

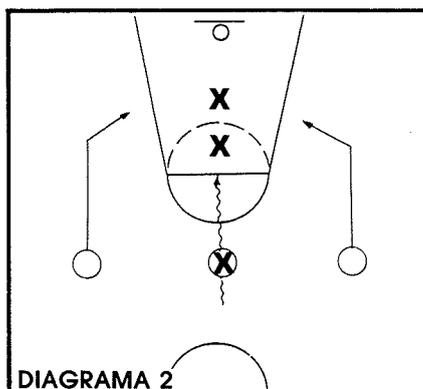
DESARROLLO Y TECNICA DEL CONTRAATAQUE (VII)

Por **ETTORE MESSINA** (Entrenador Knorr de Bologna)

Hemos visto en el artículo del número anterior de Clinic, algunos conceptos muy simples sobre cómo desarrollar el contraataque. Ahora profundicemos unos aspectos examinando algunos ejercicios.

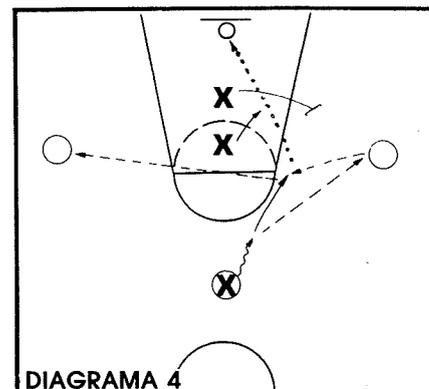
Ejemplo 1: 2c1 y 3c2 de vuelta. Disponemos de una fila de jugadores a mitad campo y dos filas debajo las canastas. Los dos primeros jugadores atacan contra el primero de la fila de medio campo y seguidamente los tres vuelven a atacar contra los dos sucesivos jugadores (3c2).

En el 2c1, *diagrama 1*, los jugadores deben atacar estando muy abiertos de manera que impiden la recuperación del defensor en caso de pase. El jugador con el balón debe dirigirse hacia el codo superior del área donde tomará una decisión: pasar al compañero o terminar él mismo la acción. La idea del 2c1 es de tirar desde abajo para conseguir un alto porcentaje de realización y, a la mejor, ganar una falta. En el 3c2, *diagrama 2*, el jugador con el balón dribla por la franja central llegando hasta la parte superior del área con el menor número posible de botes, mientras los dos laterales están abiertos para, a la altura de la línea de tiro libre, converger hacia canasta. Soy de la opinión



que no hay que mecanizar en exceso las opciones del 3c2 porque con ello quitaríamos inspiración individual a los jugadores. Prefiero que desarrollen su talento y su capacidad individual. En los entrenamientos intento convencer a los jugadores de que hay que buscar la mejor solución y la más rápida. Es por ello que si el jugador central es defendido muy lejos de la canasta debe superar al defensor en dribbling y pasar el balón para un «pase y corte» *diagrama 3*.

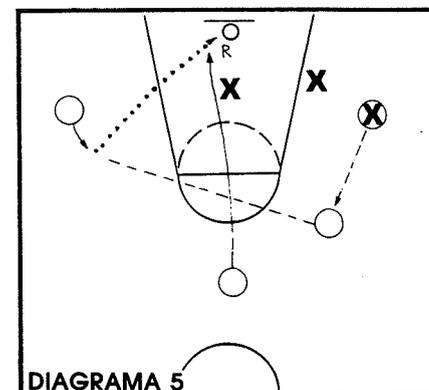
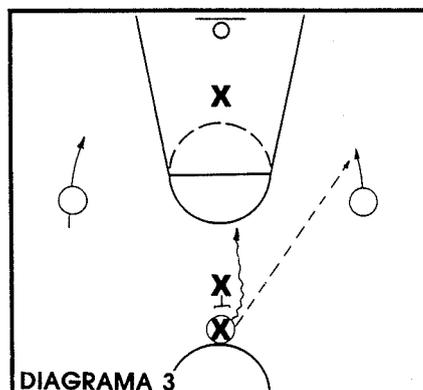
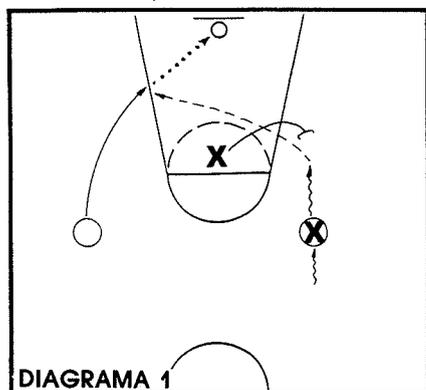
Si, por el contrario, la defensa decide proteger el área, el jugador central, una vez haya pasado el balón a uno de los aleros, jugará para recibir un pase de vuelta desplazándose hacia el balón. Si recibe, puede tirar, penetrar o cambiar el balón de lado. Con respecto a esto, me gustaría

