



WANCEULEN
EDITORIAL DEPORTIVA

Revista

WANCEULEN E.F. DIGITAL

Número 6 – Enero 2010

CONOCER EL JUEGO EN BALONCESTO PARA JUGAR DE FORMA INTELIGENTE

David Cárdenas Vélez

Profesor Titular de la asignatura de Baloncesto de la Facultad de Ciencias
de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de Granada

Francisco Alarcón López

Profesor de la asignatura de Baloncesto de la Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio de Murcia

INTRODUCCIÓN

En la mente de la mayoría de los entrenadores, independientemente del nivel de competición en el que ejerzan su función, está asentada la idea de conseguir que sus jugadores o jugadoras actúen de manera inteligente. Todos añoramos contar con deportistas capaces de interpretar correctamente las situaciones de juego y decidir la mejor opción en función de las características que las definen, incluyendo las de los rivales y las propias. Al mismo tiempo creemos importante, aunque aún no sepamos bien como conseguirlo, que esas respuestas sean originales, novedosas, cuando menos imprevisibles, con el fin de generar incertidumbre en los adversarios y obtener una ventaja que se traduzca en efectividad.

En los últimos años han sido muchos los entrenadores que en su afán de encontrar las vías para la consecución de estos objetivos han alzado su voz en contra de algunos procedimientos habituales durante el proceso de formación deportiva; me refiero, en concreto, a la utilización de sistemas cerrados de juego como medio para que los niños o jugadores jóvenes puedan jugar con un cierto orden, con criterio. Y es precisamente esta palabra “criterio” la que nos mueve a reflexionar sobre éstos y otros aspectos que influyen en el juego y la formación deportiva.

Por que ¿a qué nos referimos exactamente cuando hablamos de criterios o conceptos de juego? ¿Cuál es la base sobre la que se asientan estos conceptos de juego? ¿Pueden variar éstos en función de la forma de entender el entrenador el baloncesto o por el contrario son universales? ¿Podemos hablar de diferentes tipos de conceptos? ¿Es posible conseguir que sean los jugadores los que con un conocimiento profundo del juego, de los conceptos que deben regir el comportamiento individual y colectivo, los que decidan en cada momento la forma adecuada de proceder sin ceñirse a un guión preestablecido por el entrenador? Verdaderamente, ¿podría resultar efectiva esta forma de juego? A continuación, con el objetivo de buscar respuestas a éstas y otras cuestiones, profundizaremos en algunos términos cuya comprensión resultan imprescindibles.

LÓGICA INTERNA DEL JUEGO.

Haciendo un balance entre los componentes estables e inestables que forman parte del juego, la incertidumbre y la variabilidad en la que se ven inmersos los jugadores, podemos afirmar que el baloncesto es una tarea predominantemente abierta. Debido a estas peculiaridades, el juego del baloncesto está regido por una lógica inherente al mismo a la que Parlebas (1988) denominó *lógica interna* y que, según este autor, define la forma en que se establecen las relaciones entre los participantes y la interacción con el medio en que se desarrollan. Estas relaciones pueden ser analizadas desde diferentes perspectivas que abordaremos más adelante.

Como en cualquier deporte de equipo, al practicar baloncesto se genera una dinámica de juego que responde a una lógica a partir de la cual las acciones realizadas resultarán o más o menos coherentes. Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (DRAE), se entiende por lógica la ciencia que expone las leyes, modos y formas del conocimiento científico. Tal como se desprende

de esta definición el concepto de lógica interna hace referencia al conjunto de leyes o principios, modos y formas que constituyen el cuerpo de conocimientos del baloncesto, los que le dan sentido a las acciones de juego y, como consecuencia, permitirán interpretar y decidir correctamente, en función de las relaciones que se establecen entre los participantes y su interacción con el entorno donde tiene lugar el juego.

No obstante el verdadero eje vertebrador de la actividad motriz específica de los jugadores y responsable directo de la dinámica del juego es el reglamento. Son las reglas las que establecen las condiciones en que tendrá lugar la práctica, definiendo las características de los elementos formales, como balón, canasta, terreno de juego y los límites en los que deberán actuar los jugadores en su relación con el balón o el resto de jugadores. En la figura 1 se puede comprobar cómo las reglas definen los parámetros espaciales, temporales y los que se refieren al comportamiento del jugador en una doble dimensión: motriz y verbal, así como las repercusiones de diferente naturaleza que tienen en el juego: física, técnica, táctica y psicológica.

Las reglas marcan los límites de la motricidad del/a jugador/a y de su comportamiento verbal (debe dirigirse correctamente a otros jugadores o árbitros). Estos límites tienen, por tanto, consecuencias de diferente naturaleza: motriz (técnico-táctica), física y psicológica (ver figura 1), lo que significa que cualquier modificación de las reglas provocaría variaciones en la forma de jugar y nuevas exigencias de adaptación.

A tenor de estas premisas, conocer el valor y significado de las reglas es fundamental para los intereses de jugadores y entrenadores; para los primeros porque su comportamiento se verá absolutamente condicionado por ellas y, para los segundos, porque además de tener que dirigir bajo las bases legales establecidas, su uso desde el punto de vista didáctico ofrece unas posibilidades extraordinarias. Intentaremos explicar esto último con algunos ejemplos: si queremos mejorar la capacidad individual y colectiva para desmarcarse y apoyar al jugador con balón ocupando espacios libres, propondremos una tarea donde quedará prohibido el uso del bote; si nuestro equipo tiene que mejorar la velocidad de ejecución del contraataque, las situaciones de entrenamiento se diseñarán reduciendo el tiempo máximo disponible para finalizar, obligándoles a hacerlo en un máximo de 5-6 segundos.

Como ha quedado plasmado en estas líneas el uso adecuado y racional de las reglas constituye uno de los pilares sobre los que construir el proceso de formación deportiva al constituir el primero de los elementos condicionantes del juego. El segundo es la propia interpretación que el/a jugador/a hace de las reglas, basándose en aprendizajes previos y experiencias acumuladas, pero, también, en función de su estado físico o psicológico en el momento de decidir cómo resolver la situación de juego. Son, los jugadores, en definitiva, los que con su conocimiento del baloncesto asignan el verdadero significado tanto a las reglas como a sus acciones. Para Piñar (2005) el reglamento, que influye en todos los demás aspectos, por sí sólo no determina la acción de juego....*"entendemos el reglamento como el primer elemento condicionante de la dinámica de juego, aunque existe un segundo elemento, los jugadores (Figura 2), sus características y experiencias previas, el tipo de interacción y comunicación con los compañeros, adversarios (Sampedro, 1995; Lloret, 1995; Ardá, 1998; Navarro y Jiménez, 1998c; Hernández, 1994; Hernández y Jiménez, 2000;*

Castellano, 2000; Antón 2001; Cárdenas, 2001; Costoya, 2002) y entrenadores". (pág. 126).

Por lo expuesto, y siguiendo los argumentos utilizados por Piñar (2005) la dinámica del juego es el resultado de la combinación de todos los elementos estructurales (espacio, tiempo, móvil, metas, jugadores), definidos y delimitados por el reglamento, como estructura superior, y el uso que los jugadores y entrenadores hacen de ellos, actuando e interactuando entre sí (condicionando su comportamiento motor y verbal, en su dimensión psicológica, física, técnica, táctica y estratégica y social) siempre bajo el prisma reglamentario.

