

Conceptos generales sobre el ataque rápido en el básquetbol

Prof. Germán Hours (UNLP)

Prof. Federico Schroeder (UNLP)

La idea de este texto es brindar a los estudiantes de grado del Profesorado y de la Licenciatura en Educación Física de la UNLP, algunas herramientas para que les sea posible debatir y pensar la enseñanza de los deportes en general, y del básquetbol en particular, de manera problematizadora y alejada de estereotipos, recetas o pasos metodológicos rígidos, y en relación al contexto socio-político en el que se desarrollen sus futuras prácticas profesionales.

Nosotros consideramos que son las reglas las que deben regir el proceso de enseñanza, o lo que es lo mismo, las que deben vertebrar las diferentes variables de la enseñanza. Es por ello que a partir del objetivo principal del juego, y de las reglas que estipulan el tiempo que un equipo tiene para conseguirlo, es posible pensar en cuatro grandes momentos del juego, que se articulan y condicionan entre sí, y para los cuales es necesario plantear objetivos secundarios o parciales. Estos momentos son: el ataque, la defensa, las transiciones defensiva y ofensiva, y las situaciones especiales.

Respecto a la **transición defensiva y a la ofensiva**, en primera instancia, se puede decir que implican el pasaje del ataque a la defensa y de defender a atacar respectivamente. Desde la perspectiva que implica pensar que el deporte tiene una lógica interna, sería posible entonces, establecer objetivos para cada una de ellas como un momento integrante de la totalidad del juego que se encuentra configurado a partir de las reglas y las posibilidades que éstas brindan en la práctica. Por ejemplo, “evitar goles rápidos” o “evitar inferioridad numérica” en la transición defensiva, o, al contrario “conseguir goles rápidos” y “aprovechar superioridad numérica” en la ofensiva.

Para resolver estas situaciones, los jugadores pueden realizar determinadas acciones y no otras, establecidas en el reglamento, que se encadenan entre si y a las cuales Crisorio (2001 op. cit.) propone pensar como herramientas y no como un fin en sí mismas. Herramientas que deben ser mejoradas constantemente en función de la táctica, o inteligencia de juego, la cual depende de las habilidades técnicas que se necesitan para implementar lo que se piensa, y se organiza según las reglas y los objetivos.

Con la idea de pensar la enseñanza del basquetbol a partir de su lógica interna, así como el crecimiento conjunto de los elementos que la componen, los autores Germán Hours y Javier Orlandoni, en el texto “Basquetbol, la enseñanza por conceptos” (2007), proponen la construcción de “conceptos” como herramientas para la enseñanza, que serían palabras o frases que conciben una forma de entender las situaciones que se producen, ideas que simplifican las posibles acciones y orientan el juego, nociones, pensamientos o juicios que permiten al jugador comprender las situaciones que se presentan en el contexto de juego y actuar en consecuencia. A modo de ejemplo, podemos citar el caso del término **flotación**, que de manera sintética determina la idea de un recurso defensivo mediante el cual se aumenta la distancia hacia determinado(s) atacante(s), a objeto de colaborar en el trabajo defensivo en otro sector de la cancha; o **sobremarcas**, que implica negar el pase, entre muchos otros (que comprenden el conjunto de términos o el glosario del básquetbol, que no son otra cosa que conceptos y que son utilizados con habitualidad, determinan también que son parte del saber sobre este deporte). La utilización de estos conceptos, que de manera rápida dan la posibilidad de una comprensión inmediata de lo que sería adecuado hacer en una determinada situación de juego, brinda una posibilidad de mejorar las posibilidades en el juego y desde la mirada de quien enseña, se transforma en una herramienta discursiva que puede permitir mejores alcances en su tarea. Es decir, de alguna manera intentan ser el vínculo entre la

técnica y la táctica, entre el cómo hacer y cuando y para qué hacerlo. Como por ejemplo, hablando sobre el ataque rápido como es el caso de este texto, podemos establecer conceptos tales como: “abrir la cancha”, “ocupar las calles”, “no picar la pelota”, “establecer la ventaja rápidamente”, etc.

