



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID.**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (INEF).



**“LAS DEFENSAS PRESIONANTES”**

**Alberto Lorenzo Calvo.**

**Madrid, 2004.**

## INDICE

1. Definición y Objetivos.
2. Tipos de defensas presionantes.
3. Conceptos generales de las defensas presionantes.
  - 3.1. Conceptos sobre la defensa al jugador con balón.
  - 3.2. Conceptos sobre los defensores de los jugadores sin balón.
  - 3.3. Otros conceptos aplicados al diseño de las defensas presionantes.
4. Metodología de enseñanza de las defensas presionantes.
5. Cuándo realizar las defensas presionantes.
6. Defensas presionantes individuales.
  - 6.1. Análisis de defensas presionantes individuales.
7. Defensas presionantes zonales.
  - 7.1. La zona 1-2-1-1.
  - 7.2. La zona 2-2-1.
  - 7.3. La zona 1-2-2.
  - 7.4. La zona 2-1-2.
  - 7.5. Otras zonas presionantes: 3-1-1, 1-1-2-1, mixtas.

## LAS DEFENSAS PRESIONANTES.

Evitar que el atacante anote es tan importante como que nosotros anotemos. Posiblemente, desde un punto de vista psicológico, tenga más valor el impedir una canasta. Si robamos un balón, colocamos un tapón, o realizamos cualquier otra acción defensiva con éxito, seguramente que el jugador perjudicado se lo pensará la siguiente vez, se sentirá presionado (Comas, 1991, p. 9)

Como entrenadores, por tanto, debemos constantemente mentalizar de la importancia de la defensa y premiar las buenas acciones defensivas.

Una buena defensa ha de ser capaz de permitirnos remontar en los partidos o en los períodos de los mismos en los que pasamos por situaciones más complicadas en ataque. Porque nos mantendremos dentro del partido impidiendo que el rival se destaque o desmoralizándole cuando vea que no puede distanciarse en el marcador. De esta manera, nos sostendremos en una buena situación hasta que podamos recuperarnos del bache ofensivo por el que veníamos pasando (Comas, 1991, p. 11).

### 1. DEFINICIÓN y OBJETIVOS:

Las defensas presionantes son aquellas que plantean defender en situaciones de mucho espacio (todo el campo,  $\frac{3}{4}$  de campo,  $\frac{1}{2}$  campo), desde el momento en que se pierde la posesión.

Siguiendo a Bayer (1986), desde el punto de vista defensivo, los principios de las defensas son:

- **Recuperación del balón.** Desde nuestro punto de vista, éste principio se convierte en el referente de la defensa, especialmente, en el caso de las defensas que nos ocupa, las defensas presionantes, ya que entendemos que por encima de proteger el aro o evitar su progresión, nuestra primera intención debe ser recuperar el balón.
- **Evitar la progresión del contrario y del balón.** Fundamentalmente, ocupando zonas intermedias entre atacante y canasta e intentando llevar al atacante a zonas del campo menos peligrosas (fuera de 6,25, lateral del campo,...).
- **Proteger la canasta y mi campo.** A partir de medios como molestando el tiro, defendiendo las líneas de pase o bloqueando el rebote defensivo.

En general, podemos hablar que la defensa presionante pretende aumentar el ritmo del partido para provocar errores en el equipo contrario, bien por el simple hecho de la presión o bien porque obligamos a modificar su forma de juego. De forma más específica, los entrenadores utilizan estas defensas con los siguientes objetivos:

- El objetivo básico de cualquier defensa siempre será eliminar o **reducir la anotación del equipo contrario**.
- **Acelerar el ritmo del partido**, elevando la actividad del propio equipo. “Con este tipo de soluciones tácticas, podemos conseguir que los jugadores de nuestro equipo se activen en momentos determinados, creciendo su rendimiento de forma paralela y poder recuperar desventajas en el marcador” (Gavaldá, 2003).

Como consecuencia de lo anterior, creemos necesario señalar la evidente relación que debe existir entre la presión defensiva y el contraataque de nuestro equipo. La presión defensiva aumenta la agresividad del equipo, lo que proporcionará situaciones de superioridad numérica. Casi todos los autores coinciden en señalar este aspecto, cuando consideran que las defensas presionantes preparan también al equipo a correr el contraataque (Crum, 1994; Miller, 1994).

- El objetivo fundamental no será robar balones, sino **provocar errores en el equipo contrario** (pases mal dados, pasos, campo atrás, 5 segundos, 8 segundos, tiros precipitados o que no haya tiros). Según Miller (1994, p. 240), si evaluamos la forma en que se consigue la posesión del balón durante un partido, encontramos que entre el 60 y el 80% de las posesiones se consiguen a partir del rebote o bien a partir de una canasta recibida. Otro 20% proviene de un error de los contrarios; y solamente el 5% aproximadamente de las posesiones procede de robar balones o interceptar los pases. “Un estudio de la forma en que se consigue la posesión del balón, hace imposible estructurar una defensa presionante a partir de robos e interceptaciones” (Miller, 1994; p. 240).

Wooden (1966; en Sinn, 1992, p. 43) nos comenta lo siguiente al explicar su zona presionante 2-2-1: “debo mencionar que este tipo de defensa no tenía como punto básico el robar el balón, sino forzar a los atacantes a cometer errores físicos y mentales de los cuales pudiéramos aprovecharnos”.

- Obligar al ataque a realizar acciones que normalmente no hace, **provocando desorden en su juego posicional**, variando sus posiciones más habituales o cambiando el ritmo de juego del equipo contrario. “Es fundamental que defendiendo de esta manera, nuestro

rival se vea obligado a variar situaciones individuales o colectivas. Eso va a provocar en ellos improvisación, desorden y cambios no deseados en su ritmo de juego” (Gavaldá, 2003).

“La presión se diseña para conseguir que el ataque haga cosas que normalmente no realiza. La presión puede provocar que aumente el ritmo de su juego, o por el contrario, se ralentice; lo que al final puede provocar un aumento de los errores... si se tiene la habilidad de ralentizar o acelerar las acciones de los jugadores del equipo contrario, existe una importante oportunidad de vencer diferentes tipos de equipos” (Crum, 1994, p. 245).

Esta situación de desorden en el juego ofensivo también vendrá provocada por una reducción en el tiempo de posesión que tenga el equipo atacante cuando consiga pasar el balón a su campo ofensivo. Sin duda alguna, la modificación de la regla del tiempo de posesión a 24 segundos ha favorecido la aplicación de este tipo de defensas con dicho objetivo.

- Para **reducir el tiempo de descanso de cada partido**. “Utilizamos tácticas presionantes, tanto en nuestro ataque como en nuestra defensa para eliminar el descanso de nuestros oponentes que ocurre cada vez que se cambia la posesión del balón... Si cada equipo tiene unas 60 posesiones de balón por cada partido de baloncesto, y ninguno de los dos equipos utiliza una defensa presionante en todo campo o el contraataque, al menos hay un lapso de 5 segundos entre cada fase del juego. Multiplicando, observaríamos que aproximadamente 10 minutos de cada juego serían para descansar. Esto supone un cuarto del tiempo de un partido. Nuestra premisa, por tanto, es presionar para eliminar el descanso y forzar a nuestro contrarios a jugar los 40 minutos completos de cada partido” (Miller, 1994, p. 240).

En el mismo sentido se expresa Tarkanian (1981), cuando argumenta que la mejor razón para utilizar este tipo de defensas es para conseguir presionar al equipo contrario durante los cuarenta minutos. “Cualquier cosa que hagamos ofensiva o defensivamente es para continuar presionando a nuestros oponentes... No queremos que nuestros oponentes descansen o se relajen ni un segundo, o más específicamente, durante los 10 segundos que les llevaría subir el balón hasta el campo contrario si nosotros no presionásemos” (p. 285-286).

- **Recuperar desventaja en el marcador**. “Es la defensa quién impone su presión al ataque. Sus objetivos son en principio, remontar una desventaja en el marcador o tratar de asegurar definitivamente la ventaja en el marcador” (F.F.B., 2003).

- **Presión psicológica.** Es muy probable que cuando un equipo juega contra otro equipo que suele presionar, sus jugadores en muchas ocasiones estarán fundamentalmente pendientes de superar la presión en vez de encestar. También, consecuencia de lo anterior, es muy probable que o bien durante los entrenamientos de la semana anterior al partido o bien durante los tiempos muertos, el entrenador dedique tiempo a preparar o diseñar un sistema de ataque contra dicha defensa presionante, lo cual al final supone que debe reducir el tiempo del entrenamiento dedicado a aquellos aspectos prioritarios para ellos.
- Además se proponen otros objetivos como que este tipo de defensas sirven para **mejorar la condición física** de un equipo (Presley, 1994) o sirven también para **preparar a nuestro equipo a atacar defensas presionantes** (Crum, 1994, p. 245), para **reducir el número de contraataques** del equipo contrario y permitir a la defensa colocarse adecuadamente (Tarkanian, 1981; Harris, 1998), **aumentar el porcentaje de aciertos** en los tiros, ya que ofrece frecuentes soluciones cerca del aro (Crum, 1982), **dar oportunidades a todos los jugadores** por el cansancio producido (Williams, 1986), **reducir el tiempo de posesión del equipo contrario** (Harris, 1998) o incrementar la **distancia de las líneas de pase** (Woods y Kloppenburg, 2004).

Entre las desventajas que podemos encontrar a la hora de diseñar y de utilizar este tipo de defensas, debemos señalar que, evidentemente, una defensa presionante bien atacada, explotando sus puntos débiles y manteniendo la calma para no dejarse impresionar por la presencia y la actitud de los defensores, es una defensa altamente vulnerable. Es una defensa que se realiza más lejos de nuestro aro de lo habitual, abarcando más espacio que el normal, lo cual suele dejar la canasta más desprotegida. Según Comas (1991), entre las desventajas de las defensas presionantes debemos señalar que:

- Presentan zonas débiles, al abarcar más espacio del habitual.
- Si no se ejecutan bien, permiten canastas fáciles al proporcionar al ataque situaciones de superioridades numéricas.
- La presión y la intensidad que conlleva también causa errores en el propio equipo que las realiza. Por un lado, por un exceso de agresividad, los jugadores suelen cometer un mayor número de faltas personales.

Por otro lado, consecuencia también de este ímpetu necesario, se precipita el ataque porque al trabajar con tanta intensidad durante la defensa, el jugador mantiene esa tensión durante el ataque, lo que provoca errores.

- Es normal observar que una vez que el ataque supera la defensa presionante y se llega a una situación de 5x5 en ½ campo, el equipo defensor suele perder cierta intensidad defensiva en la defensa en ½ campo.
- En aquellas defensas en las que se asume o plantan cambios defensivos, se puede producir un desequilibrio en el rebote (grande contra pequeño) y/o en los enfrentamientos defensivos (lento contra rápido), consecuencia directa de las rotaciones defensivas.

## 2. TIPOS DE DEFENSAS PRESIONANTES.

Para poder diferenciar los diferentes tipos de defensas presionantes, podemos utilizar dos clasificaciones diferentes. La primera de ellas, **en función de la responsabilidad de cada jugador**, nos permite dividir las presiones en dos tipos claramente diferenciados:

1. Defensas individuales presionantes: Aquellas defensas donde cada jugador se responsabiliza en principio de un atacante. Es responsabilidad suya defenderle a lo largo de toda la pista. Se dan continuamente situaciones de ayudas defensivas, traps y rotaciones defensivas, lo que a menudo provoca que haya que recurrir a cambios de asignación defensivos y que un defensor pueda acabar marcando a un jugador distinto al que defendía al principio (desajustes defensivos).

Para la F.F.B. (2003), este tipo de defensas, al que denominan “**pressing**”, las entienden como una defensa individual estricta que consiste en presionar al contrario en medio campo o en todo campo. Para ello, será necesario establecer una presión sobre el jugador con balón, una presión de las líneas de pase y establecer un sistema de ayudas interrelacionadas (rotaciones defensivas).

“De entre todos los tipos de defensa presionante, la defensa individual es la que reúne los principios básicos que luego van a utilizarse en todas las demás. Los conceptos en los que se basa son los que se utilizarán más tarde para aplicarlos en las defensas zonales... La defensa individual es el sistema ideal para ser aplicado en equipos de formación. Además de producir buenos resultados deportivos, es una muy buena arma pedagógica. Los niños adquieren las nociones defensivas básicas y además se estimulan los comportamientos físicos y mentales que requiere nuestro juego.”(Comas, 1991, p. 51).

Dentro de dichas defensas individuales presionantes, a su vez, se pueden diferenciar fundamentalmente tres tipos de defensas, aunque la realidad nos hace observar que en la mayoría de las ocasiones los tres tipos de defensas o conceptos aparecen implicados en la misma defensa. Aún así, podemos diferenciar entre la *defensa individual pura*, donde

cada jugador se hace cargo de su atacante y en caso de ventajas ofensivas se establecen ayudas defensivas; la *defensa de salto y cambio* que prevé constantes cambios entre los defensores y la *defensa de salto y trap* que prevé la realización de situaciones de 2x1 y las pertinentes rotaciones.

“La defensa **salto y cambio** reúne las ventajas de una zona presionante dentro de una zona individual. Es una defensa particularmente eficaz contra los dribladores y contra las pantallas” (F.F.B., 2003). “*Saltar y cambiar* es una defensa individual con cambios que aún siendo más conservadora que una defensa presionante por zonas permite disfrutar de muchas de las oportunidades de interceptar balones de la defensa presionante por zonas. La defensa *saltar y cambiar* es principalmente una defensa individual. Aunque no se asignan hombres a los defensores, una vez se ha producido el primer salto con cambio cualquier defensa puede marcar a cualquier atacante” (Smith, 1988, p. 209).

2. Zonas presionantes o “zonas press”: Los jugadores se distribuyen ocupando unas posiciones fijas y predeterminadas y cada uno es responsable de los atacantes que se encuentren en su zona. Se distinguen por la distribución que los jugadores ocupan inicialmente en la cancha: 2-2-1; 2-1-2; 1-2-2; 1-2-1-1; 1-1-2-1; 3-1-1; 1-3-1 y suponemos que alguna variante más.

