



Joan Braulio

Entre 1992 y 1997 entrena varias categorías en APV Mas Guinardó. De allí marcha al SAFA Claror donde dirige entre 1997 y 2006 -tanto en categoría Senior como en cantera- diversos equipos. A partir de la 2006/2007 trabaja como ayudante del CB L'Hospitalet en LEB Oro y Plata. En la 2010-2011 da el salto al FC Barcelona como ayudante durante 3 años en LEB Plata y Oro, entrenando el cadete masculino -con quien se proclama Campeón de España en la 2012-2013- y el junior masculino (2013-2014).

PREPARACION DE UN CAMPEONATO. ATAQUE A ZONA

Personalmente creo que una de las premisas básicas en la preparación de un campeonato y especialmente, un campeonato de jugadores jóvenes, debe ser llegar "con los deberes hechos".

Con ello me refiero, a grandes rasgos, a que físicamente tiene que ser un momento álgido para el jugador, técnica y tácticamente ya casi no hay margen de mejora, principalmente porque son unos días en que solamente se juega y no se entrena y -psicológicamente- cada equipo tiene sus motivaciones y objetivos para disputar dicho campeonato y esto hay que traba-

jarlo para que sea firme a lo largo del mismo.

Los resultados, tanto el que refleja el marcador como el de la percepción del juego del equipo o de la actuación de uno mismo (y hablo de jugadores y entrenadores), pueden condicionarnos mucho de un día para otro.

Y "estar entrenado" en tener control sobre este aspecto psicológico también es importante.

Hablando de baloncesto pues, una de las muchas situaciones que puede condicionar el estado emocional en un partido de jugadores jóvenes -en este caso quiero hablar de Cadetes y trasladarlo al

escenario de un Campeonato de España- puede ser el aspecto táctico de tener que afrontar el ataque al uso alterno de defensas individuales y zonas en un mismo partido por parte del rival, cosa que, en nuestro caso particular no había sucedido demasiadas veces a lo largo de la temporada regular.

Llegar "entrenados" para controlar táctica y psicológicamente esta situación era uno de nuestros objetivos.

En la simple frase de entrenador de "Tranquilos, es zona. Atacamos igual" existen connotaciones que pueden condicionar al jugador y a su juego.

"¿Tranquilo? ¿Cómo ataco igual si los que defienden están puestos de otra manera?". Esto puede pasar por la mente del jugador y condicionar todo su juego.



Más allá de tener bagaje táctico específico para estos cambios radicales de concepción defensiva, en nuestro caso decidimos entrenar a lo largo del año pequeños detalles que adaptasen parte de nuestro juego de ataque a defensas individuales a estas defensas zonales y así intentar minimizar:

1) El volumen de bagaje táctico y consiguiente impacto que puede suponer, en jugadores jóvenes, afrontar distintos escenarios defensivos.

2) Generar seguridad y sensación de control a través de nuestro juego. Generar confianza.

A continuación intentaré describir, mediante 3 situaciones de nuestro juego usado para defensas individuales, unas modificaciones o adaptaciones que realizamos, para ser usadas frente a defensas zonales. La mayoría de ellas son a través del uso de bloqueo directo con la premisa de "generar dudas en la defensa acerca de quién sale a defender el balón".

JUEGO EN TRANSICIÓN PARA BALÓN INTERIOR

Una parte de nuestro juego se basaba en el juego en transición para pasar interior a nuestros jugadores altos en caso de no haber generado contraataque claro. Una de las situaciones de éste juego era la siguiente:

A - Frente Defensa Hombre-Hombre

GRÁFICO 1

- Sin contraataque claro, intentar pasar interior (no importa 4 ó 5). Con el pase negado jugar con el pívot atrasado para High-Low (o su tiro ó 1x1).

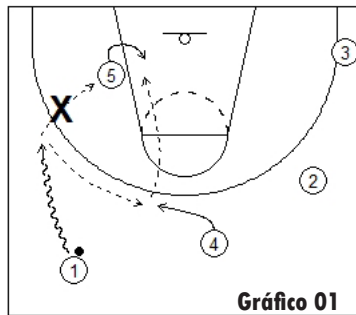


Gráfico 01

GRÁFICO 2

- Si hay que invertir balón, el primer exterior intenta puerta atrás y la inversión es para el siguiente exterior.