Volviendo al motivo de este texto, para jugar de forma inteligente es necesario tener un conocimiento amplio sobre los conceptos de juego que responden a la lógica interna del baloncesto, o lo que es igual, a la forma en que la relación entre jugadores, compañeros y adversarios, y su interacción con el medio, en función de las reglas, es efectiva para la consecución de los objetivos del juego. Y son precisamente los objetivos del juego, los que marcan la línea de actuación de los jugadores y, por tanto, el primer eslabón en la cadena de conocimientos específicos que se deben conocer. Sin embargo, el conocimiento de los objetivos generales y específicos, aunque imprescindible, no es suficiente para jugar de forma inteligente. También es necesario conocer cuáles son los principios de actuación, es decir las normas de comportamiento táctico que, basándose en la lógica interna, permitirán al jugador analizar correctamente la información recibida por los sentidos, procedente del entorno (situación de juego), y decidir la forma de actuación más eficaz.

Tanto de los objetivos, como del resto de contenidos conceptuales, podemos establecer diferentes niveles de concreción; es por ello que hablaremos de objetivos y principios generales del juego y de objetivos y principios específicos. Probablemente, por esta misma razón sea conveniente estructurar también este tipo de contenidos conceptuales diferenciando entre los que corresponden al juego colectivo e individual, sin olvidar que, al tratarse de un juego de conjunto, las decisiones individuales estarán al servicio del colectivo y, como consecuencia, a la hora de estructurar la información, el lector podrá comprobar cómo se ha seguido este criterio.

Finalmente es necesario aclarar que pese a que en este artículo se incida en los conceptos de carácter táctico, es decir, los que influyen en la toma de decisiones, también existen de índole técnica, física o psicológica. La información o conceptos de naturaleza técnica son tan importantes como los otros mencionados o los que abordaremos con más profundidad en este texto, pero quedan excluidos de éste por no ser responsables de la actuación inteligente del/a jugador/a, aunque sí de la efectividad o calidad de la acción de juego seleccionada previamente. En cualquier caso, no tratamos de establecer o justificar una mayor importancia de los procesos tácticos (toma de decisiones) sobre los técnicos, sino de profundizar en los primeros por preceder temporalmente a los segundos en la actuación deportiva de los jugadores y ser los verdaderos responsables del comportamiento inteligente.

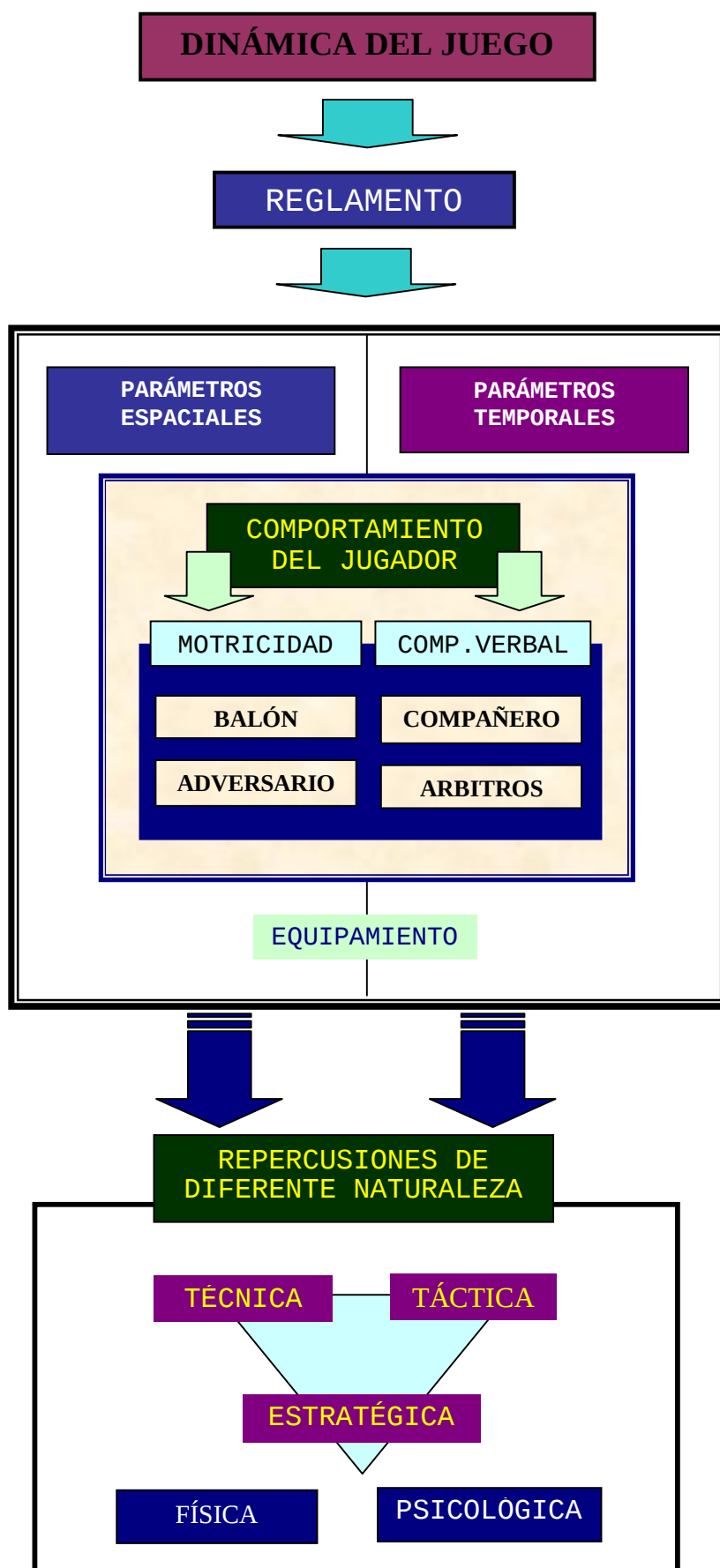


Figura 1. El reglamento como elemento condicionante de la dinámica del juego.

OBJETIVOS DEL JUEGO

De estos hechos analizados se desprende cuáles deben ser los objetivos generales y específicos del juego del baloncesto. Según el reglamento vence el equipo que consiga un mayor número de puntos en el tiempo establecido. La forma de conseguir anotar es introducir el balón en el aro del equipo rival, lo que convierte dicha acción en la más importante del baloncesto y el objetivo prioritario a conseguir. Constituye el verdadero eje en torno al cual giran las demás acciones del juego, de forma que todas ellas irán encaminadas a conseguir que se realice en las mejores condiciones posibles.

Podemos entonces afirmar que encestar es el objetivo general del baloncesto; sin embargo, para poder encestar es necesario contar con la posesión del balón. De aquí se desprende la necesidad de recuperar el balón cuando se juega en defensa o de conservar la posesión del balón para tener opciones de lanzamiento y conseguir el enceste, cuando se juega como atacante.

