo están jugando un 2 x 2 con balón y en el otro lado del campo se está realizando un juego sin balón de un bloqueo indirecto. Estos movimientos simultáneos deben de realizarse con una coordinación en el espacio y el tiempo bien definida.

#### 1.1.5. Esquema base.

Todo buen sistema debe de poseer un esqueleto que nos ayuda en caso de pérdida dentro del sistema. Sobre esta estructura podemos realizar las variantes y adaptaciones que fueran necesarias, según el adversario al cual nos enfrentamos. Esto nos permite encontrar soluciones a situaciones a los jugadores cuando en la cancha no saben qué hacer.

#### 1.1.6. Margen de error.

Los sistemas no salen al primer intento de realización. Hemos de dar un margen de tolerancia y confianza. A veces, en vez de cambiar el sistema podemos remediarlo, cambiando algún jugador o insistiendo en algún mínimo detalle. La experiencia del entrenador y jugadores, así como el propio conocimiento, nos dará la solución que no siempre es fácil. El entrenador que es conocedor de su propio sistema debe de marcar el índice de error y tolerancia.

#### 1.1.7. Posiciones específicas y cambio de roles.

Todos los sistemas se valoran, entre otros aspectos, en función de la maniobrabilidad táctica o universalización de sus posiciones. Que duda cabe que un sistema es más rico cuanto más posibilidades ofrece a los jugadores. Se entiende que lo que define a los roles no son los jugadores, sino las funciones o su motricidad.

En las edades tempranas de aprendizaje, el cambio de roles debe de ser un principio siempre presente, y en el futuro ya vendrá la especialización. Hay propuestas alternativas, considerando que aún habiendo puestos específicos, los jugadores van pasando por todos ellos, de tal forma que todos juegan en todas las posiciones.

#### 1.1.8. Menú de sistemas.

Tanto en ataque como en defensa, el número de sistemas nos posibilitará la maniobrabilidad estratégica. Al empezar la pretemporada se fijan un mínimo de ellos para utilizar durante la temporada. Una vez empezada esta, no es tan fácil cambiar, ya que supone un trabajo extra y a largo plazo que no siempre se puede realizar.

Los sistemas nuevos, por muy simples y fáciles que sean, requieren un tiempo amplio de adaptación, de ahí la importancia a la hora de elegir y programar. El tipo de competición, el nivel de los participantes y el tiempo que poseemos para entrenar son factores determinantes para su selección.

#### 1.1.9. Equilibrio de opciones.

Todo buen sistema, debe de ser equilibrado en cuanto a posibilidades de todos los jugadores, en mayor o menor medida. En edad adulta esta consideración por la especialización de los jugadores y objetivos del equipo no se suele guardar dicho equilibrio.



#### 1.1.10. Misiones dentro del sistema.

Cada jugador, en cualquier situación espacial y temporal del sistema, debe de tener bien claro las responsabilidades de actuación, ya sean individuales o colectivas. En todo momento debe de saber cómo actuar o que función cumplir al cambiar de ataque a defensa o viceversa.

Es bueno que todos los jugadores, pasen por los diferentes puestos específicos y roles, para que tomen conciencia global de todos los movimientos de los sistemas.

#### 1.1.11. Aprovechamiento de las opciones y variantes.

Independientemente de la riqueza de posibilidades del sistema en sí, el jugador debe de estar "leyendo" la defensa y viceversa, de tal forma, que pueda aprovechar todas las opciones que le ofrezca el juego adversario, ya sean debidas a colocación, situación o actitud.

Los sistemas de juego, ya sean simétricos o pares en su situación de partida responden a una ejecución temporal indeterminada en su realización final, debido a que a priori no sabemos el tiempo a emplear, ya que también depende de la intervención de la oposición.

#### 1.1.12. Validez del sistema.

La validez y eficacia (consecución de objetivos) el sistema debe de ser asumida en primer lugar por el entrenador, y su convencimiento debe de ser transmitido a los jugadores con entusiasmo, haciéndoles ver y demostrándoles teórica y prácticamente su eficiencia (eficacia de forma económica).

A niveles de alta competencia, la transmisión de conocimiento por parte del entrenador (venta del producto), puede ser decisiva en la validez del sistema, ya que la implantación de los sistemas, sobre todo los novedosos, no se consiguen de forma inmediata, debiéndose de guardar un lógico margen de confianza. Recordar que algunos jugadores son algo maniáticos en este aspecto y habrá que convencerles y buscar entre el entrenador y los jugadores la validez del sistema de juego.

Es por tanto misión del entrenador valorar adecuadamente a sus jugadores, en todos los aspectos, para ofrecerles las condiciones idóneas para desarrollar tanto individual como colectivamente su mejor juego.

### **1.2. Factores que caracterizan a los Sistemas de juego.**

Estos factores vendrán dados por la propia filosofía del entrenador y características de los jugadores propios. No obstante la oposición del adversario intentará desbaratar nuestros propios planes.

- El ritmo de juego, o factor temporal justificado por factores como: condición física, estrategia del "tempo de juego", posibilidades del número de cambios de jugadores posibles. etc.
- El estilo o forma de interpretar el juego, utilizando más o menos recursos técnicos y tácticos.
- La mayor o menor adaptación al adversario.
- El número de jugadores que intervienen al realizar el ataque y la defensa (elaboración colectiva).



- La mayor o menor singularidad, innovación, novedad u originalidad en las acciones de juego.

### **1.3. Metodología o enseñanza de los sistemas.**

La metodología nos permite enseñar los sistemas con orden para una asimilación correcta del juego. Somos partidarios del método cognitivo o razonado de tal forma que el jugador comprenda el por qué de todas las acciones que se realizan del sistema y trabajar por ejercicios por partes. Cuando poseemos jugadores expertos la asimilación de los sistemas se realiza rápidamente y no se utiliza todos los pasos siguientes.

#### 1.3.1. Presentación del sistema de forma global, completa y por encima.

Es una primera visión de en que va a consistir. Aquí debemos de ser los primeros los entrenadores en estar convencidos de la efectividad y validez de los sistemas para poder transmitirlo a los jugadores con el máximo de entusiasmo sabiendo vender el sistema. Se realiza un primer reconocimiento de las posibilidades interiores y exteriores. A los equipos expertos se les puede mostrar con gráficos en la pizarra.

#### 1.3.2. Explicación en la cancha sin oposición y realizándolo despacio.

Establecer claramente la posición inicial. Matizar correctamente todos los detalles y opciones. Realizarlo de principio a fin y definir si es simétrico por ambos lados y las posibles continuaciones una vez finalizado. Se puede convenir que todos los jugadores aprendan a realizar todas las posiciones, pues esto permitirá una empatía motriz muy interesante para jugar en equipo y ver las posibilidades de los compañeros. Por ejemplo sólo se entiende las dificultades del pivot para recibir hasta que no se practica en esa posición interior. Con este planteamiento aunque empleemos más tiempo, a largo plazo puede tener mayor rendimiento.

#### 1.3.3. Descomposición en ruedas.

Una vez que cada jugador tiene sus funciones establecidas todo el sistema se descompone en rueda de ejercicios de 2, 3, 4 y 5 jugadores sin defensa, que serán precisamente los eslabones de la cadena considerada como el sistema. Cada día progresivamente se van realizando los eslabones hasta construir toda la cadena o sistema. Si se puede contar con un entrenador auxiliar se divide el equipo y se trabaja en dos canastas.

#### 1.3.4. Entrenamiento por partes.

Se entrena estas ruedas de ejercicios de 2 x 2, 3 x 3 y 4 x 4; analizando todas las opciones. Conviene realizarlo en espacio de juego acotado del sistema y con timing. Siempre que se pueda se trabaja en dos canastas buscando mayor rendimiento de aprendizaje.

