

Defensa y ataque en el básquet: claves para leer el juego

Por Luis Rivera

Los dos aspectos más importantes del juego del básquet son la defensa y el ataque. Es difícil encontrar otra disciplina donde estos dos ítems –contrapuestos para algunos– estén tan alternados, incluso por reglamento, como en el básquetbol.

Y por más obvio que parezca, aquel equipo que logre controlar estas dos fases del deporte, tendrá resuelto cualquier partido. Por eso, es importante entender algunas nociones básicas de cada uno de ellos, para poder comprender cómo se desarrolla un encuentro.

Cuando hablamos de alternancia reglamentaria, la fundamentamos en que un equipo que está en posesión de la pelota, y por ende en función ofensiva, dispone de apenas 24 segundos para lanzar al aro, situación que automáticamente lo pone en función defensiva. Y como el rival dispondrá del mismo tiempo para hacer su lanzamiento, el ahora equipo defensor sabe que tiene 24 segundos para desarrollar su sistema defensivo con intensidad antes de ponerse otra vez el traje de atacante.

Es por ello que defensa y ataque adquieren, en el básquet, un rol fundamental. Y vale la pena conocer los aspectos más relevantes de los mismos como para entender mejor los aspectos básicos de este deporte.

La defensa

Una definición tan básica como obvia sería decir que la defensa es lisa y llanamente el conjunto de movimientos tendientes a impedir que el equipo rival anote. Y si bien admite más de un objetivo, las dos metas fundamentales de una buena defensa son impedir que el equipo contrario lance al aro por un lado, y provocar la pérdida del balón por el otro.

Para ello, cada equipo dispone de la voluntad de sus jugadores y de determinados sistemas para hacerlo.

A diferencia del ataque, en el que prima la calidad del jugador, para hacer una buena defensa muchas veces basta con poner ganas y estar dispuesto a trabajar duro. Entendiendo por buena defensa aquella que consigue los objetivos perseguidos (evitar que el rival enceste, recuperar el balón, etc.), en ocasiones es suficiente el estar, el querer hacer algo, el intentar, sin que sea necesaria una gran calidad en lo que se ha hecho. Una mala defensa en cuanto a calidad, se enmascara con ganas. En defensa, actitud sin aptitud es válida; en ataque no.

Un buen entrenador debe intentar conseguir que su equipo se divierta defendiendo. Debe perseguir que la defensa sea vista como algo necesario y no como algo obligado.

Una buena defensa pasa por ser consciente de que se defiende a cinco rivales y no sólo a uno, pero tratando de buscar situaciones en las que cada jugador sea capaz de defender a su par sin necesidad de la ayuda de otros

Hay que ser consciente de que la defensa se enfrenta a dos importantes desventajas sobre el ataque:

1.- Este sabe lo que va a hacer y la defensa tendrá que responder a sus acciones. Esto se puede intentar subsanar tratando de llevar la iniciativa sobre el ataque llevándole a situaciones no buscadas por él, guiándolo adonde le conviene al equipo defensor.

2.- Los desplazamientos del ataque son más naturales: todo el mundo anda por la calle de frente y no haciendo desplazamientos laterales. Será necesario pues trabajar estos desplazamientos y, si es posible, en situaciones de juego.

Por otro lado, la defensa se encuentra con la ventaja sobre el ataque de no disponer de un elemento ajeno que dificulte sus movimientos y esto deberá ser aprovechado: todos los movimientos del ataque están condicionados y atados al balón. Al defensor no lo ata nadie.

Veamos las principales variantes de defensa, dejando constancia de que se hará una descripción muy básica de las mismas, entendidas desde el rol profesional del periodista y no tanto desde la especialización que sí debe tener, por ejemplo, un entrenador de básquet.

Defensa individual

Al revés de la anterior, la obligación fundamental de cada defensor pasa por custodiar a su hombre más que a un sector del campo asignado. Y acá, por lo tanto, el defensor va donde vaya su hombre. Muchos teóricos definen a este sistema como “marca hombre a hombre”. En este concepto queda rotundamente explicada su sentido: cada hombre debe marcar a su hombre.

