



GABRIEL PICCATO

ATACAR LA ZONA SIN CAMBIAR TU IDENTIDAD: principios, lectura de ventajas y continuidad ofensiva

Principios, lectura de ventajas y continuidad ofensiva contra defensas zonales

¿Tu equipo se encuentra con una defensa zonal y automáticamente parece olvidarse de cómo juega?

Esta capacitación propone una mirada diferente: **no cambiar toda la ofensiva cada vez que el rival modifica su defensa.**

A partir de situaciones reales de entrenamiento, Piccato desarrolla cómo atacar defensas 2-3 y 1-2-2 utilizando los mismos principios que aparecen contra hombre a hombre, incorporando pequeños ajustes en el pase, el dribling, las cortinas, el spacing y la ocupación de espacios.

La propuesta gira alrededor de una idea central:

percibir, decidir y actuar en función de la defensa.

Durante la capacitación se trabajan conceptos como:

- 🏀 Fijar y dividir.
- 🏀 Pase hacia adelante contra zona.
- 🏀 Recepción en poste alto.
- 🏀 Pick and roll contra defensa zonal.
- 🏀 Segundo pick and roll.
- 🏀 Pop y rol.
- 🏀 Sobrecarga.
- 🏀 Ocupación de esquinas.
- 🏀 Postear al pase siguiente.
- 🏀 Lectura del defensor.
- 🏀 Ventajas 2x1 y 3x2.
- 🏀 Reversión del balón.

- 🏀 Ataque contra 2-3 y 1-2-2.
- 🏀 Transición desde presión zonal hacia zona 2-3.
- 🏀 Situaciones de 5x5 aplicadas al juego real.

Además, el disertante plantea una cuestión fundamental para cualquier entrenador: **con poco tiempo de entrenamiento, ¿conviene enseñar una ofensiva completamente diferente contra zona o desarrollar principios que puedan resolver diferentes escenarios?**

Una capacitación para entrenadores que buscan dejar de enseñar movimientos predeterminados y comenzar a formar jugadores capaces de **leer la defensa, reconocer ventajas y tomar mejores decisiones.**

Menos coreografía. Más comprensión del juego.

Resumen académico completo

La capacitación aborda la **construcción de la ofensiva frente a defensas zonales**, principalmente **2-3 y 1-2-2**, desde una perspectiva basada en principios y no en sistemas rígidos.

El punto de partida del disertante es la realidad del básquet competitivo: **poco tiempo disponible para entrenar con el plantel completo**, numerosos partidos y necesidad de aprovechar cada sesión. En ese contexto, considera que no resulta eficiente dedicar una cantidad excesiva de tiempo a desarrollar una ofensiva completamente diferente para cada defensa.

Su propuesta consiste en trabajar **pocos principios capaces de resolver múltiples situaciones.**

La idea central aparece desde los primeros minutos:

“Percibir, decidir y que todos puedan resolver en función del escenario defensivo.”

Por lo tanto, la ofensiva contra zona no es presentada como una colección de movimientos predeterminados, sino como una adaptación de los principios ofensivos generales.

El disertante plantea que entre hombre a hombre y zona existen más similitudes que diferencias. Lo que cambia son determinados **matices relacionados con:**

- calidad y dirección del pase;
- profundidad de las recepciones;
- utilización del dribbling;
- fijación y división;

- ángulos de las cortinas;
- ocupación de espacios;
- lectura de los defensores;
- utilización del poste alto;
- continuidad después del pick and roll;
- ubicación de los tiradores;
- reversión del balón;
- reacción ante las ayudas defensivas.

Uno de los conceptos más importantes de la capacitación es que **el pick and roll no debe convertirse en el objetivo de la ofensiva**. El objetivo es generar ventaja. El pick and roll es solamente una de las herramientas que permiten producirla.

El entrenador debe enseñar al jugador a reconocer:

ventaja → desventaja → acción defensiva → reacción ofensiva.

Esto conduce a una concepción dinámica del ataque, donde cada acción modifica las condiciones de la siguiente.

4. Filosofía o visión del disertante sobre el juego

4.1. El juego es percepción y decisión

La concepción del disertante está claramente orientada hacia la **comprensión táctica**.

Una de las frases que mejor sintetiza su filosofía es:

“Percibir, decidir.”

El jugador no debe ejecutar automáticamente aquello que el entrenador diseñó previamente. Debe interpretar la situación.