#### 1.3.5. Juego 5x5 controlado.

Se realiza en situación de 5 x 5 controlando la intensidad de la defensa desde fuera, que será de menor a mayor intensidad. Podremos cambiar los jugadores que realizan ataque o rotaciones ataque/defensa en función de un tiempo prefijado o según las recuperaciones del balón que nos convenga. Conviene realizar el sistema en una sola canasta o medio campo. Se van corrigiendo los pequeños detalles simultáneamente a la práctica y sobre la



marcha. Si se cuenta con entrenadores auxiliares estos pueden ir dando los conocimientos de los resultados de forma simultanea al juego.

#### 1.3.6. Juego 5x5 relacionado con situaciones reales.

Se enlaza con las otras fases de juego. O bien si se pierde el balón se pasa a la defensa o si se defiende para obtener posesión se realiza el sistema de ataque correspondiente. Se puede delimitar el juego sin contrataque o bien unirlo con este, con una transición o con ataque posicional.

Estos pasos metodológicos nos marcaran la medida temporal hasta que el aprendizaje de los sistemas esté completado. A veces, cuando nos encontramos en uno de los pasos finales del proceso ( 5 contra 5 controlado ó 5 contra 5 en situación real) y evaluamos que la realización no es correcta muchas veces tiene su arreglo yéndonos a un estadio o fase anterior. A veces cuando buscamos más ritmo de competición no paramos a corregir en cada ocasión.

Debemos de contar con la paciencia suficiente y no creer que los sistemas se aprenden a la primera.

### **1.4. Elección del sistema idóneo.**

Cada profesor/entrenador con la metodología dada elegirá y confeccionará los ejercicios que crea conveniente en función del objetivo que pretende. La elección del sistema atenderá a:

#### 1.4.1. Organización del espacio.

Esto es precisamente un claro objetivo de un sistema junto a la participación de los jugadores. Como veremos más adelante al principio del aprendizaje el espacio interior de ataque es muy abierto, con juego por el perímetro de los cinco jugadores. Esto es debido a que no hay especialización y el juego de espaldas a canasta o interior no se ha empezado a formar. Con el tiempo se pasa a jugar con 4 jugadores por fuera y uno interior y al casi definitivo por último a dos jugadores interiores y tres por el perímetro.

#### 1.4.2. Características de los jugadores.

Es la principal premisa que se ha de tener a la hora de confeccionar los sistemas, recordad lo visto en el apartado a anterior.

#### 1.4.3. Movimiento de balón y jugadores.

Cuando hacemos un juego continuo (non stop play) ambas acciones se realizan simultáneamente. En los sistemas estructurados se deben de establecer de antemano por ejemplo en un lado se realiza un 3 x 3 y en el otro lado hay un intercambio de posiciones o bloqueo indirecto. (2 contra 2)

#### 1.4.4. Obtención de tiros con alto porcentaje.

Si el principio de fundamental y último del ataque es realizar canasta, se debe de buscar realizarlo con las mayores garantías de éxito. Realizar una bandeja, realizar una penetración y doblar al compañero, dar una



asistencia al compañero, realizar un triple sin defensa desde con un ángulo frontal, etc. son las acciones finales perseguidas en ataque. Los sistemas precisamente deben de proporcionar estas situaciones favorables de juego.

#### 1.4.5. Rebote ofensivo y segundo tiro.

Siempre se debe de establecer estratégicamente los jugadores que realizan el rebote ofensivo para realizar un segundo tiro, ya sea un palmeo, un tiro bajo canasta o sacar el balón para volver a jugar según las circunstancias del propio juego. Se debe de considerar las posibilidades que el equipo contrario realiza contrataque, junto a las posibilidades de coger el rebote de nuestro equipo y actuar en consecuencia. El momento estratégico del partido también nos puede forzar a arriesgar con el número de jugadores a cargar el rebote ofensivo.

#### 1.4.6. Balance defensivo.

De igual manera el balance defensivo debe de fijarse en cada movimiento del sistema ofensivo que realicemos. Ya sabemos que todas las misiones de los jugadores deben de estar establecidas por el sistema y el balance defensivo es una de ella. Este apartado está relacionado con el anterior de quién va al rebote ofensivo y quienes al balance defensivo. Hay situaciones para parar el avance del balón que un jugador o bien presiona la recepción del primer pase o una vez que recibe este se le defiende encima. Cualquiera de las opciones deben de estar claramente definidas.

## **2. TIPOS DE SISTEMAS DE ATAQUE**

Aunque este apartado vuelva a ser desarrollado más adelante, consideramos necesario hacer una pequeña introducción sobre los diferentes sistemas de ataque, sin tener en cuenta el sistema defensivo al que se van a aplicar. En función de la rigidez con la que cada entrenador presenta los diferentes modos tácticos y de la libertad con que sus jugadores lo llevan a la práctica, destacamos tres tipos de sistemas de juego:

### **2.1. Sistemas de ataque libre**

Entendemos por sistema de ataque libre, aquél que carece de reglas en su ejecución, es decir, que los jugadores no tiene preestablecido por parte del entrenador un orden, una secuencia, ni un espacio para la aplicación y realización de los medio tácticos, siendo ellos los que deciden en cada momento el medio a emplear.

#### 2.1.1. Ventajas:

- Se produce un máximo desarrollo de las capacidades individuales
- Favorece la toma de decisiones y la adquisición de responsabilidades
- Bien ejecutado es muy difícil de defender
- Útil contra cualquier tipo de defensa

#### 2.1.2. Desventajas:

- Puede producir desconexión y descoordinación entre jugadores



- Una mala ejecución supone una anarquía en el juego
- Puede producir jugadores con una gran tendencia hacia el individualismo
- Precisa de jugadores con gran dominio técnico y táctico, tanto individual como colectivo

Este tipo de juego, suele realizarse en las primeras etapas de formación del jugador, pasando progresivamente a ser cada vez más reglado y sistemático conforme avanza en la formación del jugador

## **2.2. Sistemas de ataque semilibre o por conceptos:**

Es aquel que posee unas directrices o normas determinadas marcadas por el entrenador, para que sus jugadores apliquen diferentes modos tácticos con un cierto orden temporal, o bien dependiendo de la posición del balón, o en función de los defensores, etc.

El grado de rigidez o libertad vendrán en función de las premisas que establezcamos y el nivel de decisión que tengan los jugadores.

### **2.2.1. Ventajas:**

- Su buena ejecución supone un gran conocimiento y dominio de los medios tácticos y técnicos individuales y colectivos
- Ayuda para el desarrollo del propio estilo del jugador y la creatividad
- Desarrolla la inteligencia táctica individual y colectiva del jugador
- No se necesitará un tipo de ataque diferente y sistemático ante las diferentes situaciones defensivas
- Su correcta ejecución supone un aumento de la incertidumbre que se crea a la defensa
- Se obtienen buenos resultados en etapas de formación del jugador y es imprescindible en la alta competición

### **2.2.2. Desventajas:**

- Supone un amplio dominio y conocimiento de los diferentes medios técnico-táctico individuales y colectivos
- Exige un amplio dominio de la técnica de enseñanza por parte del entrenador
- Se obtienen resultados a largo plazo, aunque es básico para la formación del jugador
- Exige una alta concentración de los jugadores en el juego, no siendo bueno para jugadores torpes intelectualmente.

Su enseñanza debe realizarse desde las primeras etapas de iniciación al baloncesto. Su progresión y dominio debe avanzar durante las diferentes etapas de formación, alcanzando su máximo desarrollo durante la edad senior, de tal manera que la complejidad del ataque semilibre va aumentando.

En función de la edad de aplicación de este sistema de ataque, encontramos diferentes niveles de ejecución. En las primeras etapas el juego debe estar basado en la ocupación de espacios libres, y en los medios tácticos



colectivos más elementales como movimientos de recepción, pase y progresión, aclarados,..., para ir incluyendo medios cada vez más complejos.

