

George Karl

Técnico estadounidense con amplia experiencia en la NBA, en donde ha dirigido a los Sacramento Kings, Denver Nuggets, Milwaukee Bucks, Seattle Superonics, Golden State Warriors y Cleveland Cavaliers. Entrenador del año en la NBA en la temporada 12/13 y subcampeón de la NBA en 1996 con Seattle. Con experiencia también en la Liga ACB (R. Madrid). Apasionado del trabajo defensivo, el juego rápido y el passing game.



*Traducción:
John Vázquez*

Colaborador habitual de la Revista Clinic, consultor e intérprete.

FILOSOFIA DEFENSIVA

El baloncesto es un deporte en el que el entrenador es muy importante. Puedes ser el mejor educador del mundo pero si no tienes pasión y no crees en lo que haces, los jugadores no te seguirán. Tu entusiasmo debe liderar al equipo casi a diario. Lo más importante es jugar duro y ser intenso y positivo. La energía positiva –junto con la comunicación- es la mejor manera de enseñar. Tenemos que creer en lo que estamos enseñando y nuestro estilo tiene que encajar con el talento que tenemos en el equipo.

Los entrenadores podemos ser directores del juego o maestros del juego. Para mí los mejores entrenadores son los maestros del juego.

Me gusta que el juego sea sencillo pero que parezca complicado al verlo por la TV.

El ataque y la defensa pueden ir juntos, pero lo primero tiene que ser la defensa. La defensa es el fundamento de lo que vas a construir.

Mis creencias en el basket provienen de North Carolina (Dean Smith). Ellos

PHILOSOPHY ON DEFENSE

Basketball is a sport in which the coach is very important. You can be the best educator in the world but if you do not have passion and you do not believe in what you do, the players will not follow you. Your enthusiasm should lead the team almost daily. The most important thing is to play hard and be intense and positive. Positive energy - along with communication - is the best way to teach. We have to believe in what we are teaching and our style has to fit with the talent we have in the team.

Coaches may be game directors or game masters. For me the best coaches are the masters of the game.

I like that the game is simple but it seems complicated when watching it on TV.

Attack and defense can go together, but the first thing has to be defense. Defense is the foundation of what you are going to build.

My basketball beliefs come from North Carolina (Dean Smith). They play hard, play together and are smarter and better every day. This is the basis of my daily work.



FORMACION



juegan duro, juegan juntos y son más inteligentes y mejores cada día. Esta es la base de mi trabajo diario.

Con mi defensa quiero conseguir tres cosas:

1. **Negar** al rival las entradas fáciles a canasta, las **bandejas**.
2. **Impedir** que tiren de tres puntos fácilmente.
3. **Evitar** cometer faltas que provoquen **tiros libres**.

Quiero ganar el partido de las bandejas, los triples y los tiros libres. Quiero que el rival juegue con lo que nosotros llamamos tiros de dos puntos difíciles.

Para mí, la parte de la defensa más importante es la **defensa en transición**, que es muy diferente a la defensa normal en 5c5. En nuestro Training Camp, durante nuestra pre-temporada, todos los ejercicios acaban con la defensa de la transición. Es fundamental y queremos enfatizar su importancia a diario.

Hay que bajar a defender la zona de tres, defender la canasta, encontrar cuál es el problema, no permitir buenos ángulos de penetración a canasta y volver rápidamente a la defensa hombre a hombre normal. El comienzo de la defensa es zona, luego cogemos al balón y los siguientes defensores toman buenas decisiones defensivas.

With my defense, I want to achieve three things:

1. Deny the opponent easy drives to the basket, layups.
2. Prevent easy three-point shots.
3. Avoid committing fouls which lead to free throws.

