
DESARROLLO Y TECNICA DEL CONTRAATAQUE

Por **ETTORE MESSINA** (Entrenador del Knorr de Bolonia)

El contraataque es la acción más espectacular del baloncesto: divierte a los espectadores y a los jugadores; facilita fáciles canastas y es por ello muy importante que se enseñe y practique en las edades de promoción.

Jugar en contraataque es ante todo una cuestión de mentalidad: no existe contraataque que no sea precedido u originado por una buena acción defensiva. Es muy fácil darse cuenta de que el jugador debe es-

tar entrenado a una serie de esfuerzos físicos y mentales consecutivos: defender, alcanzar el rebote, correr a atacar, acabar la acción o ir al rebote ofensivo, volver rápidamente a defender y así seguido, con la necesidad además de estar capacitado para elegir entre un tiro, un pase o un movimiento sin balón en pocos segundos.

El entrenamiento del contraataque no sólo es útil para mejorar y agilizar mentalmente a los jugadores, sino

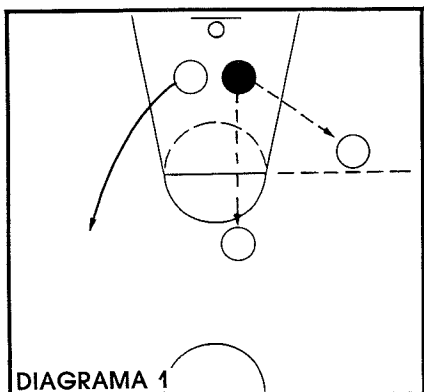
también para mejorarlos técnicamente ya que la ejecución de los fundamentos técnicos a altas velocidades aumenta el número de errores.

Desde un punto de vista estrictamente técnico, creo que un desarrollo positivo del contraataque en la mitad de campo defensiva sea decisivo para el buen fin del mismo, o por lo menos para llegar a terminarlo con ventaja numérica respecto a los defensores.

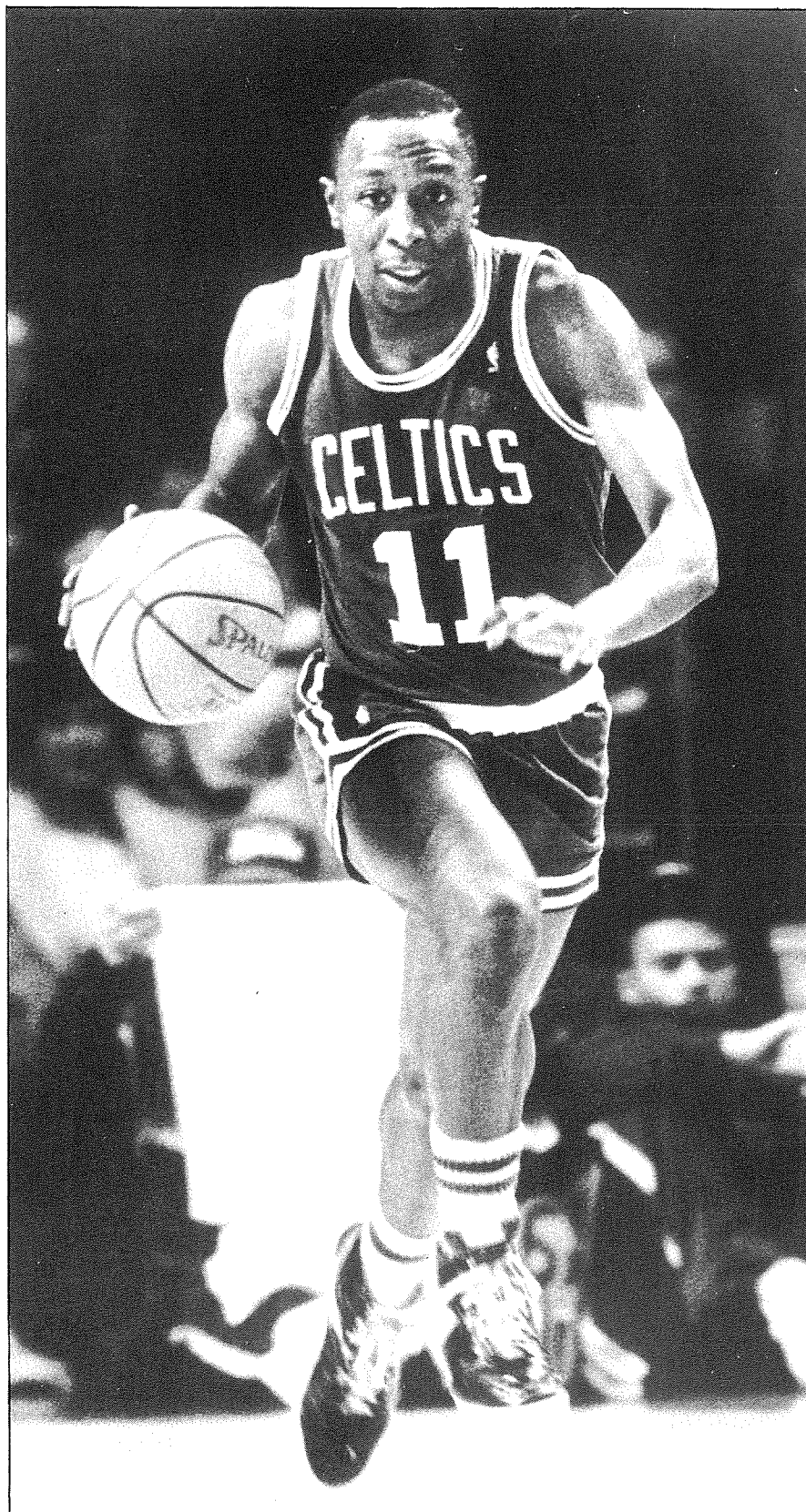
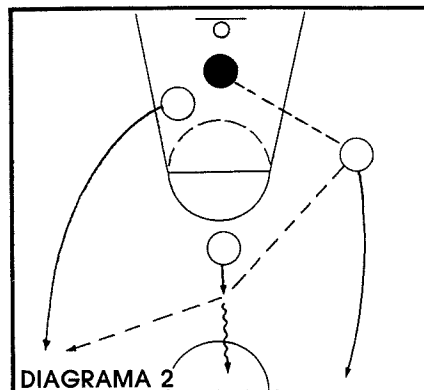
La llave del contraataque es el mo-