Así en las últimas etapas de formación deberán conocerse y/o dominar diferentes tipos de ataque semilibre como pasar y jugar (passing game), ataque semilibre con cuatro jugadores y uno interior,...

### **2.3. Sistema de ataque estructurado:**

Aquél en el que el entrenador establece previamente los medios tácticos colectivos a emplear, el orden en el que se utilizan, el momento y el lugar para ejecutarlos, así como todas sus variantes.

#### **2.3.1. Ventajas:**

- La sistematización de todas las acciones permitirá al jugador saber en cada momento lo que debe hacer.
- Debe prever las mejores situaciones y soluciones para cada jugador
- El jugador tiene unas funciones y responsabilidades específicas, lo que le permite saber en cada momento lo que de él se espera.

#### **2.3.2. Desventajas:**

- Limita la creatividad, espontaneidad e iniciativa del jugador. En edades tempranas creará jugadores autómatas.
- Los jugadores estarán más pendientes de las soluciones planteadas por el entrenador, que de las soluciones reales y espontáneas que aparecen durante el juego
- Se deberán poseer sistemas y soluciones ante los diferentes tipos de defensas
- Los sistemas de ataque son fáciles de observar y controlar por el equipo contrario
- La distracción o equivocación de un jugador provoca una ruptura en el normal desarrollo del sistema de juego.

Este tipo de ataque deberá comenzar a practicarse en las últimas etapas de formación del jugador, coincidiendo con la etapa junior.

## **3. SISTEMAS DE ATAQUE CONTRA DIFERENTES FORMACIONES DEFENSIVAS.**

### **3.1. ATAQUE CONTRA DEFENSAS INDIVIDUALES.**

#### **3.1.1. Fundamentos específicos que se aplican en el sistema.**

El presente texto es continuación del editado anteriormente de primer nivel dentro del área de formación técnica de los fundamentos individuales y de los colectivos que oportunamente se analizaron.



Sobresalen dentro de los fundamentos: los bloqueos ya sean directos e indirectos pues serán la base que utilizaremos a la hora de confeccionar los sistemas, sobre todo contra defensas individuales. Bien vale iniciar haciendo un repaso y recordarlos en la práctica.

Otras acciones básicas ya dadas son: los cortes, las fintas de recepción, la ocupación de espacios, reemplazar, lectura del juego defensivo, inversión, intercambio, el rebote de ataque, etc.

Podemos concluir afirmando que el dominio de estos fundamentos de ataque tanto individual como colectivo es la base para poder construir sistemas de juego de ataque adecuados. En la práctica y desde un enfoque metodológico se entrena estos fundamentos y los sistemas de forma simultánea. Es decir, se divide el sistema por partes o unidades metodológicas de entrenamiento.

### 3.1.2. Características de la defensa.

No todos los sistemas de juego dan el mismo rendimiento y a la hora de elegir debemos de contar con:

- El tipo de defensa y características de los jugadores adversarios.
- Las características de mis jugadores.
- El factor oposición es determinante y no hay nunca que menospreciar. Normalmente una vez conocida la defensa se debe de hacer adaptaciones puntuales de nuestro sistema.
- Debemos de tener un balance defensivo y un rebote de ataque equilibrado en función de la defensa.
- Si la defensa es muy agresiva debemos de: saber jugar muy bien sin balón, utilizando los bloqueos y el desmarque y ajustar mucho los pases.
- Si la oposición es grande y fuerte y juega cerca de su canasta debemos de utilizar los lanzamientos a canasta como arma fundamental, aunque siempre deberíamos de jugar con un ataque equilibrado interior y exterior.

Siempre es un axioma en baloncesto afirmar que el mejor sistema contra una defensa es el contrataque y si no se puede quizás una transición rápida y si tampoco finalizamos se juega un ataque posicional.

### 3.1.3. Ataque Libre o modelo autónomo.

La interpretación del juego, está basada en la propia validez de los jugadores. Estos son los que con su disciplina táctica deciden en las diferentes situaciones de juego. La responsabilidad en la toma de decisiones es continuamente de los propios jugadores. Se piensa que de esta forma las resultantes del juego serán de mayor libertad y calidad creativa.

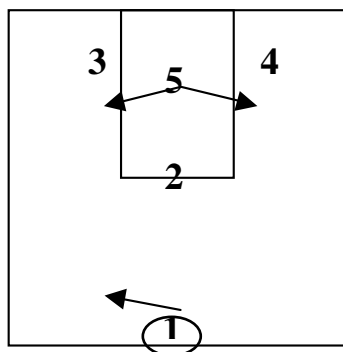
El conocimiento de los resultados o feedback interno y externo por parte de los jugadores, serán debidamente evaluados de cara al aprendizaje sumativo. En definitiva, se trata de que el propio jugador vaya madurando sus propios mecanismos de autonomía del pensamiento táctico. Se utiliza en la primera etapa de formación de jugadores.

Desarrollemos a continuación el sistema de juego definido como ataque libre.

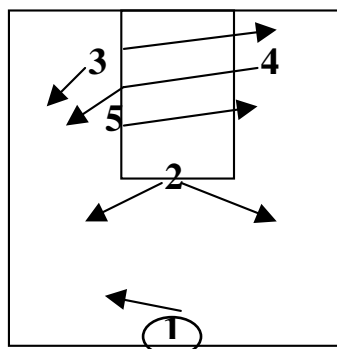


Algunos entrenadores le llaman ataque flexible como es el caso de Simth D. (1988) ya que cada año realizan grandes cambios basados en las cualidades de sus jugadores.

Está reforzado en buscar la cooperación y el juego libre en equipo. Este ataque, aunque concebido para permitir a cada jugador una considerable libertad y espontaneidad, tiene sus reglas. Este mismo autor nos habla de las ventajas del juego de pases: sencillez, posibilidad de incluirlo en los comienzos de los entrenamientos, desarrollo de las destrezas de juego y es efectivo contra todas las defensas. Por otro lado, las debilidades del juego de pases son: rebote ofensivo y logros individuales a expensas del equipo.



*La disposición inicial de este ataque con esta colocación en "T" en el momento que el base cruza el medio campo.*



*En el siguiente diagrama los jugadores pueden moverse en muchas direcciones para recibir el balón*

a) Cinco jugadores por fuera o perímetro.

1) Metodología a utilizar según Gary Cannigan (1972).

- Cadena de ejercicio sumativa.

Cada día se hace la suma de los anteriores y se van adicionando partes o elementos. Todos pasan por todos los puestos específicos o todos los jugadores hacen todos los roles.

Saber lo que se ha de hacer y coordinarlo entre los cinco jugadores.

Podemos realizarlo primero sin defensa. Seguidamente con defensa de seguimiento pasiva. A continuación se irá aumentando la intensidad de la defensa hasta llegar a realizarlo con defensa real.

- Motivación.

Introducirlo poco a poco. Cada día un elemento nuevo se entrena a ser posible por todos los jugadores en cada posición. Saber vender el sistema de juego. Mediante juegos de competición: p.e. hacer la primera parte del sistema en una parte del campo acotada jugando 3 x 3 condicionado a jugar siguiendo sólo lo que el sistema obliga. Cambiar de rol.

- Facilidad. Movimientos simples y fáciles.

Automatizar el aspecto motriz, para liberar al pensamiento táctico para: 1º jugar contra el defensor y 2º jugar en equipo. Marcar claramente: orden de actuación, espacio de actuación y jugadores que actúan.



- Fundamentos.

No es un tópico es una realidad. Sin fundamentos no hay juego colectivo correcto. Perfeccionar los fundamentos individuales sin balón: cortes, cambios de ritmos, cambios de dirección y desmarques. De igual forma los fundamentos individuales con balón: bote, tiro, rebote de ataque y pase y recepción. Grupales y finalmente colectivos con y sin defensa.

Estimamos que lo primero que hay que agotar es: la defensa presionante en conexión con el contrataque y la transición.