Por eso insiste en preguntas como:

- ¿Dónde está el defensor?
- ¿Quién está recuperando?
- ¿Dónde apareció la ventaja?
- ¿Quién tiene que ajustar?
- ¿Qué jugador quedó liberado?
- ¿Qué sucede si cambio el ángulo?
- ¿Quién es el defensor que determina la siguiente decisión?

La defensa es considerada como una fuente permanente de información.

4.2. Contra zona no hay que abandonar la identidad ofensiva

El disertante rechaza la idea de crear una ofensiva completamente diferente para jugar contra zona.

Su filosofía puede resumirse así:

mismos principios + pequeños ajustes = capacidad de adaptación.

La razón es metodológica: si el tiempo de entrenamiento es limitado, enseñar una segunda ofensiva completamente diferente tiene, en su opinión, un costo elevado.

4.3. No le interesan las “coreografías”

Uno de los conceptos más fuertes de la capacitación aparece cuando afirma que no le interesan:

“Los sistemas ofensivos. Un dibujo, seguir una coreografía, no me interesa.”

Lo que busca es que los jugadores comprendan **por qué** realizan cada movimiento.

El sistema puede modificarse.

El principio debe permanecer.

4.4. La ventaja es el verdadero objetivo

El objetivo no es ejecutar un pick and roll.

El objetivo es:

crear una ventaja.

Si la defensa concede una penetración, se penetra.

Si concede un tiro, se tira.

Si dos defensores atacan al balón, se encuentra al compañero liberado.

Si el defensor cambia su posición, cambia la respuesta ofensiva.

Por eso el entrenador debe evitar que el jugador quede atrapado en una única solución.

4.5. Intensidad cognitiva antes que intensidad física

Este es uno de los aportes conceptuales más interesantes de la capacitación.

El disertante explica que no evalúa la calidad de un entrenamiento solamente preguntando si fue intenso físicamente.

Plantea una concepción de **intensidad cognitiva**.

El jugador está entrenando intensamente cuando debe:

- observar;
- recordar;
- interpretar;
- anticipar;
- decidir;
- modificar su conducta;
- reconocer nuevas variables.

La fatiga que más le preocupa es, según explica, la **fatiga mental**.

5. Fundamentos técnicos desarrollados

Pase

Se trabaja especialmente:

- pase hacia adelante contra zona;
- pase con profundidad;
- recepción preparada para tirar;
- pase desde poste alto;
- pase después de penetración;
- pase extra;
- skip pass;
- reversión del balón;
- pase interior;
- pase entre grandes;
- pase grande-alero.

Un concepto particularmente importante es que contra zona el pase puede jugarse **más adelante**, permitiendo que el receptor reciba orientado hacia el aro.

Dribbling

Se desarrollan dos principios fundamentales:

Defensa estática → fijar

El atacante busca comprometer al defensor.

Defensa recuperando → dividir

El atacante aprovecha el movimiento del defensor para atacar el espacio y comprometer a dos jugadores.

El disertante enfatiza que la división debe realizarse hacia el **hombro interno** del defensor cuando éste está recuperando.

Tiro

El tiro aparece integrado a la lectura táctica.

Se insiste en:

- recibir preparado;
- mantener la pelota alta;
- mirar el aro;
- reconocer el propio rango de tiro;
- no conceder tiros sin conocer la propia eficacia;
- castigar las recuperaciones largas;
- aprovechar los espacios creados por la circulación.

Cortinas

Se desarrollan:

- cortina directa;
- cortina al defensor que recupera;
- cambio de ángulo;
- cortina al siguiente defensor;
- segundo pick and roll;
- cortina seguida de pop;
- cortina seguida de rol;
- cortes posteriores;
- utilización del cuerpo del defensor para generar separación.

6. Fundamentos tácticos desarrollados

Los principales fundamentos tácticos son:

1. **Spacing.**
2. **Creación de ventajas.**
3. **Fijar.**
4. **Dividir.**
5. **Sobrecargar.**
6. **Atacar el poste alto.**
7. **Ocupar esquinas.**
8. **Postear al pase siguiente.**
9. **Reversión del balón.**
10. **Pick and roll.**
11. **Segundo pick and roll.**
12. **Pop.**
13. **Roll.**
14. **Skip pass.**
15. **Inside-out / outside-in.**
16. **Lectura de ayudas.**
17. **Ataque del lado débil.**
18. **Generación de situaciones 2x1.**
19. **Generación de situaciones 3x2.**
20. **Continuidad ofensiva.**

7. Metodología de enseñanza y entrenamiento

7.1. Conceptos de enseñanza

El disertante utiliza una metodología predominantemente **situacional y basada en preguntas**.