mento «rebote-apertura-segundo pase». En el instante en que hay un tiro, los cinco defensores deben establecer un contacto físico con el propio atacante y bloquearle el rebote o, en el caso que el rival vaya al rebote o, en caso contrario, saltar y recuperar el balón. Este detalle es importante ya que cuanto más protegida esté el área de rebote, más seguro es la consecución del mismo y la apertura.

El reboteador, en el momento de alcanzar el balón, gritará «mía» y girará la cabeza hacia posiciones laterales donde debe de haber un compañero suyo. Una vez en el suelo, el reboteador utilizará correctamente el pie pivot para girarse y efectuar el pase de apertura. Los hombres altos deben aprender a caer ya girados para dar más velocidad a la acción de inicio de contraataque. Considero que a nivel de promoción sea muy útil dar dos posibilidades de apertura y con el objetivo de superar medio campo sin botes, o los menos posibles.



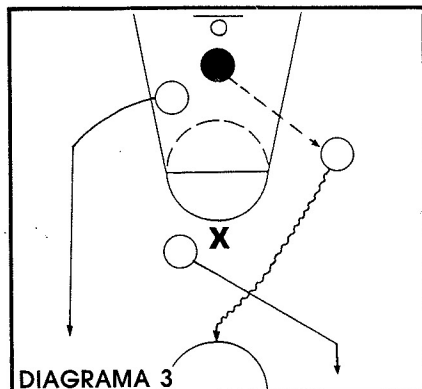
En el *diagrama 1*, apreciamos una posibilidad de apertura lista para un jugador que se encuentre en la prolongación de la línea de tiro libre. Otra posibilidad es tener otro base o escolta en la posición central espe-



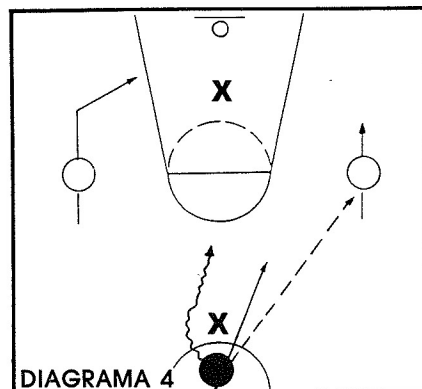
cialmente si el base en el lateral es anticipado. El tercer jugador exterior, normalmente un alero pequeño, es estimulado a correr rápidamente por el lado contrario a donde ha caído el rebote. El jugador que recibe el

balón debe desarrollar el contraataque por el pasillo central de la forma más rápida posible. Si la apertura es lateral, se intentará un pase entre los dos bases y el central podrá llevar la acción botando o pasando al tercer