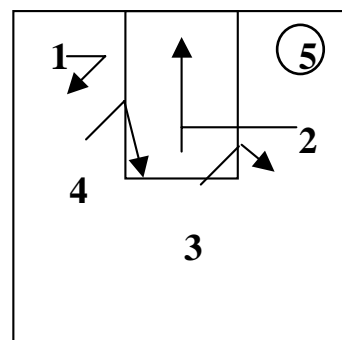
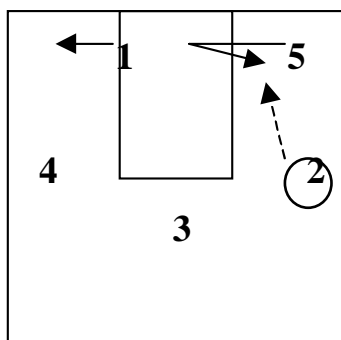
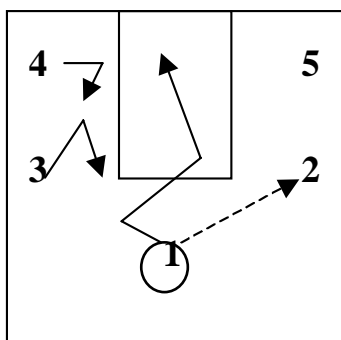
Hemos de agotar todas las posibilidades antes de jugar un 5 x 5 posicional como última posibilidad de ataque.

### 2) Aplicación.

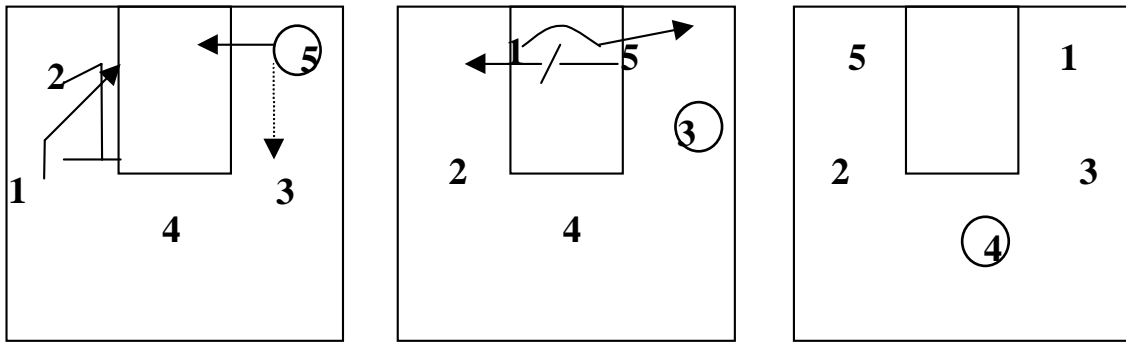
Juego colectivo básico en progresión: 2 x 2; 3 x 3; 4 x 4; 5 x 5; a 10 pases en terreno acotado pequeño. Competición por equipos. Se puede hacer 1º con uno o varios pivotes que siempre van con los poseedores del balón y se finaliza con igualdad numérica. Se puede hacer con sobrecarga táctica de realizarlo con un sólo bote dos o libre. También se puede hacer que haya que participar todos los compañeros o no.

### 3) Normas:

- Pasar y cortar. 1º de arriba a bajo corta al lado contrario de dónde paso. 2º cortar de abajo arriba al mismo lado de dónde paso.
- El poseedor del balón siempre mirando la posibilidad del pase al cortador.
- Sólo se rompe la circulación ante un claro corte por delante con ventaja o una puerta atrás muy clara.
- Ocupar el espacio vacío. Siempre colocarse en posición de 5 abiertos.
- Ir tres jugadores al rebote ofensivo y dos al balance defensivo.



Se puede iniciar indistintamente por un lado o por el otro. Se realizan siempre cambios de dirección y se intenta realizar puerta atrás.



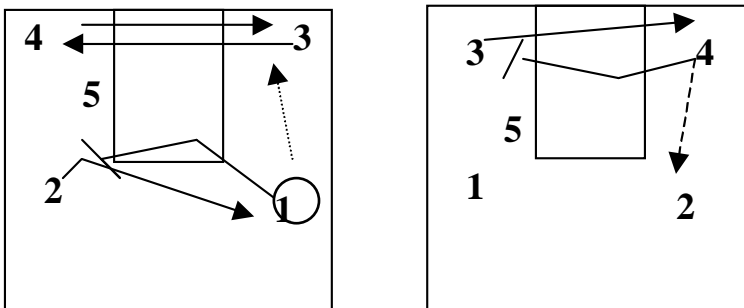
Cuando el balón está en la esquina se puede hacer en el lado contrario un intercambio de posiciones simple o un bloqueo ciego. Con el balón en 3, se puede realizar un bloqueo de 5 a 1 deajo del aro. Al final se queda la misma posición de inicio de 5 abiertos.

b) Cuatro jugadores abiertos por el perímetro y un jugador interior. Movimiento continuo.

Sobre la base de un patrón de juego de 4 esquinas se juega con las siguientes normas: paso a un lado y me voy al contrario a intercambiar posiciones con cambio de dirección.

El jugador interior se mueve hacia el lado contrario de dónde está el balón y sólo si gana posición por delante o por detrás del defensor claramente corta a recibir.

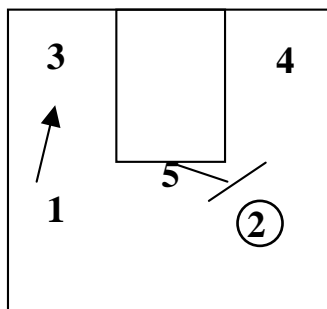
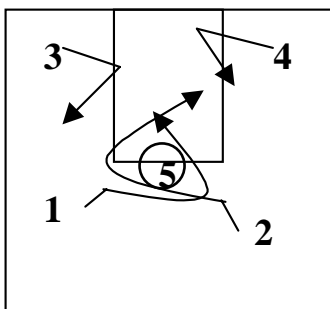
Tres jugadores van al rebote ofensivos y dos al balance defensivo.



Se comienza con cuatro esquinas y un jugador interior. Para recibir se intercambian posiciones o se bloquea.

Si cinco gana posición interior recibe y juega uno contra uno con ventaja o invierte al otro lado.

Si el balón está en la esquina en cuatro después de pasar arriba va a realizar un bloqueo a 3 y continua.



Balón en el poste alto, se realiza una tijera mientras 3 y 4 ocupan sus lugares.

Balón en 2, 5 va a jugar 2 x 2 con bloqueo directo, 1 le aclara o puede bloquear a la esquina.

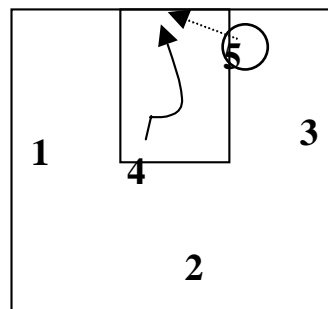
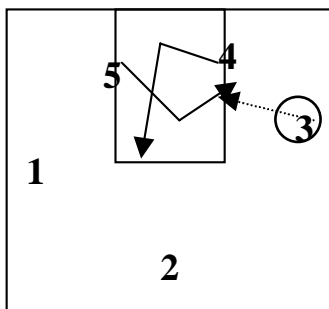
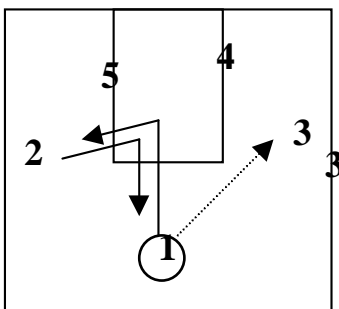
c) Tres jugadores en el perímetro y dos por dentro. Juego continuo.

Los tres jugadores por fuera pasan y cortan al lado contrario intercambiando posiciones.

