

Como entrenador defiendo un baloncesto alegre, lleno de iniciativa, improvisación y riesgo, que obligue al jugador a tomar decisiones asumiendo responsabilidades. Para ello utilizaremos una metodología orientada a desarrollar la capacidad de *atención, concentración y entendimiento* del jugador, motivándole para la resolución de situaciones reales de partido a partir de la aplicación de fundamentos y táctica individual.

En mis primeros años de entrenador, cuando quería trabajar el bote, utilizaba una metodología basada en la automatización del fundamento a partir de la repetición constante y sucesiva del gesto técnico sin oposición defensiva; sin embargo ahora pienso que ese camino estaba equivocado y prefiero seguir una línea mucho más cercana a situaciones auténticas de partido que exija una *lectura de juego*. Estoy absolutamente obsesionado con la necesidad de aportar a mis jugadores la capacidad mental y visual suficiente como para que sean capaces de *percibir e identificar* todos los estímulos y factores que acontecen en el campo durante el dribbling, y que en función de esa percepción sean capaces de *tomar decisiones* acertadas con el menor tiempo de reacción posible.

Reconozco que en las primeras etapas del aprendizaje sí que es necesario el trabajo aislado de cada tipo de bote, pero considero imprescindible ir introduciendo de forma progresiva los siguientes principios:

- 1) Trabajar con *oposición defensiva* para acercarnos a situaciones reales de partido
- 2) Desarrollar la *visión marginal* desde bote y en movimiento para que el campo visual del jugador sea el más amplio posible.

El bote para conseguir ventajas

Por Alberto Martín Gómez

Director Técnico Colegio San Agustín



3) Capacidad para medir distancias y controlar la velocidad de desplazamiento con el objetivo último de que exista un correcto *timing* con sus compañeros. Este aspecto reducirá considerablemente las pérdidas de balón del equipo.

4) Trabajar con asiduidad la *velocidad de reacción y de ejecución* en el dribbling a partir de la lectura del comportamiento defensivo.

5) Control del cuerpo y del balón en velocidad y con oposición.

ATRASAR EL CAMPO MEDIANTE BOTE

El primer aspecto a trabajar es la recepción del pase de salida: el jugador que recibe el balón debe estar en *movimiento*, utilizando un juego de piernas ofensivo que le permita ganar ventaja con respec-

to a su defensor desde el primer momento. Utilizará como pie de apoyo en la recepción el más cercano al pasador, el cual le servirá como base para hacer una salida *abierta y amplia*, aplicando un cambio de ritmo. Considero importantísimo el tener visión periférica y marginal de todo el campo, por lo que la recepción nunca será de espaldas y sí de frente al campo contrario.

A partir de ese movimiento, primero sin balón y luego con el mismo, trato de ser agresivo durante toda la trayectoria, por lo que *en ningún momento me pararé* por encontrarme con defensores. Tenemos que enseñar a los jugadores a tomar decisiones desde bote y en movimiento. Si somos capaces de dejar defensores detrás de nosotros, trabajaremos normalmente en situaciones de superioridad numérica consiguiendo tener siempre la iniciativa, marcar el ritmo del partido, pero sobre todo

lograremos demostrar al jugador que él es el verdadero protagonista de este juego. En este sentido, es muy importante hacer un uso correcto del *dribbling de fijación*, para buscar buenos ángulos de pase.

Debemos acostumbrar a nuestros jugadores a *minimizar el número de botes* sin que eso signifique perder el control del balón. Estoy cansado de ver jugadores que utilizan el dribbling para recrearse en su propio juego, sin un objetivo claro, marcando un ritmo tedioso y aburrido. Ese tipo de bote no entra en mi filosofía de baloncesto pues incumple el requisito básico de todo fundamento: *generar alguna ventaja*.

Durante el movimiento con balón fijaremos como objetivos:

- 1) Trabajar con distinto tipo de bote tanto en fuerza como en amplitud, llevando el *balón siempre delante*.

2) Uso de ambas manos, es decir, dominio de la mano débil como criterio de calidad

3) Utilización de la cabeza, mirada, hombros... para engañar al defensor: es imprescindible el uso de las partes del cuerpo para hacer fintas.

4) No debemos acompasar el bote al movimiento de los pies; tenemos que generar inquietud en la defensa a partir del trabajo en saltitos, traspies, skipping. . .

5) Introducir cambios de ritmo en carrera, lanzando hacia delante el balón, buscando la espalda del defensor y realizando algún movimiento de piernas y brazos específico que genere ventaja.

Errores típicos en el traslado del balón:

1) Recepciones en estático y de espaldas al aro atacante, sin obtener información del entorno, ni de los compañeros ni de los adversarios.