El objetivo principal del defensor es anular a su rival y para ello trabaja a lo largo y a lo ancho del campo defensivo. Es el sistema que más se usa en todo el mundo, sobre todo cuanto más alto es el nivel de juego. Se caracteriza por una tremenda dinámica, ya que la búsqueda de espacios por parte del atacante es constante y obliga a permanentes desplazamientos del defensor. No hay distintos tipos de marcación individual, aunque algunas escuelas las diferencian de acuerdo a donde se empieza a intensificar la toma del hombre. Así distinguen en hombre en zona (se marca cuando el rival se mete en zona de ataque), hombre a mitad de cancha (se marca desde allí) u hombre en toda la cancha (la defensa se extiende a todo el campo de juego).

En todo momento, la actitud del defensor debe ser impedir que su hombre tenga espacio para lanzar con comodidad, o bien generar la incomodidad individual y colectiva del atacante para poder así recuperar la pelota.

Y si bien existe el concepto de que cada defensor responde básicamente por su hombre asignado, no menos importante es el concepto de la ayuda para aquel compañero que es superado por su hombre asignado y necesita ayuda.

Asimismo y aunque no sea lo ideal, cuando por acciones propias del ataque los defensores se ven obligados a cambiar entre sí su marca, deben hacerlo, continuando con el sistema defensivo hasta que puedan cambiar nuevamente, volviendo al orden original.

Defensa zonal

Es un sistema en el cual la obligación de cada jugador pasa más por la zona que tiene asignada que por un adversario determinado. Es decir, su objetivo principal es impedir que un rival anote desde su zona, sin importar de quién se trata. Para ello, el entrenador le asigna una función (una zona) que debe defender como objetivo principal,

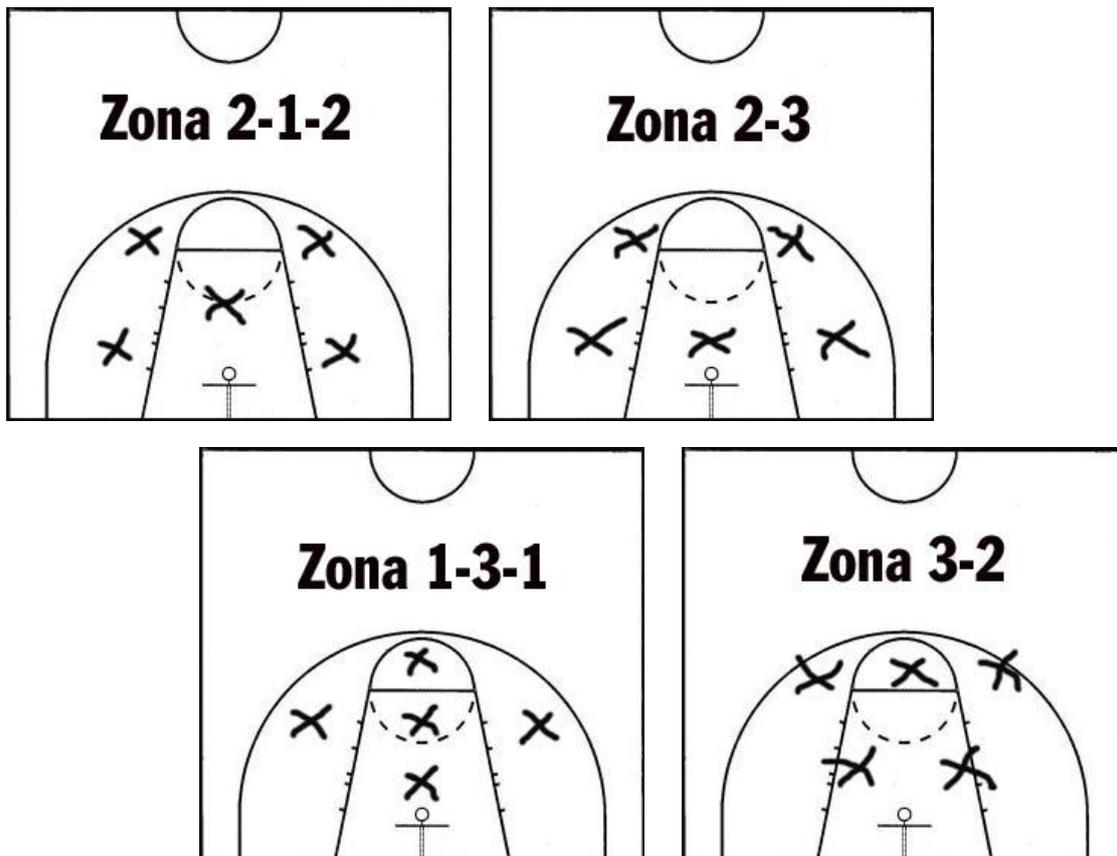
sin que ello signifique necesariamente que se desentienda de las ayudas a un compañero. Este tipo de defensa se realiza únicamente alrededor de la zona pintada, que es justamente lo que se defiende. Por supuesto, no hay que imaginarla como una cosa estática o quieta, sino que ha evolucionado de manera tal que hoy por hoy es una defensa dinámica, de mucha movilidad y alejada de los moldes tradicionales que se enseñaban en las escuelas de básquet. Se las conoce por la disposición que toman los jugadores desde el centro de la cancha hacia el aro. Así, las más conocidas son 1-3-1, 1-2-2, 2-1-2 ó 2-3.