“Las zonas presionantes, como defensas en zona que son, están organizadas en función del balón (zona) y del adversario (presión). Una vez distribuidas en el espacio, estas defensas tienen por objetivo esencial provocar errores en los atacantes con balón para que los compañeros puedan recuperar el balón. La regla de los 10 segundos y la regla del campo atrás favorecieron la aplicación de este tipo de defensa que aparecieron a nivel mundial en los Juegos Olímpicos de Tokio (1964)” (F.F.B., 2003).

“No es ninguna sorpresa que el carisma de Wooden en UCLA sea la defensa. Él fue el creador de la presión en zona en todo el campo, que revolucionó el baloncesto en la época de los 60. La zona press fue algo habitual dentro del programa de UCLA” (Padre, 1970; en Sinn, 1992, p. 41).

Estas defensas presionantes, al contrario que las defensas individuales, están basadas en la realización de traps sobre el jugador con balón, normalmente en situaciones preestablecidas de antemano. Esto, conlleva el asumir ciertos peligros y riesgos, ya que existirá un jugador atacante desmarcado, lo que implicará elegir qué jugador se quedará sin defensa, siendo normalmente el jugador más alejado del balón.

Además de las anteriores, también existen otras posibilidades como pueden ser las **zonas de ajustes o match-up o defensas combinadas**. “Aunque nosotros decimos que es una defensa presionante 2-2-1 cuando el balón está en el lateral, y una defensa presionante 1-3-1 cuando el balón está en el medio, también es defensa match-up. De esta forma, en función del espacio y de los movimientos de los atacantes, estas dos formaciones pueden variar” (Pitino, 1994, p. 296). Estas defensas, que tradicionalmente se suelen hacer en cuarto de campo, también se pueden realizar en todo el campo, y que implican combinaciones de conceptos de defensa en zona y defensa en individual. “Han nacido de la impotencia de las zonas convencionales para neutralizar a los jugadores expertos de lejos y los pivots que salían de la zona reservada. Al principio, destinadas a la zona próxima de la cesta (zonas mixtas), se han envalentonado poco a poco y a su vez se han convertido en armas ofensivas... Estas defensas que cambian de apariencia pueden perturbar la buena marcha de los equipos dotados de sistemas demasiado elaborados, y por otra parte, eliminan los cambios de jugadores sobre las pantallas y cierran a menudo las trayectorias de los pases dirigidos a los pivots” (Bosc y Grosgeorge, 1981, p. 115).

“Si un equipo nos está haciendo mucho daño con buenos pases, podemos abandonar la zona y seguir la presión individualmente o utilizar una 1-3-1, 2-1-2 ó 1-2-1-1 con unos principios parecidos... De cualquier forma, todas las zonas son una variación de las siguientes: 1-2-2, 1-2-1-1, 2-2-1 ó 1-3-1. Los movimientos son prácticamente los mismos salvo la posición inicial” (Wooden, 1966; en Sinn, 1992, p. 46).

“Posiblemente la mas efectiva forma de realizar traps en una zona presionante en todo el campo es combinando los traps. Las presiones combinadas contienen elementos de ambas defensas, individual y defensas en zona: al principio, antes de que ocurra el trap, la defensa es individual, aunque los ajustes permitan pensar que se encuentra en una defensa zonal; sin embargo, cuando el trap se realiza, la acción de cortar las líneas de pase es incuestionablemente defensa en zona” (Tarkanian, 1981, p. 307).

Smith (1998, p. 225-239), al referirse a una defensa concreta nos dice lo siguiente: “Si hubiera que resumir la defensa 40 en una sola frase probablemente diría que se trata de una defensa presionante por zonas camuflada inicialmente bajo la forma de una defensa individual... De hecho, a la defensa 40 la llamamos *combinada*... En la defensa 40, el defensor inicial del base no se va cancha arriba en búsqueda del atacante libre, sino que se queda defendiendo dos contra uno mientras dura la transición, a lo largo de la cual pasa de ser una alineación defensiva individual a ser una alineación por zonas 2-2-1... Por tanto,

la defensa 40 comienza como individual, pasa a ser presionante por zonas y, por último, vuelve a ser individual... Una vez se ha realizado el pase dentro del campo, la alineación defensiva inicial 1-2-1-1 pasa a la defensa presionante por zonas 2-2-1... Cuando el balón cambia de lado de juego, lo que hacemos es volver a la alineación defensiva 1-2-1-1”.

Del mismo modo, también podemos distinguir **defensas presionantes mixtas**, en la que algunos jugadores están defendiendo en zona y otros jugadores están defendiendo en individual. Una defensa de este tipo, podría ser una defensa mixta 4-1, a partir de medio campo, con traps en las esquinas.

Una segunda clasificación, es la que se presenta **en función del espacio del campo** que abarquen dichas defensas. De esta forma, podemos diferenciar los siguientes tipos:

1. Todo el campo: Cuando la defensa se ubica y actúa nada más ponerse el balón en juego. Es una defensa más arriesgada puesto que abarca el mayor espacio de juego, siendo el tipo de presión más utilizado por la mayoría de los equipos. Éste tipo de defensas en todo campo, dejan menos iniciativa al ataque, especialmente aquellos que dificultan la recepción del primer pase y son más fáciles de asimilar por la defensa.
2. Tres cuartos del campo: Estas defensas normalmente comienzan a actuar desde la línea de tiros libres del campo de ataque. Es más compacta que la anterior al cubrir menos espacio, pero por el contrario ceden al ataque la oportunidad de recibir y organizarse, así como un espacio para poder actuar que en principio no se adivina como importante.
3. Medio campo: Son aquellas defensas que cubren menos espacio y, en principio, pueden mostrarse más seguras, ya que no se corren tantos riesgos a la hora de ponerla en práctica y porque parece una defensa “normal”. No son necesarios grandes desplazamientos. “En teoría, los equipos que utilizan una defensa presionante en medio campo son demasiado lentos o inmóviles para presionar en todo el campo” (Tarkanian, 1981, p. 316).

De la combinación de ambas clasificaciones, nos podremos imaginar la multitud de combinaciones posibles que pueden surgir, dotando a los entrenadores de un amplio espectro táctico y bagaje defensivo. Como ya hemos comentado anteriormente, será el entrenador quién establezca el tipo de defensa, así como las rotaciones específicas de dicha defensa.



Figura 1: Clasificación de las defensas presionantes.

Para la elección del sistema defensivo, será preciso que el entrenador analice fundamentalmente las características de los jugadores que conforman el equipo. Como norma general, se plantea que aquellos equipos formados por jugadores rápidos y ágiles, deben optar una defensa presionante individual. Sin embargo, cuando el equipo está formado por jugadores lentos, el sistema defensivo más adecuado sería la utilización de una defensa zonal presionante, y normalmente tratando de abarcar poco espacio. Con este tipo de defensas, los jugadores no tienen que realizar grandes desplazamientos defensivos y responsabilizarse de una zona del campo les facilita el trabajo por sus condiciones físicas. Normalmente jugadores con mayor envergadura pueden desarrollar este tipo de defensa con más eficacia que una defensa individual (Comas, 1991).

Como ejemplo característico y llamativo, presentamos la estrategia defensiva utilizada por Dean Smith en sus equipos. “Dado que las constantes hacen necesarias menos reacciones que los cambios, creemos que una de las formas mejores de mantener al equipo atacante en reacción es mediante una defensa múltiple... Nuestra defensa básica es la defensa individual. Usamos esta defensa la mayor parte del tiempo e intentamos ejecutarla bien. Las demás defensas solemos usarlas de vez en cuando dado el gran valor que tiene para forzar un cambio en el ritmo de juego.”

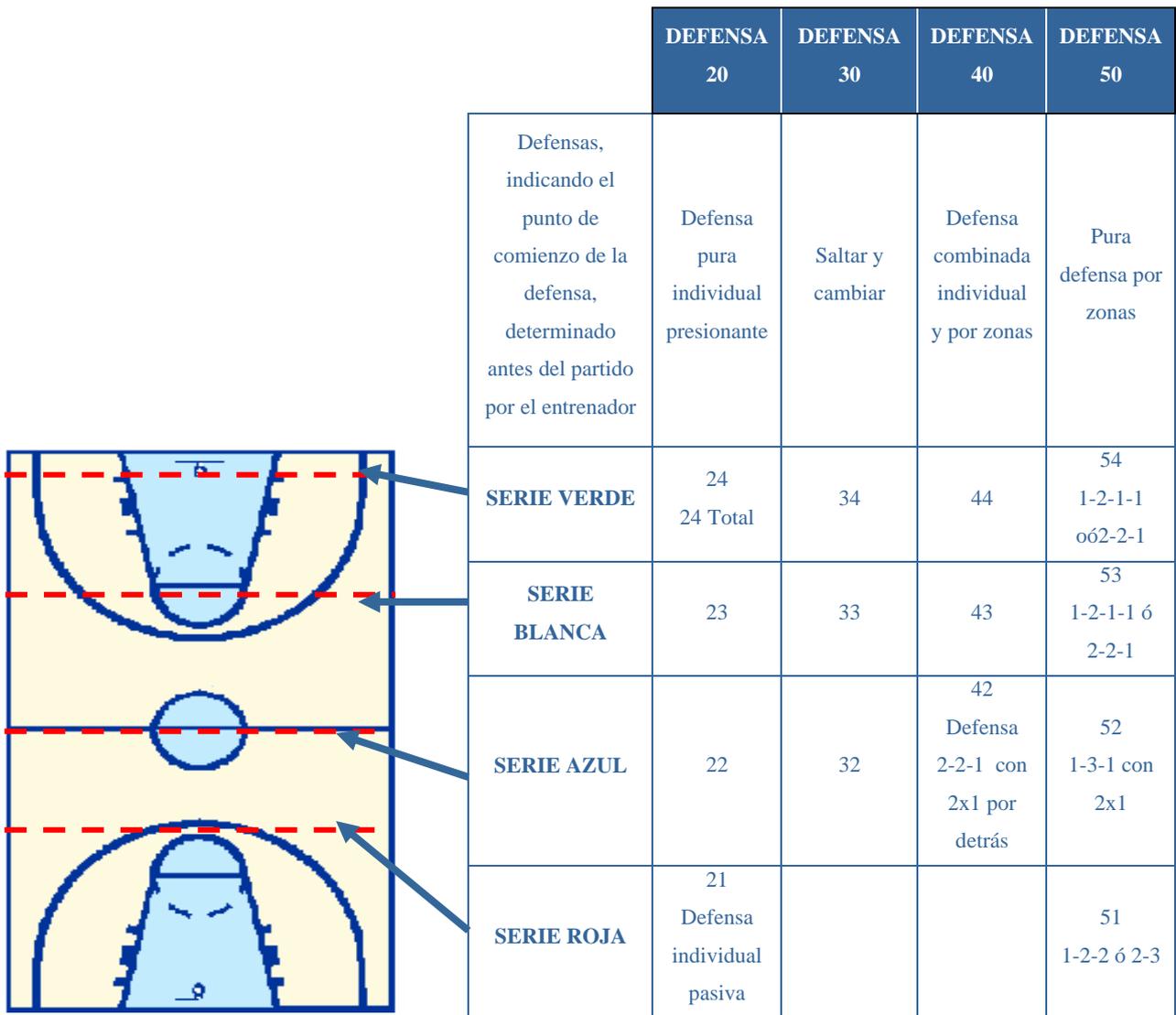


Figura 2: Estrategia defensiva U.N.C. (Smith, 1998).

### 3. CONCEPTOS GENERALES DE LAS DEFENSAS PRESIONANTES.

Las defensas presionantes van a utilizar las mismas normas o conceptos aparecidos en las defensas individuales o zonales, con la única consideración, de que el espacio a defender es mayor, y por tanto, las ayudas defensivas y las rotaciones serán más extensas. “Las defensas presionantes utilizan los mismos principios que las denominadas defensas en ¼ campo. Lo que provoca la defensa presionante es aumentar el espacio defensivo. Al aumentar dicho perímetro, las ayudas defensivas recorrerán más espacio para ser eficaces en la protección de la canastas” (Miller, 1994, p. 240).

Para Comas (2001, p. 9) “la presión es un sistema defensivo. Esto es así porque la ponemos en práctica cuando la posesión del balón corresponde al otro equipo y pretendemos recuperarla. Sin embargo, por su ideología, la presión resulta ser un feroz ataque contra las pretensiones del otro equipo. Con la presión atacamos la posesión del balón y dificultamos extraordinariamente el control del juego del equipo contrario, que debe defenderse de nuestros ataques defensivos con sistemas de protección”.

Podemos distinguir algunas circunstancias, características y conceptos específicos de este tipo de defensas. Para la F.F.B. (2003), la presión se caracteriza por manejar los siguientes principios: orientar al jugador con balón, parar o detener al driblador, cerrar las líneas de pase, controlar el centro y realizar rotaciones defensivas según la posición del balón. Bosc y Grosgeorge (1981, p. 97) nos indican principios parecidos: “dirigir los adversarios hacia las líneas de banda o hacia los rincones del terreno, evitar que el balón se estacione en el medio del terreno, coger al que lleva la pelota entre dos, asustar a los jugadores mediocres en el uso de la pelota y obligarles a botar sobre la mano con la que tienen menos práctica, obligar al que lleva la pelota a realizar largos pases o transversales, asegurar los cambios a larga distancia a base de relevos de jugadores”.

Trataremos de desarrollar estos contenidos en profundidad, y para ello, los dividiremos en tres tipos en función de los criterios utilizados.

#### 3.1. Conceptos sobre la defensa al jugador con balón.

- **No se persigue robar el balón** de las manos del atacante que lo controla, sino limitar al máximo sus posibilidades de actuación y obligarle a realizar movimientos defectuosos. Por lo tanto, lo que se pretende con la defensa a este jugador, es que cometa errores y que sea él quien pierda el balón. La pérdida del balón debe llegar por un mal pase o por una violación. Hay que intentar llevarle a espacios reducidos, cortándole todas las salidas a

espacios libres. Es más importante la presión psicológica a la que se ve sometido el hombre con balón, que la propia presión “física”.