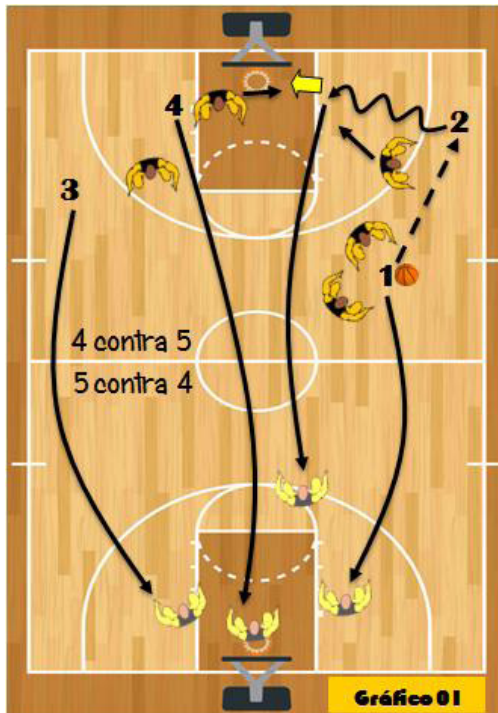
I want to win the layup, three-pointer and free-throw game. I want the rival to play with what we call tough two-point shots.

For me, the most important part of defense is transition defense, which is very different from the normal five-on-five defense. At our training camp, during our pre-season, all the drills end up with transition defense. It is fundamental and we want to emphasize its importance on a daily basis.

You have to go downcourt to defend a three-man zone, defend the basket, find out what the problem is, not allow good penetration angles to the basket and quickly return to the normal man-to-man defense. The beginning of the defense is a zone. Then, we get the ball and the next defenders make good defensive decisions.

In a transition, one of the problems is the three-point shot. Traditionally, the big man was taught to go directly under the basket and now he has to go out and also look out for the possible three-pointer.

En una transición, uno de los problemas es el tiro de tres puntos. Tradicionalmente enseñaba al hombre grande a ir directamente debajo de la canasta y ahora tiene que bajar y buscar también el posible triple.



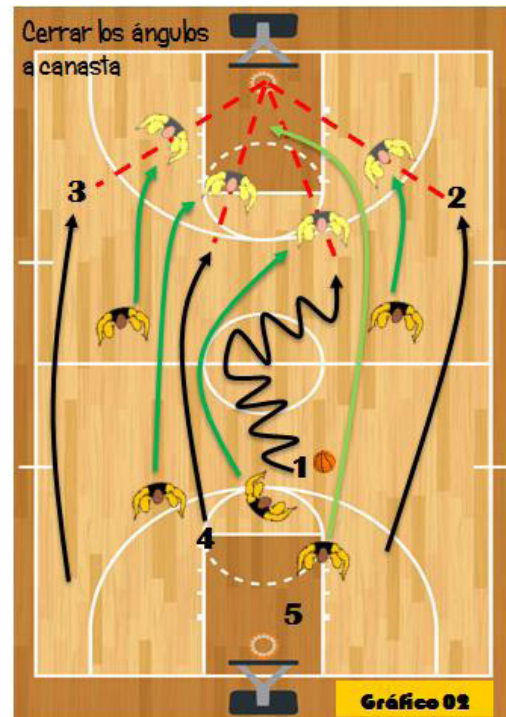
Mi ejercicio favorito para trabajar estas ideas es un ejercicio de 4c5 + 5c4 (**Gráfico 01**). La defensa tiene que ser agresiva en todo momento y tras el tiro, el ataque tiene ventaja. Es importante bajar a defender la canasta y el balón, y con cada pase cambiar nuestra posición. Al coger el rebote, los 4 jugadores vuelven a atacar. Es un ejercicio muy agresivo y adecuado para empezar a entrenar. Puedes trabajar los cambios defensivos, el 2c1, la defensa de las líneas de pase, etc.

Al bajar a defender, el hombre grande tiene que defender la canasta y el base parar el balón. Los demás cierran los ángulos a la canasta para evitar bandejas (**Gráfico 02**).

Creo que la defensa en transición es muy importante y que no se trabaja lo suficiente. Los primeros segundos de la defensa suelen ser caóticos (intentando parar al balón) y muy diferentes a la defensa de 5c5 normal. Si no paras la transición, la defensa en 5c5 no significa nada.