Los jugadores interiores intercambian posiciones o se bloquean desde el lado contrario del balón.

Poco a poco se van introduciendo los bloques indirectos.

Cada jugador sabe en todo momento su misión y trabajo a realizar.



Se pueden realizar muchas opciones interiores, pero lógicamente el espacio de actuación para los exteriores en penetraciones y 1 x 1 disminuye.

Este esquema de juego es un paso definitivo, ya que, se juega con dos jugadores interiores (pueden o no ser pivots). Se puede establecer normativa de quienes juegan por dentro cambiando o no de jugadores en esas posiciones. Normalmente los mejores reboteadores más altos y con mejores movimientos por dentro serán los que ocupen dichas posiciones. Las posiciones de fuera son jugadas indistintamente por los tres jugadores exteriores.

- Los tres jugadores por fuera pasan y cortan al lado contrario intercambiando posiciones o bloqueándose. Posibilidad de bloqueo indirecto y ciego. Cuando ocurre este último los pivots hacen un aclarado de ese lado para poder jugar el alero con espacio suficiente. De igual manera el alero con balón también puede: jugar un aclarado o un dos para dos con el pivot de su lado.



- Los jugadores interiores intercambian posiciones o se bloquean yendo desde el lado contrario del balón hacia él para recibir.
- Si reciben en el interior hay intención ventajosa para que ellos se la jueguen de forma individual o entre ellos. Si no hay posibilidad del punto siguiente o de inversión del balón.
- Es un buen esquema para jugar fuera/dentro y dentro/fuera

Primero se realizaran los intercambios de posiciones, y poco a poco, se van sustituyendo por los bloqueos indirectos. Dichos bloqueos son utilizados como un tipo de desmarque más para recibir el balón, ya sea para dar continuidad al juego o para aprovechar su ventaja.

Cada jugador sabe en todo momento su misión y trabajo a realizar.

Todas estas opciones de juego ofensivas deben de tener un timing o coordinación en el tiempo para que pueda realizarse correctamente.

Algunos entrenadores piensan que se ha de agotar todas las posibilidades antes de jugar un 5 x 5 posicional

d) Ataque por Conceptos o modelo mixto.

Esta opción es tomada como una interpretación de juego intermedia consistente en: ni sistemas preparados/estereotipados, ni tampoco la total responsabilidad de los jugadores en la decisión.

Se debe de poseer un esquema base o patrón de juego, de forma que si nos perdiéramos en una cierta situación en el juego, pudiéramos continuar apoyándonos en esta especie de esqueleto del juego.

El ataque por conceptos lo primero que tiene en cuenta mediante la lectura es la alineación par o impar en función de la defensa. Se busca superioridad o ventaja numérica o posicional. Se aplicaran todos los conceptos vistos anteriormente. Se puede realizar con movimiento de jugadores y balón y muy pocas veces sólo del balón.

Está basada en el cumplimiento de ciertas normas/conceptos generales de actuación previstas de antemano que hay que respetar y dentro de ellas se eligen las más oportunas en función de cada situación de juego. Esta normativa global adaptada de A. Pardo y D. Smith sería:

- Circulación del balón y jugadores en constante movimiento.
- Juego interior y exterior.
- Juego interior e inversión.
- Juego entre pivots.
- Buscar penetrar y si no se puede doblar el balón al compañero.
- Ir a bloquear y ser bloqueado continuamente.
- Jugar bien abiertos para ocupar todo el espacio.
- Intercambio de posiciones y roles dentro del mismo o distinto ataque.
- La utilización de aclarados para jugar 1 x 1 y 2 x 2.



Estos y otros conceptos que se pudieran establecer son las directrices de juego que cada jugador debe de respetar y cumplir. Serán elegidos para realizarlo libremente por los jugadores y a su vez, tener una suficiente disciplina estratégica de juego. No es fácil de realizar su scouting por su versatilidad y lo imprevisible de sus opciones.

#### 3.1.4. Ataque Estructurado o modelo previsto.

Algunos entrenadores postulan que la mejor forma de rentabilizar el juego es utilizando los esquemas preparados de antemano. De esta forma rígida de interpretar el juego creen que se saca el máximo partido de los jugadores.

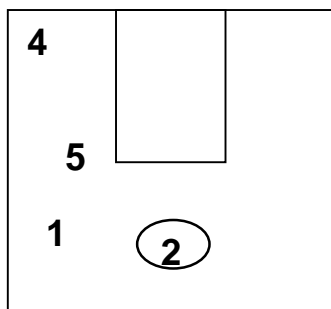
Es propia de los equipos con cierta experiencia y que no toman demasiadas decisiones por ellos mismos. De esta forma se tiene un menor desgaste de traducción de la información, con la economía mental que esto supone. También tiene la ventaja de liberar el pensamiento táctico general o complejo pudiéndose utilizar para otros problemas tácticos concretos.

Pinaud.P.(1993) comenta que "La tendencia natural del cerebro, reforzado por el aprendizaje, consiste en confiar el mayor número de tareas al piloto automático y reservar al cortex frontal en tratamiento de situaciones inéditas".

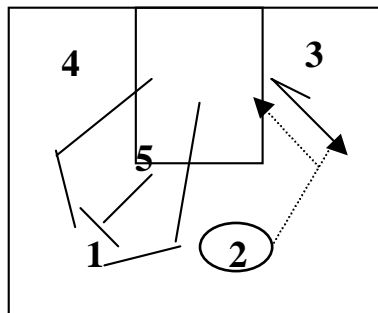
El ataque estructurado lo defienden aquellos entrenadores que están convencidos de que el máximo rendimiento de sus jugadores se obtendrá si se realiza un juego establecido con anterioridad. La toma de decisiones estratégica la realiza el propio entrenador previamente teniendo en cuenta las características de sus jugadores. Este ataque busca soluciones en cada situación de juego que el propio entrenador provoca. Estos tipos de ataque son marcados por el director de juego o por el mismo entrenador. Conviene tener un menú de sistemas adecuadamente estructurados de tal manera que podamos irlos combinando según el juego defensivo y el momento estratégico del partido. Esta filosofía de juego también se basa en tomar ventaja de la intencionada defensa estratégica del equipo adversario si se conoce de antemano haciendo las adaptaciones necesarias.

El Shuffle bien pudiera ser considerado como un ataque por conceptos, pero debido a la colocación y misiones de sus jugadores lo situaremos aquí. Vamos a ver un ejemplo clásico con los jugadores primero sobrecargados a un lado del ataque y su simétrico en el otro lado.

Como se ve en los gráficos siguientes el corte básico shuffle cada jugador tiene su misión que realizar previamente establecida.



*El jugador nº 1 es el primer cortador. El nº 2 es el centro. El nº 3 es el pasador. El nº 4 es el segundo cortador y el nº 5 es el poste.*



*El siguiente gráfico muestra el shuffle en el que nº 3 realiza un desmarque, nº 5 bloquea al nº 1 primer cortador, nº 3 realiza el pase a nº 1.*

Hay bibliografía muy abundante diríamos que de la que más con relación a los diferentes ataques estructurados. Cada profesor/entrenador de escuela autonómica desarrollará y elegirá estos sistemas según su criterio particular.

### 3.2. ATAQUE CONTRA DEFENSAS DE ZONAS

#### 3.2.1. Características de la defensa:

- Si es par o impar.
- Si es muy agresiva. ¿Permite los tiros o/y las penetraciones?
- Características de los jugadores en la posición que defienden.
- En que espacio la realizan.

El objetivo principal es mover y abrir la defensa de su proximidad de la canasta. Se pretende crear confusión de responsabilidad defensiva.

