



***Lectura táctica y defensa del pick central.  
De la Teoría a la cancha con entrenadores de élite***

**GUSTAVO MIRAVET**

**Resumen Académico: Aspectos Técnico-Tácticos**

El presente documento aborda una sesión participativa y clínica de perfeccionamiento para entrenadores de baloncesto, centrada en la resolución interactiva de sistemas defensivos y ofensivos en el baloncesto moderno.

**1. Sistema Defensivo del *Pick and Roll* Central**

- **Ajuste y Metodología:** Se adopta la defensa de **atrape / trap** o **step largo** diagonal al portador del balón. El objetivo técnico es forzar la pérdida de control o el pase hacia zonas desfavorables, evitando ser superado por la pierna del atacante mediante una postura defensiva flexionada y en ángulo.
- **Reglas de Rotación:**
  1. **Lado Balón vs. Lado Ayuda:** Exigencia estricta de presionar la línea de pase en el lado del balón y ocupar el eje de la cancha en el lado de ayuda.
  2. **Negación del Pase al Lado Fuerte:** Se establece como regla fundamental evitar el pase directo al jugador ubicado en el mismo lado del *screen*, ya que colapsa la rotación del lado débil.
  3. **Criterio de Retorno:** El jugador grande recupera su marca únicamente si el base retrocede, si corta el *dribbling* o si la pelota se aleja de la zona de atrape (línea de volea).
  4. **Protección de la Pintura:** Negación activa en el poste bajo (a 3/4 de perfil) para evitar recepciones profundas.

**2. Estructura Ofensiva y Ajustes Tácticos**

- **Ataque "Triple Post" y Salida por Calles:** Disposición de calles con el base en la línea de volea, ala-pívot/pívot en postes y alas en esquinas. Búsqueda de pases profundos directos al poste bajo.
- **Soluciones Presentadas por Entrenadores Participantes:**



- **Creación de Espacios e Inversión (Mara):** Uso de *fakes* y movimientos de *pop* para castigar rotaciones defensivas lentas mediante un *pivot* en caída libre o un 4 tirador.
- **Ángulo de Bloqueo e Inversión al Lado Débil (Seba Figueredo):** Cambio dinámico de ángulo en el *pick* central (*back pick* implícito) para forzar pases al lado débil o generar un pase extra hacia la esquina.
- **Generación de *Mismatches* e Interiorización (Horacio):** Empleo de *back picks* y bloqueos horizontales por la línea de fondo para forzar cambios defensivos desventajosos entre internos y perimetrales.

### 3. Filosofía del Entrenamiento e Integración Conceptual

Los disertantes concluyen que la táctica colectiva (el "dibujo táctico") carece de efectividad si no está respaldada por una técnica individual sólida y conceptos esenciales de juego:

- Lectura de situaciones en tiempo real.
- Ocupación eficiente del espacio.
- *Timing* de ejecución y comunicación constante en cancha.

### Desglose de Ejercicios y Marcadores de Tiempo

#### Ejercicios Practicados en Cancha

| Ejercicio / Situación                    | Inicio (Min:Seg) | Descripción Técnica y Táctica                                                                               |
|------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ejercitación de Ataque Libre (5x0 / 4x1) | 03:34            | Movimiento inicial de ataque con <i>pick and roll</i> central, caída agresiva del grande y lectura de pase. |



| Ejercicio / Situación                                        | Inicio (Min:Seg) | Descripción Técnica y Táctica                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Defensa de <i>Pick and Roll</i> Central ( <i>Trap/Step</i> ) | 04:38            | Aplicación de la técnica de atrape en diagonal, cierre de la línea de pase del lado fuerte y rotaciones del lado de ayuda.              |
| Ataque en Espaciamento "Triple Post"                         | 13:02            | Muestra de la ofensiva estructurada desde el armado de calles, buscando juego en poste bajo o <i>pick and pop</i> .                     |
| Ajuste Defensivo contra "Triple Post"                        | 16:26            | Mantenimiento de reglas defensivas de negación a 3/4 en el poste, cambios entre perimetrales y ajustes en el <i>pick and pop</i> final. |
| Propuesta Táctica N° 1 (Entrenador Mara)                     | 23:00            | <i>Fake</i> de bloqueo del pivot, salida del 4 a tirar, caída rápida del interno y ataque al atrape defensivo.                          |
| Propuesta Táctica N° 2 (Entrenador Seba Figueredo)           | 27:40            | Cambio de ángulo del bloqueo central para neutralizar la trampa defensiva y habilitar recepciones a 45°.                                |
| Propuesta Táctica N° 3 (Entrenador Horacio)                  | 32:48            | Bloqueos indirectos de espalda ( <i>back picks</i> ) e interacciones mano a mano para fijar a la defensa interna.                       |



| Ejercicio / Situación                                | Inicio<br>(Min:Seg) | Descripción Técnica y Táctica                                                                                  |
|------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Propuesta Táctica N° 4<br>(Lectura y Sello Interior) | 43:43               | Ejercicio de 2x2 en espacio reducido con lectura del jugador interno para sellar a su marca tras la reversión. |