Una parte importante de la defensa en transición es tener un buen ataque. Con una buena selección de tiro y un buen equilibrio para replegarte. “El mejor ataque es una buena defensa”, pero también “La peor defensa es un mal ataque”.

My favorite exercise to work these ideas is an exercise of four-on-five and five-on-four (Figure 01). The defense has to be aggressive at all times and, after the shot, the offense has the advantage. It is important to go downcourt to defend the basket and the ball, and change our position with each pass change. When they get the rebound, the four players go on the offense again. It is a very aggressive drill and appropriate to start training. You can work on switching defense, the two-on-one, the passing lane defense, and so forth.



When going downcourt to defend, the big man has to defend the basket and the point guard has to stop the ball. The others close the angles to the basket to avoid layups. (Figure 02).

I believe that the transition defense is very important and that it is not drilled enough. The first seconds of the defense are usually chaotic (trying to stop the ball) and very different from the normal five-on-five defense. If you do not stop the transition, the five-on-five defense means nothing.

An important part of transition defense is to have a good offense. With a good shot selection and a good balance to fall back. “The best offense is a good defense,” but also “The worst defense is a bad offense.”

There are different theories about transition defense: teams which want to defend the ball soon, others

Hay diferentes teorías sobre la defensa en transición: equipos que quieren defender el balón pronto, otros que van a por el reboteador, otros que niegan el pase a la banda, etc.

Para mí lo importantes es negar las bandejas. Correr a la zona, encontrar el problema y buscar el hombre a hombre. No queremos entradas, ni triples, ni tiros libres y negamos los ángulos a canasta.

Una vez detenemos la amenaza de la transición, pasamos a defender 5c5 (en individual, en zona, etc.) A mí me gusta la defensa hombre a hombre aunque creo que en la NBA la zona es muy útil en dos situaciones:

- Cuando tras falta, la posesión pasa a 14 segundos y se saca de banda. Creo que en estas circunstancias es difícil hacer un buen tiro contra una zona.
- En las posesiones tras tiempo muerto (que en la NBA son entre 16 y 20 posesiones), para complicar la estrategia preparada por el otro equipo.

En la **defensa en 5c5** tienes que empezar por la TECNICA, y la técnica empieza por la “postura”, por la posición defensiva. Este trabajo ayuda a mejorar la defensa de los jugadores, pero el orgullo de éstos a veces hace difícil su corrección.

Durante la pretemporada trabajamos la posición defensiva, la defensa del 1c1, cómo saltar a una ayuda, etc. Todo tiene que ver con el movimiento de los pies. En el tiempo de trabajo vamos introduciendo

who go for the rebounder, and others who deny the pass to the sideline, and so forth.

The important thing for me is to deny layups. Run to the zone, find the problem and look for the one-on-one. We do not want layups, three-pointers, or free throws and we deny the angles to basket.

Once we stop the transition threat, we then defend five-on-five (individually, in a zone, and so forth). I like the man-to-man defense although I believe that the zone is very useful in the NBA in two situations:

- When after a foul, the clock goes to 14 seconds and there is a sidelines inbound. I believe that under these circumstances it is hard to make a good shot in the zone.
- In possession after a time-out (which, in the NBA, are around 16 to 20 possessions), to complicate the strategy prepared by the other team.

On the five-on-five defense, you have to start with technique, and technique starts with the position, the defensive position. This work helps to improve the defense of the players, but their pride sometimes makes it difficult to correct.

During the preseason, we work the defensive position, the one-on-one defense, how to jump out to the ball, and so forth. Everything has to do with how well the feet move. In the working time we are introducing the CONCEPTS of pick-and-roll defense, from





los CONCEPTOS de la defensa del pick and roll, de la defensa al poste, bloqueos, etc. El reloj de 24 segundos es una ayuda. No siempre tienes que presionar, en ocasiones esa presión la ejerce el propio cronómetro.

Cuando enseñas la técnica, obviamente tienes que trabajar la defensa del perímetro, la importante defensa del lado débil, la defensa al poste (por delante, en tres cuartos, por detrás), pero cualesquiera que sean los conceptos que quieres enseñar, mantenemos nuestra filosofía (no triples, no bandejas, no tiros libres).