No se limita a decirle al jugador qué hacer. Le pregunta:

- ¿Qué viste?
- ¿Quién recuperó?
- ¿Dónde estaba la ventaja?
- ¿A quién tenías que cortinar?
- ¿Qué pasó cuando hiciste eso?
- ¿Quién quedó libre?

De esta forma intenta que el jugador **construya la respuesta**.

Esto coincide conceptualmente con la metodología formativa FIBA/WABC, que promueve actividades orientadas a la toma de decisiones y el uso de criterios para que

el jugador aprenda a interpretar la conducta defensiva en lugar de memorizar respuestas.

7.2. Progresiones

La capacitación presenta una progresión muy clara:

Concepto → defensa estática → situación reducida → ventaja → lectura defensiva → continuidad → 5x5.

Por ejemplo:

Zona 2-3 → fijar/dividir → cortina → ventaja 2x1 → continuidad → segundo pick and roll → 3x2 → 5x5.

7.3. Correcciones

Las correcciones son predominantemente:

- individuales;
- inmediatas;
- situacionales;
- relacionadas con la ventaja.

El entrenador detiene la acción, reproduce la situación y pregunta.

Utiliza repetidamente el “**stop**” para congelar la imagen táctica y analizarla.

7.4. Organización de las tareas

Se observa:

- participación de defensores reales;
- situaciones 5x5;
- situaciones reducidas;
- repetición de acciones;
- defensa con diferentes comportamientos;
- cambios de roles;
- pausas pedagógicas;
- reconstrucción de la situación;
- progresión desde situaciones simples hacia juego real.

No aparecen series formales de carga del tipo “4x6 repeticiones” o “3 series de 30 segundos”. Cuando se indican cantidades, son principalmente **repeticiones pedagógicas de la situación**.

7.5. Criterio de intervención del entrenador

El propio disertante reconoce que tiende a intervenir mucho.

Su criterio es intervenir hasta comprobar que:

“la idea está tomada”.

Sin embargo, también reconoce que demasiada intervención puede quitarle ritmo al jugador.

Esto representa una cuestión metodológica importante: **la intervención debe ayudar a construir comprensión sin reemplazar la toma de decisiones del jugador.**

8. Desglose cronológico de la capacitación

00:03 – Introducción y contextualización

Presentación del tema: **ofensiva contra zona**.

Se explica el contexto de poco tiempo de preparación y la necesidad de trabajar con principios simples.

Idea principal

No desarrollar una ofensiva completamente diferente, sino adaptar la ofensiva habitual.

00:50 – 02:40 | Tiempo de entrenamiento y organización táctica

Se explica la diferencia entre entrenar con jugadores disponibles y entrenar con el equipo que realmente competirá.

El disertante considera prioritarias las situaciones de **5x5 con el equipo real**.

Conceptos:

- organización táctica;
- idea de juego;

- actuación conjunta;
 - mismo criterio;
 - percepción y decisión.
-

02:45 – 04:40 | ¿Cuándo aparece la defensa zonal?

Se plantea que los equipos pueden utilizar zona como cambio de escenario cuando el ataque está imponiéndose.

Se identifican principalmente:

- **2-3** como defensa zonal más frecuente;
 - **1-2-2** en menor medida;
 - presión de todo campo + zona 2-3.
-

05:00 – 08:50 | El pase contra zona

Primera gran diferencia entre hombre a hombre y zona.

Se trabaja:

- pase exterior contra hombre;
- pase hacia adelante contra zona;
- recepción preparada para tirar;
- profundidad del pase;
- recepción en poste alto;
- recepción con balón alto;
- capacidad de pasar inmediatamente.

Fundamento central

Recibir preparado para tirar o pasar.

09:00 – 12:30 | Dribbling: fijar y dividir

Se presentan dos principios:

Defensa estática:

Fijar.

Defensa recuperando:

Dividir.

Se explica la diferencia entre atacar el hombro exterior y atacar el hombro interno del defensor.

Se vincula la división con la creación de un **2x1**.

12:30 – 14:30 | Cortinas y cortes

Se introduce la idea de que no siempre hay que cortinar al defensor del jugador con balón.

