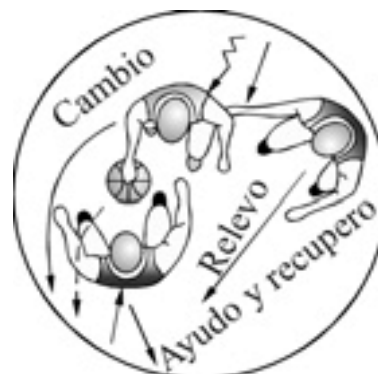


LA AYUDA DEFENSIVA

2º PARTE EJERCICIOS ESPECÍFICOS PARA LA ENSEÑANZA DE LA AYUDA DEFENSIVA



Una vez entrenada la ayuda defensiva genéricamente, haciendo uso de aquellos ejercicios que se adaptan al nivel de los jugadores, tendremos que estudiar aquellas situaciones tácticas que se puedan presentar para ir entrenándolas de menor a mayor dificultad.

La bibliografía que tengamos a disposición, unida a nuestra experiencia y conocimientos, puede ser una base importante para recopilar y ordenar su enseñanza.

Muchos de los ejercicios que se muestran en este apartado son conocidos y proceden de la documentación existente, ordenados y ampliados aquí, para facilitar la progresión de su enseñanza.

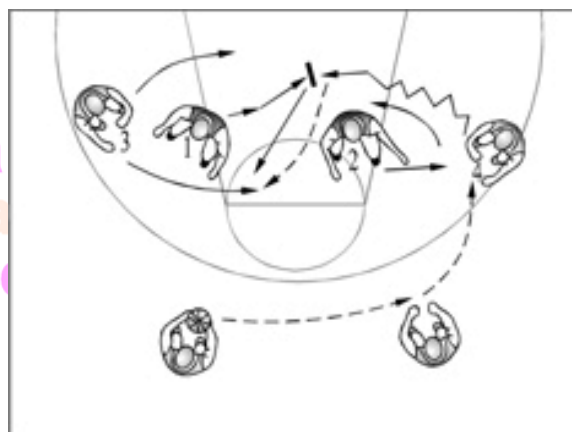
Todas las posiciones de los jugadores tienen que estar referidas al trazado de la zona, y a la situación de la canasta defensiva, siendo muy importante el lugar exacto que se ocupe y dónde se realicen las ayudas, para conseguir un trabajo eficaz.

Distintas ayudas defensivas, desarrolladas en los tres siguientes ejercicios:

Los defensores 1 y 2 marcan cada uno a su hombre en función de la posición del balón.

Los atacantes 3 y 4 no siempre intentarán la penetración, sino que podrán devolver el balón a los que actúan como pasadores.

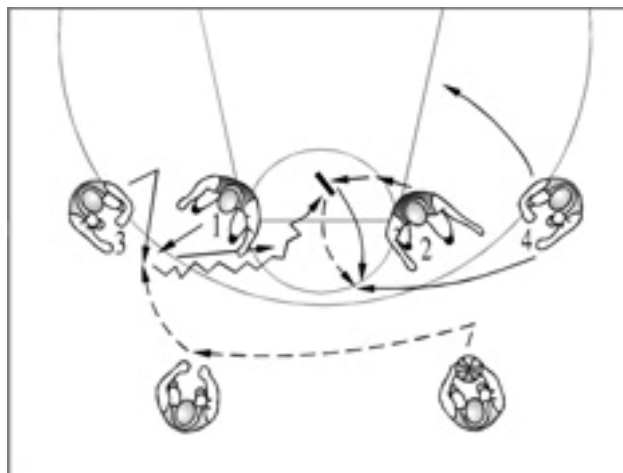
En este caso recibe 4, que penetra por la línea de fondo; 1, ya en posición de ayuda, se desplaza para realizarla y parar a 4; éste pasa a 3 para que tire a canasta, mientras 1 intenta efectuar una rápida recuperación y «puntear» el tiro de 3.



En este segundo diagrama, después de varios pases, recibe el balón 3 que decide penetrar por la parte derecha.

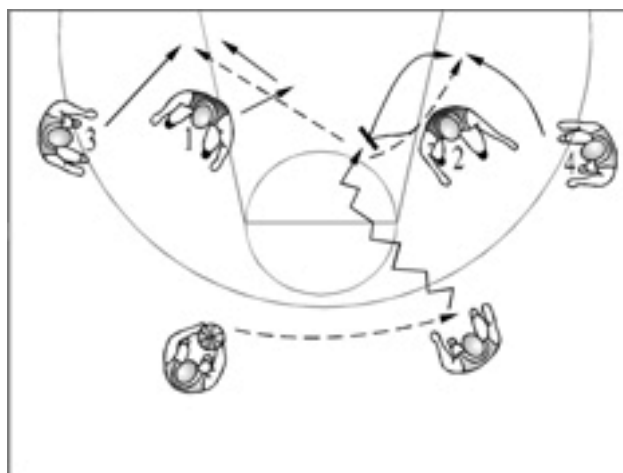
Una vez que recibe 3, el defensor 2 adopta posición de ayuda procurando realizarla sobre el atacante 3. Por la acción defensiva de 2, podrá efectuar un pase al atacante 4, que se habrá desplazado hacia la parte alta o baja de la zona para ejecutar un tiro.