#### 3.2.2. Principios del ataque a la zona y aplicaciones de fundamentos técnico-tácticos.

- Contraataque.
- Alineación en función del espacio sociomotriz defensivo débil (posición para dividir y no jugar cerca del defensor). Lectura defensiva de las adaptaciones defensivas. Paciencia.
- Movimiento de balón y jugadores. Decisión colectiva acertada del finalizador.
- Búsqueda de posiciones con altos % de tiro
- Búsqueda de posiciones de pase (trabajar el correcto ángulo de pase)
- Realizar penetraciones, dividir y doblar (fijar al defensor y pasar al compañero con ventaja),
- Sobrecargar un lado de la zona.



- Efectuar juego entre jugadores interiores, pasar balones interiores, pasar balones interiores y devolver exterior.
- Inversión de balón (del lado fuerte al de ayuda),
- Bloqueos, rebote ofensivo, utilización de fintas, uso correcto del bote (como medio y no fin) y cortes (ciegos y desde el lado balón al de ayuda).
- Organizar en todo momento la transición defensiva.

### 3.2.3. Contrataque y ataques ante defensas pares e impares.

El contrataque tiene por objetivo realizar canastas fáciles (bandeja, tiro próximo, buscar falta y de tres puntos si la estrategia lo indica).

Los sistemas contra zona se establecerán aprovechando dos variables principalmente: 1º los espacios y jugadores defensivos desfavorecidos y el aprovechamiento de las características de los jugadores. Se utilizan las circulaciones de balón, las sobrecarga, los bloqueos (simples, dobles y sucesivos) y cortes de forma estratégica.

Nota: No se desarrollan ningún sistema específico debido a que cada profesor de la escuela y sus alumnos deben con las pautas y fundamentos que se dan confeccionar unos sistemas en función de las características de los jugadores que se poseen. Por otro lado, existe mucha bibliografía con respecto a los sistemas de juego tanto contra individual como contra zonas fácil de obtener.

## BIBLIOGRAFÍA

- Burgos.E. Ataque Flex. Diseño, análisis y aprendizaje. Clinic. nº 42. 1998. Madrid.
- Montero.A. Ataque a zonas. I y II. Clinic. Nº 44. Madrid. 1999.
- Peyró.R. Sampedro J. Pedagogía del baloncesto. Valladolid. Miñon. 1986.
- Sainz de Aja. C. Revista de la Asociación Vasca de Entrenadores de Baloncesto. 1ª Jornadas de Baloncesto de Base. Maristas de Bilbao.
- Sainz y Peyró. El contrataque. Maestría 2. J.E. Inef.
- Sampedro.J. El contrataque como sistema ofensivo de juego. Memoria de Lic. Inef.
- Sampedro.J. Fundamentos de táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Madrid. Gymnos. 1999.
- Smith.D. Baloncesto. Ataques y Defensas múltiples.
- SanchoJ.M. Ataque Stack I y II. Clinic. Nº 36. Madrid. 1997.
- Tarkanian and Warren. Winning Basketball.
- Wilkes.G. Fundamentals of coaching basketball.
- Wooden.J. Modern Basketball.



## 4. EL CONTRATAQUE

La riqueza de posibilidades que se puede conseguir practicando el contrataque dentro de los sistemas de juego es la causa principal que nos impulsa a realizarlo como base del juego.

Primo G.C. (1977). revela la siguiente opinión.

*“Es la parte del juego, que en general gusta más a los jugadores, a los propios entrenadores, así como, al público en general, ya que, se consiguen canastas fáciles y en un periodo corto de tiempo”*

La rapidez con que se avanza el balón y la velocidad que imprimen los jugadores al juego de contrataque le hace ser el más apetecible sistema de juego. Como anécdota al respecto Tarkanian.J (1981) p-36. nos relata lo siguiente:

*“En algunos casos en EE.UU., los alumnos cuando van a realizar la solicitud de ingreso en la universidad, lo primero que quieren saber es si el equipo correrá jugando al contrataque o jugaran pasivamente buscando buenos tiros, a estos últimos les cuesta más reclutar jugadores”*

La mayoría de los autores consultados ponen el contrataque en el primer capítulo del juego ofensivo en un lugar aparte y único, deduciéndose de ello la importancia que tiene por sí mismo.

Casi todos por no decir la totalidad de los equipos y selecciones nacionales que han llegado a los primeros puestos practican el contrataque. Si al resultado final de cada partido le restáramos los puntos conseguidos de contrataque es difícil ganar un partido y lo que es seguro es que le habremos quitado toda la espectacularidad al juego.

### 4.1. Marco Teórico. Evolución.

Nos cuenta Hearley W.A. (1970), sobre los inicios del juego rápido denominado contrataque

*“La aparición del contrataque fue revolucionaria en su momento allá por el año 1930”*

La definición de contrataque aparentemente fácil no lo es tanto si nos detenemos a puntualizar. En principio, es una contra o respuesta a algo que en este caso es al ataque adversario. Esto no aclararía demasiado, ya que, después de un ataque adversario siempre viene otro. Ahora, si decimos que esta respuesta es rápida, vamos perfilando más a este ataque, y si añadimos que buscamos superioridad numérica, completamos más adecuadamente esta definición.

El significado etimológico de contrataque tiene un origen anglosajón, de ruptura rápida o salida rápida al ataque. El utilizar el término “contrataque rápido” resulta un tanto tautológico, ya que, contrataque lleva ya implícito el significado de rapidez.

Con el transcurso del tiempo el contrataque ha evolucionado mucho hasta la actualidad, entre otros aspectos por que los equipos actualmente no se dejan sorprender y entrenan mucho esta faceta. Desde el desarrollo clásico



utilizando el primer pase del poste al base, corriendo las tres calles con los aleros y acabando en bandeja, al contrataque esporádico y de un sólo pase ha pasado algún tiempo. Una prueba de ello es la evolución en la finalización del contrataque del simbólico jugador Epi del F.C.Barcelona que lo resolvía con un tiro de tres puntos cuando la situación lo requería.

Lo anteriormente dicho Ambler.V. (1976). lo explica:

*“De forma clásica el ataque comienza inmediatamente que se ha cogido un rebote defensivo. El contrataque es el arma definitiva de ataque, mediante él, se consigue el máximo acercamiento a la canasta contraria, consiguiendo muchas veces bandeja. Este se caracteriza ante todo porque el ataque se lleva a cabo ante un contrario que no tuvo tiempo de organizar la defensa”.*

Como posteriormente se analizará cada entrenador da su matiz personal a su juego, ya que, difícilmente encontraremos dos equipos que jueguen el mismo contrataque, pero sí similares.

Primo. G. (1977). en el I Congreso mundial de entrenadores celebrado en Tenerife nos señala que el contrataque tiene ventajas y desventajas.

*“El contrataque es uno de los temas más fascinantes, y por ello, uno de los sistemas de ataque más complejo y peligroso.*

En este sentido las desventajas del contrataque nos las relata Sampedro.J. (1997). p-273.

- El equipo que realiza mucho contrataque puede perder la mentalidad defensiva, sobre todo el balance defensivo, así como, olvidar la importancia que tiene la posesión del balón.
- El contrataque puede ser precipitación, por intentar realizarlo con demasiada rapidez, perdiendo el balón.
- Este juego rápido provoca situaciones de máximo riesgo, ya que, puede originar pérdida de balón y como consecuencia otro contrataque más fácil del adversario por el menor número de jugadores y en situación espacial muy favorecedora.
- El contrataque es una situación de riesgo a utilizar cuando estratégicamente convenga o por el contrario como sistema básico de juego.

## **4.2. Objetivos y Principios.**

### **4.2.1. Objetivos.**

- a) El objetivo principal es meter canasta fácil en el menor tiempo posible. Es la mejor arma del ataque.
- b) La siguiente premisa es que el ataque sea siempre superior a la defensa.
- c) En el contrataque se aprecian dos variantes bien definidas y claras que son: la utilización de la ventaja numérica y la ventaja territorial o espacial<sup>1</sup>.