Puede ser más productivo:

cortinar al defensor que va a recuperar.

Se busca producir una situación de ventaja con el siguiente defensor.

14:33 – 18:00 | Primera tarea: ataque contra zona 2-3

Se colocan cinco defensores en zona 2-3.

El ataque tiene **tres oportunidades**.

El objetivo planteado es conseguir:

- corte de un grande 1x0;
- tiro a pie firme;
- ventaja mediante pase;
- ventaja mediante fijación/división.

Consignas

- paciencia;
 - ocupar esquinas;
 - pase adelante;
 - fijar;
 - dividir;
 - no acelerar innecesariamente.
-

18:21 – 20:00 | Ubicación del jugador más peligroso

Se trabaja la colocación del mejor jugador ofensivo en relación con la estructura de la zona.

Se busca generar ventajas de:

- tiempo;
- espacio;
- velocidad de recuperación;
- matchup favorable.

Se introduce el uso del **skip pass hacia esquina**.

20:00 – 24:30 | Pick and roll contra zona

Se desarrolla una progresión muy importante.

Primera acción

Pick and roll.

Segunda lectura

Si la defensa comienza a anticiparlo, modificar el comportamiento.

Tercera lectura

El bloqueador puede abrirse al eje.

Continuidad

El grande realiza **posteo al pase siguiente**.

Situaciones generadas

- 3x2;
 - pase interior;
 - tiro exterior;
 - penetración;
 - pop;
 - división;
 - segundo pick and roll.
-

24:10 – 25:00 | Tres ofensivas y adaptación

Se realizan referencias explícitas a **tres ofensivas**.

El objetivo no es ejecutar siempre el mismo movimiento, sino incorporar matices:

- penetración;
- pop;
- separación;
- tiro a pie firme;
- corte del grande.

25:00 – 30:00 | Intensidad cognitiva y lectura

Momento conceptual muy importante.

El disertante explica su idea de **intensidad táctica/cognitiva**.

El jugador debe pensar durante la acción:

- dónde reemplazar;
- dónde recibir;
- dónde está la ayuda;
- cuándo postear;
- dónde generar espacio.

Se introduce también el concepto:

Postear al pase siguiente

El grande no necesariamente debe postear inmediatamente después de recibir la pelota. Debe entender cuándo llegará el siguiente pase y preparar su posición.

30:00 – 35:00 | Jerarquías de decisión

Se trabaja una jerarquía:

Recibir → tirar → pasar → picar.

Se insiste en no picar automáticamente.

Aparece el principio:

Dentro-fuera / fuera-adentro

La recepción interior puede generar una ventaja exterior y viceversa.

También se vuelve a trabajar:

- pop;
- 2x1;
- segundo pick and roll;
- reversión.

35:00 – 40:00 | Ángulo de la cortina y lectura del defensor

Se retoma lo aprendido contra hombre a hombre y se demuestra su aplicación contra zona.

Se analiza:

- defensor que pasa por detrás;
- defensor que pasa por delante;
- ángulo de bloqueo;
- fijación previa;
- rol;
- recuperación.

Principio

La lectura del defensor determina la técnica ofensiva.

39:20 – 45:00 | Segundo pick and roll

Se presenta el **segundo pick and roll** como elemento central de continuidad.

El bloqueador debe:

- tomar el bloqueo;
- leer la cobertura;
- generar espacio;
- continuar;
- crear línea de pase.

El atacante sin balón debe leer:

- defensor que pasa por arriba;
- defensor que pasa por debajo;
- ayuda;
- recuperación;
- separación.

43:50 – 45:50 | Dos variables según el defensor

El disertante presenta dos variables determinadas por la posición del defensor.

Si el defensor está alto:

puede utilizarse una determinada caída/continuidad.

Si el defensor está abajo:

se puede utilizar el pase atrás y aprovechar el espacio.

Pero advierte:

no mirar únicamente la última consigna.

El jugador debe mantener **todas las variables simultáneamente en su cabeza.**

45:58 – 49:30 | Técnica aplicada a la táctica

Se desarrolla un concepto muy valioso:

“Esto es la técnica aplicada a la táctica.”

El jugador utiliza el cuerpo del defensor para generar separación.

Lecturas:

- defensor por arriba → salir al espacio;
 - defensor por debajo → utilizar su cuerpo y separarse;
 - defensor flotado → aprovechar la distancia.
-

49:47 – 52:30 | Tarea competitiva: ataque vs defensa

Se propone:

3 defensas / 3 ataques

La defensa gana con:

- recuperación;
- rebote;

- defensa exitosa.