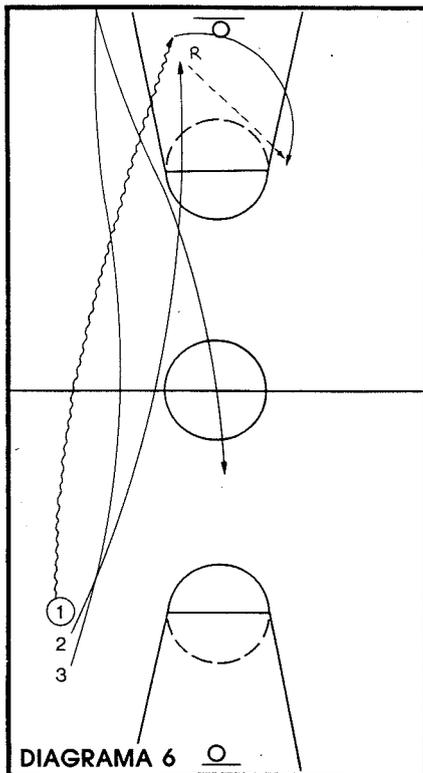


destacar que si cambiamos de lado, *diagrama 4*, suponiendo que por lo menos un cuarto atacante está llegando en zona de ataque, el jugador del lado débil puede jugar para preparar un tiro de tres puntos. El tiro de tres puntos, en estas situaciones de contraataque, normalmente se puede efectuar con poca presión defensiva y con una buena posición de rebote ofensivo favorecida por el hecho de que la defensa todavía no ha recuperado, *diagrama 5*.

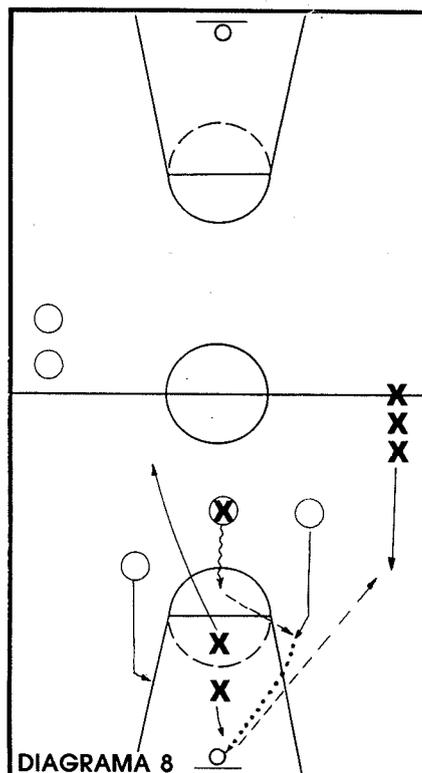
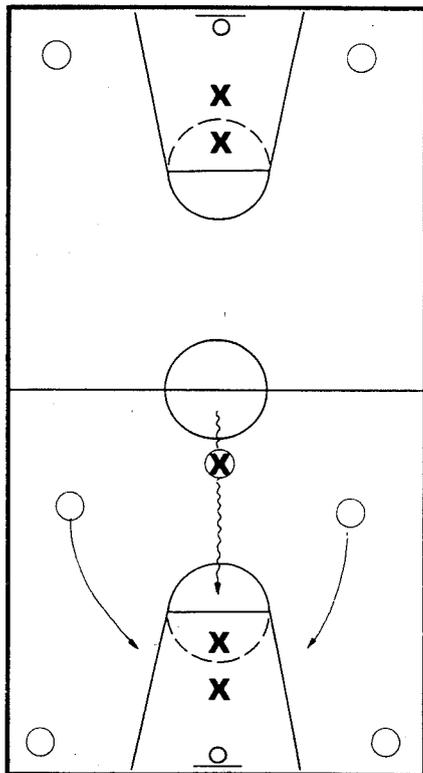
Ejemplo 2: 3c1 y 4c3, y 3c2 y 5c3 efectuados con la misma mecánica del ejercicio anterior.

