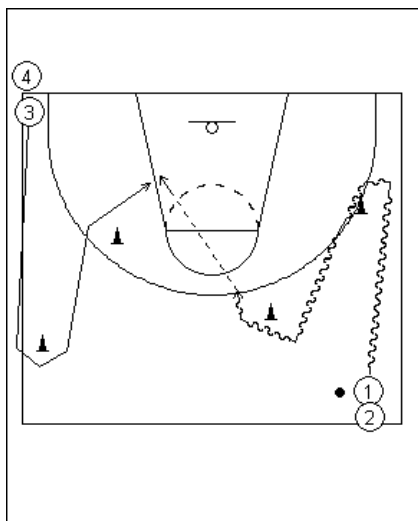


## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.

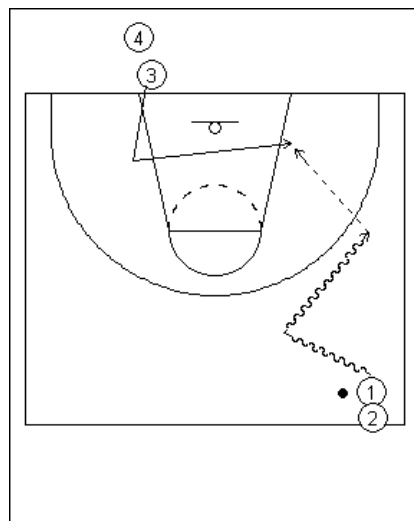
### Trabajo de las superioridades ofensivas: fijar defensor y pasar. Conceptos de penetrar y doblar al lado débil.

Una vez que hemos enseñado a nuestros jugadores a aprovechar las ventajas ahora tenemos que dar el siguiente paso, el juego en conjunto. Aquí es donde considero que tenemos que trabajar en la capacidad de nuestros jugadores de leer una ayuda defensiva y pasar el balón correctamente. Lo primero va inherentemente asociado a lo segundo. Comenzamos realizando ejercicios de pase tras bote, con una mano y con otra, obligando a nuestro jugador a levantar la cabeza siempre y dar el pase en el momento adecuado. No soy partidario de realizar ejercicios mecánicos de pases, que la mayoría de las veces aburren a los jugadores y sirven para poco. Creo que añadiendo un defensor al que fijar trabajamos mucho mejor la capacidad de lectura de nuestro jugador. Comenzamos trabajando con ejercicios 1x0, 2x0, 3x0, 1x1 sin balón (el que pasa es un jugador que bota), 2x1 y 2x2 con ventaja sobre el atacante.

En el diagrama 5 realizamos un pequeño circuito en el que obligamos a 1 a pasar el balón cuando su compañero esta entrando a canasta, no cuando llegue al último cono. De esta manera le obligamos a mantener levantada la cabeza y si lo deseamos podemos jugar con la distancia de los conos para que el pase lo tenga que dar antes de llegar al cono. El último cono es el límite a realizar el pase. Lo trabajamos en ambos lados del campo, obligando a que alternen los pases con ambas manos. En el diagrama 6, 3 corta sobre la zona y recibe el pase de 1. 1 se ha desplazado en dribbling, con la cabeza alta y flexionado para realizar el pase correctamente. Variamos las columnas para trabajar desde ángulos diferentes del campo.



