

AUGUSTO PONS –

## FAVORECER LA TOMA DE DECISIONES. EJERCICIOS DE PASE, 1 CONTRA 1. COMO ENSEÑAR LA PROGRESIÓN DE CORTINAS INDIRECTAS DESDE EL 1VS2

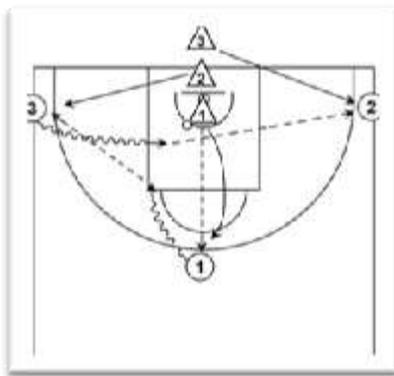
El disertante comenzó dando un **ejercicio para desarrollar la recuperación defensiva y “contestar” al balón.**

4 hileras, la de abajo del aro tiene un balón con el primer jugador (esta es la hilera de los defensores).

El ejercicio arranca cuando el primer defensor pasa el balón y va a contestar hacia donde pasó el mismo. El que recibe rompe hacia el aro y descarga hacia la esquina más cercana. En ese momento sale un defensor a contestar el balón. El jugador de la esquina rompe y descarga hacia la otra esquina y vuelve a salir un defensor a contestar. Cada jugador que contesta, se queda en el lugar a donde fue; cada jugador que rompe hacia el aro, va hacia la hilera de abajo del aro.

### Variantes:

- ✓ Salida cruzada del atacante
- ✓ Pases a una mano del mismo lado de donde rompen o pase “gancho” para pasar al otro lado
- ✓ El defensor recupera por el lado izquierdo o derecho y el atacante va por el lado libre
- ✓ Los aleros, luego del primer rompimiento del ejercicio, se repositionan en consecuencia

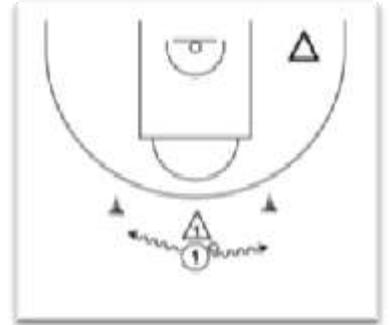


**Ejercicio de 1 contra 1:** atacante, defensor, 2 conos que marcan el espacio por donde podrá pasar el atacante y el entrenador (marcado con un triángulo en el gráfico). El atacante está con dribbling pudiendo moverse de cono a cono y el defensor presiona al balón. Cuando el entrenador marca un “uno” con su mano, el atacante intenta ir hacia el aro pasando por entre los conos

Variante: el entrenador puede pedir que antes de iniciar el ataque, el jugador con balón haga un pique de retirada.

El disertante marcó el hecho de que el atacante debe manejar “planos de juego”: detector donde hay espacio para sacar ventaja

El entrenador destaca una pregunta: **¿Qué pie atacar en defensa?** Entonces dentro del ejercicio anterior marca una variante para trabajar este aspecto: el entrenador define lado de ataque; si el atacante logra romper, el defensor sigue defendiendo



**Ejercicio para dificultar la finalización del atacante:** el defensor debajo del aro define lado por donde el atacante puede ir. Luego del rompimiento, el primero va a hacer la ayuda para que el atacante tenga una mayor dificultad a la hora de tirar.



**Ejercicio de 1 contra 1 con desmarque:** 3 hileras, una con balón, otra en la extensión de la punta de la línea de tiros libres sobre línea de 3 puntos, el defensor espera dentro de la zona pintada. El atacante va hacia el defensor, apoya su pie entre las piernas del defensor y sale a recibir al perímetro, mientras que el defensor dificulta la recepción del balón. El atacante tiene 2 segundos para enfrentar y resolver.

Concepto técnico a trabajar: el hecho de obligar a pivotar para jugar (aquí aparecen 4 tipos de pivoteos a entrenar, frontales y reversos). A partir del pivoteo, se usan diversos fundamentos:

- ✓ Paso cruzado
- ✓ Salida abierta
- ✓ Finta de tiro y ataque



El ejercicio condiciona al uso del pivoteo forzado

Entreno gesto técnico en una situación forzada que el atacante tenga que resolver

**Ejercicio de 1 contra 1 con pasador externo:** 3 hileras, defensores debajo del aro, un jugador con balón en la línea de tiros libres y atacantes en una posición intermedia entre la

base y el círculo central. Cuando el jugador con balón hace rebotar al mismo contra el piso, orientándolo hacia una de las posiciones del perímetro en la zona de la base, el atacante corre a tomar el mismo y, a la vez, la defensa sale a tomar al jugador que va a atacar.

