

D. DIAZ.

Sistema de ataque universal.

Un sistema universal es aquel que sirve para atacar cualquier tipo de defensa. Yo todos los años enseño los mismos sistemas.

Para mí los objetivos se dividen en:

- objetivos de rendimiento.
- objetivos de formación.

Que a su vez pueden ser anuales o plurianuales.

Arquitectura del ataque: metodología empleada en la enseñanza. Utilizo una metodología mixta:

- * 1º Global.
- * 2º Desglose analíticamente.
- * 3º Global en situaciones reales de juego.

El primer paso es enseñar a los jugadores los "planos" del sistema, a través de la carpeta o directamente en el campo de juego.

Después trabajaré el sistema por partes. Ejercicios que al principio se realizarán a nivel de "rueda" para después añadir la defensa. Es lo que denomino el "desglose de tareas".

A continuación prestaré especial atención a la coordinación, el "timing" de los movimientos.

Finalmente se planteará la situación real de juego.

Los equipos deben tener varias posibilidades de ataque y soluciones a situaciones especiales en cuanto al tiempo - pocos segundos por jugar - o al espacio - bandas, fondos, etc.

Me gusta desarrollar un sistema de ataque universal por los siguientes motivos:

- por filosofía, gustos personales.
- por falta de tiempo para trabajar varios sistemas.
- por formación. Creo que es más fácil para los jugadores.

Existen sistemas de ataque universales de diferentes tipos: libres, muy encorsetados, etc.

CONTRA DEFENSA INDIVIDUAL

Preciso que los jugadores 1, 2, 3 y 4 sean buenos lanzadores.

Mi equipo acaba las transiciones en 1-2-2, por lo que ésta es la disposición de partida del movimiento.

Los postes suben y los aleros se abren por lo que quedan en 1-4.

- Penetración central del base.

Pase al poste del lado en que se encuentra el alero fuerte. Estamos en constante movimiento. El poste que no recibe coge una posición interior (DIAGRAMA 01). El escolta bloquea ciego a 1 y el alero fuerte va a la esquina. Los postes pivotan al exterior - habrá pocas ayudas - para tener un buen pase de poste a poste (1ª opción del sistema).



En el DIAGRAMA 02 podemos ver cómo el base corta al aro sobre el bloqueo de 2 (2ª opción). El escolta que bloquea se abre (3ª opción).

Si nos fijamos en el DIAGRAMA 03 veremos que el 1 se abre a la posición de alero para jugar 1x1 (4ª opción). Bloqueo de 4 a 3, que está en la esquina, tras el cual se abre o coge posición interior; si 3 no recibe se va a la esquina (5ª opción). Flash-pivot del 5 (6ª opción).



Errores más comunes:

- Falta de coordinación.
- A los jugadores les cuesta mucho imaginarse la defensa.
- Parece que no hay continuidad. El sistema propuesto es un sistema básico que tiene una continuidad (DIAGRAMAS 04 Y 05).



CONTRA DEFENSA EN ZONA

Se introducen una serie de matices:

- Sustitución del bloqueo ciego de 2 a 1 por un movimiento en el que 2 intenta ganar la espalda a la defensa y salir a tirar. 1 rota.
- Cuando atacamos contra zona empezamos el movimiento por el lado del alero mejor tirador.
- El 5 no espera el corte del tirador "3" para iniciar su corte. Pueden ser simultáneos.
- No es necesario que se produzca el bloqueo de 4 a 3.
- El 4 sube al poste alto para hacer una sobrecarga que podemos cambiar de lado. Esta sería la continuidad del movimiento.
- Es necesario conocer bien los conceptos de ataque contra zona.

Situaciones defensivas que nos han planteado los rivales.

* Defensa mixta cuatro y uno sobre la base o el alero: en este caso intento que el jugador defendido en individual reciba el balón lejos del aro para así crear mucho espacio - por ejemplo en el bloqueo de 2 a 1 -. Lo importante es meter muchos balones dentro y conseguir tiros cómodos.

* Mixta de tres en zona y dos en individual sobre los aleros: para esta defensa cambio el primer bloqueo, siendo esta vez 1 quien bloquea a 2 para crear desajustes en la defensa. Interesa que 4 tire bien. Sí realizamos el bloqueo de 4 a 3 para que éste salga a la esquina y pueda meter un balón interior cuando salgan a defenderle.

* Zona press 1-3-1 ó 1-2-1-1: subo a 4 y a 5 mucho más allá de los 6,25 para crear incertidumbre en la defensa. Cuando nos hacen un trap llevamos el balón al alero o al corte del poste. Seguimos el movimiento con una sobrecarga como continuidad (DIAGRAMA 06).



Trabajo por partes del sistema: se trabaja la técnica individual sobre los movimientos de las distintas opciones - por ejemplo para la 1ª opción se puede practicar una bandeja o un movimiento del poste debajo del aro (DIAGRAMA 07). Se organizan ruedas con las opciones del sistema y se cuidan los detalles.



El siguiente paso nos llevaría a introducir defensores en esas ruedas.

Para concluir, se plantean situaciones reales de juego que terminarán de ajustar el material humano al sistema. En el DIAGRAMA 08 se representa una rueda con los bases y aleros para trabajar la 2ª y 3ª opciones. La 5ª opción la entrenamos con todo el equipo con una rueda como la del DIAGRAMA 09.



Es fundamental realizar una correcta lectura de la defensa, de su "geografía" - ¿qué nos están defendiendo? -. Esto resulta actualmente más sencillo con los trabajos de scouting realizados previamente.

Trataremos de descubrir los puntos débiles de cada defensa - especialmente de las zonas - y reconocer cual es el peor defensor de las defensas en individual. En definitiva, decidir los puntos que queremos atacar.

El sistema deberá integrar los puntos débiles del rival con nuestras virtudes.