5



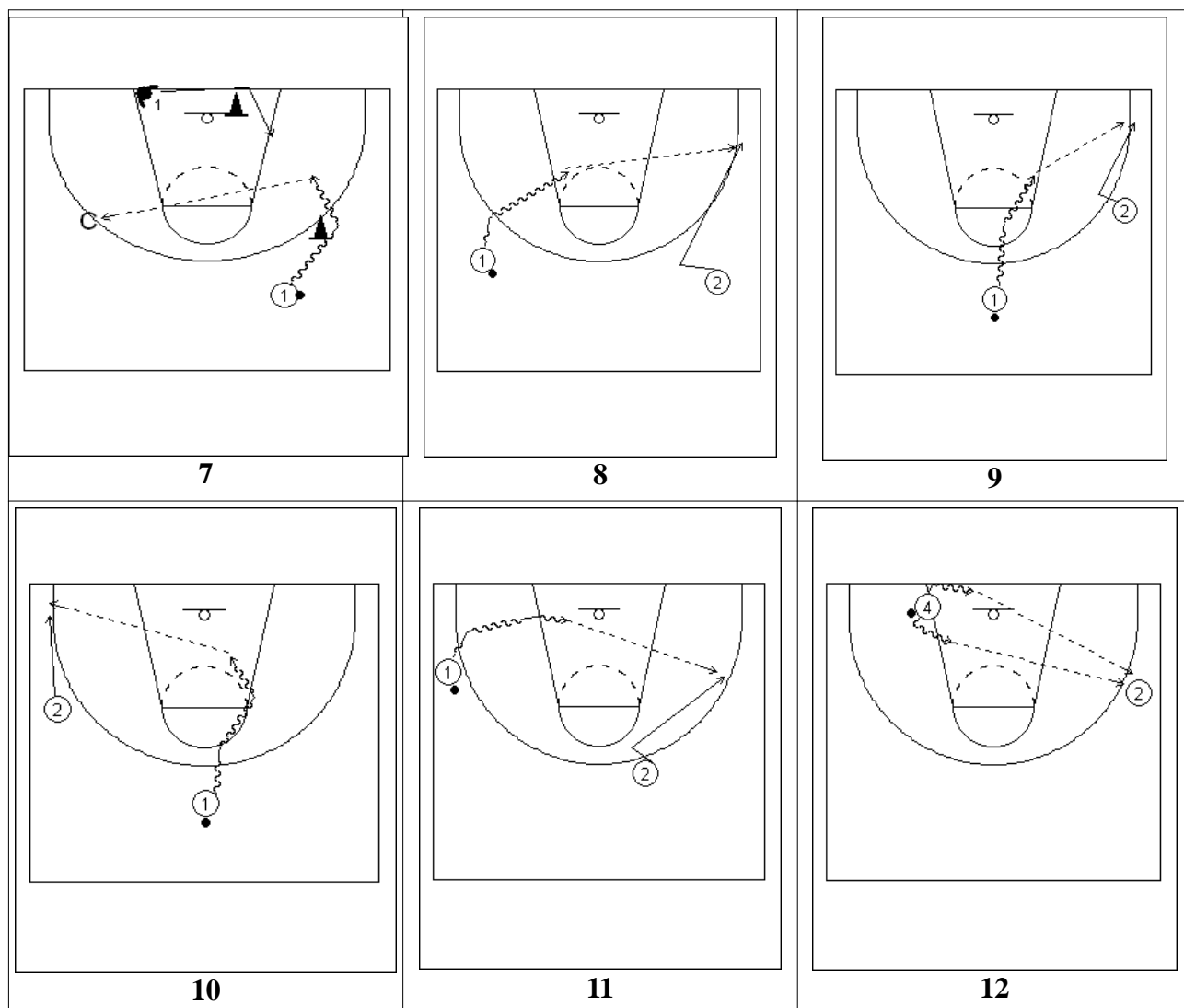
6

Evidentemente podemos buscar un sinnúmero de ejercicios que nos permitan mantener esta dinámica de pase tras dribbling. Podemos aprovechar los ejercicios 2 y 3 para obligar al pasador a realizar el pase siempre tras dribbling, para mejorar la capacidad de percepción.

El siguiente paso que hemos de dar es introducir a un defensor que nos obligue a tomar una decisión. En un principio el destinatario será un compañero o entrenador fijo, pero más adelante obligaremos que se mueva para dificultar un poquito más la acción. A la hora de trabajar con nuestros jugadores es importante que sean conscientes de la importancia de las fintas para fijar

## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.

