



Moncho Monsalve

Entrenador Selección Nacional de Brasil. Fue jugador del Real Madrid y de la Selección Española. Inició su carrera como entrenador en 1972 en Mataró. Entre otros, ha entrenado al Español de Barcelona, CAI Zaragoza, Málaga, Náutico Tenerife, Valladolid, Cantabria en la liga española, y las selecciones absolutas de Marruecos, República Dominicana y Suiza. Es comentarista televisivo y uno de los mejores conferenciantes en charlas técnicas y clínicas para entrenadores. Colaborador, en distintas vertientes técnicas, con la FEB.

Fotos: ACB.COM

Ejercicios de tiro del pívot

La metodología con el pívot tiene que seguir determinadas pautas como son:

- Tener paciencia.
- Ser positivos.
- Trabajar cada día.
- Tener un programa físico.
- Construir el ataque a través del pívot y su integración.

Las claves para conseguirlo son:

- Preparar a los jugadores de perímetro para que sepan jugar con los jugadores altos.
- Mostrar y convencer de la importancia de los pivots.
- Enseñar con progresión.
- Darles entrada con tacto



posición del defensor y cogiendo el balón "con los ojos".

- El pase.
- El tiro.
- Los movimientos.
- El bloqueo.
- El rebote y el primer pase.

Para optimizar el trabajo con los pivots, realizamos los ejercicios con solo seis jugadores en cada canasta.

En el primer ejercicio, *diagrama 1*, trabajamos por parejas con dos balones. Hacemos lanzamientos empezando más cercanos al tiro libre y posteriormente acercándonos a la línea de tres.

En el siguiente ejer-

cicio, *diagrama 2*, con la misma mecánica que el anterior pero jugando más abierto.

En lugar de tirar, cambiamos el balón de lado para que se tire desde el poste bajo del lado contrario.

En el *diagrama 3*, trabajamos el bote con la mano izquierda para, tras un pase al compañero, cortar para acabar con una bandeja.

- La posición.
- El blanco.
- La recepción. Viendo la

Aspectos importantes sobre los que hay que trabajar para mejorar los fundamentos del pívot:

Igual en el lado contrario.

En el siguiente ejercicio,

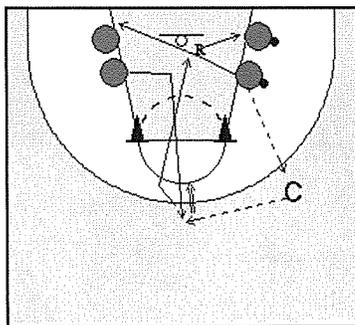


DIAGRAMA 1

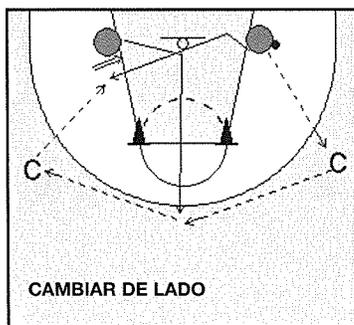


DIAGRAMA 2

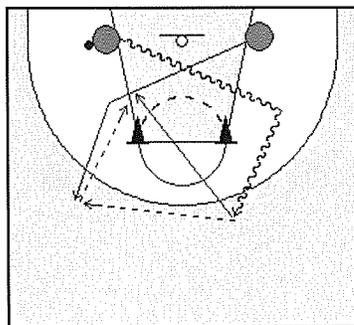


DIAGRAMA 3

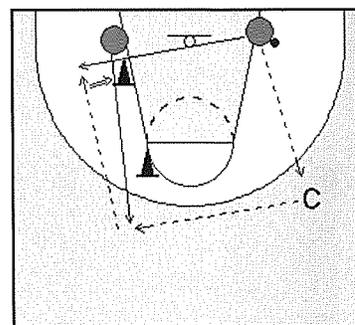


DIAGRAMA 4

diagrama 4, seguimos la misma dinámica de cambiar el balón de lado para un tiro desde el lado contrario, pero realizándolo a través de pases. También trabajamos por ambos lados.

Ahora trabajamos con "alternancia", diagrama 5. Diagonal sobre un bloqueo imaginario. El poste fija al defensor con el bote en el centro y juega con reverso hacia el fondo. Y el otro pívot, al revés: fija el fondo y se va por el centro, para finalizar ambos con un tiro en suspensión.

