



Del Concepto individual al micro-ajuste colectivo y zonal
Construcción Defensiva de Elite

MIGUEL VOLCAN SANCHEZ

Aspectos Técnico-Tácticos Principales

- **Fundamentos Defensivos Individuales:**
 - **Reducción de Espacios y Postura:** Uso del primer paso explosivo hacia adelante para achicar la distancia sobre la pelota en lugar de esperar la penetración de manera pasiva.
 - **Gestión del Desplazamiento y Contacto:** Utilización de desplazamientos laterales y pasos cruzados en caso de ser rebasado. Énfasis en bajar el centro de gravedad (bajar la cadera) para mantener la postura legal de defensa.
- **Defensa del Pase de Entrada e Iniciación:**
 - **Negación de Líneas de Pase:** Marcación con el pie adelantado y uso de la finta y recuperación (*stunt and recover*) para desorientar al pasador sin descompaginar la estructura.
 - **Uso del Triángulo Defensivo:** Posicionamiento continuo bajo el principio "Pelota – Yo – Mi Hombre" acorde a la distancia de la pelota.
- **Transiciones y Ajustes Tácticos Colectivos:**
 - **Defensa de Salidas de Fondo y Trampas (*Traps*):** Aplicación de dos contra uno (2x1) condicionado a la lectura de las características del rival (p. ej., presionar alto a un pivote o jugador lento en la recepción).
 - **Regla de Saltos y Cambios (*Switching*):** Rotaciones y saltos defensivos ejecutados por delante (*over*) para evitar quedar enganchado y facilitar la recuperación.
- **Principios de Defensa Zonal (*Match-up* / Ajustes):**
 - **Reglas en 4 vs 5:** Ejercicios de desventaja numérica para forzar la comunicación, la anticipación y la cobertura de dos atacantes por un solo defensor distante.
 - **Lectura de Cortes Defensivos:**
 - Corte hacia el lado de la pelota: Se persigue e intercepta en "hombre a hombre".



- Corte alejándose de la pelota: Se entrega y se cambia de marca con el compañero más cercano.
- **Ajustes frente al Pick and Roll:** Tratar la cortina directa bajo principios individuales (paso por arriba o cambio) dentro de un esquema estructural de zona 2-3 o 1-3-1.