El ataque obtiene el punto mediante:

- conversión;
- situaciones generadas;
- foul, según la consigna.

El objetivo es comprobar si los jugadores pueden resolver utilizando los principios trabajados.

52:30 – 55:00 | Principios antes que pick and roll

El disertante aclara una idea fundamental:

No pretende que el equipo llegue al aro únicamente mediante el pick and roll.

El objetivo es que las acciones previas produzcan:

- desajustes;
- penetraciones;
- tiros;
- pases extra;
- ventajas para cualquiera de los cinco jugadores.

El juego es de cinco.

9. 55:00 – 60:00 | Ataque contra zona 1-2-2

Se introduce la **1-2-2**.

Se modifican algunas prioridades respecto de la 2-3.

Se trabaja:

- ocupación de esquinas;
 - pase hacia adelante;
 - fijación;
 - cortina al defensor correspondiente;
 - reversión;
 - segundo pick and roll.
-

60:00 – 65:00 | Jerarquía de tiro, pase y penetración

Se vuelve sobre la jerarquía:

tirar → pasar

pero se aclara que las jerarquías no son rígidas.

Si el defensor está recuperando y existe una ventaja clara:

penetrar puede ser la mejor decisión.

Se enfatiza nuevamente:

la decisión depende de la defensa.

65:00 – 70:00 | Fondo, cambio de ángulo y ocupación de esquinas

Se trabaja ataque desde el fondo contra 1-2-2.

Lecturas:

- cambio de ángulo;
- cambio de dirección;
- ataque del medio;
- defensa agresiva;
- caída defensiva;
- ocupación de esquinas.

Se agrega nuevamente:

- reversión;
 - handoff;
 - segundo pick and roll.
-

70:00 – 72:20 | Crear ventajas interiores

Se analiza una situación donde el jugador grande obtiene una posición favorable.

Se trabaja:

- corte;
- ocupación de esquina;
- pase interior;

- defensa detrás;
- recepción con los dos pies en pintura.

El disertante destaca que son **instantes muy pequeños** que un jugador tácticamente educado debe ser capaz de reconocer.

10. 72:24 – 79:40 | Presión + zona 2-3

Se presenta una situación estratégica diferente.

El disertante plantea un escenario de:

presión zonal → zona 2-3

especialmente después de tiro libre.

La respuesta propuesta no es detenerse a organizar una ofensiva estática, sino:

correr como contraataque.

Se trabaja:

- reposición;
 - pase entre grandes;
 - pase grande-alero;
 - correr las calles;
 - trailer;
 - poste alto;
 - poste bajo;
 - lado del balón;
 - lado contrario;
 - sobrecarga;
 - situación 3x2.
-

11. 79:47 – 81:15 | Juego 5x5: tiro libre + presión

Se plantea explícitamente:

5x5

Situación:

tiro libre → presión → zona 2-3.

Los atacantes deben superar la presión utilizando:

- pase entre grandes;
- pase grande-alero;
- carrera;
- organización;
- reversión;
- alto-bajo;
- pick and roll final.

Repeticiones

El disertante propone realizarlo **tres veces** para transmitir la idea.

12. 81:15 – 82:18 | 5x5 contra zona 2-3

Última situación.

Se organiza:

5x5, medio campo.

Formación:

1-3-1

contra zona 2-3.

Objetivo:

- revertir;
- acompañar la pelota;
- llevar rápidamente el balón al poste alto;
- generar tiro cercano al aro o tiro de esquina.

La capacitación finaliza con una corrección sobre la ubicación del jugador y la necesidad de dirigirse hacia el espacio donde realmente aparece la ventaja.