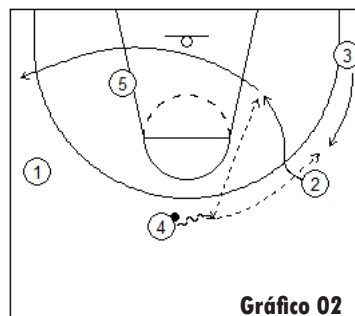


Gráfico 02

GRÁFICO 3

- Juego de Pick & Roll lateral entre 4 y 3. Continuación de 4 según sus cualidades y movimiento del 5 en función de defensa del Pick y de la continuación de 4.

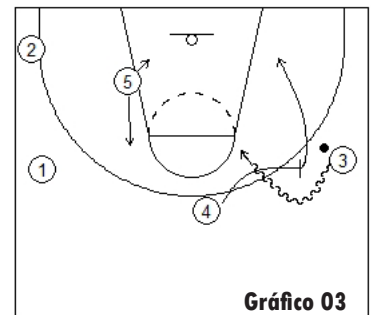


Gráfico 03

La adaptación frente a Zona 2-3 era la siguiente:

Considerábamos que, jugando esta transición la zona 3-2 era como atacar frente a Individual ya que los ajustes defensivos eran muy parecidos.

B - Transición Frente Defensa Zona 2-3

GRÁFICO 4

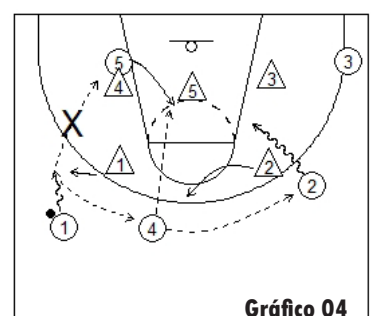


Gráfico 04

- En el juego de High-Low, 5 debe ganar contra el hombre central de la línea defensiva. Si 4 recibe el ajuste de D2, hace circular el balón a 2 para penetrar a canasta (tiro corto o castigar ajuste de D5 o D3).

GRÁFICO 5

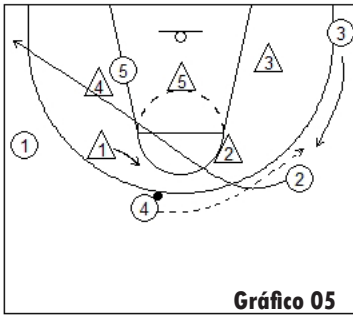


Gráfico 05

- En el caso que la primera línea defensiva no se nos ajuste claramente, convertimos la puerta atrás de inversión que usamos contra defensa hombre-hombre en un corte por DELANTE del defensor para crear distracción, facilitar la recepción de 3 y librar un tiro. 3 debe recepcionar entre las dos líneas defensivas.

5 juega a la espalda del hombre central y preparado para autobloqueo contra D4.

GRÁFICO 6.1



Gráfico 06.1

- En el reajuste de la línea exterior defensiva puede ocurrir que D2 se ajuste rápido a 3; entonces jugamos bloqueo directo con la idea de penetrar y forzar nuevos ajustes defensivos para castigarlos (viene D1, pase a 1. Viene D5, pase a 5 o a 2 si D4 ajusta sobre 5).

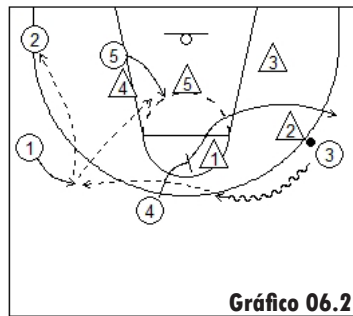


Gráfico 06.2

GRÁFICO 6.2

- Otra situación de reajuste puede ser que D1 se ajuste a 4 cuando éste va a bloquear. En esta situación 4 debe leer el ajuste y en vez de bloquear a D2 realiza bloqueo contra su propio ajuste (D1). 3 no tendrá una penetración tan limpia pero podrá jugar con dribbling más abierto para tiro de 1 o consiguientes reajustes defensivos.