“En principio, no nos gusta que los defensores (del balón) intenten quitar o golpear el balón, las razones son las siguientes: primero, ese tipo de acción con frecuencia no producirá robos de balón; segundo, cuando el defensor intenta llegar al balón, sus pies tienden a dejar de moverse. Es extremadamente difícil continuar desplazándose al mismo tiempo que se intenta alcanzar el balón. Esperamos que sin arriesgarnos a cometer falta personal, la presión defensiva por sí sola bastará para causar el fallo del atacante” (Smith, 1988, p. 181).

- Muy relacionado con esta idea, se plantea el hecho de que si el balón progresa hacia la canasta es más recomendable que dicha progresión se plantee utilizando como medio técnico-táctico **el bote en lugar de los pases**. “El bote es un signo de debilidad y hace al jugador con balón susceptible de ser sometido a traps o situaciones de salto y cambio” (Pitino, 1994, p. 291).

“Los ataques con pases son más efectivos que aquellos que se basan en botar en exceso... el bote permite ajustes defensivos graduales a medida que cada bote de balón se va produciendo, lo que resulta obviamente mejor para la defensa” (Smith, 1988, p. 188).

“Una vez que el balón entra en el campo, presionaremos al jugador con balón y cerraremos las líneas de pase hasta que bote. Nuestra defensa puede variar después de que empiece a botar, pero debemos estar seguros de que bota” (Tarkanian, 1981, p.289).

Este argumento, desde nuestro punto de vista, viene como consecuencia de la intención de evitar, por parte de las defensas, que el jugador con balón pueda tomar decisiones con claridad y tranquilidad. Debemos tener en cuenta, en este caso, que uno de los objetivos de este tipo de defensas es aumentar el ritmo del juego y forzar un mayor número de errores, lo cual en la mayoría de los casos, implica directamente presionar y forzar dichos errores en el jugador con balón. De acuerdo a este argumento, es fácil observar en la mayoría de las propuestas analizadas argumentos como “presionar siempre al jugador con balón, para no permitirle mirar por encima de la defensa”, “tratar de orientar al jugador con balón a botar, preferiblemente utilizando su mano débil”, “siempre queremos orientar el bote hacia la línea lateral” (Penders, 1994, p. 262). “Cómo en las defensas presionantes, el defensor del jugador con balón busca orientar su atacante hacia una línea” (F.F.B., 2003).

- Otro principio muy común en la mayoría de las defensas presionantes es la utilización de situaciones de 2 defensores contra 1 atacante (evidentemente al jugador con balón), comúnmente denominadas *traps*. Tradicionalmente, estas situaciones de 2x1 se planteaban en situaciones estandarizadas y normalizadas por el entrenador con anterioridad. Sin embargo, en la actualidad, se plantea que estas situaciones de 2x1 las realice el jugador cuando crea que puede realizarlas, se den las circunstancias adecuadas para ello, y también en situaciones imprevistas para crear mayor incertidumbre en el ataque.

“Nosotros no hacemos traps en muchas ocasiones. Los traps son situaciones de gran compromiso de dos defensores sobre el balón. Las probabilidades cuando la defensa organiza un trap no son demasiado elevadas, por lo que no intentamos organizar traps muy a menudo. Sólo vamos a organizar traps cuando sentimos que las circunstancias son favorables para la defensa. Por ejemplo, realizamos un trap cuando el atacante no puede ver al defensor acercarse hacia el balón o cuando el atacante con balón se encuentra descontrolado... Si el trap no tiene éxito, la mayoría de las veces se producirá una canasta. El trap es un riesgo calculado que no podemos esperar que obtenga resultados con regularidad” (Miller, 1994, p. 241).

“El objetivo de los ajustes en una presión a todo campo es realizar traps sobre el jugador con balón descontrolado, de esta forma conseguimos sacar al ataque de sus puntos fuertes... Realizando traps solo en los momentos oportunos, la defensa consigue disminuir los porcentajes de tiro. Más incluso, al realizar los traps de forma espontánea, el scouting de la presión puede resultar erróneo” (Pitino, 1994, p. 289).

“También supone una ayuda variar el momento en el que se realiza el trap. Éste se puede realizar cuando un jugador determinado coge el balón, o después de uno o dos pases, o cuando el balón llega a una zona determinada o cuando el balón llega a una distancia determinada de la canasta” (Harris, 1998, p. 95).

Quizás éste pueda ser un argumento diferenciador entre las defensas presionantes zonales e individuales, ya que en el caso de las primeras se suelen estructurar más las situaciones de 2x1, mientras que en las defensas individuales son más espontáneos, dependiendo de la situación.

Los momentos idóneos para que se produzcan los traps, serán aquellos en los que el atacante se encuentre en situación de desventaja con respecto a la defensa. En principio, no serán propicias aquellas situaciones en las que el atacante todavía no haya botado el balón, pues al intentar realizar el 2x1 lo más probable es que el defensor se quede atrás; aunque esto también puede venir muy condicionado por la zona en que se realice el 2x1,

ya que si éste se realiza en una esquina del campo o justo en el medio campo, es posible que obtenga éxito al estar limitadas las acciones del jugador con balón también por las líneas laterales, de fondo o de medio campo. Entre las situaciones más utilizadas se proponen las siguientes:

1. Cuando el jugador con balón se desplaza botando de forma descontrolada, presionado por un defensor. “Siempre que el defensor del balón es superado, y el driblador se encuentra descontrolado, realizamos un trap” (Pitino, 1994, p. 291) (figura 3). Como indica la F.F.B. (2003), la desventaja de esta situación es que el jugador con balón ve llegar al segundo defensor y puede anticiparse, por lo que la realización del trap debe realizarse de forma explosiva y las rotaciones defensivas deben estar muy coordinadas en el tiempo.
2. Cuando el jugador con balón ha agotado el bote.
3. Cuando el jugador con balón no ve acercarse al segundo defensor, como puede ser tras un cambio de dirección como el reverso. Cuando un atacante llega en carrera hacia el segundo defensor después de haber realizado un cambio de dirección, su probable reacción será la de dejar de botar (figura 4). Este tipo de situaciones también requiere una gran coordinación del equipo, ya que implica que el defensor del jugador con balón tenga una absoluta confianza en sus compañeros, porque si fuerza el cambio de dirección hacia el centro y nadie realiza el 2x1, el jugador con balón puede coger fácilmente el centro del campo (F.F.B., 2003) (figura 5).
4. Otra situación clara para realizar el trap es la que se produce cuando el segundo defensor llega por la espalda del atacante (figura 6).



Figura 3

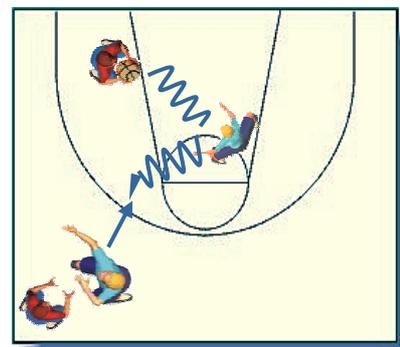


Figura 4

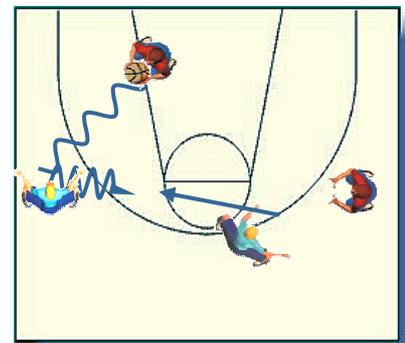


Figura 5



Figura 6

Para plantear estas situaciones de 2 defensores sobre el jugador con balón, se recomienda tener en cuenta los siguientes aspectos:

1. Los dos defensores deben formar una “T” con sus pies (es decir, deben estar perpendiculares), para que el atacante no pueda pasar entre ellos y superar el trap (figura 7). Uno de los jugadores frenará el avance del balón hacia delante, y el otro, intentará evitar la salida del balón hacia el centro.



Figura 7

2. Los brazos se colocarán perpendicularmente, tratando de “tapar” o “cerrar” las líneas de pase que permitan que el balón avance hacia la canasta. Algunos entrenadores proponen, además, que los jugadores defensores implicados en el trap, entrelacen los brazos más próximos arriba.
3. El jugador que salta a realizar el 2x1, debe ir con los brazos abiertos para dificultar en la medida de lo posible los pases y, al mismo tiempo, evitar cualquier falta personal por un contacto ilegal. “El jugador que salta al 2x1 debe correr dentro de la línea de pase y tratar de disuadir el pase con los brazos” (F.F.B., 2003). Harris (1998) nos propone además, que dicho jugador no se debe encontrar a mucha distancia del balón, hablando de la regla “*three step rule*”, es decir, no debe realizarse un trap que implique dar más de tres pasos hacia el balón porque se perdería la sorpresa.
4. Según pivote el jugador con balón para encontrar las líneas de pase, los defensores deben desplazarse para seguir presionando el balón.
5. Los jugadores deben trabajar activamente sobre el balón, pero trabajando dentro de su “cilindro defensivo”, evitando realizar faltas personales. No se tratar de recuperar el balón, sino de forzar errores, malos pases o violaciones.

6. Los defensores próximos al 2x1, se desplazan en función de los movimientos del portador del balón, tratando de tapar las líneas de pase. “Cuando el trap se inicia, el resto de los jugadores deben tratar de interceptar cualquier posible pase” (Miller, 1994, p. 241) (figura 8). Aunque esta idea está muy

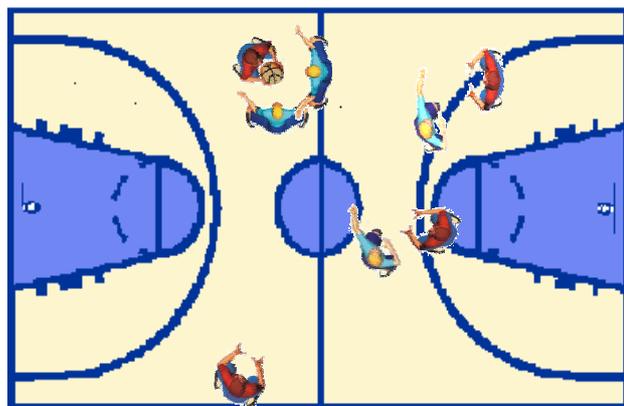


Figura 8

relacionada con otro principio según el cual, ante la imposibilidad de defender todo el espacio y las distintas alternativas del ataque, se conceden o permiten los pases hacia atrás o laterales, que no ganan espacio y se intentan prohibir los pases hacia delante.

Para Miller (1998) dichos jugadores deben colocarse en una zona, en forma de triángulo, anticipando cualquier pase hacia la canasta y rotando hacia el hombre libre.

En función de la intensidad defensiva que se quiera aplicar, los defensores que no están sobre el jugador con balón defenderán agresivamente las líneas de pase más favorables para el ataque (“siempre hay una ventana de pase entre los dos defensores, y por tanto, debe haber siempre un jugador en el eje del balón –F.F.B., 2003-”) (figura 9), o por el contrario, estarán en una situación intermedia que les permita defender cualquier pase (figura 10).

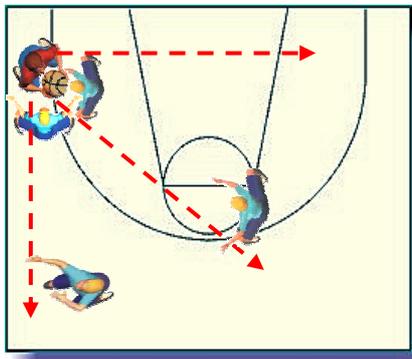


Figura 9



Figura 10

7. Cuando el trap es superado, en primer lugar los defensores deben correr bien hacia la canasta o, al menos, colocarse a la misma altura del balón. Algunos entrenadores proponen, además, que en caso de que el atacante salga botando con el balón, el jugador defensor más cercano a la mano de bote, trate de robársela por detrás (“to tip de ball”).

Otra opción es plantear que, cuando el trap haya sido superado con un pase, el jugador defensor mejor ajustado (normalmente el defensor original) permanece con su defensor, y es el otro defensor el que debe rotar hacia la zona y buscar a un jugador desmarcado (Harris, 1998).

8. Es bueno variar la velocidad con la que se establecen los traps. Yendo rápido, podemos obtener ventaja de la sorpresa que genera. Pero realizándolo lento, a veces puede ocurrir que el jugador con balón se anticipe influenciado por la presión y agote el bote del balón. Esto nos permitirá romper el ataque o incluso no necesitaremos realizar alguna rotación

Es necesario señalar muy bien los momentos en los que queremos realizar los traps y los lugares de la pista más idóneos para realizarlos. Los lugares más indicados para realizar los traps son aquellos en los que las posibles salidas para el atacante con balón se reducen al máximo, combinando la defensa el aumento de la presión defensiva sobre el balón con el conjunto de normas reglamentarias que favorecen su actuación como son la regla del campo atrás, las reglas de los 5 segundos, de los 8 segundos y de los 24 segundos, junto con las zonas espaciales más favorables para la defensa. De acuerdo a esto, las zonas más propicias para aplicar estas situaciones defensivas aparecen reflejadas en la figura 11:

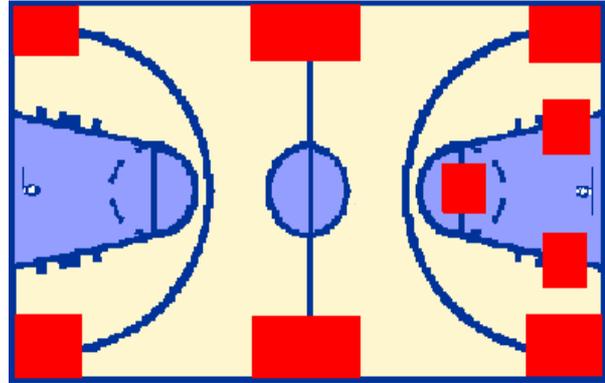


Figura 11

“La defensa 2-2-1 tiene varias alternativas interesantes; se puede plantear desde la zona de tiros libres del rival para buscar solamente los traps en las esquinas del centro del campo (en campo ofensivo o en campo defensivo). También podemos plantear las situaciones de trap mucho antes, en la recepción del balón tras el saque de fondo o nada más iniciarse el progreso hacia nuestra canasta y saltar al 2x1 por sorpresa” (Coello, 2002, p. 16).