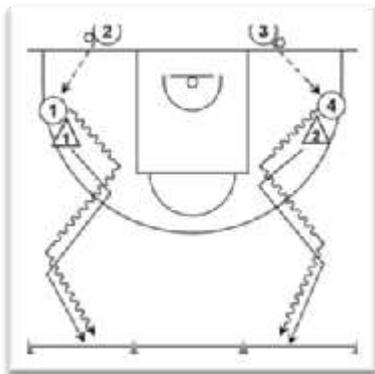
Variante: que el jugador atacante tome el balón con una mano para poder iniciar el 1 contra 1



Acá el disertante hace un paréntesis en cuanto al muestreo de ejercicios de 1 contra 1 y muestra **un ejercicio de pase con oposición con 3 jugadores** en donde hace énfasis en tres cuestiones:

- ✓ El jugador con balón debe aumentar las líneas de pase con su dribling
- ✓ El defensor (jugador que está en el medio) debe dificultar las líneas de pase
- ✓ El otro atacante puede ofrecer líneas de pase con su movimiento en función de la ubicación del balón

**Ejercicio de 1 contra 1 para trabajar la subida de balón:** un pasador sobre el fondo de cancha, 1 atacante y un defensor en línea de pase. Recepción del atacante y traslado del balón hasta el medio campo donde hay unos conos que marcan como "arcos" por donde puede pasar el jugador con balón.



Variante:

- ✓ Darle puntuación a cada arco
- ✓ Un jugador en el medio campo le marca números con su mano al jugador que tiene el balón. Éste, mientras Avanza, debe decirlos y pasar por el lugar donde esté el primer jugador mencionado

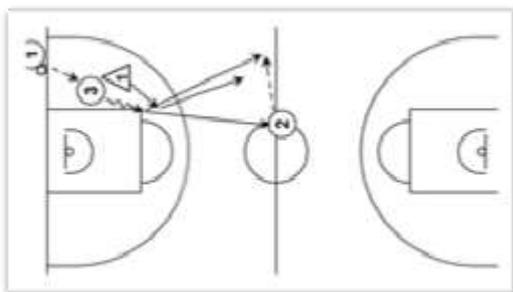
Lo que hace el entrenador es dividir la cancha en 4 cuadrantes y los hace rotar para que los jugadores trabajen ambos perfiles

**Ejercicio de 1 contra 1 con 2 pasadores:** similar al anterior, se agrega un pasador en medio campo que sirva de apoyo al traslado del balón.

Variante:

- ✓ Que el pasador del medio ofrezca líneas de pase moviéndose por la zona donde está (acá se aplica el método de enseñanza Inductivo)
- ✓ Cada vez que el defensor "Cierra" el camino del atacante, éste último de un pique de retirada y el pasador del medio ofrece líneas de pase

La disertación en este punto se vuelca a la enseñanza del 1 contra 1 a partir de cortinas indirectas. El objetivo es ver de como enseñar a un niño de una determinada edad el uso de las cortinas indirectas.



**Primer ejercicio:** un jugador persigue a otro hasta tocarlo con 2 jugadores que ofician de cortinadores dentro de la zona pintada. Estos últimos pueden moverse un poco para ayudar al jugador perseguido



### **Ejercicio de 1 contra 1 con uso de un cortinador:**

Variantes:

- ✓ Jugar a 5 recepciones de balón dentro y fuera de la zona pintada (sin tiro)
- ✓ Jugar a tomar un tiro "limpio": el atacante no puede picar, si recibe y no puede tirar, devuelve el balón y va a recibir a la zona pintada (con uso del cortinador). Al recibir, devuelve e balón y vuelve a salir al perímetro
- ✓ Según donde reciba, el atacante puede tomar un determinado tiro (ejemplo: del lado derecho, un gancho de izquierda en la zona pintada o un tiro a pie firme fuera de la misma)

Aquí, casi sin ninguna instrucción técnico, se trabaja el hecho de conseguir un espacio para tirar



El disertante abre un debate acerca de si hay o no hay tiradores: destaca que hay una “pobreza” en cuanto a la enseñanza, ya que los jugadores no son buenos consiguiendo espacios para tirar. Hay limitaciones técnicas y tácticas que impiden conseguir dichos espacios.

**Hay que entender que la cortina se usa para conseguir espacios**

**Ejercicio de 2 contra 2 con un cortinador:** el jugador con balón no puede romper hacia el aro, debe mejorar las líneas de pase con el dribling. Siempre hay que evaluar la transferencia al juego real



**Ejercicio de 1 contra 1 con uso**

**de conos:** los conos marcan por donde puede salir el atacante a recibir y por donde va a salir el defensor a contener al atacante. El atacante puede tirar directo o usar un solo dribling.

El objetivo de este ejercicio es darle tiempo de lectura al atacante para poder tomar un buen tiro.

Este ejercicio lo hace armando triángulos isósceles y ajustando la distancia entre los conos para variar el tiempo de ejecución de las diversas opciones que se presenten (“rulo”, salida a la esquina)

**Ejercicio de 1 contra 1 con apoyo en el pasador:**

si el atacante no puede tirar, devuelve el balón y busca recibir en la zona pintada, obligando a que el cortinador modifique el ángulo de la cortina



**Ejercicio de 1 contra 1 con cambio de ángulo en la cortina:** según por donde quiera salir el atacante, el cortinador modifica su ángulo de cortina para luego, o subir a la punta de la línea de tiros libres o postearse para recibir pase. El jugador que pasa puede cortar o reposicionarse. Siempre: si consigo espacio para el tiro, lo tomo.



**Reflexión final:** ante la pregunta de cuándo enseñar el uso de las cortinas indirectas, el entrenador da una progresión que le parece adecuada desde sub13 a sub19, pero remarca que lo importante es saber en qué contexto estamos y mucho más importante es saber *cómo usar la cortina*.

*Nuestro agradecimiento a Diego Ebra por este resumen detallando paso a paso los ejercicios del expositor.*

