



ASIGNATURA DE BALONCESTO 2º CURSO



TEMA 9. Iniciación al juego de equipo:

A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN
ATAQUE POSICIONAL

Ana Concepción Jiménez Sánchez

**Profesora de Baloncesto. Facultad de Ciencias de la Actividad Física
y del Deporte-INEF. Universidad Politécnica de Madrid**



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.1. CONCEPTOS BÁSICOS

- Cuando los entrenadores/as piensan en la aplicación de un sistema de ataque, lo que pretenden es planificar y ordenar una serie de movimientos, atendiendo a unas determinadas características y criterios, con el fin de facilitar la labor de los jugadores en el partido, y lograr la mayor eficacia posible.
- Planificar, para un equipo concreto, un tipo de movimientos coordinados entre sí para conseguir una canasta rápida y fácil es un de los objetivos de los entrenadores/as, **si bien se plantea una vez superada la fase de iniciación al Baloncesto.**



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.2. OBJETIVOS DE UN SISTEMA DE ATAQUE

- Orientar al jugador/a que ataca, ofreciendo diversas posibilidades de lograr una situación de ventaja respecto al defensor/a.
- Conseguir altos porcentajes de tiro, tanto de los jugadores/as exteriores como los interiores, sin olvidar el tiro adicional.
- Lanzar con la menor oposición posible, en la mejor posición, y utilizar el medio técnico-táctico más adecuado para posibilitar el lanzamiento.
- Aumentar el número de posesiones.
- Evitar la pérdida de balones, violaciones, etc.
- Mantener la posesión del balón.
- Conseguir pases peligrosos y comprometidos para la defensa.
- Situar a los jugadores/as en las posiciones más idóneas y óptimas para la obtención del rebote ofensivo y facilitar la posibilidad de segundos tiros.



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.3. TIPOS DE SISTEMAS DE ATAQUE

Sistema de ataque Libre

- Es aquel que carece de reglas en su ejecución; los jugadores/as no tienen preestablecido por parte del entrenador/a una secuencia, ni espacio para la aplicación y realización de los elementos colectivos tácticos dando una gran flexibilidad a los jugadores/as. Se produce un máximo desarrollo de las capacidades individuales. Favorece la toma de decisiones y da mayor responsabilidad al jugador/a.

Sistema de ataque por conceptos

- Posee unas directrices determinadas previamente por el entrenador/a. El grado de rigidez o libertad está determinado por el número de premisas o consignas previstas y el grado de decisión de los jugadores/a. En todo caso, permite la improvisación del jugador/a en determinadas acciones. Es un sistema intermedio entre el juego libre y el sistema de ataque estructurado.



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.3. TIPOS DE SISTEMAS DE ATAQUE II

Sistema de ataque estructurado

- El entrenador/a, en base al conocimiento previo de las características de los jugadores/as, es el que marca las pautas de acción de dichos jugadores/as, cuándo, en qué lugar, qué variantes, etc.
- Prevé las mejores soluciones; los puntos débiles de la defensa; da responsabilidad y función específica a los jugadores/as. Tiende a limitar la creatividad del jugador/a y puede hacerle autómatas. Su entrenamiento puede ser monótono. En las edades de formación no es conveniente su utilización puesto que limita las capacidades de decisión y aplicación de los fundamentos técnico-tácticos.



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.2. ASPECTOS RELEVANTES:

- No podemos olvidar que la utilización de un sistema es el medio para conseguir la canasta. Sin embargo hay jugadores/as que se olvidan de este aspecto y no crean peligro hacia el aro hasta que no se ha dado un número de pases determinado. Por tanto, el sistema es un medio pero nunca un fin.
- Sea el tipo de sistema que sea, debemos ofrecer a nuestros jugadores/as la posibilidad de resolver una situación, de 1x1 ó 2x2 aunque sea modificando los movimientos previstos; dar cierta flexibilidad y fomentar la creatividad de los jugadores.



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.3. TAREAS PROPUESTAS PARA EL ALUMNADO

- Se plantean dos formas elementales que puede que no se entrenen de forma pura y exclusiva, sino que más bien sea la fusión de ambas.

Analítico. Trabajo por partes; se descomponen los elementos técnico-tácticos y se entrenan de forma aislada para ir poco a poco recomponiendo la situación del juego. Suele ser monótona y en ocasiones los jugadores no vinculan el entrenamiento con la aplicación al juego.

Global. Se plantea el entrenamiento en situaciones lo más semejante a las que se encontrarán en la competición, haciendo hincapié en la intensidad, velocidad, sincronización de los jugadores etc. Dentro del aspecto global se podrá polarizar la atención en ciertos aspectos según el criterio del entrenador/a, o los objetivos que pretenda:

- ✓ - La defensa "colabora" en ciertas situaciones.
- ✓ - Que se acabe con un tiro en una posición determinada.
- ✓ - Que se den un número determinado de pases etc.
- ✓ - Plantear en el entrenamiento situaciones semejantes a las del partido.



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.3. TAREAS PROPUESTAS PARA EL ALUMNADO II

Un ejemplo de pautas de presentación de un sistema de juego

- 1.- Presentar el sistema a los jugadores con ayuda de pizarra, vídeos etc.
- 2.- Realización del sistema en la cancha, paso a paso, viendo todas las posibilidades, de pase y de tiro. Sin defensa.
- 3.- Realización del sistema, sin defensa, pero incrementando la velocidad de los movimientos de los jugadores y del balón.
- 4.- Realización del sistema con una defensa que mantiene una intensidad más baja. "deja continuar, pero ofrece cierta oposición"



TEMA 9. A) PRINCIPIOS PARA DISEÑAR UN ATAQUE POSICIONAL

1.3. TAREAS PROPUESTAS PARA EL ALUMNADO III

Un ejemplo de pautas de presentación de un sistema de juego

- 5.- Ruedas de movimientos específicos de sistema de ataque con dos, tres y cuatro jugadores.
- 6.- Situaciones de 1x1, 2x2 3x3, e incluso 4x4, en situaciones específicas del sistema de ataque.
- 7.- Realización del sistema con defensa al máximo de intensidad. (Situación de 5x5 en una sola canasta); si la defensa recupera el balón o coge el rebote, son ellos los que pasan a atacar. Si el ataque consigue canasta, sigue atacando. Importante realizar las correcciones individuales o colectivas; que sean precisas para afinar en los movimientos e incrementar las posibilidades de los jugadores.
- 8.- Situación de 5x5 en todo el campo con la aplicación del sistema de ataque planteado ante una defensa individual.



TEMA 9. Iniciación al juego de equipo:

B) SITUACIONES DE CAMBIO RÁPIDO DE FASE DE ATAQUE A DEFENSA Y FASE DE DEFENSA A ATAQUE



TEMA 9. B) SITUACIONES DE CAMBIO RÁPIDO DE FASE DE ATAQUE A DEFENSA Y FASE DE DEFENSA A ATAQUE

1.2. ASPECTOS RELEVANTES:

- El juego del Baloncesto implica desplazamientos rápidos para conseguir la canasta, que es el objetivo final.
- En ocasiones se descuida el trabajo a realizar para cambiar rápido de la fase de ataque a la de defensa, suele denominarse “balance o transición defensiva” y de la defensa a la del ataque, que lógicamente se cristaliza en la realización de contraataques.
- La propuesta de ejercicios y juegos donde se focalice la atención en estas fases, preparará a los jugadores para las situaciones de partido.
- Desde la iniciación, los entrenadores/as deben plantear como objetivos la mejora en estas fases de transición.