- Como consecuencia de los conceptos anteriormente desarrollados, también se plantea como principio a utilizar en el diseño de este tipo de defensas el hecho de **evitar que el ataque o el balón salgan de esas situaciones más peligrosas a espacios más abiertos**, donde tengan más opciones de actuación.

En este sentido, es muy normal observar instrucciones del estilo de las siguientes: “negar cualquier pase que mejore la posición del ataque” (Penders, 1994, p. 262). “Permitir solo pases bombeados... presionar al pasador, presionar el balón, no permitir al pasador la oportunidad de encontrar un receptor” (Tarkanian, 1994, p. 241). “Negar todos los pases penetrantes” (Presley, 1994, p. 258). “Incitar o tratar de obligar al jugador con balón a realizar pases largos, pases bombeados o transversales (pases que pueden ser interceptados)” (F.F.B., 2003). “Dejar realizar los pases hacia atrás, o incluso laterales, pero prohibir los pases en profundidad” (F.F.B., 2003).

Como podemos observar la mayoría de las instrucciones se refieren a los pases, ya que como se ha comentado anteriormente, se prefiere, e incluso se potencia, que el jugador

con balón progresa con el bote, siendo la utilización de los pases lo más difícil de defender. Ante esta situación, se trata de evitar aquellos pases que mejoren la posición del ataque, bien porque van dirigidos hacia el medio del campo o bien porque avanzan hacia la canasta contraria, permitiéndose fundamentalmente aquellos pases que o bien no ganan espacio (es decir, pases horizontales) o aquellos pases hacia atrás, que además de no ganar espacio, llevan el balón a posiciones más alejadas del aro y aumentan la posibilidad de tener éxito con la defensa al contar con las reglas del campo atrás, 8 y 24 segundos.

De todas formas, en función de la estrategia defensiva utilizada e intensidad requerida, en ocasiones también se trata de evitar o negar este tipo de pases. Aunque bien es cierto que estas situaciones suponen un mayor riesgo en la defensa y que se suelen plantear como situaciones de sorpresa, ante ajustes muy concretos de un partido o bien para definitivamente forzar al jugador con balón a desplazarse con bote (figura 12).

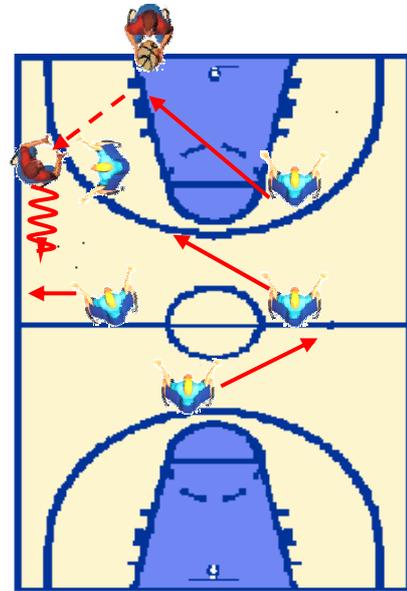


Figura 12

- Relacionado también con los anteriores, como principio general, casi todas las presiones manejan el concepto de cerrar el medio y **controlar en todo momento el pasillo central**, evitando en todo momento que o bien el balón entre en el centro o bien un jugador se coloque en el centro, en cuyo caso se plantean siempre ajustes individuales. “Tratar de mantener el balón fuera del centro. Orientarle hacia las líneas laterales” (Penders, 1994, p. 262) (figuras 11 y 12). “Evitar que el balón se coloque en el centro del campo...Hace falta a toda costa gobernar el eje central del campo, lo que quiere decir que el balón no puede llegar al centro (cerrar cualquier línea de pase al centro) y parar el driblador hacia el interior del campo” (F.F.B., 2003). La Federación Francesa, al señalar los principios estratégicos de las zonas press, indican “hay que cerrar el centro; hace falta, con la mayor rapidez, gobernar el pasillo central”. “Como eje fundamental, que el balón progresa por el centro con el dribling o con el pase nos puede hacer replantearnos la situación y pasar a defender una zona normal en nuestro perímetro o una defensa individual en medio campo” (Coello, 2002, p. 16).

Esta regla está argumentada por el hecho de que cuando el balón entra en el centro del campo es mucho más difícil de defenderle porque aumenta el espacio a defender, aumentan las posibles líneas de pase y no se cuenta con la ayuda de las líneas laterales que limitan aún más los posibles movimientos del atacante con balón. “Si el balón va al centro, la visión del espacio para el atacante es muy amplia y podrá situar el balón en su área ofensiva con buenas posibilidades de convertir el intento de canasta. En el lateral, cerramos ángulos de pase y espacios de forma que obligamos al atacante a moverse según nos interese” (Lorenzo y Andrés, 1999).

“La mayoría de los ataques emplean un poste en el centro, en un intento de hacer llegar el balón al centro de la cancha. Por supuesto, al mismo tiempo, la mayoría de las defensas intentan al máximo mantener el balón en el perímetro e impedir el pase al centro” (Smith, 1988, p. 221). “Cuando los atacantes logran hacer el pase al centro, este pase desbarata la presión defensiva, en cuyo caso, la defensa se repliega a toda velocidad, como lo haría si hubiese fallado un tiro a canasta, pasando a defender individualmente” (Smith, 1998, p. 239).

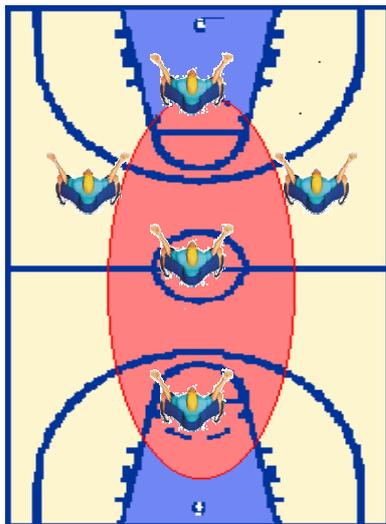


Figura 13: Zona 1-2-1-1

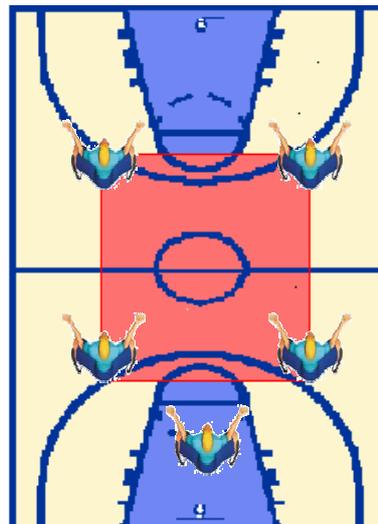


Figura 14: Zona 2-2-1

Aunque este principio ha sido muy tradicional durante mucho tiempo, en la actualidad, también se plantean situaciones defensivas en las que o bien no se orienta el balón hacia ningún lado, teniendo los pies del defensor colocados a la misma altura, o bien se orienta el balón hacia el centro. Esto último está muy relacionado con la idea de tratar de crear mayor confusión al ataque y se van modificando los conceptos de las defensas presionantes a modo de defensas alternativas y de esta forma tener un mayor arsenal defensivo y crear más confusión en el ataque.

- En numerosas ocasiones también se puede observar que en las defensas presionantes se aplica el *cambio automático ante los bloqueos*. Esto no es solo una norma que se aplique en defensas de salto y cambio, cuya característica principal es esta, sino que se aplica también en defensas de características y principios diferentes.

“Siempre que se realice un movimiento donde exista una pantalla, debe haber un cambio automático... Para poder realizar una buena presión, se debe cambiar” (Miller, 1994, p. 241). Penders (1994, p. 262), al establecer las reglas básicas de las defensas individuales presionantes, propone que se realicen “cambios automáticos en los bloqueos directos a menos que el scouting recomiende lo contrario”.

Al realizar estos cambios de asignación, es cierto que se pueden producir situaciones de desajustes defensivos o “mismatch” donde un jugador exterior defienda a un jugador interior, o donde nuestro peor defensor defienda al mejor atacante del equipo contrario.

Los defensores de esta regla argumentan que “no siempre se producen esos desajustes, y que realmente, esos desajustes tampoco suelen hacer mucho daño” (Miller, 1994, p. 241). Al mismo tiempo, este tipo de cambios suelen generar sorpresa en el equipo contrario y, además, es el mejor medio para seguir manteniendo la presión sobre el balón ante los distintos medios tácticos utilizados por el ataque para superar la presión.

Harris (1998) encuentra las siguientes ventajas en los cambios defensivos: el hecho de que el tiempo de posesión se haya reducido a 24 segundos favorece dichos cambios, ya que le deja menos tiempo al equipo contrario para explotar dichos desajustes defensivos. Además, considera que realmente pocos equipos son capaces de aislar un desajuste defensivo para poder obtener ventaja. Y por último, señala que, en el caso de que se produzca un mismatch, siempre se puede plantear una situación de trap. De esta manera se consigue que el ataque de un pase más, se puede dificultar cualquier posible tiro o sacar a un jugador de su posición preferida y obligarle a realizar acciones a las que no está acostumbrado.

Entre los consejos que dicho autor señala para realizar los cambios defensivos, destacamos cuando nos plantea que dichos cambios defensivos se hagan cerca de la canasta, aproximadamente a partir de 6.25. Al mismo tiempo señala que cuando se realice un cambio defensivo, siempre se debe negar el pase al jugador sin balón o negar el camino del jugador con balón hacia el aro (“switchandeny”).

### 3.2. Conceptos sobre los defensores de los jugadores sin balón.

Debemos, desde un principio, destacar el hecho de que la mayoría de las estrategias defensivas utilizadas, incluyendo en ellas a las defensas presionantes, se organizan en función de la posición del balón. De acuerdo a la posición de éste en el campo y a los desplazamientos que realice, así deberán ser los desplazamientos y ubicación de los defensores en el campo. Teniendo en cuenta esta idea, podemos diferenciar los siguientes conceptos a aplicar por los defensores de los jugadores atacantes sin balón:

- Cada vez que el balón progresa o rebasa a un defensor, se debe correr para situarse detrás o en línea con él. Los jugadores no pueden estar nunca por encima del balón, ya que aquellos defensores que estén más adelantados que el balón son defensores que no existen, su presencia allí es totalmente inútil. Si nuestro atacante se queda por detrás de nosotros no nos importa, ya que de esta forma conseguiremos situaciones de superioridad defensiva. Obviamente, aplicando esta norma, se permiten los pases hacia

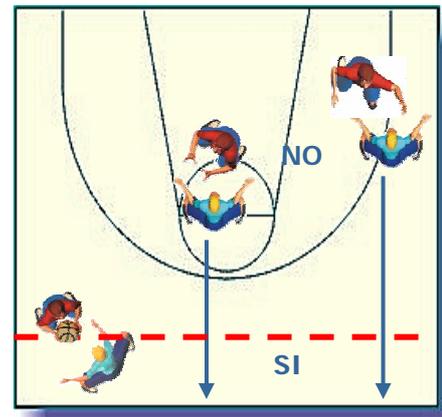


Figura 15

atrás, pero este tipo de pases, como hemos mencionado anteriormente, se considerarán pases favorables para la defensa. “Tan pronto como el balón sobrepase vuestra línea defensiva, retroceder hasta una posición defensiva a la altura del balón para interceptar el balón o recuperarlo” (Tarkanian, 1994, p. 241). De hecho, se observa que, en los autores consultados, la mayoría propone que la recuperación del balón viene ocasionado por la aplicación de este concepto (figura 15). “Si trabajamos duro en volver hacia atrás en la defensa, tenemos una razonable oportunidad, no sólo de parar el contraataque, sino de recuperar el balón” (Tarkanian, 1981, p. 290). “La característica más valorada de la defensa presionante por zonas es el poder de replegarse a toda velocidad para defender en un momento en que los atacantes piensan que tienen ventaja” (Smith, 1998, p. 239).

Es lo que R. Miller (1994) denomina “*perimeter rule*” (la regla del perímetro). “Cuando el balón supera el perímetro de la defensa, o los pases superan la posición defensiva de un jugador, todos los defensores, excepto aquél que defiende al balón, deben correr automáticamente hacia la canasta para protegerla” (p. 240).

“Cuando el balón supera al defensor, debe replegarse hacia el medio o el centro para asegurar la cobertura” (F.F.B.; 2003). “Siempre que el balón superaba su línea de defensa hacia su canasta, debía girarse y esprintar hacia su canasta, aunque analizando la situación” (Wooden, 1966; en Sinn, 1992, p. 44).

Para Smith (1988) es lo que denomina “*principio de la línea del balón*”, según el cuál, “deseamos que en casi todas las situaciones posibles los defensas permanezcan en la línea del balón... La línea del balón queda determinada por una línea que pasa por el balón y cruza la cancha perpendicularmente a las líneas de banda” (p. 192) (figura 16).

Esta es una de las reglas más importantes de las defensas presionantes, ya que una vez que el perímetro defensivo es rebasado, la presión es superada y es más importante proteger la canasta. Uno de los puntos débiles de este tipo de defensas es cuando la primera línea defensiva es superada y no recupera su posición lógica.

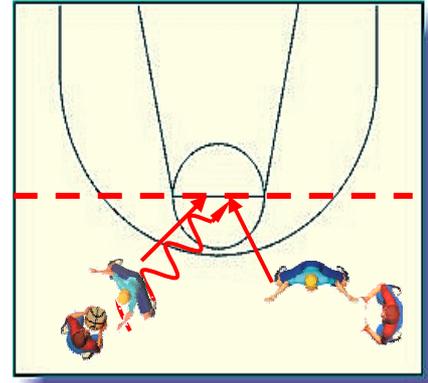


Figura 16

En este sentido debemos considerar varias opciones cuando el balón me rebasa:

1. Correr a proteger la canasta y la zona.
2. Colocarme a la misma altura del balón, teniendo en cuenta los triángulos defensivos.

En el caso de ser el defensor del jugador con balón, se plantea seguir presionando al jugador con balón para forzarle un bote desequilibrado u orientarle hacia zonas favorables para la defensa. En este caso, Pitino (1994), nos propone que si el atacante supera al defensor hacia la línea lateral, éste debe correr hasta conseguir ponerse por delante del atacante y pararle. Sin embargo, si éste es superado por el centro del campo, el defensor debe tratar de robar el balón por detrás del atacante (“To tip de ball”). “Si el atacante se escapaba iría detrás de él para intentar tocar el balón desde atrás sobre su bote para un compañero, forzar un dos contra uno o intentar que dejara de botar o que realizara un reverso. Si el balón definitivamente le sobrepasaba, su misión era el correr rápidamente hacia su canasta a buscar la posición defensiva mejor” (Wooden, 1966; en Sinn, 1992, p. 44).