Posteriormente, diagrama 6, realizamos el ejercicio con defensores. En la rotación, los que atacan pasan a defender.

Ahora pasamos a trabajar con grupos de tres jugadores



el poste alto-. Trabajar por los dos lados.

El siguiente es un ejercicio que pueden hacer todos los jugadores, grandes y pequeños. Giro dorsal para sellar al defensor, cambio de ritmo, tras finta, para recibir y tirar en suspensión, diagrama 8. A todos los ejercicios se les puede poner defensa para que sean situaciones de juego más reales.

La progresión en la metodología nos hace introducir los bloqueos. Al principio son situaciones imaginarias porque trabaja-

mos sin defensores ni compañeros que bloquean. En el diagrama 9, el jugador empieza de espaldas al aro, va a bloquear y sube al poste alto para recibir y tirar. Ejercicio con dos balones, diagrama 7. El que pasa va a por el rebote. Los pasadores están por fuera de la línea de tres puntos. Se hacen dos tiros consecutivos -en el poste bajo y en

mos sin defensores ni compañeros que bloquean. En el diagrama 9, el jugador empieza de espaldas al aro, va a bloquear y sube al poste alto para recibir y tirar. Ejercicio

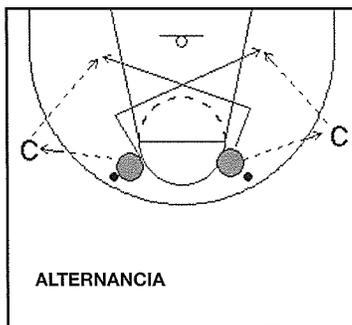


DIAGRAMA 5



DIAGRAMA 7

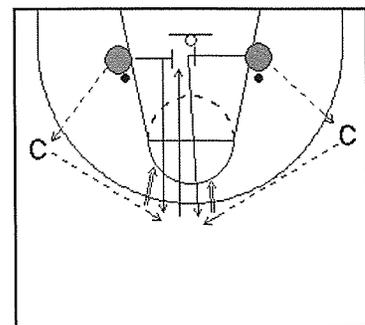


DIAGRAMA 9



DIAGRAMA 6

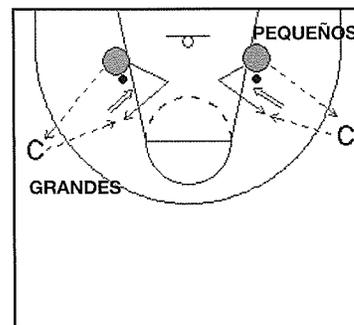


DIAGRAMA 8

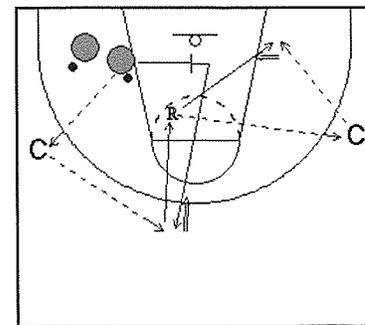


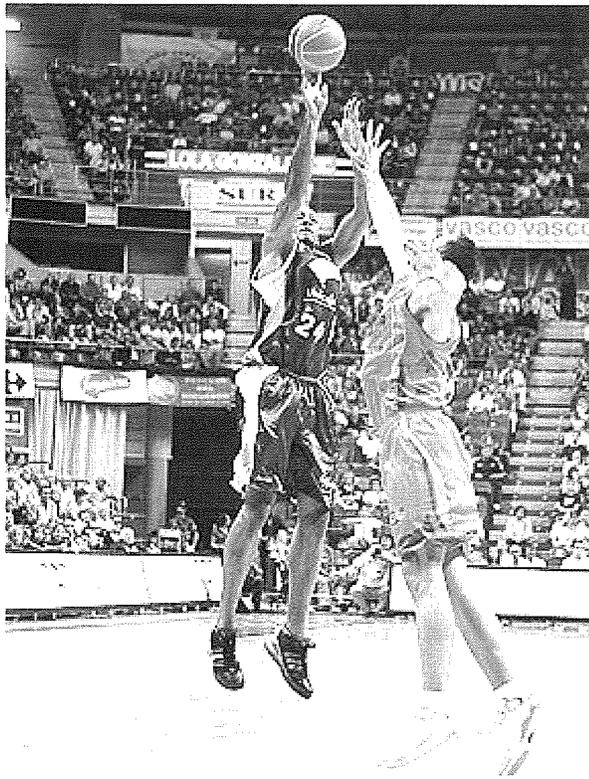
DIAGRAMA 10

alterno. El que coge su rebote hace de bloqueador.