El defensor 2, al primer y segundo pase varía su posición y después de realizar la ayuda, saldrá rápido para «puntear» el tiro del atacante 4.



En los dos diagramas anteriores se han expuesto las ayudas a las penetraciones por la parte alta y baja de la zona; esta tercera representa una nueva opción.

Cualquiera de los atacantes, que trabajan en la parte alta de la zona sin defensores, puede iniciar la penetración a canasta para que 1 ó 2 cierren su penetración, recuperando a su hombre que recibe el pase.

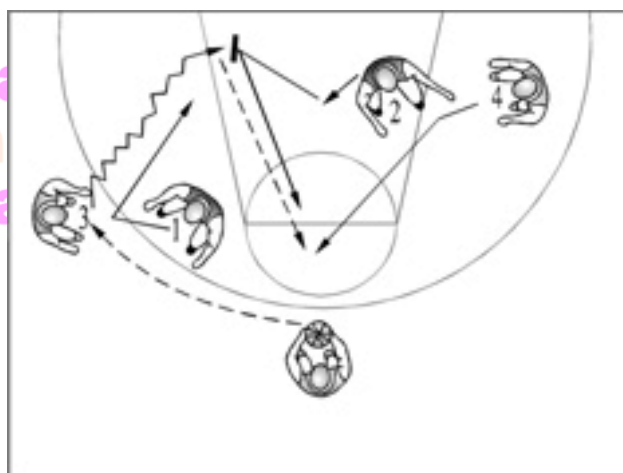


Ejercicio de 2 contra 2 y un pasador.

El defensor 2 ejecuta su defensa en función de la posición del balón. Con el balón en el centro, debe dificultar a su hombre la recepción del mismo. Con el balón en el atacante 3, 2 adopta posición de ayuda.

Si el alero 3 penetra, el defensor 2 realiza una ayuda intentando parar la progresión. Al mismo tiempo, el atacante 4 se desplaza a la línea de personal para recibir.

Después del pase de 3 a 4, el defensor 2 recupera rápido para «puntear» el tiro.



Ejercicio prefijado de 2 contra 2.

Como se aprecia en el gráfico, éste es de similares características al anterior.

En este caso la ayuda se produce en la parte alta de la zona para recuperar en la zona baja.

Es conveniente variar las posiciones de partida de cada atacante, para diversificar las acciones defensivas.

El ángulo de visión, la forma de ejecutar la ayuda cerrando la penetración y el sentido del desplazamiento en recuperación serían diferentes en cada caso.



Defensa al poste pasando por detrás.

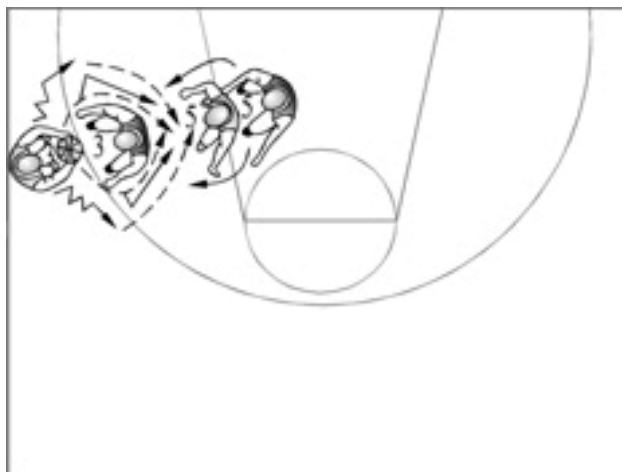
Es una opción defensiva que se produce por tres motivos diferentes:

- Por considerarse la forma idónea.
- Por error defensivo.
- Por la acción del atacante.

El atacante 3 intentará dar pase sobre el pivot en cualquiera de las posiciones indicadas.

Permitimos que el atacante 3 coja el balón para pasar y si no puede hacerlo, continúa botando.

El defensor 5 efectuará defensa por detrás y en 3/4 por ambos lados.