- De acuerdo a los principios comentados anteriormente, al establecer como centro de atención al jugador con balón, el resto de los movimientos defensivos se articularán a partir de sus movimientos. “Siempre hay que presionar al balón. No permitir al jugador con balón mirar por encima de la defensa” (Penders, 1994. p. 262). De esta forma, es necesario establecer un sistema de ayudas y recuperaciones. Esto implica varios conceptos a tener en cuenta por parte de los defensores. Uno de ellos es el ya comentado anteriormente (“the perimeter rule”, Miller, 1994). Otro es el hecho de que la orientación visual de los defensores debe concentrarse más sobre el balón que sobre su atacante. Es imposible defender bien si no tenemos en cuenta el balón. Evidentemente, esta situación debe observar el principio de los “**triángulos defensivos**”, según el cual, el jugador defensor del hombre sin balón se colocará formando un triángulo defensivo cuyos vértices estarán compuestos por el balón, el jugador sin balón y el defensor, colocándose este último de forma que le permita ver al balón y a su defensor a la vez (figura 17). “El defensor del jugador sin balón se debe colocar sobre el eje aro-arro y estar preparado para intervenir en las **rotaciones defensivas**” (F.F.B., 2003). “Para ayudar a evitar que el balón entre en el medio, el defensor más cercano al jugador con balón hacia el medio, debe formar un triángulo (lo más equilátero posible) entre él mismo, el jugador con balón y su atacante” (Harris, 1998).



Figura 17

Obviamente, dicha disposición variará en función de la proximidad al balón y de la colocación de éste en el campo, así como de la colocación de nuestro atacante en el campo en relación al balón (lado del balón o lado de ayuda).

“Para simplificar mucho nuestras múltiples defensas, utilizamos un conjunto muy simple de normas para todo nuestro sistema defensivo. Este conjunto de normas se aplica tanto en defensas en medio campo como todo campo... Nuestras reglas son muy simples: 1) el defensor sobre el jugador con balón presiona y los defensores de los jugadores en el lado del balón presionan la línea de pase; 2) los defensores de los jugadores en el lado de ayuda, protegen la canasta. Utilizando estas sencillas normas, podemos fácilmente cambiar nuestras defensas. Podremos utilizar una zona 1-2-2, 1-3-1, 2-1-2, 2-3 o 3-2 aplicando estas reglas” (Miller, 1994, p. 240).

Otro hecho que se deriva de este planteamiento, es que a partir de esta disposición, y por esa prioridad sobre el balón, se establecen sistemas de ayudas defensivas y las rotaciones defensivas entre los jugadores. Aunque éstas vendrán muy condicionadas por el tipo de sistema defensivo utilizado, ya sea individual o zonal, podemos concluir que estas ayudas defensivas y rotaciones siempre serán consecuencia de aplicar los principios de “*perimeter rule*” y “*los triángulos defensivos*”, así como la idea de que lo prioritario a defender es el balón (figura 18). “Será necesario establecer una presión sobre el jugador con balón, una presión de las líneas de pase y establecer un sistema de ayudas interrelacionadas (rotaciones defensivas)” (F.F.B. 2003).

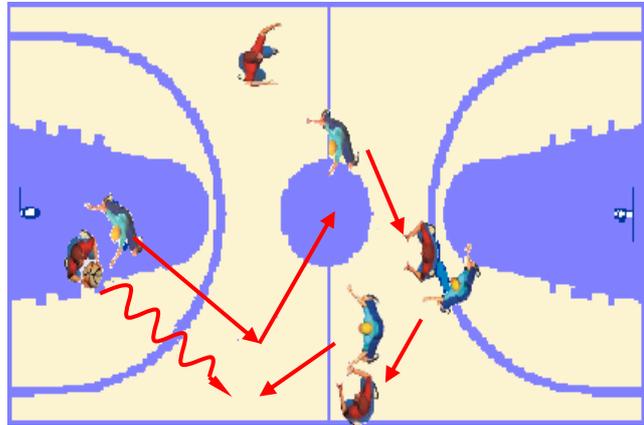


Figura 18

“Hay que tener claro que cuando un jugador ayuda sobre el hombre de balón, está dejando libre a su atacante o la zona que él ocupaba. Esto es un desequilibrio defensivo que hay que restaurar cuanto antes. La manera de restaurarlo es mediante la recuperación. En las defensas tradicionales y a media pista procuramos que sea siempre el mismo hombre que ha ayudado el que recupere su posición original. Esto podemos hacerlo así porque las ayudas, y por tanto las recuperaciones, son cortas. En una defensa en toda la pista ya no está tan claro que podamos optar por una estrategia de este tipo. En este caso los recorridos son más largos y también es diferente la posición relativa de los jugadores. No es lo mismo ayudar sobre una penetración cerca de canasta que en medio campo... Todo esto nos obliga a montar una filosofía distinta a la hora de recuperar. La mayoría de las veces se produce la intervención de un tercer defensor, que es quien se encarga de detener ese primer desequilibrio defensivo” (Comas, 1991, p. 19).

Para la Federación Francesa de Baloncesto (2003), “en el momento en que a lo largo de una fase de juego los cambios defensivos impliquen más de dos jugadores (3,4 y excepcionalmente 5 jugadores), se produce una rotación defensiva. Si solamente hay dos jugadores implicados, se deberá tener en cuenta la noción de permutación o cambio de jugador”.

“La principal característica de la defensa de salto y cambio es el “salto”, realizado sobre el jugador con balón cuando está botando hacia el defensor situado en el lado del balón más próximo. Esta intervención plantea a la defensa la necesidad de realizar ayudas defensivas y rotaciones entre defensores. De hecho, toda toma de riesgo de forma individual, puede resultar alta para el equipo, si ésta no viene acompañada por la reacción y adaptación defensiva del mismo” (F.F.B., 2003).

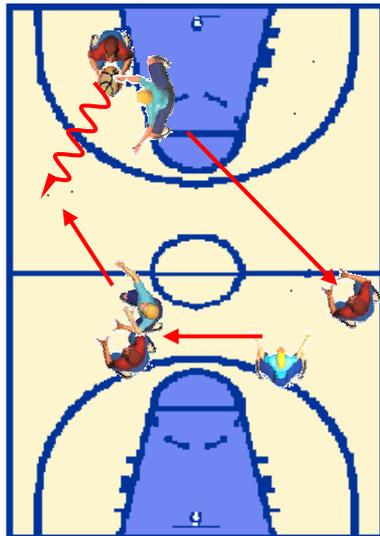


Figura 19

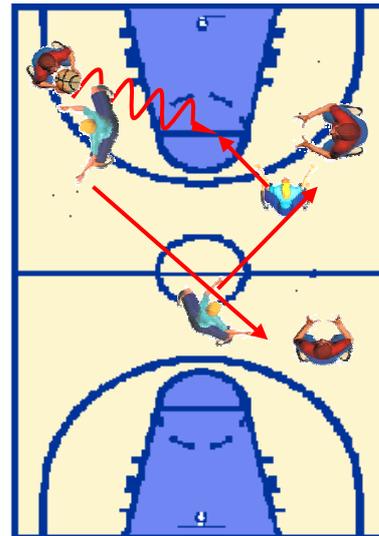


Figura 20

Estas rotaciones defensivas vendrán originadas para hacer frente a situaciones de inferioridad numérica momentánea de la defensa provocadas por el progreso de los atacantes (del jugador con balón); para permitir a la defensa ser más ofensiva y optar por ciertos riesgos como la realización de un trap, para romper la monotonía del juego; o bien para encontrar una forma de ayuda que imponga al ataque realizar uno o dos pases más y no consiga leer convenientemente el juego defensivo (F.E.B., 2003).

Corresponderá a los entrenadores establecer el sistema de rotaciones defensivas, estableciéndolas en función de las características del equipo, de la estrategia defensiva elegida, así como de la situación provocada (sobre la penetración del jugador con balón, sobre el bloqueo directo, sobre un sistema ofensivo concreto del equipo contrario,...). Evidentemente, dichas rotaciones defensivas serán más claras en las defensas zonales, en las que todo el mundo sabe dónde tiene que ir cuando el balón cambia de posición, qué espacio ocupar cuando un compañero realizar una ayuda o un trap.

Smith (1988, p. 216) nos indica al respecto que “no hay una regla férrea que determine quién recogerá al hombre desmarcado en el momento de la rotación. Al respecto, la mayoría de las veces no es necesario, ni tan siquiera preferible, que todos los defensores participen en la rotación. La proximidad al balón y el buen juicio serán los factores que determinen quién rota. No obstante, el sentido de rotación sí que queda determinado por la dirección seguida por el hombre que bota. Si éste se desplaza hacia la izquierda, los defensores situados en la periferia del balón rotarán levógiramente (en sentido contrario a las agujas del reloj). Si el hombre que bota se desplaza hacia la derecha, el sentido de rotación es el opuesto”.

- Otra estrategia o principio utilizado en el diseño de las defensas presionantes es el denominado “*automatic pick-up rule*”. Según dicha regla, cada jugador defensor será responsable de aquél atacante que le estaba defendiendo en el momento del cambio del control del balón. “Cada jugador defiende a aquel que le defendía cuando se perdió la posesión del balón” (Miller, 1994, p. 240).

Esta regla tiene como objetivo fundamental el tratar de controlar el contraataque. Es obvio que uno de los problemas de las defensas presionantes es la colocación primaria de los jugadores en el campo antes de que el balón entre en juego. Por ello, un principio común a los ataques frente a las defensas presionantes es la utilización del contraataque. Para evitar esto, se utiliza esta regla. De esta forma, cuando se pierde la posesión del balón, el jugador defensor no debe correr por el campo buscando a su defensor, sino que simplemente tiene que cambiar las funciones y adaptarlas a su nuevo rol. Es muy difícil, y a veces resulta imposible para un jugador, jugar en un lado del campo, finalizar en una entrada a canasta,..., e ir a buscar a un defensor concreto. “La regla del automatic pickup se ha mostrado muy efectiva para solucionar este problema” (Pitino, 1994, p. 290).

Evidentemente, esta regla conlleva algunas desventajas. Entre ellas, las más argumentadas son que se producen situaciones de desventaja defensiva o “missmatch”, o bien, que con esta regla no aseguramos que nuestro mejor defensor se encargue del mejor atacante del equipo contrario.

Desde nuestro punto de vista, estos argumentos son ciertos, y es una cuestión de que el entrenador encargado de diseñar la defensa valore las ventajas y desventajas derivadas de la aplicación de esta regla, teniendo en cuenta las características de los jugadores y equipos.

### 3.3. Otros conceptos aplicados al diseño de las defensas presionantes.

- Otro de los principios argumentado por distintos entrenadores podríamos entenderlo como la aplicación del concepto de las **defensas alternativas y defensas de ajustes** en las defensas presionantes. “Como equipo presionante, tenemos bastantes variaciones en nuestras presiones para hacer cada vez algo diferente. Sí conseguimos hacer esto, tenemos ventaja sobre el contrario. Creemos bastante en dedicar mucho tiempo al cambio de nuestra presión. Sí el ataque no ha dedicado tiempo a estos cambios, tendrán que solicitar tiempos muertos durante el partido o confiar en sus jugadores. Esto le da al equipo que presiona cierta ventaja” (Crum, 1994, p. 245).

“Muchos entrenadores están cambiando sus defensas y creo que esta es una buena teoría. Incluso pensado que la defensa básica es la defensa individual, jugar con al menos siete u ocho combinaciones de defensa durante los cuarenta minutos del partido puede suponer un verdadero problema para un equipo que no esté preparado” (Miller, 1994, p. 241).

Como defensas alternativas se entiende aquellas defensas que van cambiando a lo largo del partido, tras situaciones previstas de antemano. Es decir, se establece una defensa base, y se aplican diferentes defensas en función de distintas circunstancias que puedan surgir en el partido, como pueda ser tras tiro libre convertido se realiza presión en todo el campo, tras saque de fondo en campo defensivo se realiza una defensa en zona 2-3,... Como defensas de ajustes entenderemos aquellas defensas que utilizan durante la misma posesión conceptos de defensa e individual, y que en función del ataque rival, prevén ciertos ajustes a su ataque para poder defender sus movimientos.

Pues bien, estos conceptos también se aplican en las distintas defensas presionantes, tratando de tener de esta forma un mayor arsenal defensivo, una mayor variedad de defensas, crear mayor confusión en el ataque y dificultar el scouting del equipo contrario. Por ello, se propone alternar las defensas presionantes y los conceptos defensivos utilizados (defensa individual con salto y cambio, con 2x1, cambiar los espacios, etc.).

Penders (1994, p. 262) nos comenta lo siguiente. “Nuestra defensa base (50) es presionante todo campo, de ayuda y recuperación. Como queremos que nuestra velocidad y agresividad aumente el ritmo del partido, contra la mayoría de los equipos utilizamos nuestras defensas 99 o 55. Estas defensas están diseñadas para evitar que el equipo contrario utilice sus sistemas ofensivos. Mientras nuestra defensa básica está basada en la ayuda y recuperación, nuestras defensas 99 y 55 son defensas basadas en rotaciones

defensivas y cambios defensivos”. “Para simplificar nuestro sistema y ayudar a cambiar de una defensa a otra, dividimos el campo de baloncesto en varias áreas (como las líneas de yardas en un campo de fútbol)... Para nuestra defensa básica, utilizamos los números (100, 70, 50, 30) y para nuestras defensas presionantes utilizamos los números 99, 75, 55 y 35. De esta manera, llamamos defensa 75 a la defensa de cambios defensivos que hacemos en  $\frac{3}{4}$  partes del campo. Para las zonas presionantes utilizamos las letras A a D. A indica todo campo, B se realiza en  $\frac{3}{4}$  partes de campo, C es en medio campo y D indica nuestra defensa zonal en 6.25” (Penders, 1994, p. 262) (figura 21).