#### Marcas de Tiempo de Nuevos Temas

- **00:04** — Presentación del formato interactivo y participativo de la clínica.
- **01:01** — Introducción a la defensa del *Pick and Roll* Central y sus reglas de atrape/rotación.
- **04:38** — Trabajo técnico individual y colectivo de los defensores en el *trap*.
- **07:06** — Definición de reglas de rotación defensiva, límites de la zona de atrape e importancias del pase.
- **12:42** — Transición a la estructura ofensiva ("Armado de calles" y "Triple Post").
- **15:47** — Aplicación del sistema defensivo contra la ofensiva de "Triple Post".
- **21:14** — Dinámica participativa: Entrenadores de la platea pasan a proponer lecturas para atacar el *trap*.
- **25:28** — Participación del Entrenador Seba Figueredo (Ataque mediante cambios de ángulo en el bloqueo).
- **31:30** — Participación del Entrenador Horacio (Ataque al poste bajo con bloqueos indirectos y *mismatches*).
- **41:14** — Reflexión final de los disertantes: La importancia de los conceptos (espacio, tiempo, lectura) sobre los sistemas estratégicos rígidos.
- **46:18** — Cierre, reconocimientos y conclusiones de la jornada clínica.

Basándome en el análisis de la transcripción de la clínica/charla, se abordan diversos contenidos técnicos y tácticos que forman parte de los programas curriculares de **ESCUELA DE ENTRENADORES Nivel 2 y Nivel 3**.

A continuación, los temas clave identificados en el texto clasificados según correspondan a los niveles de ESCUELA DE ENTRENADORES:

---

*Lectura táctica y defensa del pick central.  
resolución interactiva de sistemas defensivos y ofensivos  
Gustavo Miravet – [www.deposoft.com.ar](http://www.deposoft.com.ar)*



## 1. Temas de ESCUELA DE ENTRENADORES Nivel 2 (Desarrollo y Táctica Colectiva)

En Nivel 2 el foco está en la construcción de sistemas ofensivos/defensivos, conceptos tácticos grupales y el desarrollo del jugador en etapas formativas o competitivas intermedias:

- **Defensa del Pick and Roll Central:**
  - Métodos de contención y agresividad: uso del *trap* (atrape), *step* (corto/largo), *show*, o defensa baja/contención.
  - Ajustes y técnica defensiva individual del grande (desplazamientos diagonales, postura flexionada para evitar faltas).
  - Rotaciones defensivas grupales y ayudas lejanas (lado pelota vs. lado ayuda, ajuste en el eje de la cancha).
- **Sistemas y Conceptos Ofensivos:**
  - **Ataque a la defensa de Pick and Roll:** Generación de ventajas mediante el rol/caída del grande, pases de reverso/extra *pass* y *Pick and Pop*.
  - **Sistemas de Triple Post:** Formación 4-1, ocupación de esquinas (córners) y 45 grados, cortes profundos y alternativas para jugadores perimetrales/tiradores.
- **Fundamentos Tácticos Defensivos Colectivos:**
  - Presión a la pelota y reglas para negar líneas de pase.
  - Defensa del poste bajo: trabajo en tres cuartos para evitar el ingreso del balón.
  - Comunicación defensiva constante como regla técnica fundamental.

## 2. Temas de ESCUELA DE ENTRENADORES Nivel 3 (Alto Rendimiento y Táctica Avanzada)

En Nivel 3 los contenidos se enfocan en la preparación para el alto rendimiento, el *scouting*, lecturas complejas e interacciones tácticas específicas:

- **Ajustes Tácticos Basados en Scouting / Scouting Defensivo:**



- Identificación de perfiles de jugadores rivales para aplicar reglas particulares (por ejemplo, emparejar o cambiar reglas ante un 4 tirador o un jugador no penetrador).
- Planificación de variantes tácticas ofensivas para contrarrestar esquemas defensivos específicos.
- **Variantes y Soluciones Tácticas Complejas:**
  - Re-ángulos de bloqueo (*back pick* / cambio de ángulo del *screen*) para desarmar atrapes (*traps*) o cambios defensivos.
  - Estrategias para evitar la generación de atrapamientos (*anti-trap*).
  - Uso de *screens* verticales, bloqueos de espalda (*back picks*) al grande o a tiradores para provocar emparejamientos desfavorables (*mismatches*).
- **Conceptos Avanzados de Juego e Interpretación Macro:**
  - Lectura de situaciones en tiempo real (*reading the defense*).
  - Manejo del espacio (*spacing*) y tiempo/ritmo (*timing*) en las ofensivas.
  - Priorización del juego conceptual por encima del "dibujo táctico" estático.