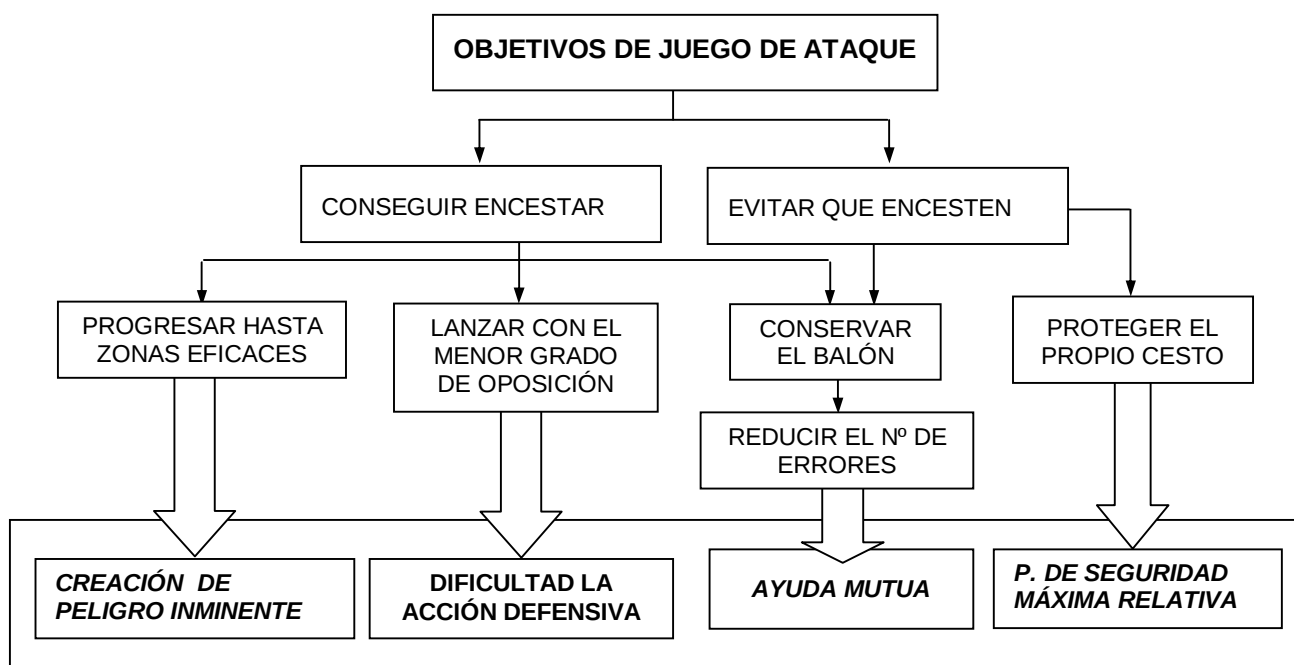


Figura 2. Principios generales del juego según los objetivos generales y específicos.

Para conseguir el primer objetivo general, es decir, encestar, el equipo debe realizar acciones encaminadas a *progresar hasta posiciones que les permitan ser eficaces*, puesto que en la mayoría de las ocasiones la obtención del móvil se produce lejos del aro rival. En segundo lugar deberán buscar superar al contrario para conseguir *lanzar con el menor grado de oposición* puesto que los adversarios intentan evitar que se produzca la canasta, siendo éste uno de los objetivos específicos del juego. Además, para conseguir encestar, también se necesita poseer el móvil, por lo que *conservar la posesión del balón* para tener opciones de lanzamiento, es otro de los objetivos específicos. Pero este objetivo también es necesario llevarlo a cabo para evitar que el equipo contrario enceste, puesto que el rival tiene dentro de sus objetivos recuperar la posesión para atacar (Figura 2).

No todas las conductas motrices que permite el reglamento, y que pueden realizar los jugadores, son las más adecuadas para conseguir encestar. La búsqueda de los objetivos del juego por parte de los participantes de la manera más eficiente dará lugar a la aparición de unas normas o reglas no escritas. Éstas, además se constituyen jerárquicamente, existiendo algunas más generales, que darán lugar a otras más específicas, hasta llegar a definir la conducta concreta del jugador.

La comprensión de la lógica interna y el conocimiento de estas pautas de comportamiento permitirán a los jugadores elegir la mejor opción en cada momento, lo que significa que la acción motriz específica es sólo una herramienta disponible para conseguir los objetivos propuestos. Por lo tanto estas normas o principios de juego *“representan la fuente de la acción, definen las propiedades invariables sobre las cuales se realizará la estructura fundamental del desarrollo de los acontecimientos”* (Bayer, 1992, p. 52). Como dice Antón (1998) *“los principios se convierten en las leyes principales que todo jugador debe cumplir en todo momento”* (p. 23). Así, toda conducta que realice cualquier jugador, ya sea impuesta o no por el entrenador, que no cumpla con estos principios de juego, no tienen sentido. Aunque esto parece una obviedad, en la bibliografía existen propuestas de estilos de juego cuyo enunciado atenta contra esta lógica, como por ejemplo las de Sampederro (2001), donde se especifica que un entrenador, atendiendo a la movilidad del ataque, puede plantear un estilo de juego basado en el dinamismo, o en el juego “estático”, lo que como se verá más adelante, atenta contra la lógica del mismo, ya que un principio fundamental es dificultar la acción defensiva a través de la movilidad de los jugadores y el balón. Por lo tanto, el dinamismo en sí debería ser una de las características intrínsecas del juego. Según Cárdenas, Pintor, Ortega y Alcalá (2000), el uso del juego estático, es más la consecuencia de las limitaciones individuales y de una incapacidad colectiva para imprimir dinamismo a las acciones de conjunto, que a un deseo expreso de jugar de esta forma.

1. Conservar el balón.

El objetivo específico de *Conservar el balón* cumple con los dos grandes objetivos del ataque. Por un lado es indispensable poseer el móvil para poder encestar, pero a la vez es la forma a través de la cual el equipo contrario no obtiene la posesión, por lo que no puede anotar.

Para conservar el balón, el equipo que ataca deberá evitar su pérdida de manera injustificada. Según Teodorescu (1984, citado por Antón, 1998) existen tres formas de perder la posesión del balón: pérdida normal, cuando se consigue canasta; pérdida justificada, cuando se lanza a canasta cumpliendo con los principios de juego; y pérdida injustificada, como resultado de infracciones del reglamento, tales como pasos, doble regate, faltas de ataque, ...; o por pases interceptados, etc. Para evitar estas pérdidas injustificadas será necesario que un equipo que ataque *reduzca el número de errores* que comete (Antón, 1998). Estos errores se podrán reducir si los jugadores cumplen con el principio general de *ayuda mutua* (Antón, 1990). Este principio de ayuda mutua se concreta en los principios específicos que aparecen en la Tabla 1.

Tabla 1. Objetivos específicos, principios generales y específicos, y procedimientos colectivos para conseguir el objetivo de evitar que encesten mientras se ataca.

OBJETIVO GENERAL: EVITAR QUE ENCESTEN					
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PRINCIPIOS GENERALES		PRINCIPIOS ESPECÍFICOS	PROCEDIMIENTOS COLETIVOS DE JUEGO	
REDUCIR EL NÚMERO DE ERRORES	AYUDA MUTUA	FACILITAR EL PASE DEL POSEEDOR DEL BALÓN.	Distribución equilibrada de los espacios de juego. Dispersión en torno al jugador con balón.	➤ Posicionamiento alrededor del jugador con balón. ➤ Desplazamientos para ocupar las posiciones alrededor del jugador con balón.	
			Apoyos a ambos lados del balón a distancia de pase eficaz.	➤ Desplazamientos para ocupar posiciones alrededor del jugador con balón ➤ Mejora del ángulo de pase - salirse de la línea del defensor más próximo, aún a expensas de perder profundidad. ➤ Ocupación de espacio libre. ➤ Obstaculizar al adversario del posible receptor.	
				Sincronización con la acción del jugador con balón	➤ Ajuste espacio temporal del movimiento individual en relación con la acción del compañero
				Sincronización con la acción del jugador sin balón	➤ Pasar al jugador desmarcado
		FACILITAR LA PROGRESIÓN DEL POSEEDOR DEL BALÓN	Creación de espacio libre para el jugador con balón	➤ Obstaculizar al adversario directo del jugador con balón.	
		DISTRIBUCIÓN EQUILIBRADA DE LOS ESPACIOS DE JUEGO	Previsión de las necesidades defensivas ante la pérdida del balón	➤ Ocupación de espacios más próximos al propio cesto que los defensores más avanzados.	
			Previsión de las necesidades relacionadas con el rebote atacante	➤ Ocupación de espacios cercanos al cesto rival	