Ejemplo 3: 2c1 en fila, *diagrama 6*, a lo largo de la franja lateral. (1) bota hacia canasta y anota. (2) recoge el balón y abre el contraataque ha-





cia (1) mientras (3) corre hasta la línea de fondo y después pasa a defender 1c2. El ejercicio se puede realizar también con cinco jugadores que desarrollan un 3c2, siendo el cuarto y el quinto de la fila los que corren hasta la línea de fondo y lue-

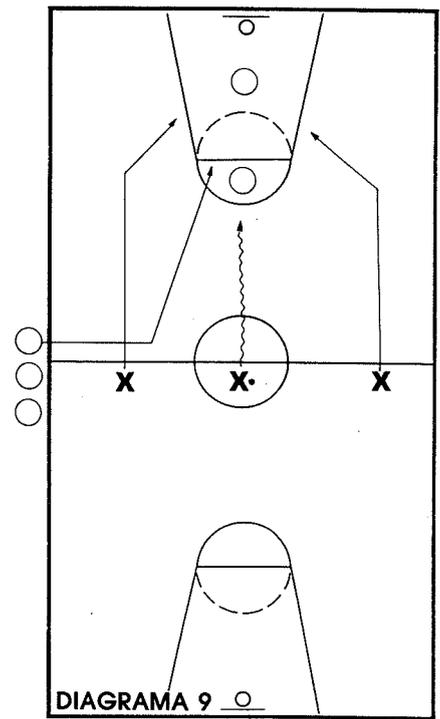


go defienden. El aspecto más importante del ejercicio consiste en que los tres atacantes se enfrentan a defensores que están recuperando hacia la propia área, o sea en movimiento, como en los partidos. En el ejercicio anterior los defensores ya habían ocupado su posición en una situación no tan real.

Ejemplo 4: 3c2 en «once». Los jugadores dispuestos en el campo como en el *diagrama 7*. Concluida la acción de 3c2, el jugador que coge el rebote o recupera el balón, ataca con los dos que están en las esquinas. Ejercicio con gran continuidad.

Ejemplo 5: 3c2, competición círculos contra (X), *diagrama 8*. Dos grupos a medio campo. Los círculos atacan por la derecha y defienden la canasta contraria. Cuando la acción de ataque acaba, los tres jugadores se van a la cola de la propia fila, mientras los dos primeros pasan a defender a los (X). Se puede también poner un defensor más, *diagrama 9*. Con dos círculos en defensa, enseguida que los tres X pasan medio campo, un tercer círculo recupera creando una situación típica de partido.

Ejemplo 6: 4c4 o 5c5 después de un palmeo. Dos grupos, como antes, cuyos componentes se sitúan alter-