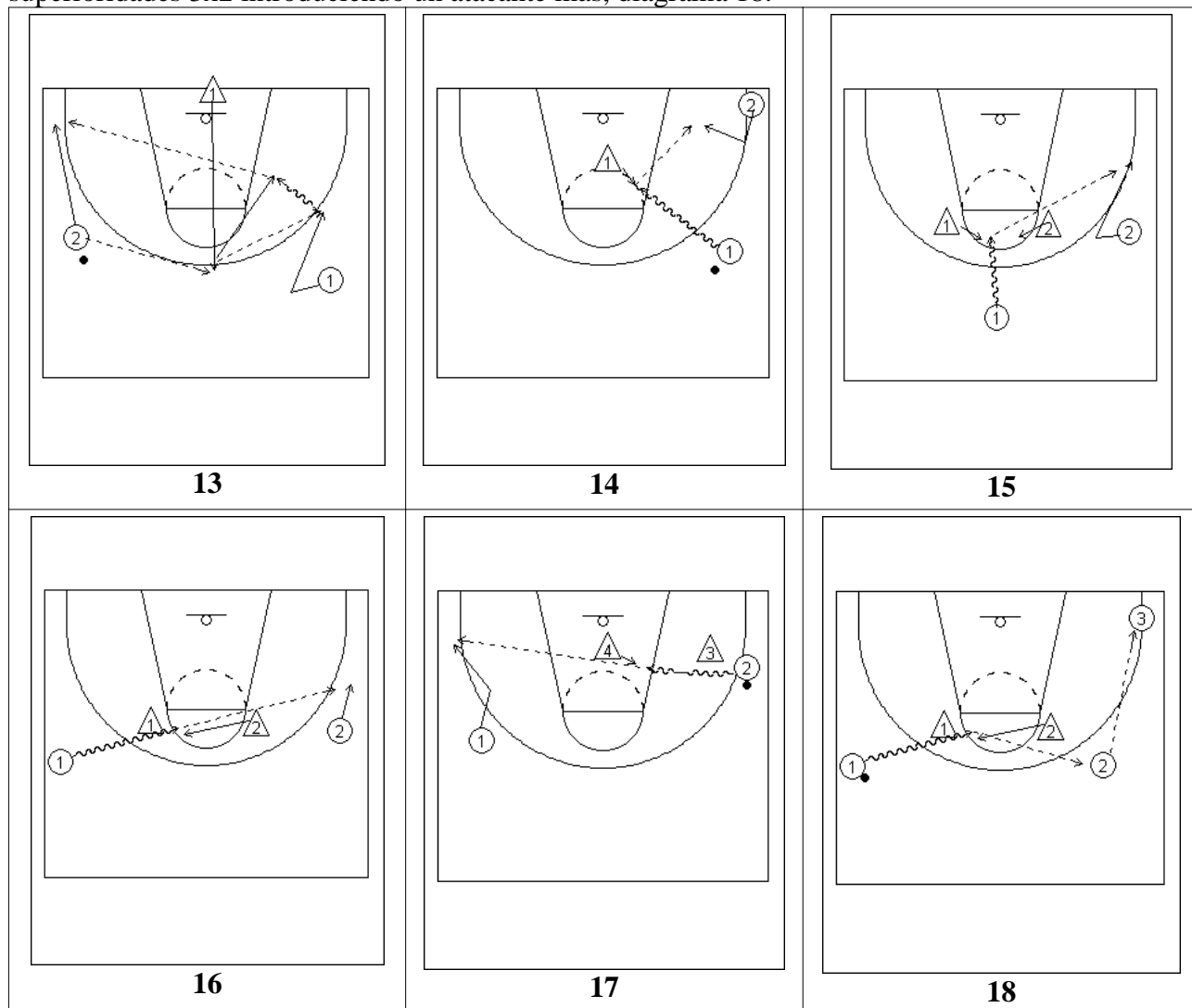
correctamente a un defensor. Seguimos desarrollando ejercicios similares a los anteriores, pero añadiendo el componente del pase, diagrama 7. Siempre deben dar el pase cuando el defensor se ha situado entre el eje de la canasta y él. Insistimos en que jugamos con la colocación de las filas, los conos y el receptor del pase para trabajar todas las posibilidades. Pasamos después al 2x1, de manera sencilla puesto que lo que volvemos a hacer es adaptar los ejercicios. Primero tenemos que trabajar los conceptos sencillos de penetrar y doblar a la esquina con ejercicios de 2x0, diagramas 8,9,10 y 11. En el diagrama 12 trabajamos en posición interior y el pase tras giro, tanto sobre un hombro sobre otro. La consigna que le damos a nuestros jugadores interiores es que siempre tienen que tratar de buscar el lado débil.