1.1. Facilitar el pase del poseedor del balón.

Según Cárdenas y Alarcón (2003), para conservar el balón los jugadores atacantes que no lo poseen deben facilitar el pase al poseedor. Éste, a la vez, se puede diferenciar en los siguientes principios:

1.1.1. Distribución equilibrada de los espacios de juego.

Con el cumplimiento de este principio el jugador con balón siempre tendrá la posibilidad de apoyarse en sus compañeros para evitar perder el balón. Aunque distribuirse equilibradamente en el espacio no solo hace que se cumpla con el principio de *facilitar el pase*, además también lo hace con el principio de *proteger el propio cesto*, puesto que si los jugadores están bien distribuidos por el espacio éstos estarán preparados para el rebote de ataque y para el balance defensivo.

1.1.2. Apoyos a ambos lados del balón a distancia eficaz de pase.

Para cumplir con este principio los jugadores deben mantener permanentemente apoyos al jugador que posee el móvil, para facilitar su acción. Para ello los jugadores sin balón realizarán acciones individuales o colectivas si fuera necesario. Los procedimientos para apoyar al jugador con balón serán:

- *Desplazamientos para ocupar posiciones alrededor del jugador con balón* suficientemente alejadas para no dificultar la acción del compañero y suficientemente cercanas para que el balón no esté mucho tiempo en el aire si se produce el pase.
- *Mejorar el ángulo de pase- salirse de la línea del defensor más próximo.* Es obvio que cuanto mayor sea la distancia entre el defensor y la línea de pase, mayor será la posibilidad de conseguir que el balón llegue a su destino y menor de que el defensor llegue a interceptar el balón.
- *Ocupar un espacio libre.* El apoyo debe producirse tras una percepción de cuáles son los espacios ocupados y aquellos que han quedado libres tras el movimiento de compañeros y adversarios.
- *Obstaculizar al adversario del posible receptor.* Si con estos procedimientos no fuera suficiente para conseguir facilitar el pase al jugador con balón, se tendrían que utilizar los bloqueos indirectos como herramientas para apoyar al jugador con balón y que éste pudiera pasar.

1.1.3. Sincronizar la acción con la del compañero.

El posible receptor debe sincronizar sus movimientos para que la línea de pase generada coincida en el tiempo con la acción de pase del jugador con balón.

1.1.4. Sincronización con la acción del jugador sin balón.

No sólo es el jugador sin balón el que debe cumplir con el principio de ayuda mutua, el poseedor del balón también. Éste se materializa con los pases al jugador desmarcado (Antón, 1998), por lo que el jugador con balón debe adecuar su ritmo de acción al del compañero, de manera que de esta sincronización resulte la coincidencia en el espacio y el tiempo del balón y el jugador receptor.

1.2. Facilitar la progresión al poseedor del balón.

Otro principio que cumple con la ayuda mutua, y que también es llevado a cabo por el jugador sin balón, es *obstaculizar directamente al oponente directo* del poseedor del balón, para facilitar su protección y poder seguir avanzando en el espacio.

2. Proteger el propio cesto.

No sólo se tendrá que evitar que el equipo rival enceste mediante la conservación del balón en el ataque, sino que cuando se pierda la posesión del balón de manera justificada, los jugadores deberán estar preparados para ello. El principio que deben respetar los jugadores será el de *máxima seguridad relativa*, el cual se concreta en los siguientes principios específicos:

- *Prevención de las necesidades defensivas.* Relacionadas éstas con el balance defensivo. Los jugadores deben ocupar espacios más cercanos al propio cesto que los rivales.
- *Prevención de las necesidades ofensivas.* La otra manera de proteger el propio cesto, es recuperar la posesión lo antes posible. Para ello cuando existe un lanzamiento y se falla, el equipo debe estar preparado para recuperar la posesión. El procedimiento que se puede utilizar es la ocupación de espacios cercanos al cesto rival. Habrá que buscar un equilibrio entre estos dos principios, pues los dos son importantes que se cumplan.

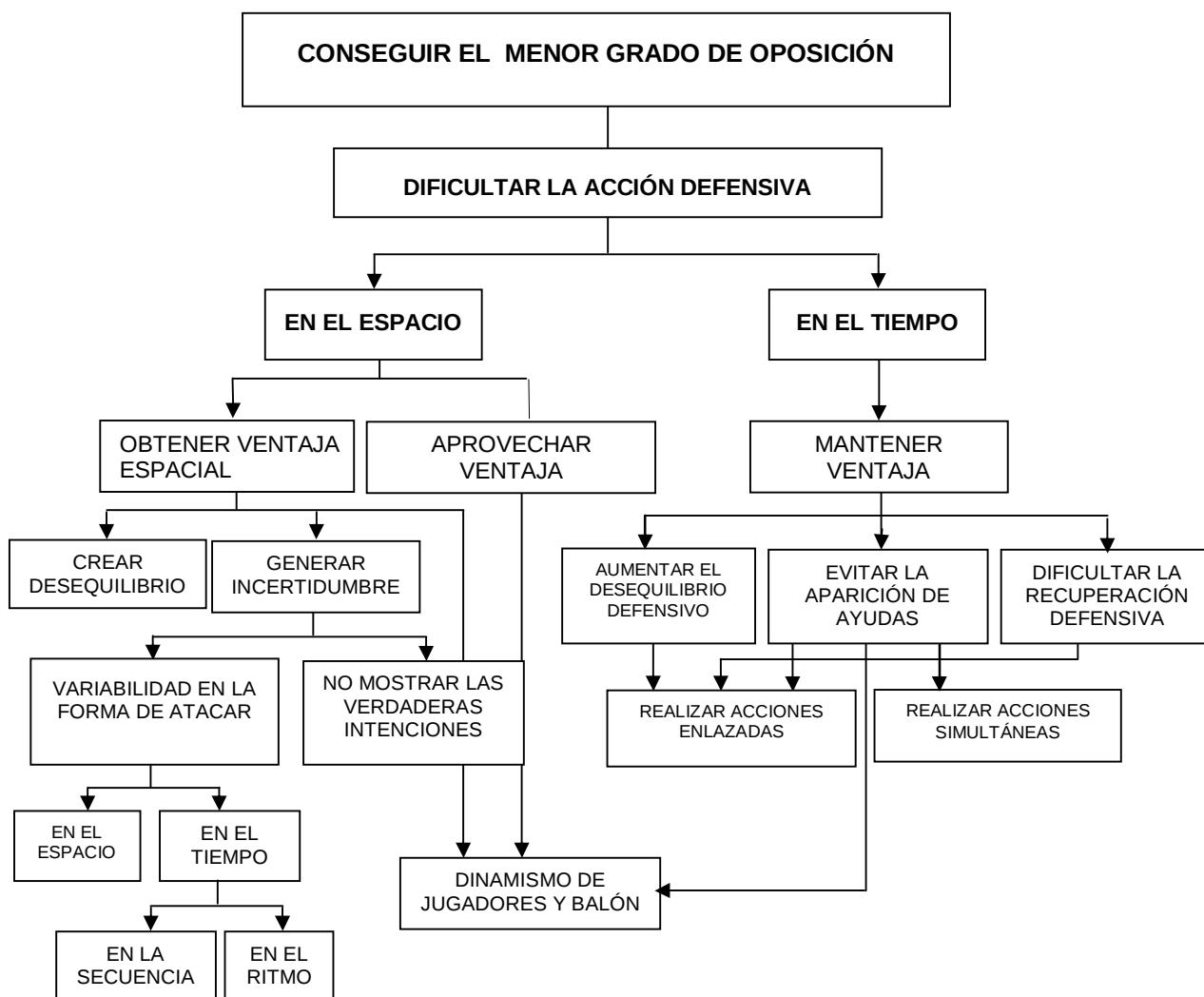


Figura 3. Principios de juego a partir del principio de dificultar la acción defensiva.