- d) La utilización del contrataque es la mejor estrategia para dar la vuelta o remontar un tanteo adverso en el menor tiempo.
- e) Se obtienen canastas fáciles.
- f) Se intenta impone nuestro ritmo del partido y como consecuencia dominar el juego.
- g) La mentalidad de que en cualquier momento del partido podemos correr es tarea de convencimiento de los propios jugadores. Así mismo, los equipos agresivos deben de contraatacar siempre como indica Davis. R. M. (1969).

Del prestigioso entrenador americano Wooden.J. (1980). extraemos la siguiente cita.

*“Entre las cualidades que se desarrolla con la práctica del contrataque están: la rapidez y velocidad de sus acciones en la ejecución de sus fundamentos y una apropiada condición mental y espíritu de equipo”.*

#### 4.2.2. Principios.

- a) El contrataque es bueno para romper el ritmo al adversario. Puede ser efectivo ante defensas cambiantes, ya que, presiona al equipo adversario afectando al tiempo de juego. Se puede utilizar contrataques que pretenden controlar el tiempo del partido.
- b) El tipo de contrataque está en función de las características de los jugadores que poseemos.
- c) Puede ser motivante para incentivar el rendimiento de la defensa y posibilitar a cualquier jugador sea un encestador en potencia.
- d) Las condiciones para contraatacar de un equipo las podemos resumir en tres bloques:
  - 1) Poder reboteador y buena defensa.
  - 2) Velocidad mental, de traslación y de manejo del balón.
  - 3) Determinación y motivación.
- e) Este juego rápido puede impedir que la defensa se organice convenientemente.
- f) Hace que el equipo adversario esté pensando en el balance defensivo y en ocasiones debilita el número de jugadores que van al rebote ofensivo.
- g) El contrataque más que otros sistemas requieren disciplina y orden en las realizaciones.
- h) Los equipos que no realizan contrataque pueden ser fácilmente presionados.
- i) El segundo contrataque permite conseguir canastas próximas al aro y por jugadores altos. También contribuye a forzar faltas personales al equipo adversario al cortar en carrera por el centro de la zona, movimiento este difícil de parar.



### 4.3. Análisis de las Fases del Contraataque.

En este apartado vamos de forma breve y resumida completar y resaltar los aspectos más fundamentales de la ya conocida fases del contraataque.

#### 4.3.1. Fase de salida o apertura.

Lo primero para poder correr hace falta la posesión del balón, posteriormente y simultáneamente es la organización de los pases y jugadores en el menor tiempo posible. Esta salida podrá ser de un robo de balón que posibilitaría el correr de cara mejor y después de capturar un rebote. La apertura puede ser doble, recibiendo el base el primer pase o apoyándose en la banda para volver a recibir en el centro. Hay también posibilidad de que el base reciba en la banda o bien directamente el primer pase o con apoyo como antes acabando en la banda

#### 4.3.2. Fase de subir el balón.

Lo mejor es mediante pases que es más rápido pero con riesgo de realizar una mala recepción o pase También podemos realizarla mediante el bote con menos riesgos (un sólo jugador y especialista) y quizás algo menos rápida. El realizar el avance por el centro nos permite mayor salida que por el lateral sobre todo en la finalización.

#### 4.3.3. Fase final.

Lo mejor sería 1 x 0 ó 2 x 0 y terminar en bandeja. Sucesivamente se finalizaría con 2 x 1, 3 x 2, etc. Se ha de buscar altos porcentajes de acierto. En ocasiones cuando la situación estratégica del partido lo requiere se terminaría con lanzamiento de tres puntos. Estas situaciones requieren de buenos pases y de doblar el balón con buena coordinación en el tiempo (timing). Cuando estratégicamente sea necesario se finalizará con un lanzamiento a canasta de tres puntos.

El segundo contraataque finaliza con los cortes de los jugadores 4 y 5 (trailer) por el centro de la zona para recibir cerca del aro. Si no se consigue lanzamiento a canasta los 5 jugadores se quedaran situados para realizar o una transición ofensiva o un ataque posicional.

### 4.4. Tipos de Contraataque

Podríamos definir dos tipos básicos de contraataque que son el clásico y el universal. En ocasiones hay una tercera posibilidad no demasiada utilizada que es el contraataque por la banda o lateral.

#### 4.4.1. Contraataque Clásico (sobre bote).

Es el más utilizado. Está fundamentado en el papel que desempeñan cada jugador, ya sean bases, aleros y pivots, ocupando cada uno las tres calles, una central y dos laterales y en las acciones motrices.

Después del rebote se realiza un pase de apertura directamente al base (si no es posible se realiza un pase de apoyo a la banda y vuelta al base) este lo sube y termina con un pase al alero en carrera y con ventaja.



En esta opción, lo importante es que el base bote por el centro y suba el balón rápidamente. Se finalizará en bandeja o en un tiro con alto porcentaje de acierto.

Debido a su carácter específico a corto plazo puede ser muy productivo (lo fundamental es tener un buen driblador o constructor).

#### 4.4.2. Contrataque Universal (sobre pase).

Está fundamentado en las acciones motrices y no en los jugadores. Las calles son tomadas por aquellos jugadores que primero las ocupen prescindiendo de su puesto específico. Los jugadores para realizar este juego han de tener muy buenos fundamentos técnicos y tácticos, es decir, ser jugadores universales y decidir las opciones rápidamente en carrera.

Este contrataque si se domina es más difícil contrarrestarlo. El avance del balón ha de ser mediante pases y no botes. Este contrataque es muy práctico para realizar de uno o dos pases largos y rápidos.

Para la iniciación es excelente por su carácter global y generalista. Quizás su dominio y rendimiento vienen más a largo plazo.

CARACTERÍSTICAS	CONTRATAQUE CLÁSICO	CONTRATAQUE UNIVERSAL
Elementos Técnicos	DRIBLING	PASES
Fundamentado	JUGADOR	ACCIÓN MOTRIZ
Rol	BASE, ALERO, PIVOT	CUALQUIERA
Rendimiento	MAYOR A CORTO PLAZO	MENOR A CORTO PLAZO
Defensa	MENOS DIFICULTAD PARA DEFENDERLO	MAYOR DIFICULTAD PARA DEFENDERLO

*Cuadro con las diferencias y características de ambos contrataques.*

#### **4.5. Situaciones del juego para utilizar el contrataque.**

- Interceptación del balón.
- Después de un rebote defensivo.
- Después de un tiro libre fallado.
- Después de canasta en juego o tiro libre.
- Tras un saque de banda.
- Tras un salto entre dos.

No se realizará un análisis de cada situación, que ya, es conocido pero si resaltar lo siguiente:



El contrataque largo requiere una fuerte organización. Los cortos como son el contrataque después de banda<sup>2</sup> y salto entre dos, se realizará sorprendiendo a la defensa.

Es necesario seleccionar previamente los contrataques y entrenarlos convenientemente para ponerlos en practica cuando la situación de juego lo demande.

## **4.6. Metodología de Enseñanza.**

### **4.6.1. Proceso.**

Peyró R. y Sampredo (1980), y Davis.R.M. (1969), coinciden en afirmar que se puede desde la iniciación montar en contrataque, partiendo de una buena defensa individual de anticipación, con mentalidad de apoderarse del balón y correr.

Entre otras razones gusta el contrataque en la iniciación debido a las dificultades que requiere el ataque posicional.

Las condiciones y fundamentos que se requieren para realizar el contrataque son:

- Anticipación defensiva y capacidad de rebote defensivo (salto y timing).
- Pases y recepciones rápidas, manejo de balón y tiro.
- Determinación y motivación constante.

En la medida que los jugadores dominen estas cualidades el contrataque irá poco a poco mejorando.

En la enseñanza del contrataque debemos de asumir un porcentaje alto de riesgo en perdidas de balón que con el tiempo de aprendizaje irá mejorando. Debemos, por lo tanto, seleccionar las situaciones y acortar el riesgo. Este planteamiento no es valido en el baloncesto profesional, ya que, los entrenadores no les gusta asumir riesgos.