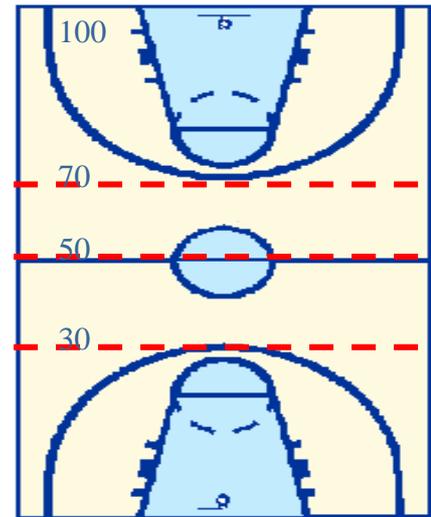


Figura 21: Penders (1994)

Crum (1994) nos propone el siguiente menú táctico defensivo variando algunos detalles e intenciones en una defensa 2-2-1 presionante. En la figura 22 se muestra la defensa 2-2-1 presionante (denominada presión “2”), que utilizan cuando quieren que el balón progrese por la línea lateral y salga del centro del campo.

En aquellas situaciones en las que quieren acelerar el ritmo del partido, y cuando el ataque utiliza el pase hacia atrás como método para salir de la presión, se niega este pase. “Es lo que llamamos 2 arriba”. Esto funciona especialmente cuando el equipo atacante no utiliza en este caso a su mejor manejador de balón, y colocan en esta posición al jugador más alto (figura 23). Una segunda variación de esta situación es lo que denominan “2 arriba hombre”, en la que a partir del pase dentro del campo, se trata de evitar ese pase de vuelta y además el resto de los jugadores se ajustan en individual, pasando a defender una defensa individual presionante con 2x1 en medio campo.

Siguiendo con el ejemplo, cuando el ataque contrario trata de colocar un jugador alto en el centro del campo, pasa a realizar una defensa 2-1-2 (“Defensa 21”). En este caso, en cuanto el balón entra en el campo, el jugador más alejado de lado débil pasa a ser el último defensor (figura 24). A partir de esta situación, se pueden volver a hacer los mismos ajustes que antes, negando el pase al jugador que saca (“21 arriba”), cambiando a defensa individual, etc.

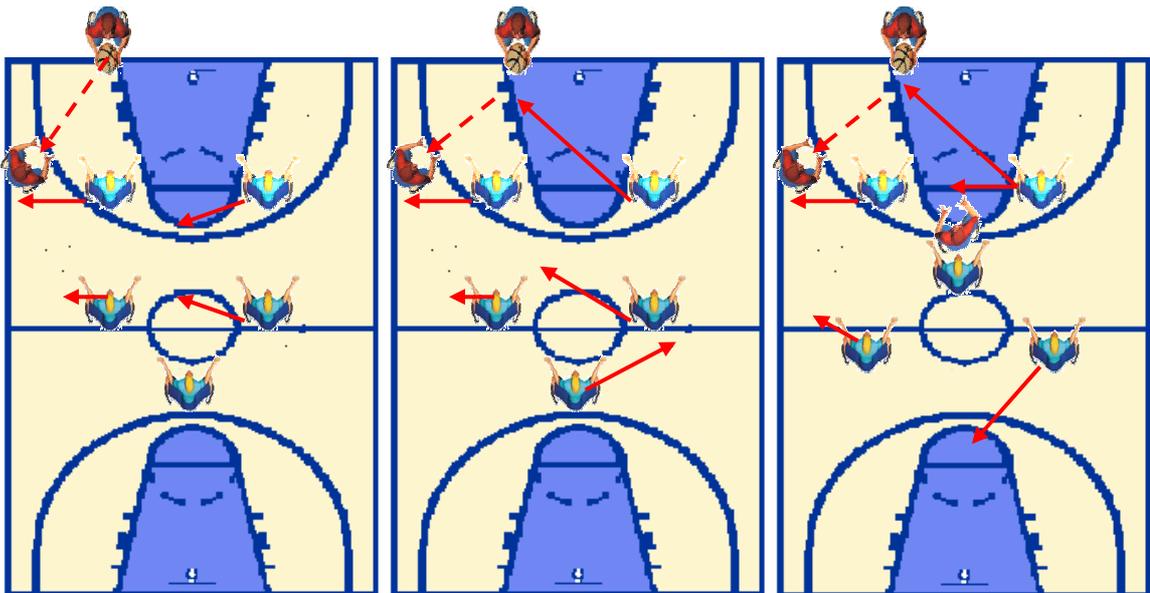


Figura 22: Presión "2"  
(Crum, 1994)

Figura 23: Presión "2 arriba"  
(Crum, 1994)

Figura 24: Presión "21"  
(Crum, 1994)

Este criterio de modificar las estructuras defensivas se utiliza bastante en las ocasiones en las que el balón supera el medio campo y se encuentra en el campo defensivo. “Cuando el balón sobrepasa medio campo, en muchas ocasiones el ataque se detiene para reorganizarse. Es un buen momento para cambiar defensas. Normalmente en el caso de las defensas individuales podemos deshacer los desajustes defensivos. En el caso de las zonas press, se puede pasar a defensa individual o una zona más clásica” (Pardo, 1992).

“Cuando la defensa es superada, sprint de todos los defensores hacia el corazón de la zona y elegir el tipo de defensa (hombre a hombre, zona, etc.) (F.F.B., 2003). Cuando la defensa no consigue recuperar el balón, los defensores pueden realizar dos opciones:

- Pasar a defender en zona: Es la opción más fácil, porque generalmente, y sobre todo después de una zona press, los defensores se encontrarán en la zona con el objetivo de defender la canasta. “La combinación obtenida de usar una defensa por zonas presionante en la totalidad de la cancha para luego replegarnos a una defensa por zonas, podría ser muy efectiva cuando los atacantes tuviesen que sufrir la presión del reloj” (Smith, 1998, p. 236).
- Pasar a defender en individual con flotación. Esta opción es más difícil, ya que existe el riesgo de que mientras el defensor busca a su atacante asignado, el ataque puede encontrar a un jugador solo con posibilidades de efectuar un tiro. Para evitar esto, se

recomienda aumentar la presión sobre el jugador con balón para que no tenga la opción de realizar un pase y permitir al resto de los defensores encontrar a su atacante. Una segunda opción podría ser aplicar el principio mencionado anteriormente “*automatic pick rule*”, según el cuál cada defensor pasará a defender al jugador atacante más cercano.

“Durante algunos años pasábamos de la zona presionante a una defensa por zonas normal, pero después de experimentar durante algún tiempo, llegamos a la conclusión de que es preferible regresar a una defensa individual, ya que es la que utilizamos para defender el contraataque. Es más fácil regresar a una individual que buscar el sitio asignado en la cancha en una defensa por zonas... A veces, las transiciones entre defensas (de individual a zonas a individual) no se producen con fluidez. El momento de volver a la individual una vez que la defensa presionante por zonas ha sido vulnerada constituye un momento particularmente peligroso, puede resultar difícil el contactar de nuevo con el atacante asignado, nuestro objetivo es evitar que nos anoten un tiro en bandeja y normalmente podemos evitarlo, sin embargo, somos vulnerables al mismo tiro largo de 4.5 a 6 metros.” (Smith, 1998, p. 226).

- **No realizar faltas en campo de ataque**, a menos que quieras ralentizar el juego (Crum, 1994, p. 245). Como comentábamos al principio, una de las desventajas de las defensas presionantes reside en el hecho de que los jugadores suelen cometer un número excesivo de faltas personales, normalmente provocadas por un exceso de actividad mal entendida. “A los jugadores se les había enseñado a no hacer faltas, sino simplemente presionar lo suficiente para que no se pudiera dar un pase recto o forzar uno bombeado o picado e impedir que el atacante se marchara botando” (Wooden, 1966; en Sinn, 1992, p. 44).
- Aunque la disposición inicial de los jugadores viene condicionada por el sistema defensivo, normalmente en el caso de las defensas presionantes, se colocan **los mejores defensores en el lado derecho**. “La mayoría de los equipos atacan por la derecha, por lo que queremos a nuestros mejores deportistas ahí”. “Cuanto más alto es, más difícil es superarle” (Crum, 1994, p. 245).

El mismo autor nos propone colocar en la derecha a un jugador alto y rápido, normalmente el “3”; mientras que en el lado izquierdo indica “que es un buen sitio para esconder a un mal defensor”.

“El defensor del balón no buscará sistemáticamente la mano débil del atacante (si es que la tuviese). En la mayoría de los casos, el jugador con balón se orientará hacia su lado fuerte, normalmente el lado derecho de la defensa, por lo que en este caso, colocaremos en este sitio al mejor defensor” (F.F.B., 2003). “Tener en cuenta que el jugador que efectúa el saque de fondo suele hacerlo por el lado derecho, y que la zona de recepción del primer pase es habitualmente la zona rayada” (Williams, 1983; en Varios, 1986, p. 143) (figura 25).

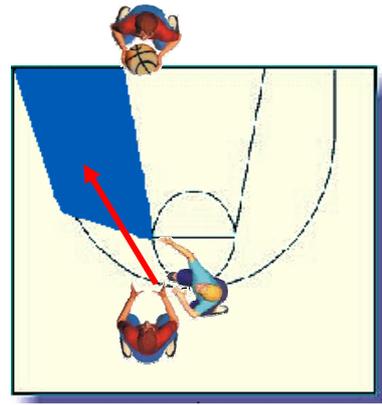


Figura 25

También, coincidiendo con el mismo argumento anterior, se suelen colocar en la primera línea defensiva un jugador alto, de gran envergadura, bien para dificultar la puesta en juego del balón y forzar malos pases o bien para realizar el primer 2x1 poniendo en mayor dificultad al jugador con balón. “El énfasis viene dado en utilizar jugadores altos para controlar el primer dos contra uno nada más sacar el balón de fondo” (Sinn, 1992, p. 47).

“Personalmente, busco un equilibrio entre las primeras líneas y la última. En la primera línea suelo colocar a uno de los hombre grandes junto a uno de los pequeños del equipo, el más grande suele defender en el lado izquierdo (el base del equipo contrario, botará a su derecha normalmente) y el pequeño en el lado derecho” (Coello, 2002, p. 16).

- Casi siempre existe un defensor, que es **el último defensor**, y que es el encargado de proteger la canasta ante los pases bombeados que se produzcan por encima de los defensores. “Colocar siempre un jugador que proteja la canasta en los pases hacia delante” (F.F.B., 2003). “Esta posición, tanto en las defensas en zona como en las de carácter individual, es muy delicada. Detrás de él sólo queda la canasta y es el último obstáculo que tiene que superar el ataque. Debido a esto, este jugador tiene que mantener su posición y procurar retrasar la culminación del ataque para que sus compañeros lleguen o en todo caso dificultarla al máximo” (Comas, 1991, p. 24). Es importante que este último jugador de la defensa nunca se defina sobre el balón a no ser que esté absolutamente seguro de recuperar el balón. Normalmente este jugador es el jugador más alto y con unos desplazamientos defensivos más lentos. Debe mantener su posición cercana al aro y trabajar con fintas defensivas para retrasar, alejar e intimidar la acción final del contrario. “Se le consideraba el director una vez que había ocupado esa posición... se esperaba que interceptase cualquier pase largo que sobrepasara la prolongación de la línea de tiros libres” (Wooden, 1966; en Sinn, 1992, p. 44).

- La **defensa del primer pase se suele plantear** de formas diferentes (Harris, 1998):
  1. El defensor del pasador defiende agresivamente dicho pase, con la idea de evitar canastas fáciles, quitar visión al jugador que saca y no permitir realizar un pase fácil, especialmente el pase largo de canasta a canasta (concepto defensivo formulado por Frank Hamblen, entrenador asistente de los Milwaukee Bucks en 1987, según Harris, 1998) (figura 26).
  2. El defensor puede colocarse en la línea de pase entre el pasador y el mejor manejador del balón del equipo contrario, normalmente el base, para evitar que el primer pase vaya dirigido hacia él. Normalmente, suele evitar el pase a dicho jugador, o al menos lo retrasa dos o tres segundos. Esta última estrategia se suele utilizar especialmente cuando el equipo contrario exclusivamente utilizar un receptor para realizar la salida de presión (figura 27).

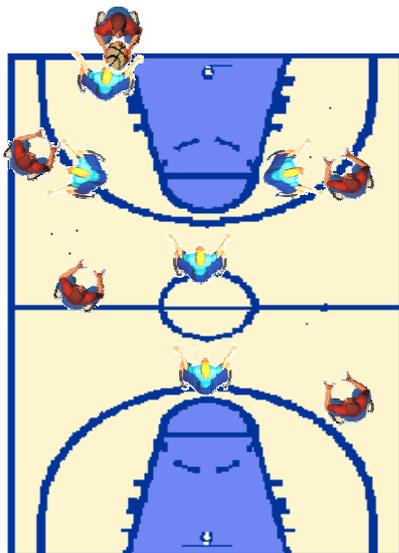


Figura 26

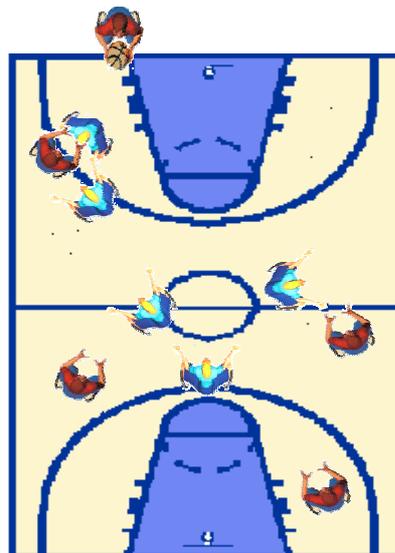


Figura 27

3. Además de estas dos estrategias, se suelen utilizar otras como colocar al defensor del primer pase a la altura de la línea de 6,25 o a la altura del receptor del balón con el objetivo de evitar que el jugador con balón vaya hacia el centro. Otra opción puede ser colocarlo a la altura del medio campo, y se suele utilizar cuando el equipo contrario tiene un manejador de balón muy rápido, para evitar que supere con facilidad a su defensor y especialmente hacia el medio del campo. Del mismo modo, esta opción también permite al defensor del receptor ser más agresivo en la defensa de la línea de pase, porque puede cortar cualquier posible puerta atrás (Harris, 1998; ver defensas 31 y 21).