3. Progresar en el espacio hasta zonas eficaces.

Para encestar, los jugadores tienen que llegar hasta zonas donde son eficaces (*transiciones de defensa a ataque*). Una vez que se ha llegado a una zona eficaz, para alcanzar el objetivo de conseguir lanzar de la manera más eficiente, habrá que seguir buscando este objetivo, ahora de manera más concreta, intentando que el lanzamiento se realice lo más cerca del aro posible, es decir, con *la máxima profundidad*.

3.1. Desplazamiento de jugadores y balón tras recuperación del móvil de pista trasera a pista delantera.

Normalmente, un equipo consigue la recuperación del balón en las cercanías del propio cesto, con lo que, en la mayoría de las ocasiones, será necesario progresar en el espacio hasta posiciones de enceste eficaz, lo que comúnmente se le ha llamado transición defensa-ataque.

3.2. Máxima profundización posible en el juego.

Buscar la mayor profundización en el espacio permite que los jugadores puedan lanzar desde zonas mucho más eficaces, generando el máximo peligro para la defensa, la cual tendrá como objetivo principal impedir que éstos reciban o lancen cómodamente. Así, de manera indirecta, cuando se busque la máxima profundidad, se conseguirán ventajas por un distanciamiento de los oponentes en las zonas exteriores.

4. Conseguir el menor grado de oposición.

Para lanzar con el menor grado de oposición es necesario dificultar la acción defensiva todo lo que se pueda, y con ello conseguir ventaja espacial con respecto al oponente más cercano. Estas ventajas suelen durar poco, puesto que, o el defensor recupera su posición perdida, o aparecen ayudas que neutralizan la ventaja conseguida. Éstas pueden tener diferentes dimensiones:

- **Ventaja por la posición.** Se da cuando un adversario no se encuentra en la línea que une el aro con su oponente directo.
- **Ventaja por distancia.** Es aquella que se produce cuando existe una distancia entre el defensor y el atacante, suficiente para que éste último pueda tirar con comodidad. Esta distancia dependerá de las características del jugador que lance.
- **Ventaja por orientación.** Se consigue cuando el defensor no está orientado hacia el jugador con balón. Dependerá si el plano frontal del cuerpo, que queda definido por la posición de los pies, está o no orientado al jugador con balón.

Una vez conseguida la ventaja espacial es fundamental aprovecharla para poder lanzar (Figura 3). En muchas ocasiones durante el juego, estas ventajas que se obtienen se pierden por diferentes motivos. Uno de ellos es la limitación de la capacidad del jugador que posee el balón, puesto que, o no es capaz de percibir este tipo de situaciones, o no es capaz de ejecutar el pase de la manera más correcta para que llegue a su destinatario; en ocasiones, es la incapacidad colectiva para que el jugador, que en ese momento tiene la ventaja, obtenga el balón. Esta limitación viene dada por la aparición de ayudas defensivas que parcialmente neutralizan la ventaja. No obstante, cualquier reacción por parte de la defensa para impedir una ventaja lleva

consigo una desventaja en otra parte del campo, que debería generar una nueva acción del ataque para aprovecharla, o por lo menos mantenerla en el tiempo, puesto que la defensa, cuando neutraliza la ventaja, tiende a equilibrarse de nuevo lo antes posible tras los desajustes producidos.

4.1. Obtener ventaja espacial.

Para conseguir ventaja con respecto al oponente, habrá que respetar los principios que aparecen en la figura 4.

4.1.1. Creación de desequilibrio espacial defensivo.

Para generar desequilibrio defensivo se debe utilizar el procedimiento de: *obstaculizar la trayectoria de los defensores*. La forma más eficaz de dificultar la acción defensiva será crearle a la defensa un desequilibrio de manera directa, es decir, provocarle problemas al oponente del jugador que tenga el balón, ya sea de manera individual a partir del 1x1, o de manera colectiva, con bloqueos directos (si ya tiene el balón). También se pueden buscar desequilibrar a los oponentes de los atacantes sin balón, para que cuando reciban ya posean una ventaja, gracias a los bloqueos indirectos.

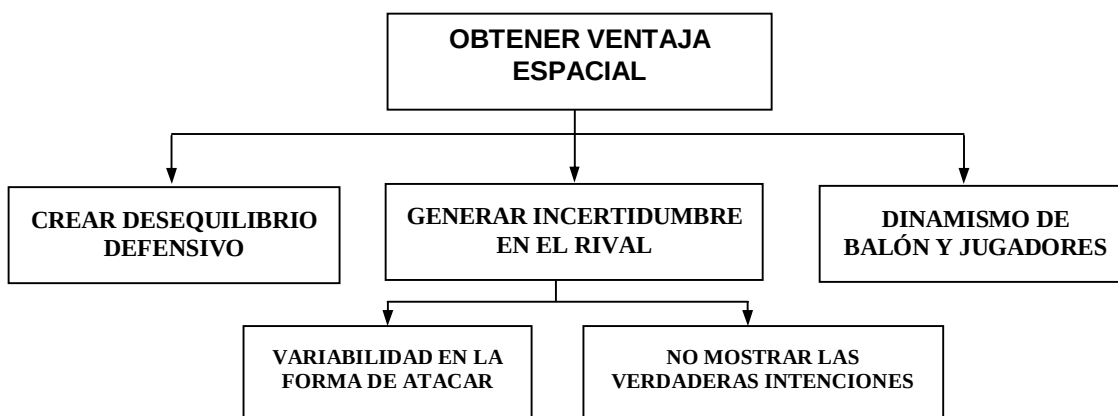


Figura 4. Principios correspondientes a dificultar la acción defensiva para obtener ventaja espacial.

4.1.2. Generar incertidumbre en el rival.

En muchas ocasiones la defensa neutralizará la ventaja generada por el desequilibrio defensivo, por lo que en estos casos será necesario cumplir con otros principios específicos. El primero de ellos es generar incertidumbre en el rival. Desde un punto de vista colectivo se puede generar incertidumbre mediante el cumplimiento de los siguientes principios:

4.1.2.1. Buscar variabilidad en las acciones colectivas.

Si los ataques repitieran siempre las mismas acciones colectivas, el equipo rival estaría en disposición de anticiparse al conocer el curso de los acontecimientos. Para impedir esto hay que intentar que el ataque sea variado a la hora de utilizar los medios colectivos (cruces, bloqueos directos, bloqueos indirectos, bloqueos ciegos, etc.) en el espacio y el tiempo. En la tabla 2 se pueden observar los principios específicos que aparecen de este principio de variabilidad en las acciones, tanto en el

espacio, como en el tiempo (aunque en la tabla aparezcan en la columna de procedimientos, son principios específicos de juego).