13. Síntesis de las progresiones utilizadas

Progresión	Situación
Conceptos	Hombre a hombre → zona
Pase	Exterior → pase adelante

Progresión	Situación
Dribling	Fijar → dividir
Cortina	Directa → cortina al recuperador
Pick and roll	Primera acción → segundo pick and roll
Juego reducido	2x1
Juego reducido	3x2
Juego real	5x5
Defensa zonal	2-3
Defensa zonal	1-2-2
Presión	Presión zonal → 2-3
Formación específica 1-3-1 vs 2-3	

14. Temas principales y tiempos para edición del video

Tiempo Tema

00:03	Introducción: ofensiva contra zona
00:50	Tiempo de entrenamiento e idea de juego
02:45	Características de la defensa zonal
05:00	Pase contra zona
09:00	Dribling: fijar y dividir
12:30	Cortinas y cortes
14:33	Primera tarea 5x5 vs 2-3
18:21	Ubicación del jugador peligroso
20:00	Pick and roll contra zona
24:10	Tres ofensivas y ajustes
25:00	Intensidad cognitiva
30:00	Jerarquías de decisión
35:00	Ángulo de cortina y lectura defensiva
39:20	Segundo pick and roll
43:50	Variables según posición defensiva
45:58	Técnica aplicada a la táctica
49:47	Competencia 3 ataques vs 3 defensas
52:30	Ventaja antes que pick and roll
55:00	Ataque contra 1-2-2
60:00	Tirar, pasar y penetrar según ventaja
65:00	Fondo, cambio de ángulo y esquinas
70:00	Ventajas interiores
72:24	Presión + zona 2-3

Tiempo Tema

79:47 Juego 5x5: tiro libre + presión

81:15 5x5 vs 2-3 con formación 1-3-1

82:18 Cierre

15. Relación temática con ENEBA Nivel 2

La correspondencia con **ENEBA Nivel 2** es especialmente clara en contenidos vinculados con la planificación y ejecución de entrenamientos, análisis y corrección de técnicas individuales y colectivas, estrategias de juego y gestión de situaciones competitivas. El diseño curricular de Nivel 2 señala precisamente esas competencias dentro del perfil del entrenador.

Correspondencias principales

Táctica ofensiva

- ataque contra zona;
- spacing;
- cortes;
- pick and roll;
- poste alto;
- sobrecarga;
- continuidad.

Técnica aplicada

- pase;
- recepción;
- tiro;
- dribbling;
- uso del cuerpo;
- ejecución de cortinas.

Toma de decisiones

- percepción;
- lectura de defensores;
- elección entre tirar, pasar y penetrar.

Metodología

- progresión de ejercicios;
- corrección;
- intervención del entrenador;

- situaciones de juego;
- 2x1 y 3x2;
- 5x5.

Esto resulta particularmente compatible con el carácter avanzado de Nivel 2, cuyo diseño curricular contempla la planificación y ejecución de entrenamientos y estrategias de juego adaptadas a las características de los jugadores.

16. Relación temática con ENEBA Nivel 3

La correspondencia con **ENEBA Nivel 3** es todavía más marcada en el plano de la **lectura avanzada del juego y la estrategia ofensiva**.

La documentación curricular del Nivel 3 describe una formación avanzada y especializada orientada al alto rendimiento, incluyendo aspectos técnicos, tácticos, físicos, psicológicos y pedagógicos, además de planificación estratégica.

También existe una correspondencia especialmente directa con contenidos de **spacing, lectura de juego y pick and roll**, que aparecen identificados dentro de contenidos recientes asociados al Nivel 3.

Competencias asociables a Nivel 3

- diseñar respuestas ofensivas ante diferentes estructuras defensivas;
 - identificar ventajas tácticas;
 - modificar el comportamiento ofensivo según la defensa;
 - desarrollar jugadores capaces de tomar decisiones;
 - construir continuidad ofensiva;
 - utilizar el pick and roll como herramienta y no como fin;
 - interpretar los comportamientos de las ayudas;
 - desarrollar variantes a partir del scouting;
 - tomar decisiones estratégicas según el contexto competitivo;
 - adaptar la preparación cuando una defensa rival se convierte en tendencia.
-

17. Relación con contenidos formativos FIBA/WABC

La capacitación presenta una correspondencia particularmente fuerte con los principios formativos de FIBA/WABC relacionados con **toma de decisiones, lectura de la defensa y utilización de situaciones reducidas**.

El manual WABC Level 2 plantea que la enseñanza ofensiva debe permitir que los jugadores **lean la defensa en lugar de limitarse a ejecutar una ofensiva**

predeterminada, y propone utilizar situaciones como 2x1 y 3x3 para desarrollar la toma de decisiones.

Esto coincide directamente con la filosofía del disertante:

- no depender de una coreografía;
- reconocer señales defensivas;
- identificar el defensor que determina la decisión;
- modificar la respuesta ofensiva;
- trabajar situaciones de ventaja;
- progresar hacia situaciones más complejas.