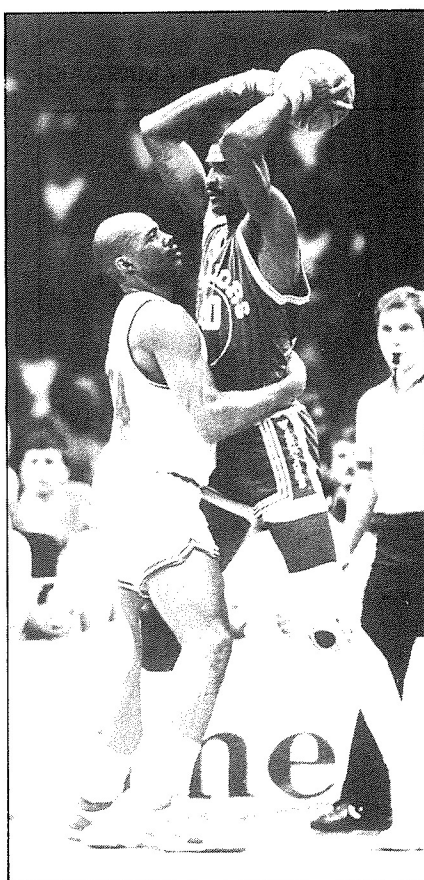
jugador que está corriendo en el pasillo opuesto, *diagrama 2*. En el caso en que el jugador central esté imposibilitado a recibir, el base que ha recibido la apertura se va botando hacia el centro y los dos se cambiarán la posición, *diagrama 3*.



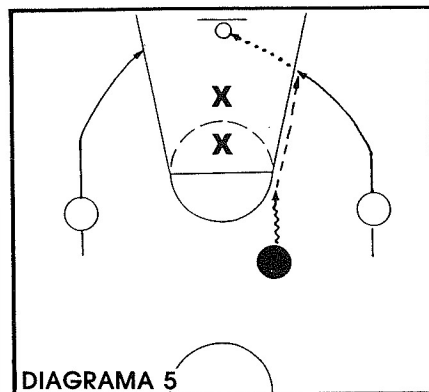
Desde un punto de vista técnico, la utilización alterna de los dos bases en la conducción del contraataque permite evitar una precoz especialización de los jugadores más jóvenes, contribuyendo a mejorar los fundamentos más importantes para los bases y escoltas (bote, pase y visión de juego).