Pasamos ahora con los ejercicios de 2x1, una vez hemos trabajado los conceptos básicos. Creamos situaciones en las que el jugador deba fijar a su defensor para liberar un pase que conceda un tiro cómodo o una canasta bajo aro. Comenzamos con situaciones de 2x1 sencillas, como la descrita en los diagramas 13 y 14. En el diagrama 13 defensor 1 corta y recibe el balón de 2. Pasa a 1 y defiende la penetración. 1 pasa a la esquina, a 2, siempre que su defensor le haya cerrado el paso a la canasta. En el diagrama 14 el defensor espera en el centro de la zona, 1 penetra, fija y asiste a 2, quien puede tirar o penetrar. El defensor debe tratar de recuperar ante este pase. Como siempre jugamos con las posiciones iniciales para ocupar todas las posibilidades en ambos lados de la

## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.

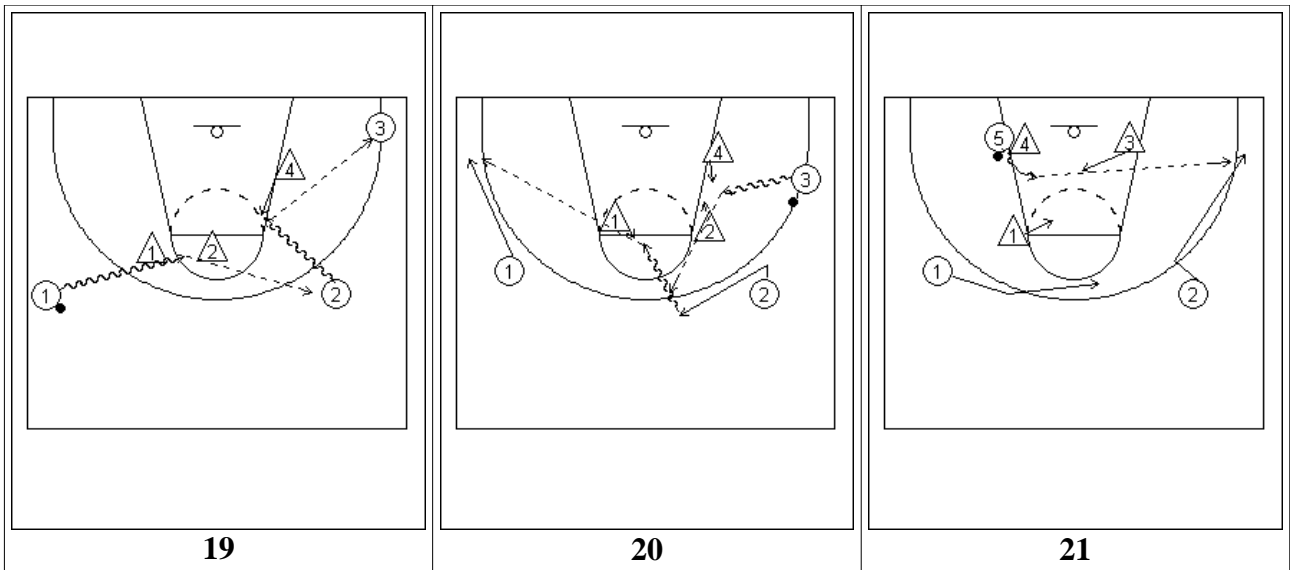
canasta, así como situamos al segundo atacante tanto en la esquina del lado débil como la del lado fuerte. Ahora vamos a trabajar con situaciones de 2x2, 3x3 y 4x4 siempre con una desventaja inicial de la defensa. Queremos ahondar en la calidad de la decisión que el jugador con balón toma, así como la reacción del receptor del balón. Recordemos que nunca puede quedarse quieto. La mecánica siempre es la misma, como en los diagramas 15 y 16: en 15 1 divide entre defensores 1 y 2 y dobla a 2, quien puede tirar o penetrar a canasta. Es vital el pase correcto. En el diagrama 16 1 penetra ante la defensa pasiva de defensor 1, y ante la ayuda defensiva de defensor 2 pasa al lado contrario. Variamos las posiciones para trabajar todas las posibilidades, diagrama 17. Continuamos trabajando superioridades 3x2 introduciendo un atacante más, diagrama 18.