De acuerdo a esta última opción, Woods y Kloppenburg (2004) nos muestran su menú táctico defensivo que estructuran a partir de la variación de la posición en la que se ubica el jugador que defiende al jugador que saca. De esta forma, establecen lo que denominan la “defensa Shadow Press”, en la que colocan al jugador defensor aproximadamente 4-5 metros por detrás del compañero que presiona al receptor del balón. Esta posición “shadow” es intercambiable y puede ser ocupado por cualquier jugador en función del jugador que realice el pase (figura 28).

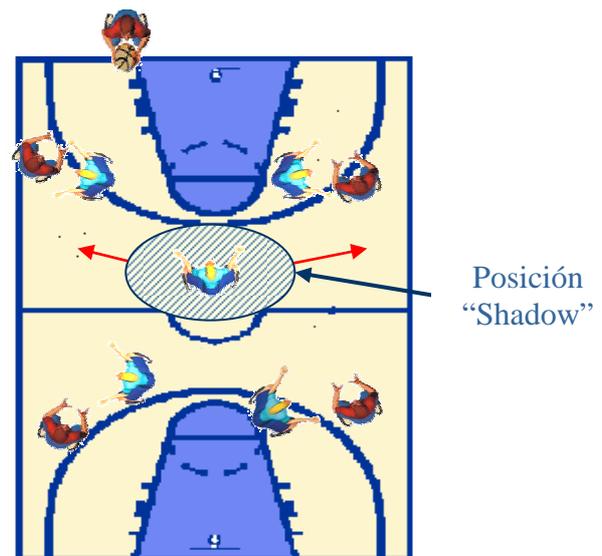


Figura 28: “Shadow Press”

A su vez, a partir de la recepción del pase, este jugador “shadow” tiene tres opciones. Bien realizar un trap sobre el jugador que recibe el balón antes de medio campo (“shadow trap”), bien fintar que va a realizar un trap y ajustarse con el jugador atacante asignado (“shadow hold”), bien ejecutar una defensa “run and jump” cambiando con el jugador con balón (“shadow switch”).

Siendo esta la defensa base, establecen algunas variaciones como es la defensa “Up Shadow Press”. Defensa muy similar a la anterior con la variación de que el jugador “shadow” en primer lugar molesta o trata de impedir el primer pase y luego se desplaza corriendo hasta la posición “shadow” una vez se ha producido dicho pase. A partir de aquí, se plantea la opción “up shadow trap” o “up shadow hold” (figura 29).

La tercera variación es lo que denominan defensa “shadow face”, en la que los defensores de los receptores asumen una posición más agresiva y niegan cualquier posible pase, obligando al jugador encargado de realizar el primer pase a optar por un pase elevado. El jugador “shadow” debe estar preparado para tratar dicho tipo de pase (figura 30). De nuevo vuelven a surgir las mismas opciones una vez se ha producido ese primer pase realizándose un trap (“shadow face trap”) o bien fintando el trap y ajustándose (“shadow face hold”).

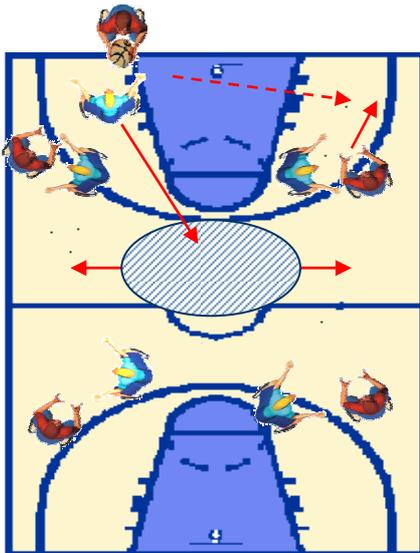


Figura 29 " Up Shadow Press"

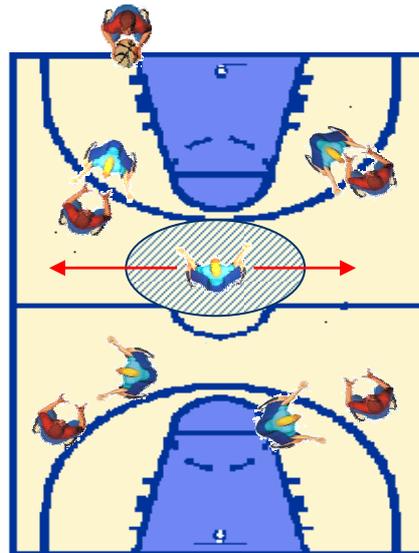


Figura 30 "Shadow Face Press"

Por último, en función de la posición de la posición del jugador que defiende el primer pase, establecen una cuarta opción denominada "Blitz pressure", en la que el defensor aplica la máxima intensidad en la defensa del primer pase, tratando de crear las máximas dificultades al jugador que saca, mientras que los otros defensores cierran las líneas de pase. Una vez que el pase se realice, se plantea un trap sobre el receptor ("blitz trap", figura 31) o bien se finta la realización del trap ("blitz hold") para asegurar el balance (figura 32).

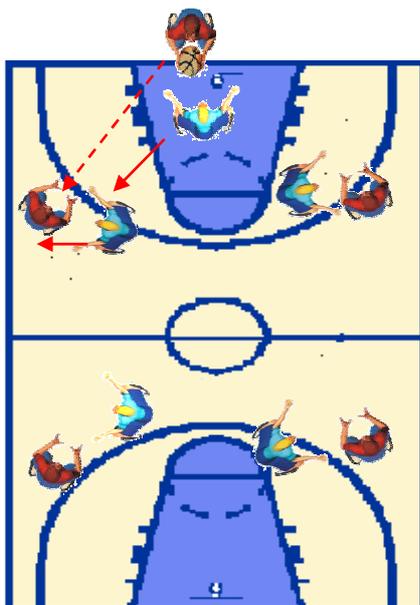


Figura 31 "Blitz Press"

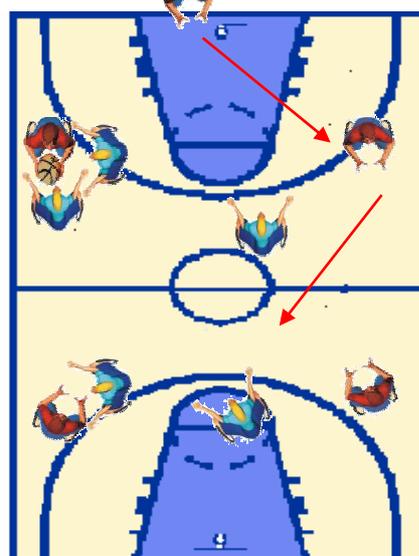


Figura 32 "Blitz Trap"

#### 4. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA DE LAS DEFENSAS PRESIONANTES.

Cualquiera que sea el tipo de defensa presionante utilizada, existen numerosas combinaciones de desplazamientos de los defensores y múltiples variantes en función de las zonas donde hagamos los traps y los jugadores implicados en dichos traps. Cada entrenador deberá construir su propia defensa, identificando los puntos fuertes y débiles y explicar sus decisiones y su filosofía a los jugadores.

Para Comas (1991, p. 26) “no hay muchos secretos para trabajar las presiones en los entrenamientos. En último término siempre vamos a tener que recrear situaciones de cinco contra cinco en todo el campo con un equipo que ataca y otro que defiende. Las diferencias estriban en la forma de llegar a estas situaciones de cinco contra cinco”.

Es evidente, como primera metodología a aplicar en el diseño de cualquier situación de enseñanza/entrenamiento aplicada al baloncesto, que éstas deben contemplar siempre correctamente la **naturaleza del deporte**. El principal problema de la enseñanza del baloncesto es dotar al sujeto de los recursos cognitivo-motrices necesarios y suficientes para poder resolver los problemas que surjan en el contexto real de juego. Esto implica que fundamentalmente aparezcan reflejadas las siguientes variables:

- Los **elementos estructurales del juego** (móvil, compañeros, adversarios, espacio, tiempo, canasta, reglamento). Para que se facilite la transferencia de lo aprendido en las sesiones de aprendizaje a las situaciones reales de juego, es importante que en dichas sesiones y tareas siempre estén presentes los elementos estructurales.
- El **ciclo de juego y sus fases**. Siempre debemos atender esta correlación y respetar el ciclo de juego. “En el juego real del baloncesto, los participantes han de asumir diversos roles estratégicos, experimentando constantemente un cambio de un rol a otro en una dinámica de interacción constante” (Jiménez, 2003).

Es decir, tenemos que acostumbrar a los jugadores a cambiar constantemente de función a lo largo de las tareas. Deberán aprender a organizar su acción de juego en continuo cambio de un rol a otro y a adaptar los gestos motrices a los roles estratégicos. Lo que obliga al entrenador/profesor a plantear situaciones de enseñanza que faciliten y provoquen esas modificaciones o transiciones entre roles.

“La organización de la enseñanza del baloncesto debe evolucionar hacia el diseño y/o selección de situaciones de enseñanza que contemplen, de una manera equilibrada, la presencia de

diversos roles estratégicos que sumen los jugadores en el juego real; y a promover la transición entre los roles estratégicos presentes en cada situación” (Jiménez, 2003).

- Los **principios y las intenciones del juego**. Las tareas deben incluir un objetivo a alcanzar relacionados con los principios del juego e incluyendo el mayor número de elementos estructurales, con el objeto de que las tareas programadas sean lo más similares posibles al juego real.



Figura 33: Pautas para el diseño de las tareas de aprendizaje. Modificado de Jiménez (2003).

En el caso que nos ocupa, la enseñanza/entrenamiento de las defensas presionantes, consideramos importante destacar el hecho de que cualquier situación de entrenamiento que diseñemos debe incluir el ciclo de juego y buscar que el jugador se acostumbre a cambiar constantemente su rol, ya no sólo en este caso, sus roles defensivos, sino que también se acostumbre a cambiar de un rol defensivo a un rol ofensivo.

Si como hemos pretendido argumentar anteriormente, las defensas presionantes conllevan inevitablemente un componente de reacción y actuación en función del contrario, no podemos diseñar situaciones que no conlleven ese componente de reacción y que impliquen cambios constantes en los roles de los jugadores.

Más aún, si a este argumento, añadimos el hecho de que, como afirman la mayoría de los entrenadores, uno de los aspectos más difíciles de la enseñanza de la defensa es la falta de motivación; no podemos diseñar tareas que no impliquen los principios del juego, y que después de la recuperación del balón, la defensa no cambie rápidamente su rol y pase a desempeñar tareas o conductas ofensivas.

Todos estos argumentos, nos llevan a señalar como primer concepto a aplicar en el diseño de tareas de enseñanza de las defensas presionantes, lo que Pardo (1992) denomina “*principio de acción-reacción*”, y que viene a justificar, la necesidad de incluir en dichas tareas los elementos anteriormente señalados.

“En el trabajo de cinco contra cinco, para entrenar la presión defensiva, buscaremos siempre situaciones más o menos reales de juego. Por eso acostumbramos a realizar ejercicios en los que el equipo que va a presionar tiene que realizar primero una acción ofensiva. De esta forma, trabajamos a partir de un tiro libre, de un contraataque o de una transición organizada. Todas estas acciones dan resultados que podemos aprovechar para presionar. Así, entrenaremos la presión de canasta a partir de un saque de banda, e incluso, después de un rebote defensivo” (Comas, 1991, p. 26). “Se pueden hacer ejercicios que impliquen pasar de ataque a defensa para que sea necesario un trabajo de cambio de mentalidad... Un ejemplo puede ser que un equipo lance tiros libres, y el equipo contrario realice una transición organizada para lograr la canasta en el aro contrario y quedarse a presionar en toda la pista. De esta forma, obligamos a los defensores a pasar rápidamente de una posición ofensiva a una defensiva” (Comas, 1991, p. 68).

Además, la literatura consultada, nos lleva a tener en cuenta los siguientes recursos metodológicos:

- Es necesario implicar a todo el equipo en el trabajo de la defensa, durante los entrenamientos y durante los partidos. El trabajo de las defensas presionantes es un 20% de técnica y un 80% de deseo. “Para que la presión sea efectiva, es necesario que se realice a máxima intensidad. De hecho, incluso la implicación del banquillo es vital. Su apoyo es vital para conseguir el máximo esfuerzo” (Pitino, 1994, p. 289).
- Es difícil motivar al jugador para trabajar la defensa. Además de tener en cuenta el principio de acción-reacción, debemos considerar la propuesta realizada por la Federación Francesa de Baloncesto (2003), cuando indica que para motivar a la defensa, el sistema de puntuación debe basarse en función del número de balones recuperados por la defensa.
- Según Comas (1991), para que las rotaciones defensivas tengan éxito y puedan ser prácticamente automáticas, nos obliga “a realizar un trabajo en los entrenamientos en el que todos los jugadores tengan que defender en las distintas opciones que nos pueden aparecer en los partidos. Con las rotaciones defensivas uno puede acabar defendiendo lejos de su posición original y debe hacerlo con todas las garantías de éxito” (p. 19).

- En la metodología general para aprender los movimientos y rotaciones defensivas previstas en una defensa presionante, empezaremos dando ventajas a los defensores en las primeras fases de aprendizaje. Para ello, podemos instaurar diversas limitaciones a los atacantes en el número de botes que puede realizar cada jugador, prohibiendo los pases bombeados, en el tiempo de posesión de balón y para pasar de medio campo e incluso en el número de jugadores atacantes. A medida que la defensa vaya corrigiendo sus acciones podremos ir igualando las diferencias.
- Otra forma para trabajar algunos conceptos aparecidos en las defensas presionantes, como puedan ser las rotaciones defensivas o las fintas defensivas o el trabajo del último hombre, puede ser a través del planteamiento de situaciones de superioridad numérica, lo cual obliga a los defensores implicados a la utilización de rotaciones defensivas y las fintas defensivas.
- En el extremo contrario, una buena forma de trabajar las ayudas defensivas o las situaciones de 2x1 puede ser a partir del diseño de tareas en situación de inferioridad numérica para el ataque o superioridades defensivas. Estas situaciones permitirán al defensor que se encuentre libre realizar ayudas ante la penetración del balón o plantear situaciones de 2x1 sobre el jugador con balón.
- Smith (1988) nos plantea también que para trabajar este tipo de defensas es necesario trabajarlo como mínimo en situaciones de 4x4. Entre otras razones, argumenta que este tipo de situaciones son más sencillas que el cinco para cinco, pero sobre todo y más importante, este tipo de situaciones proporcionan confianza para que el defensor del jugador con balón presione a dicho atacante. “Este defensor sabe que dispone de ayuda y creo que si comenzáramos enseñando defensas uno contra uno o dos contra dos, los defensores no presionarán al hombre del balón porque tendrían miedo a ser rebasados en una entrada a canasta” (p. 183).