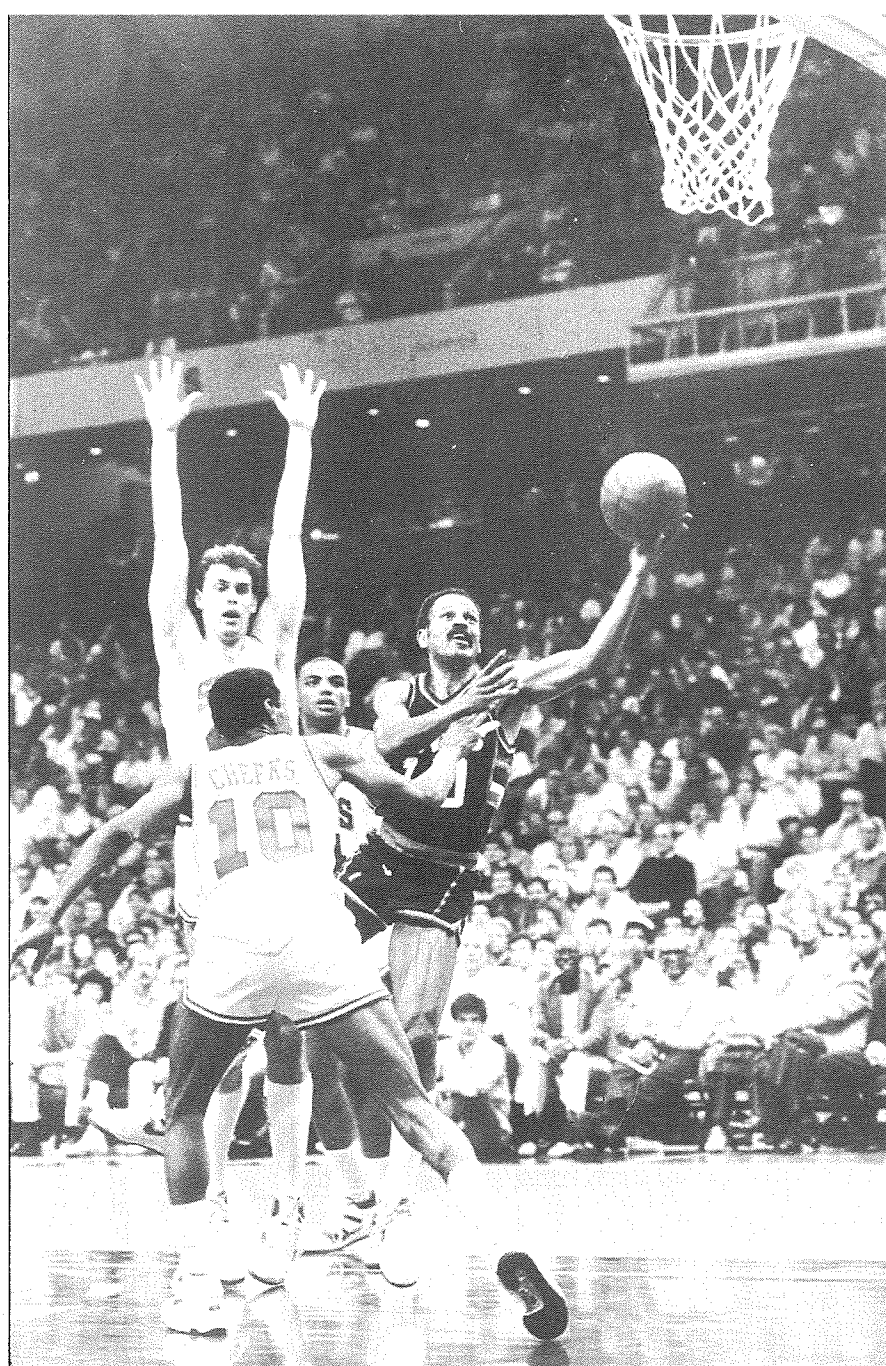
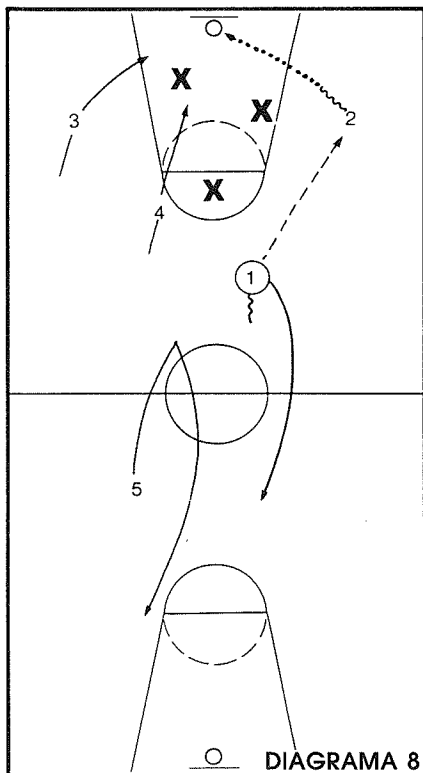
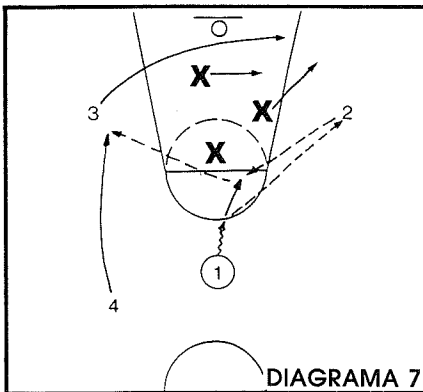
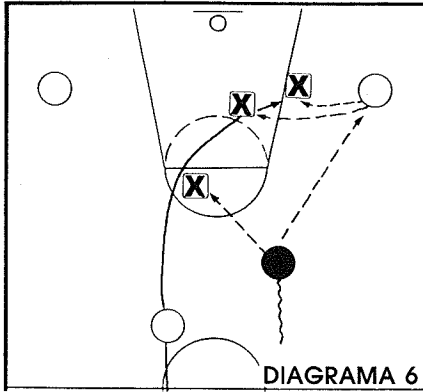
Por lo que respecta a la conclusión del contraataque primario, no creo que se pueda resumir todo en muchas reglas fijas, ya que creo más oportuno dar espacio a la capacidad de improvisación de los jugadores. Hay dos puntos, de todas formas, que quiero subrayar. Si la primera línea defensiva está muy adelantada, el botador debe absolutamente saltarla pasando hacia delante y corriendo o driblando, *diagrama 4*. En el caso en que la defensa se haya cerrado en el área, quien conduce el contraataque puede llevar el ba-