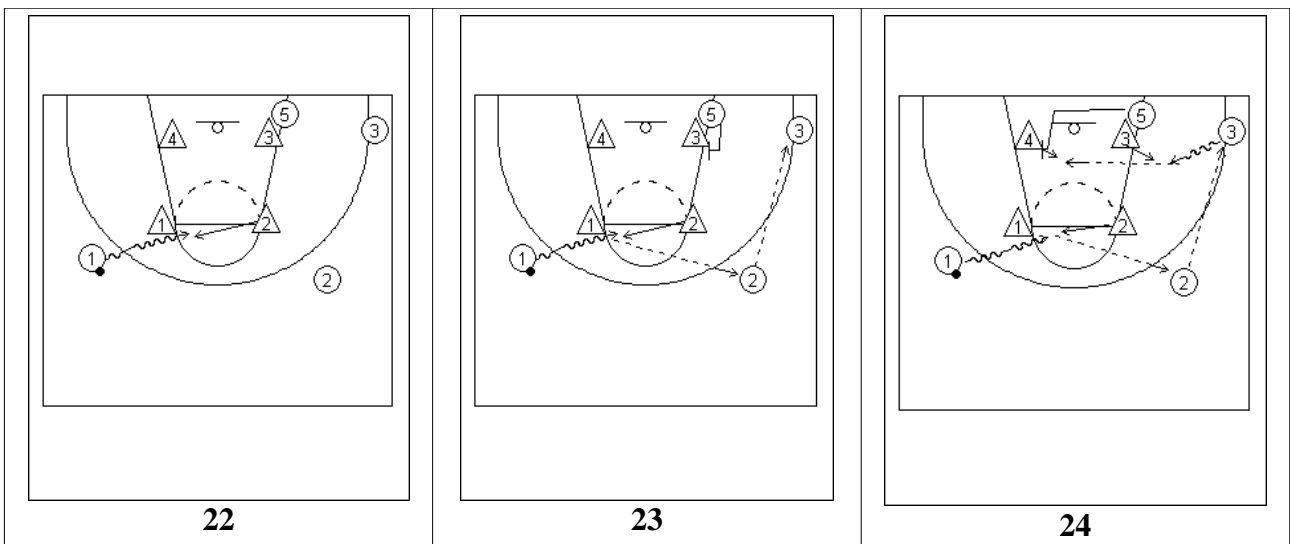
Ahora podemos trabajar situaciones de 3x3. En el diagrama 19 hemos añadido un defensor más y 2 penetra para dividirlo. Podemos situar a 3 tanto en el lado fuerte como en el lado débil. En el diagrama 20 trabajamos la penetración desde el lateral. Si 3 no ha pasado a 1 directamente y lo hace

## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.

a 2, éste penetra y fija al defensor 1 para pasar a la esquina a 1. En el diagrama 21 hacemos exactamente lo mismo solo que partimos desde la posición de poste bajo.