También coincide con el enfoque FIBA contemporáneo que vincula enseñanza, análisis táctico, desarrollo de jugadores y adaptación a situaciones reales de juego.

18. Competencias profesionales que desarrolla la disertación

Esta capacitación puede contribuir especialmente al desarrollo de las siguientes competencias profesionales del entrenador:

1. Diseñar entrenamientos orientados a la toma de decisiones No solamente ejercicios de ejecución técnica.

2. Analizar una defensa

Identificar:

- quién ayuda;
- quién recupera;
- quién queda flotado;
- dónde aparece el espacio.

3. Construir principios ofensivos transferibles En lugar de desarrollar una respuesta diferente para cada defensa.

4. Enseñar mediante preguntas Utilizar el interrogante como herramienta de aprendizaje.

5. Corregir técnicamente dentro de una situación táctica La técnica no aparece aislada.

6. Diseñar progresiones Del concepto al 5x5.

7. Entrenar la percepción Enseñar al jugador a observar antes de decidir.

8. Desarrollar flexibilidad táctica Que el jugador pueda modificar su comportamiento ante la defensa.

9. Gestionar el tiempo de entrenamiento Priorizar principios de alta transferencia.

10. Preparar respuestas estratégicas Especialmente ante equipos que utilizan:

- 2-3;
 - 1-2-2;
 - presión + zona.
-

19. Selección de los ejercicios más valiosos para destacar

★ **Ejercicio 1 – Ataque 5x5 contra zona 2-3**

14:33

Tres ataques para encontrar:

- tiro a pie firme;
- corte del grande;
- ventaja mediante pase;
- fijación;
- división.

Por qué destacarlo Es el ejercicio que mejor introduce toda la filosofía de la capacitación.

★ **Ejercicio 2 – Pick and roll + segundo pick and roll**

20:00 – 24:30

Se parte del pick and roll y se obliga a los jugadores a continuar la acción cuando la primera ventaja no aparece.

Conceptos

- rol;
- pop;
- poste al pase siguiente;
- reversión;
- división;
- 3x2;
- segundo pick and roll.

Valor comercial

Es probablemente uno de los fragmentos más atractivos para mostrar en una promoción.

★ Ejercicio 3 – Lectura del defensor en el segundo pick and roll

39:20 – 45:50

El jugador debe reconocer cómo actúa el defensor:

- por arriba;
- por debajo;
- flotado;
- ayudando;
- recuperando.

Valor formativo

Excelente ejemplo de **técnica aplicada a la táctica**.

★ Ejercicio 4 – 3 ataques vs 3 defensas

49:47

Se transforma el contenido anterior en una situación competitiva.

Objetivo

Comprobar si los jugadores realmente pueden:

- reconocer ventajas;
 - decidir;
 - ejecutar;
 - continuar.
-

★ Ejercicio 5 – Ataque contra 1-2-2

55:00 – 72:20

Especialmente interesante para trabajar:

- esquinas;

- pase adelante;
 - cambios de ángulo;
 - fijaciones;
 - reversión;
 - handoff;
 - segundo pick and roll.
-

★ Ejercicio 6 – Tiro libre + presión + zona 2-3

79:47

5x5

Situación altamente transferible al juego competitivo:

tiro libre → presión → llegada a zona → ataque inmediato.

Se trabajan **tres repeticiones**.

★ Ejercicio 7 – 1-3-1 contra 2-3

81:15

Situación final de 5x5.

Objetivos:

- reversión;
 - acompañamiento del balón;
 - poste alto;
 - tiro cercano al aro;
 - tiro de esquina;
 - reconocimiento de ventaja.
-

20. Conceptos estratégicos más importantes

Principio 1 **No cambiar toda la ofensiva frente a una zona.**

Principio 2 **Atacar la defensa, no ejecutar una coreografía.**

Principio 3 **Si la defensa está estática: fijar.**

Principio 4 **Si la defensa está recuperando: dividir.**

Principio 5 **Contra zona, buscar pases más profundos y hacia adelante.**

Principio 6 **Recibir preparado para tirar o pasar.**

Principio 7 **El jugador del poste alto debe mantener la pelota alta y ver el campo.**

Principio 8 **El bloqueador debe leer quién recupera.**

Principio 9 **El segundo pick and roll puede ser más importante que el primero.**

Principio 10 **La ventaja determina la decisión.**

Principio 11 **El jugador debe percibir antes de ejecutar.**

Principio 12 **La intensidad también puede ser cognitiva.**

21. Glosario específico de básquetbol utilizado por el disertante

Alto-bajo: acción entre dos jugadores interiores, buscando una conexión entre poste alto y poste bajo.