No quiero el balón en el centro de la pista. Desde ahí, para el ataque es más fácil encestar. Mandamos el balón a la banda y –una vez llegue- queremos que se quede allí. Presionamos el balón hacia la banda.

Nos gusta coger las mejores 10 jugadas de la NBA y enseñamos a los jugadores el concepto (que no es tan importante como la técnica). La filosofía –recuerdo una vez más- es jugar fuerte y no conceder bandejas, triples ni tiros libres.

La defensa del lado fuerte es hombre a hombre, y la defensa del lado débil está para proteger el lado fuerte. Como nos gusta que el rival ataque contra el crono, buscamos negar el primer pase (no todos los pases; sí el primero). Después del primer pase, lo más importante para mí es controlar las penetraciones (que provocan errores en la defensa). Con el balón a un lado, nos gusta que los otros cuatro defensores se

defensa to post, screens, and so forth. The 24-second clock is a help. You do not always have to exercise pressure. Sometimes that pressure is exerted by the chronometer itself.

When you teach the technique, obviously you have to work the perimeter defense, the important weak-side defense, post defense (ahead, three quarters, behind). But, whatever concepts you want to teach, we stick to our philosophy (Not three-pointers, no layups, no free throws).

I do not want the ball in the center of the court. From there, it is easier for the offense to score. We send the ball to the sidelines and, once it gets there, we want it to stay there. We press the ball towards the sidelines.

We like to get the NBA's 10 best plays and teach the players the concept (which is not as important as the technique). The philosophy, I would like to remind you again, is to play hard and not give up layups, three-pointers or free throws.

The defense on the strong side is man-to-man, and the defense on the weak side is to protect the strong side. As we like the fact that the opponent is on the offense against the clock, we seek to deny the first pass (not all passes, yes, the first one). After the first pass, the most important thing for me is to control the drives down the lane (which cause mistakes in the defense). With the ball to one side, we like the other four defenders to be placed in the 'elbows' and in the

coloquen en los “codos” y en los “boxes” (Gráfico 03) y si es posible también, negar el pase arriba.



El objetivo es que el jugador con balón vea –al menos- dos defensores, sea cual sea su ataque. Quiero dar la sensación de que controlo el ataque, de que no le permito ejecutar sus jugadas. Nos gusta “desmontar” un número “X” de jugadas del rival. En la NBA no tenemos tiempo para preparar los partidos.

Una vez que hemos hablado de la técnica y de los conceptos, nos queda comentar la ESTRATEGIA, que para mí es lo más divertido de entrenar –los cambios defensivos, los traps, etc.

Creo que el juego tiene que ser sencillo para los jugadores. Estos deben jugar duro, con intensidad, con confianza y para ello no pueden estar confusos. Por ello tenemos que darles una estrategia que sea sencilla. Por eso, nosotros empezamos todos los partidos siempre con las mismas reglas (por ejemplo, en el pick and roll lateral empujamos al fondo, en el pick and roll central les obligamos a jugar a la izquierda, en los bloqueos indirectos perseguimos, etc.).

El poste tiene libertad para saltar al 2c1 cuando él decida y –por tanto- el nivel de la presión depende de la decisión del hombre grande. Es importante que sea sencillo. Permito que el equipo pida esas defensas, no las pido yo. De esta manera involucramos a los jugadores (no les obligamos) y somos un equipo más unido.

A veces, el cambio de defensa depende de quién tiene el balón y quien le defiende. Queremos que el ataque no sepa qué le defendemos.

‘boxes’ (Figure 03) and if possible also deny the up-court pass. The goal is for the player with the ball to see at least two defenders, regardless of their offense. I want to give the impression that I control the offense; that I will not allow him to execute his plays.

We like to ‘dissect’ an ‘x’ number of our rival’s plays. In the NBA, we do not have time to prepare the games.

Once we have talked about technique and concepts, we have to discuss STRATEGY, which, for me is the best part about practice - defensive switches, traps, and so forth.