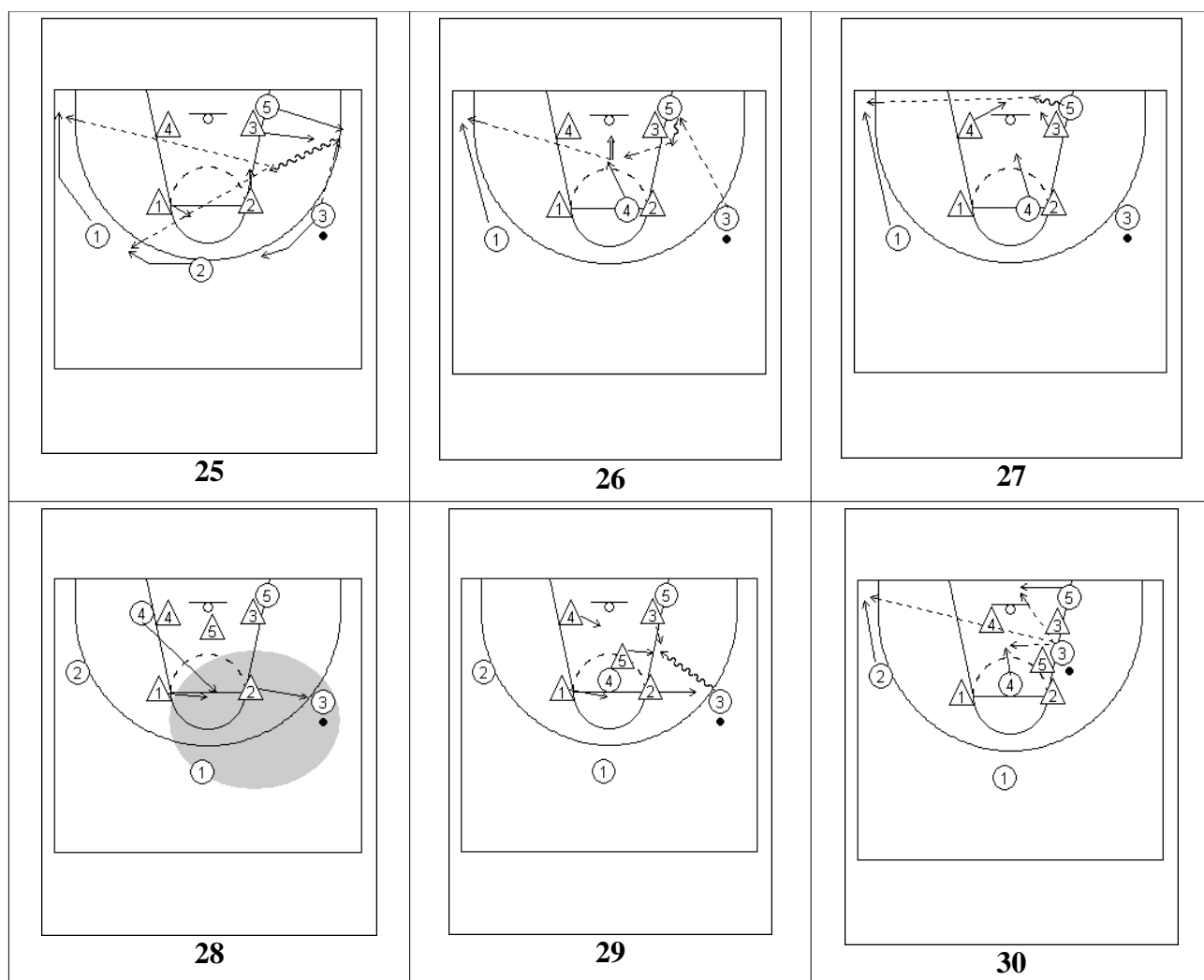
El jugador interior siempre es el máximo damnificado ante la defensa en zona. Ante esta situación hacemos que aparezca desde lado débil, busque la espalda de los defensores o fije defensores interiores para recibir con ventaja. Continuamos ahora trabajando 4x4. Veamos el diagrama 22. En esta situación 1 ha comenzado a crear la ventaja para 2. 5 tiene varias posibilidades: bloquear a 3 para facilitar la ventaja a 3, percutir contra 4 para abrir una línea de pase en la zona, o abrirse por línea de fondo para buscar la espalda de los defensores. Diagramas 23 y 24.



Otra posibilidad que tiene nuestro jugador interior es la de abrirse a la esquina para buscar una ventaja de cara a la defensa, diagrama 25. Sería casi como un jugador exterior más. La ventaja más importante que puede generar (además de anotar, claro) es el pase a la esquina, a 1. En este caso 5 ataca la recuperación de 3 y a partir de esta situación juega con los conceptos ya trabajados. El