Ahora introducimos dos movimientos seguidos con un bloqueo y un corte, *diagrama 10*. El pívot bloquea y se abre para tirar; a continuación va al rebote, pasa al lado contrario y corta al poste bajo para recibir de nuevo y tirar.

Pasamos al uno contra uno (1c1), *diagrama 11*. El que pasa para cambiar el balón de lado va a defender al corte del pívot. Rotación de los tres jugadores.

Un juego habitual es el pick and roll, o sea el 2c2 con bloqueo y distintas continuaciones, generalmente entre un jugador interior y otro exterior, *diagrama 12*. A partir de aquí nos



podemos montar diversos ejercicios como el siguiente, *diagrama 13*. Bloqueo directo y el exterior, tras dos bote, puede tirar. La variante es que en lugar de tirar de un

pase en la continuación o devuelva el balón a (4) para que lo entre al pívot que ha cortado.

Finalmente trabajamos la capacidad de entenderse entre los jugadores que juegan exterior y los que juegan interior a través de situaciones similares a las reales de juego. En el *diagrama 14*, desde el poste alto los dos pívots fentan y cortan al lado contrario de cada uno, para que reciban un balón interior. A continuación, *diagrama 15*, bloqueo

indirecto y continuación para un tiro desde el poste alto, o para cambiar el balón de lado, *diagrama 16*, y jugar lo mismo o las variantes que queramos ensayar. □

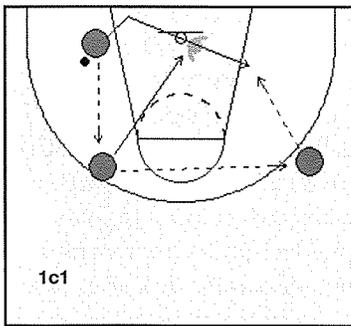


DIAGRAMA 11

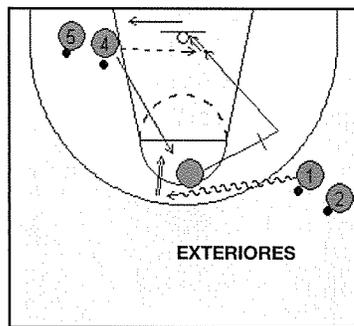


DIAGRAMA 13

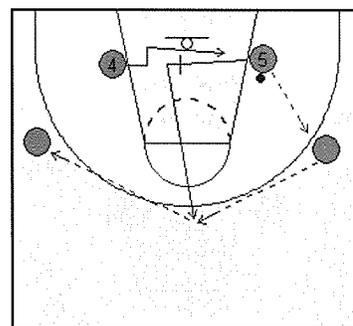


DIAGRAMA 15

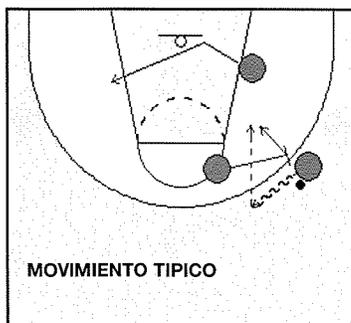


DIAGRAMA 12

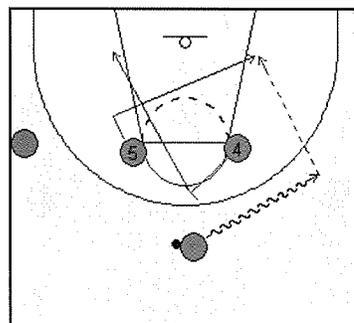


DIAGRAMA 14

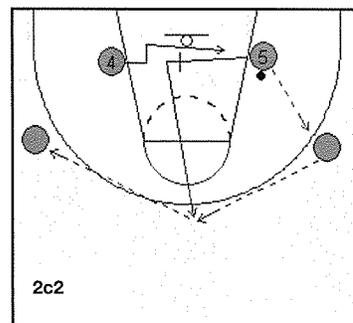


DIAGRAMA 16