Este tipo de defensa prioriza cierto descanso defensivo, entendido éste no como una acción más floja sino de menor recorrido y desgaste. En cambio, expone al equipo defensivo a una mayor fragilidad ante el tiro exterior si no se realizan los ajustes correspondientes.

Los ajustes son ni más ni menos que las ayudas que se prodigan los defensores para cubrir otra zona a la asignada a cada uno ante los movimientos del rival.

Este sistema es el que se utiliza generalmente en etapas formativas del juego y a nivel profesional como alternativa cuando un equipo enfrenta a otro con mayor estatura general (lo que dificulta la defensa individual), o cuando puede aprovechar la flaqueza del oponente en el lanzamiento desde posiciones exteriores, o también cuando sus jugadores acumulan muchas faltas personales y deben cuidarse de seguir sumándolas.

En el mundo de la FIBA es una defensa muy usual y estuvo prohibida durante muchos años en la NBA ya que se pensaba que derivaba en partidos más lentos y de menor calidad en el espectáculo. Hace unos años se la terminó por aceptar.



Defensa combinada

Es ni más ni menos que una combinación entre uno y otro sistema. El entrenador dispone de algunos de sus hombres para tomar hombre a hombre y a otros para

custodiar la zona. Y cada uno de ellos responde al concepto básico de cada defensa. Generalmente se utiliza para un momento especial del partido y no tanto para todo el desarrollo del mismo. Es una variante cada vez más utilizada, sobre todo por la versatilidad de los jugadores que pueden desempeñar una y otra función oportunamente. También hay decenas de variables, pero las más conocidas son las de *Cajón* (también llamadas *Cajón y uno* ó *Caja*), donde un jugador marca en forma individual al mejor anotador rival o a la figura del adversario y el resto marca en zona; o *Triángulo y dos*, donde son dos los que tienen obligación de marcar hombre a hombre y los otros tres lo hacen en la zona.



El ataque

A la hora de atacar existen múltiples variantes. Cada entrenador elige la forma de hacerlo de acuerdo a las características de sus jugadores y a su propia filosofía de juego. Hay ataques contra la zona y contra la marca hombre a hombre. Y muchos también diferencian entre ataque rápido y ataque fijo. Y también merece un párrafo aparte el contraataque como vía importante de atacar.