I think the game has to be simple for the players. These must play hard, with intensity, with confidence and, for this, they cannot be confused. So, we have to give them a simple strategy. For that reason, we start all games with the same rules (for example, in the lateral pick-and-roll, we push downcourt; in the central pick-and-roll, we force them to play left; we chase them in the indirect screens; and so forth).

The post is free to go to a two-on-one when he decides to do so and, therefore, the level of pressure depends on the big man’s decision. It is important that it be simple. I allow the team to request those defenses, I do not ask for them. This way, we involve the players (we do not oblige them) and we are a more united team.

Sometimes, a change in the defensive depends on who has the ball and who defends it. We want the offense to not know that we are defending them.

Regarding the post defense, there are many possible alternatives. My posts are proud and normally they do not want us to do a two-on-one to their man, although it seems to me a good way to be aggressive. If so, that two-on-one must be physical, aggressive and intelligent (so as not to allow layups, three-pointers or free throws).

We also like to defend with defensive switches. In mismatches, if the big man goes to the post, we defend him in front so that he can be passed above and can jump to steal from the weak side (Figure 04). We defend very aggressively and physically, with the lower part of the body, not with the hands. From the bottom, we want to take the body balance away from below from the offensive player.

Respecto a la defensa del poste, existen multitud de alternativas posibles. Mis postes son orgullosos y normalmente no quieren que hagamos 2c1 a su hombre, aunque me parece una buena manera de ser agresivos. En caso de hacerlo, ese 2c1 debe ser físico, agresivo e inteligente (para no conceder bandejas, triples o tiros libres).

Nos gusta también defender con cambios defensivos. En los casos de miss match, si el grande va al poste, le defendemos por delante para que le pasen por arriba y saltar a robar desde el lado débil (**Gráfico 04**). Defendemos muy agresivos y físicos, con la parte inferior del cuerpo, no con las manos. Queremos quitarle desde abajo el equilibrio corporal al atacante.

Con la estrategia intentamos desmontar más o menos la mitad de las posesiones del rival. Si lo hacemos todo sencillo, la confianza de los jugadores, crece.

En este sentido, animamos a algún jugador de entre los titulares del equipo a que participe en las reuniones de los entrenadores para que dé su opinión. Si se formula la pregunta correctamente, el jugador contestará lo que tú quieres.

En los últimos 5 segundos de la posesión, cambiamos en todos los bloqueos y tratamos de impedir que su mejor jugador nos gane el partido al final, quitándole el balón con un 2c1. Cambiar el aspecto de tu defensa sin tener que pedirlo es muy importante.

Por supuesto, en ataque es todo al revés: queremos bandejas, triples y tiros libres. Lo que queremos quitar al rival es lo que buscamos para nosotros.

Toda defensa tiene una debilidad, y la clave es encontrarla. Cuanto más pasivo es el ataque, habrá menos oportunidades de encontrar ese fallo. Si defendemos con agresividad, ésta puede cubrir esa debilidad durante unos segundos.

En la NBA se ganan títulos con una buena defensa. Los pequeños detalles (como que sea divertido y agresivo) son la diferencia entre los equipos de talentos similares.

(Texto y gráficos recogidos de una conferencia para la AEEB)

With this strategy, we tried to break down more or less half of the possessions of the rival. If we do everything simple, a player's confidence grows.



In this sense, we encourage any player from among the team members to participate in coaches' meetings to provide their opinion. If you ask the question correctly, the player will answer whatever you want.

In the last five seconds of the possession, we switched in all the screens and tried to prevent their best player from winning the game in the end, taking the ball away from him with a two-on-one. Changing the appearance of your defense without having to ask for it is very important.

Of course, on offense, everything is the opposite – we want layups, three-pointers and free throws. What we want to take away from our rival is what we are seeking for ourselves.

Every defense has a weakness, and the key is to find it. The more passive the offense is, the less chance there is to find that flaw. If we defend aggressively, it can cover that weakness for a few seconds.

In the NBA, titles are won with good defense. The small details (like being fun and aggressive) are the difference between teams with similar talents.

(Text and graphics are from a conference for the AEEB)