4.1.2.2. No mostrar las verdaderas intenciones.

No sólo hay que generar incertidumbre cambiando constantemente la forma de atacar, sino que además en cada acción el defensor no debería saber qué va a realizar su oponente directo. Para ello el juego colectivo debe permitir que los jugadores puedan elegir, al menos, entre dos acciones diferentes de ataque. Así se evitaría que la defensa esté preparada para neutralizar la única opción de ataque, ya que tendría que dispersar su atención entre las diferentes posibilidades.

4.2. Aprovechamiento y explotación la ventaja espacial conseguida.

Lo más importante, una vez que se ha conseguido parcialmente una ventaja espacial con respecto al adversario, es aprovecharla y que el balón llegue al jugador que lo ha conseguido. Aunque durante un mismo ataque se pueden conseguir muchas ventajas tanto por distancia, como por posición son muy pocas las que suelen ser aprovechadas por el ataque. En su aprovechamiento, el factor tiempo es muy importante; de aquí se deduce que *mantener la ventaja* el mayor tiempo posible sea fundamental. Pero no sólo es un problema de tiempo, además en la mayoría de ocasiones es un problema de espacio, es decir, de saber con exactitud dónde tienen que estar situados los apoyos del jugador que consigue la ventaja para que el balón les pueda llegar. Este concepto está directamente relacionado con el juego interior, que es donde se produce la mayoría de las ventajas desaprovechadas.

Cuando un jugador interior atacante consigue ventaja posicional sobre su adversario, encontrándose éste parcialmente fuera de la línea que une el aro con el balón, o estando el atacante más cerca del aro que el oponente, en la mayoría de las ocasiones no es posible que se dé un pase directo. Esto es así porque el único posible sería por arriba, sobrepasando al defensor, y normalmente las ayudas defensivas lo impiden.

Para aprovechar esta circunstancia se utilizará los procedimientos del *juego en triángulo*, es decir, ocupar los espacios que garantizan la mejora del ángulo de pase al interior. Esto no sólo pasa durante el juego interior estático, sino también después de cualquier movimiento de continuación hacia el aro, tras un bloqueo directo o indirecto.



Figura 5. Aprovechamiento y explotación de una ventaja espacial gracias al MTCB del juego en triángulo.

Tabla 2. Principios generales y específicos según el objetivo específico de dificultar la acción defensiva (I).

OBJETIVO GENERAL: CONSEGUIR ENCESTAR					
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PRINCIPIOS GENERALES	PRINCIPIOS ESPECÍFICOS		PROCEDIMIENTOS	
PROGRESAR HASTA ZONAS EFICACES	CREACION DE PELIGRO INMINENTE	Máxima profundización posible		<i>Juego con los pivots</i> <i>Penetraciones constantes con o sin balón.</i> <i>Ocupación de espacios donde se genere peligro inmediato tras la recepción.</i>	
		Desplazamiento de jugadores y balón tras recuperación del móvil de pista trasera a pista delantera		PRINCIPIOS	
CONSEGUIR EL MENOR GRADO DE OPOSICIÓN	DIFICULTAR LA ACCIÓN DEFENSIVA	OBTENER VENTAJA ESPACIAL	Creación de desequilibrio espacial defensivo	Obstaculizar la trayectoria de los defensores.	
				Realizar acciones sin balón para conseguir ventajas espaciales previas a la recepción.	
				Dinamismo de jugadores y balón*	
			Variabilidad y alternancia en las formas de atacar	Variabilidad y alternancia en relación con la disposición inicial de los jugadores.	
				Variabilidad y alternancia en relación con los espacios de juego. Equilibrio entre juego exterior e interior.	
				Variabilidad y alternancia en relación con la duración de la fase de ataque.	
		Variabilidad y alternancia en relación con el ritmo de acción colectivo.			
		Variabilidad y alternancia en relación con los MTCBs empleados y la secuencia de enlaces.			
		Variabilidad y alternancia en relación con las acciones motrices individuales empleadas para finalizar el ataque.			
		Generar incertidumbre en el rival		No mostrar las verdaderas Intenciones	Realizar acciones que tengan doble beneficio.
				APROVECHAMIENTO Y EXPLOTACIÓN DE LA VENTAJA ESPACIAL CONSEGUIDA	
			PROCEDIMIENTOS		
			<i>Ocupar espacios desde los cuales se mejore el ángulo de pase (juego en triángulo)</i>		
			<i>Mejorar el ángulo de pase circulando el balón cuando sea necesario</i>		

4.3. Mantener la ventaja espacial conseguida.

Hay que conseguir ventajas espaciales y aprovecharlas, pero, como se comentó anteriormente, no es tarea fácil por la aparición de las ayudas defensivas. Por lo tanto, un principio fundamental para la construcción de un ataque posicional eficaz será *mantener la ventaja generada*. Para ello uno de los procedimientos más utilizados es realizar acciones enlazadas de medios colectivos, que dificulten aún más la acción de los defensores. Este principio se cumple cuando se llevan a cabo dos MTCB_s de manera consecutiva, siempre que, cuando se realice el segundo medio, el jugador atacante mantenga la “*ventaja*” conseguida en el primero.

Los principios que permiten cumplir el de *mantener la ventaja*, y que requieren de la utilización de éstos procedimientos son: (Figura 6):

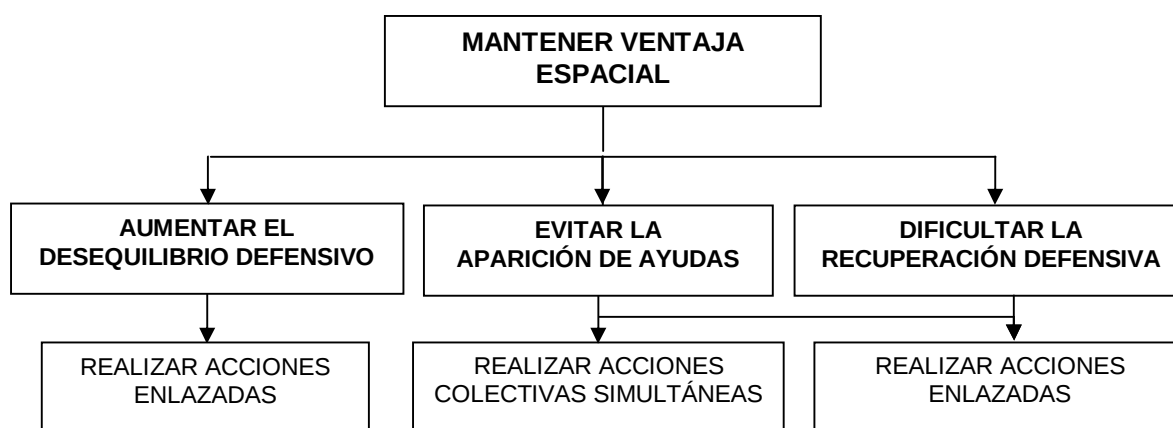


Figura 6. Principios que afectan al mantenimiento de la ventaja espacial obtenida.