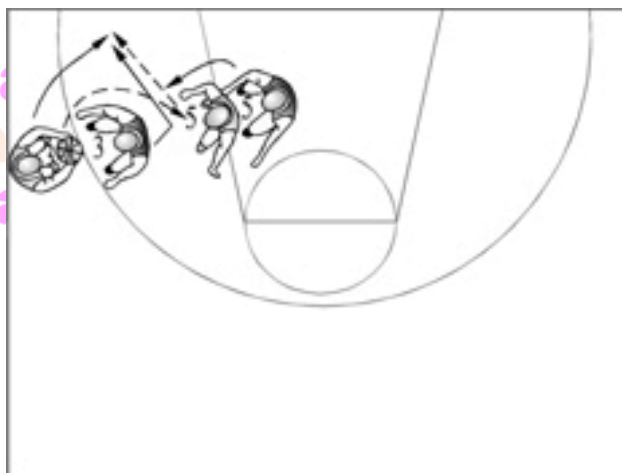
Continuación a pasar por detrás.

La ayuda sobre el pivot puede pretender tres objetivos:

- Robar el balón si lo bota o baja.
- Dificultar el pase de vuelta.
- Limitar el espacio ofensivo.

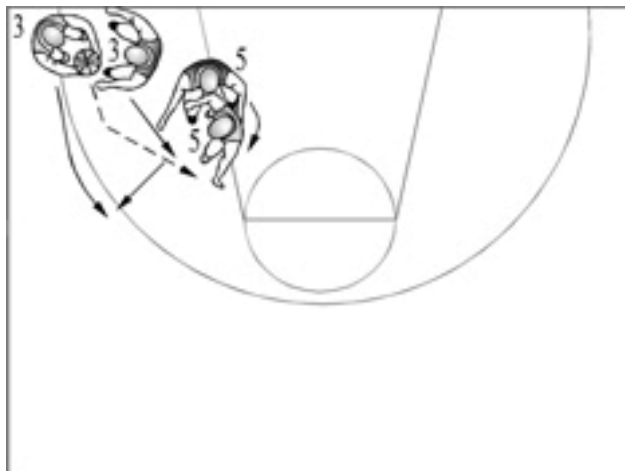
Dependiendo de las características del defensor 3, podemos optar por alguno de ellos o varios.

Si se advierte intención de dar pase de vuelta, una vez recibido el balón por el atacante 5, la ayuda será de corta duración para recuperar velozmente a su hombre, que se ha desplazado.



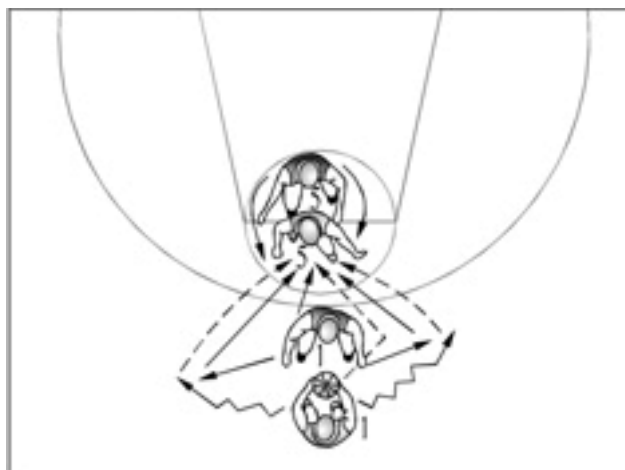
Continuación a pasar por detrás.

Otra posibilidad, originada por una defectuosa defensa o porque el atacante ha ganado la posición, es el pase desde un lateral entre 3 y 5. Trabajamos la variante en la que el pivot ofensivo sea propenso a jugar 1 c. 1. En este caso debemos determinar principalmente la forma de limitarle el espacio, ocupando una posición que le dificulte la acción ofensiva. El defensor que realiza la ayuda, debe intuir el instante en el que el pivot pretende efectuar el pase, para recuperar con la máxima velocidad.



Defensa al poste pasando por detrás.

Realmente se trata de realizar los mismos planteamientos anteriores, por lo tanto, todo lo expuesto sirve para aplicarlos a éstos. El jugador atacante en la posición de poste alto, realiza funciones muy distintas a si estuviera en el poste medio. Se puede aprovechar el ejercicio, para que el defensor realice la ayuda intentando una de las tres acciones, esto es, robar el balón si lo bota o baja, dificultar el pase de vuelta o limitar el espacio de juego.



El poste ofensivo desde la posición alta de la zona, normalmente puede realizar funciones de distribuidor de juego, por lo tanto, debemos trabajar la oposición al pase de vuelta. La proximidad de un defensor al atacante que recibe el balón es determinante en la acción de ejecutar una ayuda. Si la ayuda es realizada, puede ser primordial para la efectividad de la misma el tiempo de duración, unos correctos desplazamientos y el tipo de acción sobre el atacante con balón. Cuidado con las personales por la diferencia de altura.