Esta circunstancia nos resulta evidente, y aunque en muchas metodologías de construcción de las defensas presionantes se proponen ejercicios en todo el campo de 1x1, 2x2; este tipo de ejercicios o situaciones se nos antojan de gran dificultad para la defensa, al mismo tiempo que casi todas las rotaciones defensivas implican como mínimo tres jugadores (en este aspecto, debemos recordar la diferencia existente entre el concepto de ayuda defensiva, que implica dos jugadores y que normalmente se realiza en defensas en cuarto de campo, y el concepto de rotación defensiva, que implica como mínimo tres jugadores defensores y que suele aparecer fundamentalmente en las defensas presionantes).

## 5. CUÁNDO REALIZAR LAS DEFENSAS PRESIONANTES.

La defensa presionante en toda la cancha es un sistema muy arriesgado, que pocas veces se ve. Para que una defensa presionante llegue a funcionar, es necesario que los jugadores la tengan como un recurso, es decir, que esté comprendida y entrenada. “Este tipo de defensas, muy agresivas, se utilizan contra los equipos lentos, los equipos poco técnicos (carentes de seguridad en los pases o en los botes, sin juego sin balón) y los equipos con un buen juego interior” (F.F.B., 2003).

La elección del momento idóneo para establecer la presión puede resultar un factor determinante para el buen resultado de esta estrategia. Por eso es necesario pensar, cuando vayamos a utilizarla, si el momento resulta adecuado. A pesar de ello, muchas veces la decisión debe tomarse en breves instantes y allí interviene también la “intuición”. Momentos para presionar hay muchos, y lo malo es que uno no sabe si la decisión ha sido correcta hasta conocer los resultados de su decisión.

Entre las situaciones en las que se plantean defensas presionantes, aparecen las siguientes:

- Si uno de los objetivos con los que se utilizaban este tipo de defensas era para **cambiar el ritmo del partido**, una buena ocasión será en aquellos partidos en los que el ritmo de juego no nos está siendo favorable o no nos interesa. No es necesario ir perdiendo, ni con el marcador ajustado y quedando poco tiempo.
- Otro momento a utilizar la presión es **cuando el marcador nos es favorable**. ¿Qué mejor situación para presionar que cuando acabamos de adquirir una pequeña ventaja en el marcador?. Cuando acabamos de obtener una pequeña ventaja por dos o tres situaciones favorables (contraataque, canasta y falta adicional,...), y el equipo contrario se encuentra en un momento de confusión, la presión puede favorecer aún más esa situación. La situación es totalmente ventajosa, un ligero incremento de los niveles de confianza propios y decepción en el rival (Comas, 1991, p. 32).
- Aunque muchos entrenadores son partidarios de realizarla siempre en situaciones puntuales y no durante un prolongado lapso de tiempo, porque inevitablemente el equipo contrario al final logrará atacarla, también se puede utilizar **como norma** (durante todo el partido o siempre tras una situación concreta). Si un equipo tiene aproximadamente 60 posesiones por partido, y si durante las transiciones de un campo a otro no hay

contraataque ni presión, aproximadamente hay segundos de descanso, lo cual a lo largo del partido se producen 10 minutos de descanso.

- **Como sorpresa.** “Para un buen uso de estas defensas se requiere el factor sorpresa, por tanto, cuidaremos este aspecto para que nuestros rivales reciban el impacto de forma novedosa, racionando su uso para obtener la mayor rentabilidad posible” (Gavaldá, 2003). En este sentido consideramos que son buenos momentos para montar las defensas presionantes:
  - Momentos que nos dan tiempo para defender: tras canasta, tiro libre, saque de banda,...
  - Momentos psicológicamente importantes, como pueden ser los contraataques, o el ya comentado anteriormente, cuando acabamos de obtener una pequeña ventaja en el marcador.
  - Tras un tiempo muerto solicitado por el entrenador contrario para distorsionar los planteamientos realizados, especialmente cuando ya haya agotado los tiempos muertos del partido o del cuarto.
- A otro nivel, también se pueden plantear defensas presionantes basándonos en el **scouting**, como consecuencia del análisis del equipo rival. “Una de las alternativas de la defensa 24 a la cual solemos llamar la 24 total. Acostumbramos usarla cuando nuestros espías nos informan que los oponentes mantienen un hombre en el extremo ofensivo de la cancha. Nos gusta alternar las defensas 24 simple y la 24 total, y hacemos el cambio de defensas al lanzarse los tiros libres. También tendemos a utilizar más la defensa 24 total cuando el hombre que pone en juego el balón no puede moverse debiendo iniciar el juego desde un punto dado, es decir, cuando se pone en juego el balón desde las líneas de banda; o cuando vamos perdiendo al final de un partido. Damos la oportunidad a los oponentes de que intenten el pase largo con la esperanza de que no consigan ejecutarlo” (Smith, 1988, p. 206).
- Evidentemente, en los momentos difíciles, cuando el **marcador no es favorable**.
- Cuando nuestro **equipo presenta algunas carencias frente a los rivales**, especialmente carencias de tipo físico –altura, sobre todo- y también de tipo técnico. Esta será una estrategia para intentar colocar al equipo al mismo nivel que el contrario y poder competir con él.

## 6. BIBLIOGRAFÍA.

### 6.1. Bibliografía básica relacionada con el tema .

**Autor:** Comas, M. (1991).

**Libro o artículo:** ¡¡ Pressing!! Las defensas presionantes. Madrid: Gymnos.

**Comentario:** En este libro podemos encontrar las bases de las distintas defensas presionantes, así como ejemplos de diferentes defensas, donde se indica su metodología de construcción.

**Autor:** Krause, J. (1994).

**Libro o artículo:** Coaching Basketball. Indianápolis: Masters Press.

**Comentario:** De este libro, que consiste en una recopilación de diferentes artículos escritos por prestigiosos entrenadores americanos, podemos obtener información sobre los principios utilizados por dichos entrenadores en la construcción de las defensas presionantes, así como estudiar distintas estrategias defensivas relacionadas con los conceptos específicos de este tema. Entre los artículos de este libro, específicos del tema desarrollado, debemos señalar los siguientes:

- Crum, D. (1994) Zone presses.
- Miller, R. (1994) Pressure Defense.
- Penders, T. (1994) Man to man pressure defense.
- Pitino, R. (1994) Match-up press.
- Tarkanian, J. (1994) Pressing principles.

**Autor:** F.F.B. (2003).

**Libro o artículo:** “Le pressing et ses variants”. “Les zones press”

Basketcoach, (en línea). <http://www.basketcoach.com>

**Comentario:** En estos artículos, procedentes de la página web de la Federación Francesa de Baloncesto, podemos encontrar abundante información relacionada con los distintos tipos de defensas presionantes, destacando muy especialmente, el análisis que hacen de las distintas zonas presionantes. También es importante estudiar los ejemplos que ponen de defensas individuales presionantes.

La mayor parte de los contenidos de estos artículos proceden del libro de Bosc, G. y Grosgeorge, B. (1981) **El entrenador de baloncesto: conocimientos tácticos, técnicos y pedagógicos**. Barcelona: Hispano Europea.

**Autor:** Smith, D. (1988).

**Libro o artículo:** Baloncesto. Ataques y Defensas Múltiples. Madrid: Pila Teleña.

**Comentario:** Este libro se convierte en un referente básico, no solamente en el presente tema sino en cualquier aspecto relacionado con la construcción táctica de un equipo. De acuerdo a los contenidos que nos atañen, debemos destacar los ejemplos que podemos encontrar en el libro, donde además de observar diversas rotaciones defensivas, podemos encontrar las estrategias metodológicas utilizadas por este prestigioso entrenador. También resulta muy interesante estudiar el menú táctico defensivo utilizado por sus equipos, así como analizar en profundidad su estrategia de defensas múltiples.

**Autor:** Harris, D. (1998)

**Libro o artículo:** Winning Defense. Illinois: Masters Press.

**Comentario:** Interesante libro para estudiar cualquier aspecto relacionado con la defensa en baloncesto: conceptos técnicos, aspectos tácticos, estrategias metodológicas,... Por supuesto, en él, podemos encontrar un desarrollo de las distintas defensas presionantes.

**Autor:** Primo, G.C. (1986)

**Libro o artículo:** Baloncesto, la defensa. Barcelona: Martínez Roca.

**Comentario:** Libro clásico donde el autor analiza todos los aspectos relacionados con la construcción de la defensa en un equipo de baloncesto. En él, podemos encontrar importantes referencias hacia la aparición de este tipo de defensas.

**Autor:** Ellis, C. (1988).

**Libro o artículo:** Zone Press. Variations for winning basketball. New York: Parker.

**Comentario:** Como bien indica el título del libro, en él podemos encontrar un sistematizado análisis de las distintas opciones defensivas existentes en el diseño de las zonas presionantes.

## **6.2. Bibliografía complementaria relacionada con el tema.**

Aguilar, F. J. (2002) Ejercicios para desarrollar dinámicamente una defensa en zona press. **Clinic**, 56, p. 32–35.

Bosc, G. y Grosgeorge, B. (1981) **El entrenador de baloncesto: conocimientos tácticos, técnicos y pedagógicos**. Barcelona: Hispano Europea.

- Castro, J. A. (2001) Zona press 2-2-1. **Clinic**, **52**, p. 13-17.
- Coello, F. (2001) Defensas presionantes (I). **Clinic**, **55**, p. 34-37.
- Coello, F. (2002) Defensas presionantes (II). **Clinic**, **56**, p. 18-24.
- Coello, F. (2003) Defensas presionantes (III). **Clinic**, **57**, p. 15-21.
- Crum, D. (1982) Pressing todo el campo. **Clinic internacional de Montecatini**. Sevilla: ANPEB, p. 136-142.
- Crum, D. (1982) Zona press: presionar para ganar. **Clinic internacional de Montecatini**. Sevilla: ANPEB.
- Crum, D. (1991). Zona press: presionar para ganar. **Clinic**, **13**, p. 4-8.
- Díaz Miguel, A. (1982) Zona press 2-2-1. **Clinic internacional de Montecatini**. Sevilla: ANPEB, p. 125-135.
- Fratello, M. (1988). Full court press. **Clinic**, **1**, p. 17-19.
- Gavaldá, J. (2003) Defensas presionantes. **Curso de Entrenador Superior de Baloncesto**. Málaga: F.E.B.
- Greenberg, S. V. (1990). Jugar con una mentalidad a todo campo. **Clinic**, **9**, p. 4-7.
- Hernández, M. A. (1998) “Salto y cambio”: A medio y todo y campo. **Clinic**, **41**, p. 34-36.
- Huber, J. (1989). La presión 200. **Clinic**, **4**, p. 9-11.
- Jordane, F. y Martin, J. (1999) **Baloncesto: Bases para el alto rendimiento**. Barcelona: Hispano Europea.
- Krause, J. (1982) **The basketball Bible**. New York: Leisure.
- Martínez, J. (1996) Construcción de una defensa presionante. **Clinic**, **34**, p. 29-33.
- Niedlich, D. (1996) **Baloncesto. Esquemas y ejercicios tácticos**. Barcelona: Hispano Europea.
- Novello, G. (1988). Defensa individual presionante todo campo. **Clinic**, **2**, p. 30-32.
- Paye, B. (2001) **Enciclopedia de ejercicios defensivos de baloncesto**. Barcelona: Paidotribo.
- Penders, T. (1989). La presión defensiva de Texas. **Clinic**, **5**, p. 4-6.
- Pinotti, F. (1991). Zona press 2-1-2. **Clinic**, **12**, p. 34-38.

- Reep, J. (1999) La zona press múltiple 2 – 2 – 1. **Clinic**, **44**, p. 16–19.
- Río del, J.A. (1990) **Metodología del baloncesto**. Barcelona: Paidotribo.
- Roberts, W. (1990) Multiple press defense. **Texas coach Austin**, **35 (4)**, p. 24-25.
- Sampedro, J. (2000) Sistemas de juego: Defensa. En F.E.B. (ed.) **Apuntes del curso de Entrenador de 2º Nivel**. Madrid: F.E.B.
- Sinn, L. (1992) **Defensa en zona. Origen y desarrollo**. Madrid: F.B.M:
- Swenney, T. (1989). La zona press 2-2-1. **Clinic**, **6**, p. 7-8.
- Tarkanian, J. (1981) **Winning basketball systems**. Boston: Allyn and Bacon.
- Turk, M.K. (1991). 1-3-1 a medio campo con trap. **Clinic**, **12**, p. 6-7.
- Varios (1981) **The basketball clinic's complete book of defensive fundamentals and drills**. New York: Parker.
- Varios (1986) **II Curso Superior para entrenadores de Baloncesto**. Madrid: F.E.B.
- Varios (1993) **Baloncesto**. Madrid: C.O.E.
- Webb, E. (1988). 1-2-1-1 zona-press: variaciones y ejercicios. **Clinic**, **2**, p. 10-12.
- Williams, G. (1984) Defensas presionantes. **Clinic Castilla León**. Valladolid: ACEB, p. 143-149.
- Wooden, J. R. (1980) **Practical modern basketball**. New York: John Wiley and Sons.
- Woods, E. y Kloppenburg, B. (2004) SOS Full Court Disruptions. En Woods, E. y Kloppenburg, B. (eds.) **SOS Defense** (en línea) <http://www.cybersportsusa.com/hooptactics> (consulta: 4 de febrero de 2004).
- Wooten, M. (1992) **Coaching basketball successfully**. Illinois: Leisure Press.