Las posibilidades que surgen de enlaces son las siguientes:

- El beneficiario del primer medio se mantiene como beneficiario del segundo.
- El beneficiario del primer medio se convierte en colaborador del segundo.
- El colaborador del primer medio se mantiene como colaborador del segundo.
- El colaborador del primer medio se convierte en el beneficiario del segundo.
- El beneficiario del primer medio se mantiene como beneficiario del segundo, y el colaborador del primer medio se mantiene como colaborador del segundo.

4.3.1. Aumentar el desequilibrio defensivo.

Cuando finaliza un medio colectivo, como por ejemplo un bloqueo indirecto, y se ha conseguido una pequeña ventaja, la manera de que se mantenga en el tiempo e incluso aumente, será bloquear de nuevo al primer beneficiario de la acción. Es decir, se estaría utilizando un enlace donde el primer beneficiario de la acción se vuelve a convertir en el nuevo beneficiario en la segunda acción (figura 7 y 8).



Figura 7. Enlace entre medios para aumentar la ventaja conseguida (el beneficiario se mantiene como beneficiario).



Figura 8. Enlace entre medios para aumentar la ventaja conseguida (el beneficiario se mantiene como beneficiario y el colaborador como colaborador).

4.3.2. Evitar la aparición de ayudas defensivas.

Hasta este momento se ha señalado que la ayuda defensiva es la herramienta que tiene la defensa para frenar al ataque, por lo que la mejor solución para mantener la ventaja generada será evitarlas. Si se logra que no aparezcan ayudas, con una sola ventaja se conseguirá lanzar con el menor grado de oposición. Un procedimiento que se puede utilizar es la *ocupación de espacios alejados del balón*, lo que supone un aumento de la distancia a recorrer por parte de los defensores si quieren ayudar, y como consecuencia una reducción del riesgo de que lo hagan eficazmente. Para conseguir que no aparezcan ayudas defensivas, además de este procedimiento, existen otros principios más específicos que a su vez dependen de otros procedimientos para conseguirlo.

4.3.2.1. Realizar acciones colectivas simultáneas.

Cuando se realizan acciones de manera simultánea esto imposibilita poder ayudar en el mismo momento. Esto se puede conseguir realizando dos medios simultáneamente a ambos lados de la pista, cuando se quiere mantener la ventaja que se produce en la zona central, o bien realizar *acciones colectivas de camuflaje táctico en el lado alejado del balón*, cuando se quiera conseguir una ventaja en un lateral del campo. Para ello hay que realizar medios colectivos en el lado contrario para que los defensores no atiendan a la ventaja del jugador con balón (Figura 9).



Figura 9. Acción simultánea durante un bloqueo directo para evitar ayudas defensivas.

4.3.2.2. Realizar acciones colectivas enlazadas.

Otra manera de cumplir con este principio es procurar que el jugador que tenga que realizar una ayuda lo haga en las peores condiciones posibles. Esto se puede conseguir generándole un desequilibrio previo, gracias a un enlace con otro medio. Cuando el colaborador de la acción principal (por ejemplo, el jugador que va a bloquear) previamente haya sido el beneficiario de otro medio colectivo (bloqueo indirecto), se consigue que, cuando realice el bloqueo, el desequilibrio generado a su oponente le imposibilite realizar una ayuda adecuada. Se está utilizando un enlace donde *el beneficiario inicial se convierte en colaborador* (Figura 10). También se puede utilizar otro tipo de enlace para evitar las ayudas, en que *el colaborador previamente haya sido colaborador* de otra acción, como por ejemplo, cuando un jugador realiza un bloqueo directo, y a continuación realiza un bloqueo indirecto. En este último medio, el defensor del jugador que bloquea viene de una acción colectiva donde ha tenido que realizar algún tipo de ayuda (aunque haya sido sólo atencionalmente), con lo que no está totalmente preparado para realizar una ayuda en el bloqueo directo (Figura 11).



Figura 10. Enlace para evitar ayudas defensivas donde el beneficiario se convierte en colaborador.

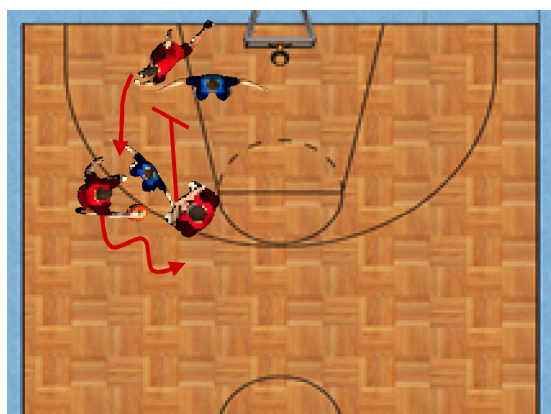


Figura 11. Enlace para evitar ayudas defensivas donde el colaborador previamente es colaborador.

Tabla 3. Principios específicos según el principio de dificultar la acción defensiva (II)

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	PRINCIPIOS GENERALES	PRINCIPIOS ESPECÍFICOS Y PROCEDIMIENTOS		
CONSEGUIR EL MENOR GRADO DE OPOSICIÓN	DIFICULTAR LA ACCIÓN DEFENSIVA	MANTENER VENTAJA ESPACIAL	Aumentar el desequilibrio defensivo	Realizar acciones colectivas enlazadas: <i>El beneficiario continúa como beneficiario.</i>
			Evitar ayudas defensivas	Ocupación de espacios que suponen un incremento de la distancia a recorrer por parte de los defensores.
				Realizar acciones colectivas simultaneas: <i>Realización MTCB_s de forma simultanea en ambos lados de la pista.</i> <i>Realización de maniobras de camuflaje táctico en el lado alejado del balón.</i>
				Dinamismo de jugadores y balón.
				Realizar acciones colectivas enlazadas: <i>El beneficiario se convierte en colaborador.</i> <i>El colaborador se mantiene como colaborador.</i>
			Dificultar la recuperación defensiva	Apoyar desplazándose hacia un lugar donde se aumente la distancia con el adversario más próximo.
				Apoyar hacia un lugar que se encuentre fuera del campo de visión del oponente más próximo o responsable del marcaje.
				Apoyar de forma que se obtenga ventaja del posible obstáculo que representa la posición del jugador con balón.
				Obstaculizar a los defensores en sus trayectorias de recuperación defensiva.

4.3.3. Dificultar la recuperación defensiva.

Lograr que no se produzcan ayudas de forma absoluta es imposible. No obstante, cuando se produce, el jugador que la realiza permite que su oponente directo obtenga cierta ventaja espacial. Dadas estas circunstancias, para que el ataque mantenga esta ventaja es imprescindible que el defensor que realiza la ayuda tarde el mayor tiempo posible en recuperar su posición. De este principio surgen otros más concretos como (Cárdenas y Alarcón, 2003):

- **Apoyar hacia un lugar que se encuentre fuera del campo de visión del oponente más próximo o responsable del marcaje.** Con ello se consigue incrementar la dificultad de la recuperación defensiva por dos motivos: en primer lugar porque resulta más complicado percibir al jugador que apoya y, en segundo lugar, porque de esta forma el defensor queda orientado de espaldas hacia el lugar al que debe correr, lo cual le obligará a girar para poder hacer la recuperación con una carrera natural.
- **Apoyar de forma que se obtenga ventaja del posible obstáculo que representa la posición del jugador con balón.** Cuando el apoyo se produce en el sentido contrario al de avance del jugador con balón, este último jugador puede obstaculizar la trayectoria del defensor en su intento de recuperación defensiva. Esto significa que la acción global se convierte en un bloqueo semidirecto si el jugador que apoya hace un uso adecuado del espacio al recibir el balón (Figura 12).