Los ataques contra la zona tiene como objetivo básico dejar a un tirador libre aprovechando algún desfasaje del sistema defensivo, o bien llevar la pelota cerca del aro a través de penetraciones a la zona que deriven en un lanzamiento dentro de la misma. Se suelen ver movimientos de mucha circulación de pelota, sobre todo en el sector periférico de la zona con el objeto de generar huecos y así aprovecharlos.

Los ataques contra la defensa hombre a hombre buscan sobre todo que en algún sector del campo se produzca un desequilibrio individual y a partir de ello, liberar a un jugador para que asuma la responsabilidad del lanzamiento. Se caracterizan por constantes cortinas entre dos o más compañeros, variante que intenta desbloquear un jugador para el tiro. En este caso, también existen múltiples variantes que incluso arrancan desde el propio campo y que reciben distintas denominaciones, generalmente utilizando una palabra clave que sólo conocen los integrantes de un equipo, de manera de no alertar al rival sobre qué ataque se va a utilizar. Los más comunes son los de *Uno contra uno* ó *Aclarado* (cuatro jugadores se abren hacia los costados y dejan a un compañero jugando “solo” contra su marcador), los de *Dos contra dos* ó *Por parejas* (tres basquetbolistas distraen la defensa mientras los otros dos se cortinan mutuamente para que uno quede libre), o de *Tres contra tres* (dos jugadores se aíslan un poco, mientras otros dos se cortinan y el quinto espera para el pase).

El **ataque rápido** es cuando no necesariamente se establece un sistema determinado, sino que la rapidez de la acción hace que se privilegie el poco consumo de segundos por sobre la realización de los movimientos planificados. En este caso, el

ataque queda librado a la acción de los jugadores en el campo, sin necesidad de respetar un sistema trabajado previamente.

El **ataque fijo**, por el contrario, es cuando tras cruzar la mitad de la cancha, el equipo atacante se establece en función ofensiva y, siempre dentro del límite de tiempo de 24 segundos para lanzar al cesto, ese equipo se toma todo el tiempo necesario para llevar a cabo el sistema y completarlo con éxito. En estos casos, hay jugadas planificadas de una manera determinada en los entrenamientos, donde todos los jugadores conocen su rol y lo llevan a la práctica hasta poder ejecutar el sistema previsto.

Por último, el **contraataque** es sencillamente la acción donde un equipo pasa velozmente de defensa a ataque, tras recuperar el balón y sin detenerse en lo más mínimo, llega a una conversión rápida. Obviamente, no hay sistema alguno y prima la velocidad por sobre todas las cosas. Por lo general, el contragolpe muestra superioridad numérica del atacante por sobre el defensor, aunque puede darse también una acción de uno contra uno o dos contra dos.

Algunas claves para entender un juego

Este capítulo tratará de proveer de algunas claves indispensables para entender el desarrollo de un partido y analizarlo para la eventual cobertura periodística. No se trata de un estudio pormenorizado de aspectos técnicos, sino más bien de una serie de elementos que permitan hacer una correcta apreciación profesional y así trasladarla al público.

Porcentaje de tiros: Es uno de los aspectos claves en el básquet. Como se trata de un deporte de altísima eficacia, de eso depende la suerte de un equipo. Los porcentajes se toman obviamente dividiendo los lanzamientos certeros por sobre los ejecutados y determinan el grado de efectividad que tiene un equipo. Cuanto más alto sea el mismo, más chances de ganar tendrá un equipo. Y vale decir como regla importante del básquet, que generalmente gana quien mejor porcentaje tiene. Se establece un porcentaje global de cancha (considerando lanzamientos de dos y de tres puntos) y un porcentaje de tiros libres. Un porcentaje de cancha es bueno cuando supera el 50 por ciento. Es bueno el de tiros libres cuando alcanza al menos el 80 por ciento. Es muy positivo el de 2 puntos cuando supera el 60 por ciento. Y se considera suficiente el de 3 puntos cuando está arriba del 40 por ciento. Obviamente, el grado de dificultad de estos tiros es lo que determina sus respectivos porcentajes.