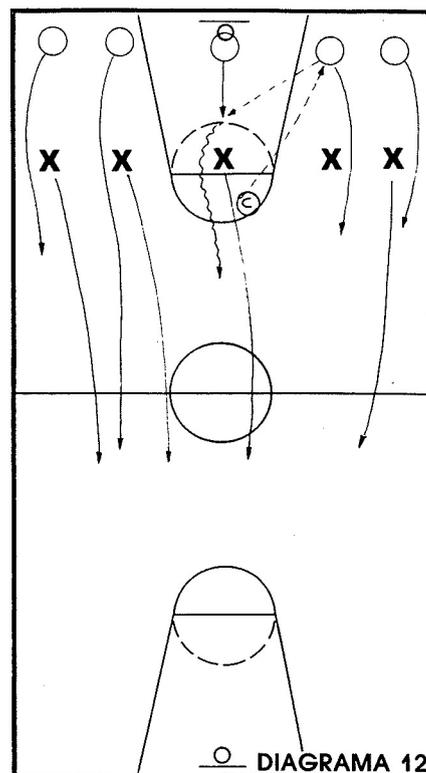
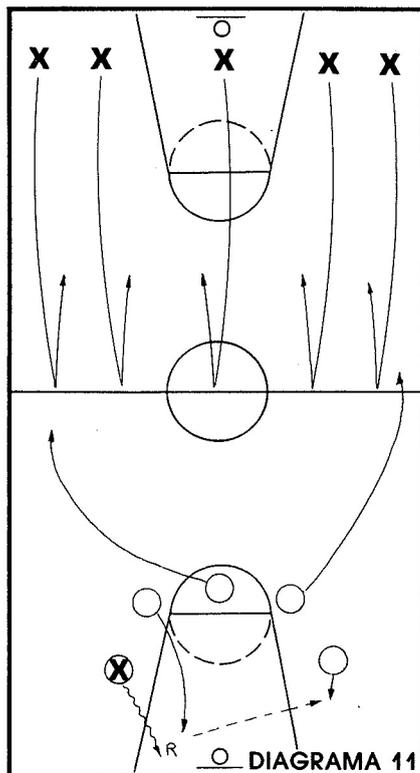
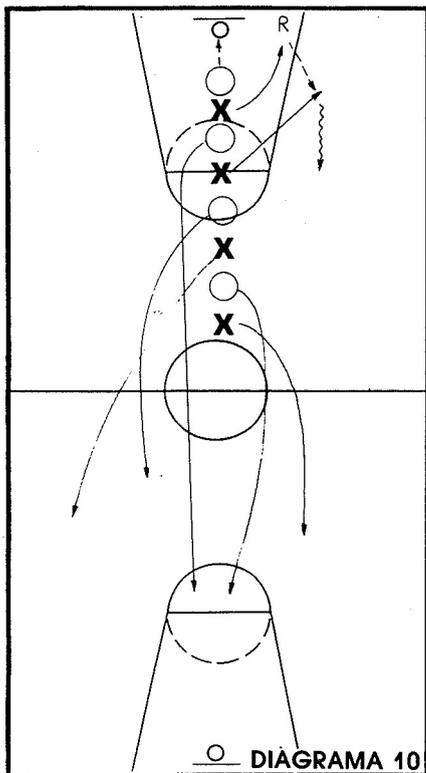


nativamente delante del tablero haciendo palmeos con una o dos manos. A la señal del entrenador, el jugador que tiene el balón recupera el rebote y abre el contraataque. Los del equipo contrario corren rápidamente a defender y se juega hasta que uno de los dos equipos anota o le hacen falta, *diagrama 10*.

Ejemplo 7: 5c5 con handicap desde medio campo. El equipo de los círculos desarrolla un contraataque o una trenza de cinco sin defensa, anota y seguidamente vuelve en contraataque hacia la canasta de salida. Los cinco (X) que están en la línea de fondo campo, enseguida que se efectúa el primer tiro de los círculos corren hacia medio campo y recuperan sobre el ataque, *diagrama 11*.

El ejercicio se realiza en continuidad con los (X) que, una vez hayan recuperado el balón, desarrollan un contraataque de 5c0 y vuelven, con los círculos que realizan el mismo trabajo defensivo. Es un ejercicio muy duro y competitivo y que reproduce una situación normal de partido.

Ejemplo 8: 5c5 o 4c4, con handicap corto. Cinco círculos alineados en la línea de fondo campo y en frente los cinco (X) a la altura de la línea de tiro libre. El entrenador (C) pasa el balón a uno de los cinco círculos. El defensor que está de frente al jugador con balón debe ir a tocar la línea



de fondo campo y después recuperar mientras se desarrolla el contraataque 5c4 o 4c3, *diagrama 12*.

Como pueden apreciar, he explicado una serie de ejercicios, la mayoría de los cuales son conocidos y que tienen el objetivo de mejorar el desarro-

llo y la terminación del contraataque. Evidentemente se pueden inventar muchos otros ejercicios para mejorar este aspecto del juego, pero creo imprescindible desarrollar ejercicios defensivos seguidos de contraataque, tras la recuperación del balón, de for-

ma que los jugadores adquieran el hábito mental del contraataque y lo identifiquen con una buena labor defensiva, hasta el punto que llegarán a pensar que una mejor aplicación defensiva permitirá mejores oportunidades de contraataque.