Figuras 12. Representación gráfica de un apoyo con bloqueo semi-directo.

- **Obstaculizar a los defensores en sus trayectorias de recuperación defensiva.** Cuando se produce una ayuda aparece una fijación del impar. Otra manera de dificultar la acción defensiva es enlazar este medio con un bloqueo. Al procedimiento para llevar a cabo este principio, Cárdenas y Alarcón (2002) lo llaman apoyos indirectos (Figura 13). Existe otra manera de dificultar la recuperación defensiva obstaculizando al adversario, y es realizar un enlace entre medios donde el colaborador del primer medio se convierta en el beneficiario del segundo, por ejemplo el jugador que realiza un BI se beneficie de otro (Figura 14). En este caso el oponente del jugador que bloquea debe estar atento a la posible ayuda que tenga que realizar a su compañero, por lo que, cuando quiera recuperar el equilibrio defensivo ya sea motriz o atencional, se aprovechará para provocarle un mayor desequilibrio con un bloqueo, dificultando aún más su recuperación defensiva.



Figura 13. Dificultar la recuperación defensiva obstaculizando al adversario tras un apoyo indirecto.



Figura 14. Dificultar la recuperación defensiva obstaculizando al adversario tras un enlace entre medios (el colaborador se convierte en beneficiario).

4.3.4. *Dinamismo de jugadores y balón.*

El principio de *dinamismo de jugadores y balón* pertenece a diferentes principios más generales, y a la vez se desglosa en otros más concretos (tabla 4). Esto ha hecho que se analice con mayor profundidad a continuación. Este principio es fundamental para los tres grandes principios que surgen del principio de dificultar la acción defensiva, pues con él se consiguen ventajas espaciales, aprovecharlas y mantenerlas, gracias a que facilita que no aparezcan ayudas.

Con un gran dinamismo de los jugadores se consigue que los defensores estén atentos para seguir los desplazamientos del rival por el terreno de juego, por lo que se evita que su atención se dirija hacia las posibles soluciones que puedan existir para neutralizar el ataque, cumpliendo con el principio de *evitar ayudas defensivas*.

De igual forma, al cambiar constantemente el balón de un lateral a otro, se consigue que los adversarios estén continuamente pasando de ser defensores del lado de ayuda al lado de balón (Cárdenas, 2005), y viceversa, teniendo que cambiar su foco atencional en un intervalo reducido, con la dificultad que esto entraña. Todo esto va a producir que los defensores cometan errores en la realización de las ayudas cumpliendo de esta manera también con el principio de *evitar ayudas defensivas*.

Pero además, que los jugadores y el balón estén en continuo movimiento provocará tal desgaste físico y atencional en los defensores que se producirán desequilibrios defensivos cumpliendo esto con el principio de *obtener ventajas espaciales*.

Por último, cuando un jugador sin balón tiene una ventaja espacial cerca del aro pero no existe línea de pase desde donde se encuentra el balón, en ocasiones también se consigue aumentar este ángulo de pase, *invirtiendo el balón* de un lateral a otro, cumpliendo por lo tanto con el principio de *aprovechar las ventajas conseguidas*.

Para cumplir con estos principios aparecen otros más específicos como son:

- **Cambio rápido del rol defensivo al atacante.** Sería la realización del contraataque.
- **Circulación rápida del balón.** A la vez para llevar a cabo este principio será necesario los siguientes procedimientos:
 - Generar agrupaciones y dispersiones defensivas continuas llevando el balón desde zonas exteriores a interiores y viceversa.
 - Cambios constantes y rápidos de lado del balón, con pases rápidos y precisos.
- **Movimiento continuo de jugadores.** Para este principio es necesario:
 - Ocupar espacios libres.
 - Movimientos de recepción simples o complejos (bloqueos).
 - Reemplazo constante de los espacios libres generados por los cruces.

Tabla 4. Principios específicos según el dinamismo de jugadores y balón.

PRINCIPIO ESPECÍFICO: DINAMISMO DE JUGADORES Y DEL BALÓN				
PRINCIPIOS GENERALES	PRINCIPIOS ESPECÍFICOS		PROCEDIMIENTOS	
OBTENER VENTAJA ESPACIAL	Creación de desequilibrio espacial defensivo	DINAMISMO DE JUGADORES Y DEL BALÓN	Cambio rápido del rol defensivo al atacante	Ocupación muy rápida de espacios próximos al cesto contrario. Contraataque
APROVECHAMIENTO Y EXPLOTACIÓN DE LA VENTAJA POSICIONAL CONSEGUIDA			Circulación rápida del balón	Generar agrupamientos y dispersiones defensivas continuas llevando el balón desde zonas exteriores a interiores y viceversa.
				Cambios constantes y rápidos de lado del balón (pases rápidos y precisos).
MANTENER VENTAJA ESPACIAL	Evitar la aparición de ayudas		Movimiento continuo de los jugadores	Ocupación de espacios libres
				Movimientos de recepción simples o complejos (bloqueos)
				Reemplazo constante de los espacios libres generados por los cruces

La comprensión de la lógica interna y el conocimiento de estas pautas de comportamiento permitirán a los jugadores elegir la mejor opción en cada momento, lo que significa que la acción motriz específica, colectiva o individual, es sólo una herramienta disponible para cumplir con los objetivos planteados y conseguir los objetivos propuestos. Una metodología basada fundamentalmente en la adquisición de las habilidades para el desarrollo eficaz de estas acciones, tal como ha sido habitual en nuestro país, excluye el conocimiento profundo sobre el juego sobre el que se puede construir un juego inteligente capaz de adaptarse a todo tipo de circunstancias cambiantes. Esto justificaría el hecho de que nuestras jugadoras y jugadores tengan serias dificultades para jugar de manera inteligente y eficaz cuando están sujetos a

las directrices de un sistema prefabricado. Dicho de otro modo, enseñar el bloqueo directo sin enseñar en que situaciones aplicarlo, cuales son los factores que influyen para determinar los criterios de eficacia, o la elección de la variable adecuada en cada momento, provocaría aprendizajes incompletos y poca capacidad de adaptación en el juego.

BIBLIOGRAFÍA

- Antón, J. (1998). Balonmano. Táctica grupal ofensiva. Concepto, estructura y metodología. Granada: Juan Lorenzo Antón García.
- Bayer, C. (1992). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Editorial Hispono Europea.
- Cárdenas, D. (2005). Fundamentos de las habilidades de los deportes de equipo: baloncesto. Granada: Servicio de Copias de la F.CC.A.F.D.
- Cárdenas, D., Pintor, D., Ortega, E. y Alcalá, F. (2000). Análisis del estilo de juego de equipos de baloncesto. *Revista Española De Educación Física y Deportes*, 8 (3), 38-45.
- Cárdenas, D., y Alarcón, F. (2002). Los apoyos al jugador con balón que progresa botando I. *Clínic. Revista Técnica De Baloncesto*, 58, 38-52.
- Cárdenas, D. y Alarcón, F. (2002). Los apoyos al jugador con balón que progresa botando II. *Clínic. Revista Técnica De Baloncesto*. 59, 10,17.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Piñar, M. I. (2005). Incidencias del cambio de un conjunto de reglas de juego sobre algunas variables que determinan el proceso de aprendizaje de los jugadores de minibasket. (Tesis Doctoral no publicada). Universidad de Granada.
- Sampedro, J. (2001). *Curso de entrenador de segundo nivel*. Madrid: Federación Española de Baloncesto.