Lo primero que debemos de analizar es a nuestros jugadores para saber qué tipo de contrataque vamos a emplear.

Los pasos metodológicos son:

- Ver todas las opciones explicándolas con el máximo detalle.
- Realizarlo en la cancha andando 5 x 0. Lo ideal es que todos los jugadores pasen por todos los movimientos, para conocerlos todos y no solamente el suyo<sup>3</sup>.
- Para mejor comprensión simultanearemos las ejecuciones completas de todo el contrataque con la opción de dividirlo en ruedas de aprendizaje.

Estas ruedas se caracterizan por:

- De reacción rápida.
- Que enseñe las posiciones, movimientos e iniciativas.
- Que tengan timing mientras se realiza.



- Y creación de un tiempo idóneo en el que el equipo realiza el contrataque con mayor efectividad.

#### 4.6.2. Realización en función de la regulación del tono de la defensa.

Para ser prácticos regularemos desde fuera por el entrenador con las indicaciones pertinentes la actuación e intensidad de la defensa.

- Primero, podemos realizar las ruedas sin defensa.
- Segundo, las podemos realizar añadiendo defensa estacionaria o pasiva, es decir, que no roba el balón.
- Tercero, con defensa semipasiva a agresiva en el tono creciente que más nos interesa, hasta llegar a situación real de juego de 5 x 5.

#### 4.6.3. Ejemplos según la defensa u oposición:

- Sin ningún defensor, por ejemplo; 1 x 0, 2 x 0, 3 x 0, 4 x 0 y 5 x 0.
- Superioridad numérica, por ejemplo; 2 x 1, 3 x 2, 4 x 3, 5 x 4.
- Superioridad numérica temporal, por ejemplo; 2 x 1 + 1, 3 x 2 + 1, 4 x 2 + 1 + 1, Es decir, temporalmente se van incorporando los defensores, con ello damos una ventaja temporal al ataque, debiendo aprovecharla decidiendo rápidamente.

#### 4.6.4. ¿Cuándo realizar el contrataque en la sesión de entrenamiento?

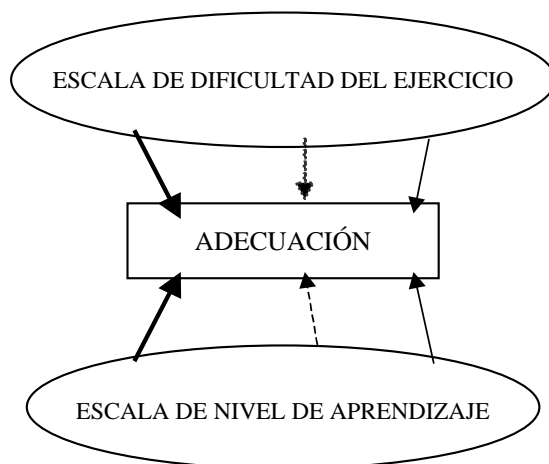
El entrenador Carlos Sainz de Aja (2000) nos cuenta en el Suplemento técnico FEB que le gusta realizar salidas de contrataque al principio del entrenamiento, ya que " *nos gusta que el jugador cuando salga al campo salga con la mentalidad de jugar rápido, de jugar alegres. Nosotros terminamos de defender, no cuando robamos el balón o cuando cogemos un el rebote, sino cuando acabamos el contrataque*".

Al planificar las sesiones de entrenamiento metodológico del contrataque debemos de contar con:

#### 4.6.5. Adecuación de las escalas de dificultad y nivel de aprendizaje.

Una de las premisas a tener siempre en cuenta es precisamente la ADECUACIÓN entre las escalas de dificultad del ejercicio y los diferentes niveles en que se encuentran los jugadores. Los equipos nunca son homogéneos según el nivel de aprendizaje pero se contribuye a ello aplicándoles la dificultad del ejercicio adecuado.

Las escalas de dificultad del ejercicio vienen en función de varios factores a saber:



*Escalas diferentes en la ejecución de los ejercicios.*



- Ejercicios individuales, grupales y colectivos.
- Ejercicios sin defensa, con ventaja o superioridad numérica sobre la defensa, Ejercicios con ventaja temporal e igualdad numérica e inferior al 5 x 5.
- Ejercicios con sobrecarga técnica. Ejemplo acabando en bandeja.
- Idem táctica. Ejemplo sin botar.
- Idem estratégica. Ejemplo acabando con un lanzamiento triple.
- Ejercicios de alta velocidad de ejecución o decisión.
- Ejercicios en situación real de juego 5 x 5.

En función de ambas escalas configuraremos las ruedas de ejercicios ADECUADAS.

Que duda cabe, que los equipos con más nivel y experiencia también podrán realizar las ruedas de ejercicios más difíciles.

Ruedas de aprendizaje. La aplicación se realizará por cada alumno o grupos de alumnos con toda la información dada anteriormente. Cada equipo tiene su nivel y su metodología específica. El profesor/entrenador de la asignatura tutorizará este ejercicio y corregirá de forma específica para cada caso.

#### **4.7. CUESTIONES A RESOLVER.**

Esta aplicación se realiza para evaluar los conocimientos adquiridos con toda la información dada anteriormente. Es una forma interactiva de aprender y no memorizar la teoría, ya que hay que aplicar y razonar las siguientes preguntas. Esto se puede llevar a cabo de forma individual o participativa mediante foros preparados en casa y discutidos en clase.

- ¿Cuál de los tipos de contrataques te gusta más y es más adecuado para tú equipo?.
- ¿Decídate por las dos cualidades que crees que son las más importante de tus jugadores para realizar tú contrataque?
- ¿Visiona un partido de ACB actual y analiza los contrataque que realiza?
- ¿Qué importancia das al método en la realización de los contrataques cortos y largos?. Justifica tú respuesta.
- Que puedes constatar en la curva vista anteriormente con tu equipo de rendimiento y tiempo del contrataque.

Y TAMBIEN:

- Ordena de más frecuente a menos desde las situaciones dónde parte tú equipo para realizar contrataque. ¿Cuales son los que más entrenas y haz diagramas de ejercicios para desarrollarlos?.
- A la hora de confeccionar tus ejercicios, ¿tienes en cuenta siempre la posible transferencia que tengan con la realidad.?



- Como resuelves los problemas de niveles no homogéneos de calidad técnica en un contrataque de dentro del equipo (como acción colectiva que es).

## SUGERENCIA DE LECTURAS

Clinic. Rev. AEEB. nº. 6,8,10,17,19,21,22,24,25,26,31,32.

Sainz de Aja.C. Revista de la Asociación Vasca de Entrenadores de Baloncesto. 1ª Jornadas de Baloncesto de Base. Maristas de Bilbao.

Sainz y Peyró. El contrataque. Maestría 2. J.E. Inef.

Sampedro.J. El contrataque como sistema ofensivo de juego. Memoria de Lic. Inef.

Smith.D. Baloncesto. Ataques y Defensas múltiples.79-86.p.

Tarkanian and Warren. Winning Basketball. 56-72. p.

Wilkes.G. Fundamentals of coachingBasketball. 191-200.p.

Wooden.J. Modern Basketball. 67-153. p.

En el catálogo de la biblioteca J.A.Samaranch de la Fundación P. Ferrándiz de Madrid se puede encontrar numerosa bibliografía de jugadores y entrenadores legendarios

---

<sup>1</sup>Esta segunda posibilidad no confundirla con la transición ofensiva.

<sup>2</sup> Como ha de tocar el arbitro el balón antes de ponerse en juego desde la banda el porcentaje de efectividad ha bajado.

<sup>3</sup> Se entiende que las dificultades de cada posición no se conocen correctamente hasta que en la practica no se realizan un determinado número suficiente de veces.