JUEGO DE PICK & ROLL CENTRAL

Sobre distintas situaciones de bloqueo directo central que jugá-bamos frente a defensas Hombre-Hombre también realizamos algún ajuste para usarlas frente a defensas zonales. Por ejemplo:

Juego de Pick & Pop frente Zona 2-3.

GRAFICO 7

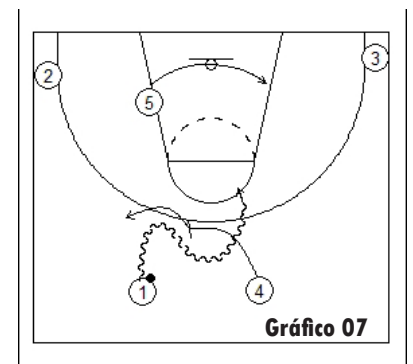


Gráfico 07

- Ataque contra defensa individual. Situación de Pick & Pop con un interior tirador.

GRÁFICO 8.1

- Si 1 recibe ajuste de D2 tras el bloqueo de 4, 3 se ofrece viniendo de esquina para tiro o 1x1. 5 lee el posible ajuste de D3 sobre 3 para crear atención sobre D5 ganándole el poste bajo.



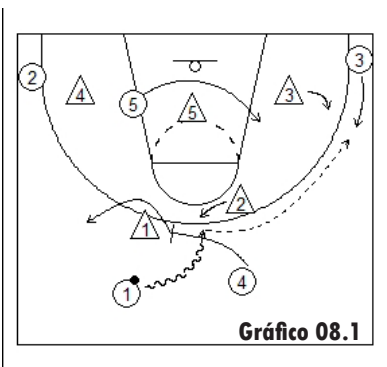


Gráfico 08.1

GRÁFICO 8.2

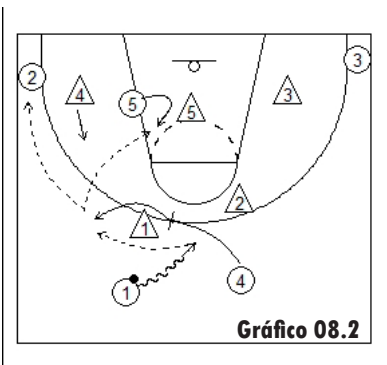


Gráfico 08.2



Por último, frente a Zona 3-2, podíamos usar el siguiente ataque de defensa individual para generar tiros o penetraciones.

Juego de Pick & Roll con 2 pivots arriba frente Zona 3-2.

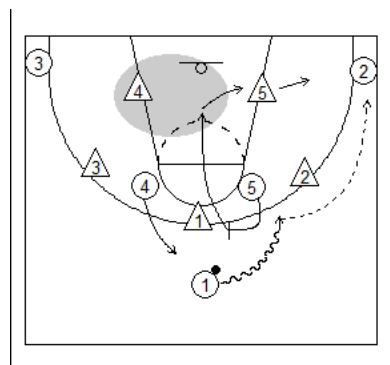


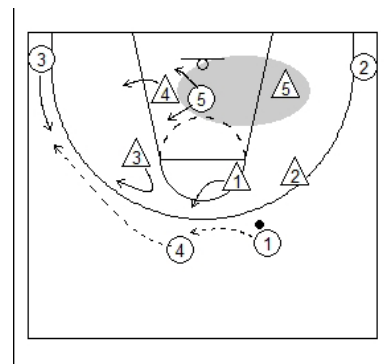
GRÁFICO 9.1

- 5 bloquea a D1 con la idea de atraer a D2 y librar tiro para 2. Si

D5 se ajusta a 2 intentar jugar balón interior para la continuación de 5 (que debe estar pendiente del ajuste de D4).

- Si 1 juega pase para el pop-out de 4, éste busca tiro, castigar a D4 si se ajusta demasiado con pase a 2. En esta opción 5 no cambia de lado sino que se autobloquea contra el hombre central de la zona.

GRÁFICO 9.2



- Si 1 juega pase a atrás para 4 buscamos la inversión hacia 3 para castigar con tiro o buscar a 5 si D4 sale para ajustarse a 3. 5 debe estar pendiente de si D5 se le ajusta.