Dominio de los rebotes: Es un elemento trascendente del juego. Como necesariamente se van a producir lanzamientos fallados por ambos equipos, la recuperación del balón en el rebote adquiere una relevancia fundamental. Sobre todo en la defensa, lo que permite pasar al ataque por un lado, pero también cercenarle al rival la posibilidad de una segunda opción de tiro. También en ataque, es vital imponerse en esa lucha, porque al revés de lo que se enunciaba recién, un rebote ofensivo abre la chance de segundos tiros y prohíbe al rival salir en contragolpe. Un equipo que domine el rubro rebotes no necesariamente ganará el partido, sino que resolverá a favor uno de los aspectos claves del básquet.

Pérdida de balones: Es otro aspecto vital. Cuanta más capacidad de mantener el balón en su poder tenga un equipo, menores posibilidades de ataque tendrá su rival. Hay que tener en cuenta que un equipo recupera la pelota cuando el rival la pierde o bien cuando tiene acciones fallidas. Por lo tanto, achicar el número de pérdidas se constituye en una de las búsquedas constantes de cada entrenador. Entonces, a partir de este dato, quien analiza un encuentro de básquet debe atender sí o sí a este aspecto. Se considera

que un equipo hace un mal juego cuando supera las 10 pérdidas por encuentro.

Defensas sobre jugadores claves: Generalmente, cada equipo tiene una o dos figuras que suelen asumir el rol protagónico en la ofensiva. Por lo tanto, el contrincante, que suele saberlo a la perfección, tendrá como objetivo primordial detener a esos jugadores. De hacerlo, tendrá resuelta gran parte de las complicaciones del encuentro. Por lo tanto, uno de los ítems a seguir en el juego es justamente cómo se desarrolla esa defensa, si es efectiva o no y si el duelo lo ganan atacantes o defensores.

Corridas en el marcador: Se denomina de esta manera cuando un equipo, por efecto de una defensa sólida y la efectividad en el ataque, logra sacar una amplia diferencia en un par de minutos. Así, por ejemplo, se escuchará hablar de “un parcial de 10-0 en dos minutos” por ejemplo, o de “metió una corrida de 13-2 desde el inicio del cuarto” o así sucesivamente. Este tipo de situaciones permiten comprender en qué momento del partido, un determinado equipo se distanció de su rival y marcó una tendencia definitiva, o bien en qué circunstancia un equipo descontó una diferencia importante para ponerse otra vez en ritmo de juego.

Regreso defensivo: Se llama así al escalonamiento defensivo inmediato que tiene un conjunto ni bien pierde el ataque o tras una conversión en el cesto rival. La dinámica del juego y la capacidad atlética de los jugadores actualmente, hace que un equipo pase de defensa a ataque en unos cinco segundos o bien en mucho menos aún con pases largos y voleados. Por lo tanto, el equipo atacante debe retornar con mucha rapidez a su zona defensiva, abortando de inmediato la posibilidad de contraataque. Un equipo que está bien balanceado también impone superioridad sobre el rival. ¿Qué es un buen balance defensivo? Básicamente cuando un equipo equipara al menos la cantidad de hombres que defienden ante los que atacan.

Acumulación de faltas: Ya quedó explicado que un jugador queda excluido cuando comete su quinta falta personal y que un equipo le da la chance de tiros libres a su rival después de la cuarta falta colectiva en un mismo cuarto. Por lo tanto, no sumar faltas es un trabajo que cobra importancia y que también admite un análisis particular del partido. ¿Por qué? Porque si un equipo se “carga” rápidamente de faltas lo pone a su rival en la tranquilidad de la línea de tiros libres (lanzamientos de alta eficacia porque se hacen sin marca y que no consumen tiempo) y porque si las principales figuras de un plantel suman faltas, quedarán imposibilitadas de marcar con agresividad.