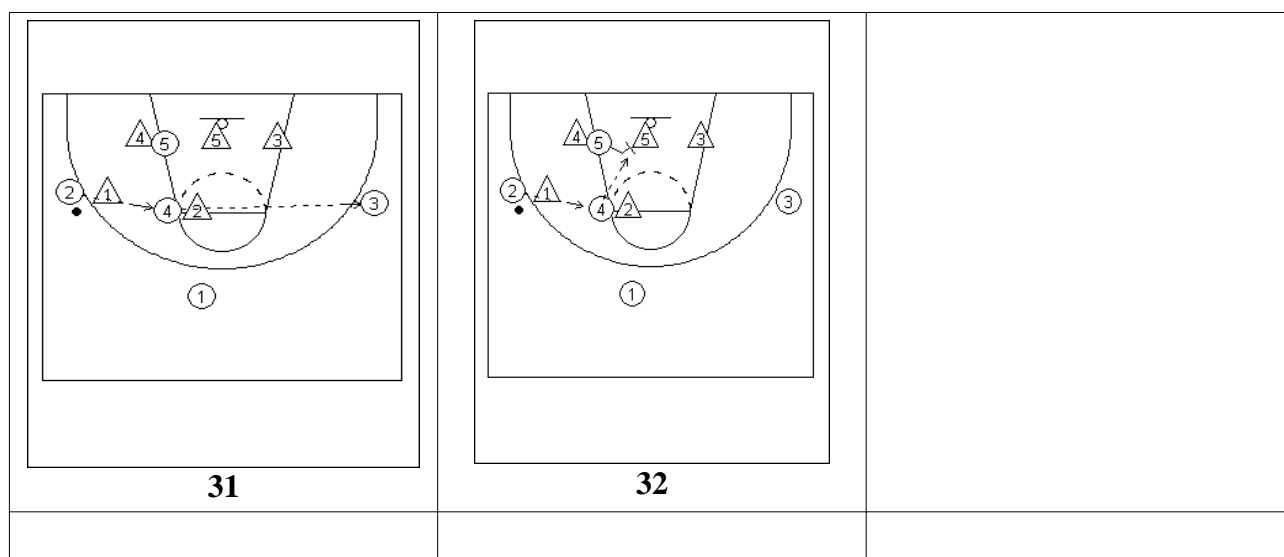
## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.

ejercicio continua con 5 realizando las acciones descritas en los diagramas 23 y 24 y los jugadores exteriores atacando a las recuperaciones defensivas. Si jugamos con dos postes es vital que uno de ellos ocupe el poste alto y otro el poste bajo. Si el jugador del poste bajo recibe el balón debe jugar para crear ventajas. A la vez el poste alto debe caer hacia el aro para dividir a la defensa, si recibiese el balón puede tirar o abrir el balón al lado débil. También puede girarse sobre línea de fondo y pasar directamente a la esquina, con la caída de 4. En el caso del poste alto debemos jugar tanto con las sobrecargas que genera como la necesidad de recibir en una posición estratégica como es el poste alto e invertir el balón inmediatamente. El poste se convierte en un poste “distribuidor”, muy importante para atacar con criterio la zona. Vemos en el diagrama 28 cómo este poste alto al subir desde lado débil genera o una situación de superioridad numérica diagrama 28, o abre espacio en la zona para atacar las recuperaciones defensivas, diagrama 29. En este diagrama podemos observar a cada jugador realizando los conceptos adecuados: 3 ha penetrado entre líneas, 4 cae al poste bajo, 5 busca la espalda del defensor y 2 se abre al lado débil. 3 puede pasar al que crea más oportuno.



Como poste distribuidor observamos que cumple una función básica: o invierte el balón al lado débil, diagrama 31, o asiste al 5, quien percute contra el defensor central y abre la línea de pase.

## ATAQUE CONTRA ZONA EN EDADES DE FORMACIÓN.



Si resumimos, creo que la clave para enseñar a nuestros jóvenes jugadores a atacar la defensa zonal es prácticamente la misma que contra individual. Es necesario focalizar la atención en los detalles antes descritos: correcto aprovechamiento de las ventajas generadas, aprender a pasar leyendo la defensa, etc. Si se trabajan estos conceptos nuestros jugadores tendrán los recursos suficientes para afrontar el ataque contra una defensa zonal sin demasiados problemas. No hemos hablado, en ninguna de estas situaciones, del uso del tiro exterior para abrir una defensa zonal. Suponemos que nuestros jugadores no han progresado lo suficiente en el tiro exterior para confiar plenamente en abrir la zona tirando, pero recomiendo que exista un equilibrio entre el tiro exterior y el juego interior, entendiendo este último como buscar otra opción diferente que a la que pueda suponer un tiro a larga o media distancia cómodo.