Tres dimensiones de análisis

A la hora de pensar en la enseñanza y el abordaje del ataque rápido, al igual que la defensa o cualquier otro contenido del básquetbol, podemos establecer tres dimensiones de análisis que deben ser pensadas siempre permanentemente articuladas entre sí y que de ninguna manera pueden ser desestimadas o concebidas como independientes unas de otras, que permiten pensar y accionar en la construcción del juego, como son: la dimensión del rendimiento físico, la dimensión del saber técnico, y la dimensión del saber total del juego.

Dimensión del rendimiento físico

Esta es una dimensión de mucha importancia a la hora del abordaje del ataque rápido. Ya que sin una buena capacidad física cualquier equipo de baloncesto no podrá sostener a lo largo del juego la correcta ejecución o continuidad de los ataques rápidos para tratar de sacar ventaja lo más velozmente posible. Debido a que correr la cancha a gran velocidad y tomar decisiones en forma correcta no es tarea fácil y requiere de mucho desgaste tanto mental como físico.

Teniendo en cuenta la regla de posesión del basquetbol y sabiendo que a toda defensa le sigue un ataque, y más aun teniendo en cuenta que toda acción de ataque rápido es debido a una “buena” defensa que induce el error en el equipo

rival, sería correcto decir que al desgaste físico de correr a gran velocidad siempre atento a la posición de la pelota y a la posición del equipo contrario realizando el balance defensivo, debemos sumarle también el desgaste físico anterior realizado al momento de defender con gran intensidad para recuperar el balón. Por lo tanto el entrenamiento de la capacidad física, tanto como para defender como para salir corriendo inmediatamente después de recuperada la posesión del elemento, necesitan ser entrenadas y desarrolladas durante las prácticas y no pueden ser dejadas de lado o libradas al azar.

Dimensión del saber técnico:

El ataque rápido, también llamado quiebre o contraataque es una maniobra ofensiva que consiste en pasar rápidamente de la defensa al ataque, intentado lograr alguna ventaja para la culminación.

Se considera el contraataque como una rápida transición física y mental, basada en la idea de llegar con el balón a la canasta contraria a la mayor velocidad, atacando el aro, buscando las primeras ventajas, espaciales, temporales, numéricas, etc. (ventajas tácticas) para lograr el objetivo de encestar.

Se puede considerar contraataque o ataque rápido durante los primeros 6 o 7 segundos de recuperado el balón, o hasta cuando se pierda la ventaja (numérica, posicional, etc.). Una vez concluido, si no se logró encestar, nos encontraríamos en la categoría de transición ofensiva la cual explicaremos más adelante.

Características:

- Es un elemento ofensivo universal frente a cualquier tipo de defensa. La idea es convertir antes de que el equipo contrario pueda realizar su planteamiento estratégico defensivo.

- Se pretende obtener situaciones ventajosas, especialmente de superioridad numérica.
- Es moralizante para el ataque y desmoralizante para la defensa del equipo contrario si se logra anotar rápida y fácilmente.
- Favorece la creatividad de los jugadores y la toma de decisiones en velocidad.
- La utilización de los espacios es mucho mayor que en ataques estacionados, lo que dificulta las acciones defensivas del rival.
- Aspectos en contra: Se aumenta considerablemente el número de pérdidas de balón e imprecisiones.

Fases del ataque rápido:

- Recuperación del balón: puede ser de un recuperado o robo, o de un rebote defensivo.
- Pase de apertura: cuanto más alejado de nuestro aro mejor y a un lado del campo. Posibilita al receptor del pase una visión amplia del espacio, anticipándose a los defensores.
- Reconocimiento y ocupación de las calles.
- Definición o pérdida de ventaja y entrada en transición.

Primera fase:

En primer lugar está la recuperación del balón. Por lo que se debe hacer hincapié en bloquear el rebote cada vez que haya un lanzamiento del equipo contrario, o en una defensa agresiva para favorecer el robo o el aumento de pérdidas por parte del rival. Cuando se cae al suelo tras tomar el rebote, el jugador que tiene la pelota debe orientarse hacia el aro contrario con un pivote hacia el

exterior, con el pie más alejado para evitar las acciones defensivas y conseguir una mejor línea de pase con el receptor. El balón pegado al pecho y los codos bien abiertos para protegerlo. Tres opciones para iniciar un contraataque: que el propio reboteador inicie con pique, que realice el pase de apertura y luego corra, o un pase largo directo aunque esta última opción sea la más arriesgada.