Ayuda: intervención defensiva sobre un atacante que no es el propio.

Back: referencia utilizada para describir una cobertura o comportamiento defensivo por detrás.

Corner: esquina de la cancha.

Cortina: bloqueo realizado para liberar o dificultar la defensa sobre un compañero.

Cortina directa: bloqueo realizado directamente sobre el defensor del jugador con balón.

Cortina al siguiente: bloqueo dirigido al defensor que probablemente deberá recuperar la acción.

Defensa flotada: defensa que concede determinado espacio para contener la penetración o controlar una acción.

Dividir: penetrar hacia el espacio entre defensores buscando comprometer a dos jugadores.

Fijar: atacar directamente a un defensor para comprometerlo y generar una ventaja para otro compañero.

Handoff: entrega de balón entre dos jugadores acompañada generalmente por un movimiento o bloqueo.

Inside-out: juego desde el interior hacia el perímetro.

Match up: defensa zonal con comportamientos de asignación individual según movimientos ofensivos.

Pick and roll: bloqueo directo seguido de la continuación del bloqueador hacia el aro.

Pick and pop: bloqueo directo seguido de apertura del bloqueador hacia el perímetro.

Postear: ocupar una posición interior para recibir.

Postear al pase siguiente: preparar la posición interior no necesariamente en el primer pase, sino anticipando dónde llegará la siguiente pelota.

Poste alto: zona cercana a la línea de tiros libres.

Poste bajo: zona cercana al aro, generalmente sobre los laterales de la pintura.

Pop: apertura del bloqueador hacia el perímetro después del bloqueo.

Presión zonal: defensa que presiona manteniendo principios zonales.

Reverso / reversión de balón: trasladar el balón de un lado de la cancha al otro.

Roll: continuación del bloqueador hacia el aro.

Skip pass: pase largo que atraviesa la estructura defensiva hacia el lado contrario.

Spacing: distribución espacial de los jugadores ofensivos.

Sobrecarga: acumulación intencional de atacantes o acciones en un sector para generar una ventaja.

Stop: pausa de la acción para analizar tácticamente lo sucedido.

Tirador: jugador con capacidad para castigar defensas mediante el lanzamiento exterior.

Triple amenaza: posición desde la cual el jugador puede tirar, pasar o atacar mediante dribbling.

Ventaja: situación ofensiva en la que el ataque consigue superioridad espacial, temporal, numérica o de matchup.

2x1: situación de dos atacantes frente a un defensor.

3x2: situación de tres atacantes frente a dos defensores.

2-3: estructura defensiva zonal con dos jugadores en primera línea y tres en segunda.

1-2-2: estructura zonal con un defensor arriba, dos intermedios y dos en última línea.

1-3-1: estructura ofensiva utilizada en la capacitación para atacar la zona 2-3.

22. Valor académico global de la capacitación

Esta disertación tiene un valor especialmente alto para la formación de entrenadores porque **no se limita a explicar cómo atacar una defensa 2-3 o 1-2-2**. El contenido utiliza la zona como contexto para desarrollar una concepción más amplia del entrenamiento:

enseñar al jugador a interpretar el juego.

La principal transferencia profesional no está en memorizar una determinada ofensiva, sino en aprender a construir entrenamientos donde el jugador deba:

percibir → interpretar → decidir → ejecutar → volver a percibir.

Esto la vincula especialmente con contenidos avanzados de **táctica ofensiva, spacing, pick and roll, lectura de juego, toma de decisiones y diseño de situaciones de entrenamiento**.

Aclaración curricular

La relación establecida con **ENEBA Nivel 2, ENEBA Nivel 3 y los contenidos formativos FIBA/WABC es una correspondencia temática y formativa**, realizada a partir de los contenidos efectivamente presentes en la disertación y de los marcos curriculares consultados. **No constituye una certificación curricular oficial, homologación, equivalencia de asignaturas ni acreditación de contenidos por parte de ENEBA, Instituto CAB, CAB o FIBA.**

En particular, la documentación vigente de ENEBA confirma que Nivel 2 y Nivel 3 poseen trayectos y alcances formativos propios, por lo que este material debe entenderse como **material complementario de capacitación**, no como sustituto de dichos trayecto