2) Jugadores que paran el dribling para analizar situaciones de juego porque son incapaces de hacer una lectura desde movimiento y con oposición defensiva. Este error es de suma gravedad y el origen de su causa no es otro que el insuficiente trabajo específico de fundamentos como la velocidad de reacción, visión marginal, percepción de estímulos.

3) Uso excesivo de un dribling miedoso y protector e infrautilización de un dribling agresivo de fijación de defensores.

EL BOTE EN EL ATAQUE ESTÁTICO

Lo primero que trato de dejar claro en mis equipos a la hora de trabajar el bote en juego posicional, es que lo vamos a utilizar para *atacar y sobrepasar al defensor*, por lo que desde ese momento todos los jugadores saben que no pueden mostrar una actitud protectora o defensiva. Distinguirlos dos tipos de situaciones distintas:

A) *Bote en el 1c1*: Siguiendo con nuestra filosofía de que el bote es un fundamento para mantener la

iniciativa y ser ofensivos y no defensivos, considero fundamental:

1) Mantenerse en todo momento *encarado al aro*, con la idea constante de atacar. No me gustan los jugadores que adoptan una actitud de protección, poniéndose de lado a la canasta o al defensor pues pierden capacidad ofensiva y parece que están siendo intimidados por la defensa.

2) Bajar el centro de gravedad para conseguir equilibrio. La ventaja en el 1c1 se consigue si el jugador es capaz de estar *flexionado* durante todo el movimiento, sobre todo en la salida y el primer paso.

3) *Penetraciones verticales*, lo más rectas posibles hacia canasta. Se antoja imprescindible que el atacante pase cerca del contrario, a ser posible por debajo de su hombro. Es necesario que el jugador esté agachado y que su primer paso sea lo más amplio posible, hacia delante y preferentemente abierto, intentando abarcar el mayor espacio posible.

4) Trataremos de dar un bote fuerte y amplio que busque la *espalda del defensor* y que genere una ventaja definitiva.

5) El uso de fintas previas a la salida suele ser positivo, aunque no lo considero algo absolutamente necesario. El jugador deberá utilizar las fintas como elemento de apoyo al fundamento pero no como condición necesaria en su ejecución.

Nota: en situaciones de 1c1 desde bote, en las cuales el hombre balón debe mover un poco a su defensor, el uso DE LA MIRADA, CUERPO Y PIES para confundir al defensor se antoja imprescindible.

En relación a la posibilidad de jugar de espaldas al defensor y al aro, como en multitud de ocasiones hacía "Magic", lo veo útil si es para aprovechar una ventaja de altura en jugadores exteriores defendidos por gente más baja. Por lo tanto, es en ese tipo de mismatch cuando apoyo el estar de espaldas al aro pues estamos produciendo situacio-

nes de ventaja. Lo que nunca voy a defender es el hecho de dar la espalda al defensor para protegerme de él en lugar de para atacarle; recordad que lo que más me interesa es tener la iniciativa.

B) Mejora del ángulo de pase: en el ataque posicional, las líneas de pase se ven continuamente obstruidas por la interposición de defensores, obligando al juego de ataque a buscar soluciones. No vamos a entrar en el análisis de este aspecto del juego, pero lo que sí que me interesa es la utilidad del bote para mejorar ángulos. Entiendo imprescindible trabajar los movimientos laterales en dribling, utilizando para el desplazamiento pocos botes y de distinta intensidad, procurando mantener el cuerpo encarado a la canasta. El dominio de un bote lateral agresivo, rápido, con ambas manos y alejado del cuerpo, te permite en todo momento estar preparado para buscar líneas, mejorar ángulos, leer juego. . . sin perder tus opciones de 1c1, es decir, sin perder tu iniciativa en el juego.

Hay que evitar dos errores típicos:

1) Utilizar demasiados botes en la dirección del compañero a quien se quiere pasar, sin respetar ni la distancia que una línea de pase exige, ni la correcta ocupación de espacios necesaria en cualquier ataque.

2) Abusar de un dribling en estático que no produce ningún tipo de ventaja y que además de ralentizar el juego de forma exasperante permite que la defensa realice sus marcajes, ajustes y rotaciones.

Sinceramente creo en el bote como un fundamento que debe ser utilizado de forma eficaz para generar ventajas y buscar soluciones. Su utilidad es máxima cuando hay un uso conciso y moderado del mismo, en las situaciones antes explicadas:

1) traslado de balón para avanzar y progresar.

2) mejora de ángulos de pase: bote lateral.

3) atacar y sobrepasar al defensor 1c1: primer paso. □