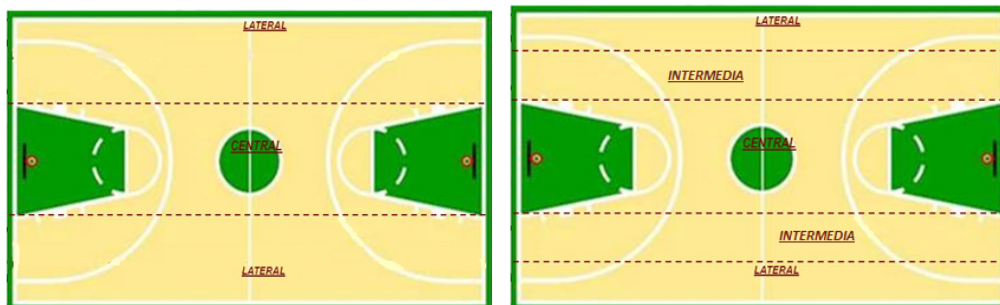
Segunda fase:

Se debe lograr un primer pase o “pase de apertura” lo más rápido posible y en una posición que ya genere una ventaja. Es decir, por sobre la línea de tiros libres y en un costado del campo. El receptor debe tener los pies orientados hacia la canasta para obtener una máxima velocidad de ejecución y lograr tener campo de visual inmediato de toda la cancha ubicando a los posibles corredores.

Tercera fase:

Una vez correctamente recibido el pase inicial o de apertura, comienza el ataque rápido propiamente dicho, en el que el resto de los jugadores atacantes deben iniciar su acción hacia el aro contrario, esto de más está decirlo, corriendo. Pero para sacar la mayor ventaja posible esto no debe ser caprichoso ni aleatorio, existe un orden que debe ser tenido en cuenta, dependiendo de las características de nuestro equipo, del equipo rival, o del momento de aprendizaje en que nos encontremos. Existen a grandes rasgos dos formas de correr la cancha acatando lo que mencionamos anteriormente, pero ambas coinciden en que los aleros, o los jugadores más veloces deben ser los primeros en correr y deben hacerlo lo más abiertos posible. Es decir, por las calles laterales. Estas dos maneras varían en la cantidad de calles que se divide el campo, y en los lugares por donde hacer circular el balón. Mucho de esto tiene que ver con la filosofía de juego de cada equipo y con los sistemas de transición que ya tienen preparados. Es así que podemos encontrar el campo dividido en tres, o en cinco calles, pudiendo encontrar siempre una central y dos extremas o laterales en ambos casos. Es importante

también en esta fase, declarar a cada jugador el lugar por el que le corresponde correr el campo, y entrenarlo de manera asidua para que éstos lo automaticen.



Cuarta fase:

En esta cuarta fase culmina el ataque rápido. De haber sido ejecutado correctamente o de haber podido encontrar una ventaja rápida, éste terminará con una conversión. Aquí tendrá lugar importante durante el proceso de enseñanza la calidad y cantidad de variantes que les demos a los jugadores para definir una situación en velocidad. Ya sea con bandeja (preferentemente. Es la manera más certera de convertir), con lanzamiento de media distancia, o con lanzamientos exteriores. También se deben entrenar todas las situaciones de superioridad numérica que sean posibles durante un juego, ejemplo: 2 vs. 1, 3 vs. 2, 4 vs. 3, 5 vs. 4, y todas sus variantes.

De no ser posible la definición rápida, se detiene entonces el contraataque y se comienza lo que podría denominarse transición ofensiva.