lón con pocos botes hasta la línea de tiro libre —o hasta la línea de tres puntos si es buen tirador—, para poder tirar o pasar a uno de los compañeros libres que corren lateralmente, *diagrama 5*. Si el contraataque se ha desarrollado con simplicidad y eficacia puede resultar decisivo para concluirlo, la llegada del primer trailer, normalmente el jugador que ha ido al rebote pero sin capturar el balón. En la mayoría de las veces este jugador corta en medio del área y toma posición en el lado del balón. Las posiciones donde puede recibir el pa-



se en su movimiento de corte, están indicadas en el *diagrama 6*. Los tres jugadores que llevan el contraataque primario deben ser conscientes de la importancia de este jugador, que en muchas ocasiones proporciona seguridad convirtiéndose en canas-



ta tiros fallados, esforzándose en «buscarle» en medio del área especialmente cuando la defensa está desorganizada después de haber parado el contraataque primario.

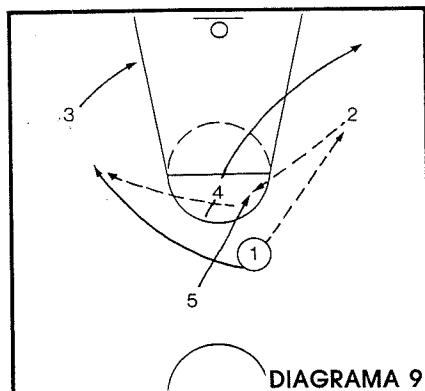
Puede resultar también práctico el cambio de posición entre uno de los jugadores que corren por los laterales y el primer trailer. En el *diagrama 7* se puede notar como en el momento en que (1) pasa a (2), el alero contrario (3), viendo un espacio libre en medio del área, corta para recibir o terminar ocupando la posición de poste bajo. El primer trailer, entonces, va por el lateral sustituyendo a (3) y con mucha probabilidad podrá recibir cuando hay un cambio de lado de balón. En el caso en que (3) reci-

ba, (4) estará preparado en el lado débil.

Creo que a nivel de promoción sea importante estimular la capacidad de los jugadores de entender la utilidad en el cambiar posiciones en el campo, y como consecuencia de esto, entender «obligaciones tácticas» como son las de ir al rebote de ataque y el balance defensivo. El quinto jugador es obviamente el que ha ganado el rebote. Creo que es importante, si se quiere involucrar a este jugador en el contraataque, intentar ofrecerle un objetivo, una finalidad a su correr hacia el ataque y por ello la posibilidad de recibir y tirar. El quinto jugador además debe servir como protección defensiva en

el caso que un contraataque haya concluido con un error. En el caso de que esto suceda mientras el quinto jugador esté en medio campo, no debe correr al ataque porque está demasiado lejos del rebote, sino que debe recuperar en defensa para proteger nuestra canasta, *diagrama 8*.

Las dos posibilidades más utilizadas por el (5) se explican en los *diagramas 9 y 10*



En el 9, el quinto jugador se utiliza para un tiro en suspensión o para girar el balón al lado opuesto ya que el base, después de haber pasado, se ha desplazado hacia el lado contrario. En el 10, después de finalizar el contraataque primario, es (1) que cambia de lado mientras (5) ha bloqueado a (3). Las posibilidades son: tiro o 1c1 de (3) o un pase a (5) que después del bloqueo se ha girado cogiendo la posición en el poste bajo. Creo que a nivel de equipos de promoción sea importante estimular a los jóvenes para que busquen el contraataque cada vez que haya la posibilidad después de un tiro equivocado o una canasta encajada. Esto se consigue con un trabajo metódico en cada entrenamiento combinando, si es posible, los ejercicios de contraataque con los defensivos.