Transición:

Entendemos la transición como la fase del juego desde que termina el ataque rápido hasta que comienza el ataque posicional o estacionado. Una transición es tanto más efectiva cuanto más orden y continuidad encontramos en su desarrollo. Debemos evitar, por tanto, diferencias de ritmo entre estas fases, provocando

peligro en todas las acciones que se desarrollen. Debemos entender la transición como un continuo y no una fase intermedia de colocación de jugadores para desarrollar un ataque más estructurado. Evidentemente la transición debe estar íntimamente relacionado con la estructura del contrataque que hemos elegido y con las características de nuestros jugadores.

Dimensión del saber total del juego:

Como dijimos anteriormente, debido a la regla de posesión de 24 segundos, a todo ataque le seguirá necesariamente una defensa, y toda defensa un ataque, y así sucesivamente. Y teniendo en cuenta las palabras de Hours y Orlandoni de comprender al básquet como un todo basándonos en su lógica interna en la cual los elementos que la componen no se pueden disociar y se debe avanzar en su crecimiento en forma pareja y continua; es que no podemos realizar el análisis de una parte del juego aislada de otra/s.

Entonces podríamos decir que si queremos que nuestro equipo realice ataques rápidos, no podemos dejar de lado la defensa para la recuperación del elemento, o la transición seguida del ataque fijo o estacionado en caso de que el contraataque no llegue a su culminación.

Cabe destacar que con la evolución del Basquetbol y la continua actualización de sus reglas, el Deporte se vuelve cada vez más dinámico, acortando los tiempos de ejecución y de toma de decisión. Es por esto que muchos equipos de alto nivel establecen sus reglas para el ataque rápido y la ocupación de las calles de manera tal que les permita pasar a la transición casi instantáneamente y su vez al juego por sistemas siempre intentando sacar algún tipo de ventaja (espacial, numérica, altura, etc.) por lo que la correcta ejecución de cada una de las fases anteriores resulta de vital importancia, como así también su

práctica y entrenamiento. Esto teniendo en cuenta que en el basquetbol es imposible pensar en la repetición de situaciones idénticas a resolver, así como lo es determinar una sola manera de resolverlas. Hours y Orlandoni señalan que las situaciones impredecibles no tienen soluciones mecánicas, y mucho menos una sola, por lo cual es contradictorio, y hasta incoherente, pensar su enseñanza a partir de repeticiones de situaciones predeterminadas, demandando siempre las mismas acciones. Esta forma de pensar concibe a los estudiantes como aquellos que, en definitiva, tomaran las decisiones dentro del terreno de juego, significando su práctica, y no como meros ejecutores técnicos, o lo que es lo mismo, cumplidores de órdenes. Dejando a criterio, y a libertad, de cada uno la creación de ejercicios o drills de entrenamiento que permitan la mejora de las capacidades tanto técnico-tácticas como físicas de los jugadores para la perfecta ejecución de un ataque rápido.

Bibliografía:

- De La Haye, Jessica; Durruty, Matias & Hours, Germán (2017): “Conceptos generales de la defensa individual en el básquetbol”. Texto de circulación interna del Profesorado y Licenciatura en Educación Física, de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, de la UNLP.
- Hours, Germán (2009): “Reglamento y acciones motrices. Relaciones”. Profesor: Hours, Germán. 2009. Texto de circulación interna del Profesorado y Licenciatura en Educación Física, de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, de la UNLP.
- “La enseñanza del basquetbol a partir de su lógica”. Jessica De La Haye (UNLP), Germán Hours (UNLP). 2017.
- Hours, Germán (2010): “Propuesta de clase”. Texto de circulación interna del Profesorado y Licenciatura en Educación Física, de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, de la UNLP.

- Crisorio, Ricardo (2001): “La enseñanza del básquetbol”; en Revista Educación Física & Ciencia, Año 5, Departamento de Educación Física, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, UNLP.
- Orlandoni, Javier & Hours, Germán (2007): “Básquetbol, la enseñanza por conceptos”. Texto de circulación interna del Profesorado y Licenciatura en Educación Física, de la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, de la UNLP.
- “Glosario de baloncesto”. Revista digital: Planeta Basketball. <http://www.planetabasketball.com/baloncesto-glosario.htm> [fecha de consulta: 10/10/2017]
- Reglamento de Básquetbol FIBA.