



CONSIDERACIONES PARA ELEBORAR UN BOOK TÁCTICO

El presente artículo pretende servir de introducción a la hora de confeccionar un book táctico, principalmente a para aquellos entrenadores que se enfrentan por primera vez a esta tarea.

Para iniciar este camino, nos hacemos la pregunta que muchos se hacen: ¿Qué es un book táctico? Según SportingCharts, es un término que describe la colección total de jugadas / movimientos entrenados por un equipo que podrían ser empleados durante un partido. Tanto la parte ofensiva como la defensiva dispondrán de su apartado específico dentro del book táctico con un conjunto de movimientos que podrán ser empleados en función de la situación. Suele ser un documento en formato físico o digital que se entrega a los componentes del equipo para su estudio y puesta en práctica.

Como entrenadores, nuestro trabajo es determinar el estilo de juego del equipo y elegir la jugada correcta en los momentos críticos. Algunos entrenadores profesionales tienen el lujo de poder reclutar jugadores que se ajustan a su filosofía o estilo de juego, pero la gran mayoría no tienen esa posibilidad. Ajustar la filosofía o estilo de juego en función de los jugadores de los que se dispone es la dificultad con la que la inmensa mayoría de entrenadores debe lidiar cada temporada. Crear un book táctico es una tarea que requiere mucho tiempo y esfuerzo, pero el resultado puede ser muy positivo si se realiza correctamente.

OBJETIVOS Y COMPETENCIAS DEL ENTRENADOR

Los objetivos que todo entrenador debe conocer para aplicarlos cuando desempeñe su labor son:

- Adecuar sus conocimientos al equipo al que se dirige.
- Conocer el juego desarrollado.
- Ser capaz de llevar a cabo una correcta planificación.
- Dirigir al equipo como corresponde en todos los momentos de la temporada.

Las competencias que ha de tener el entrenador para poder ser solvente en su trabajo se pueden resumir en un pequeño número, aunque no se debe olvidar que en función de la etapa a la que se dirija su trabajo, estas tendrán que adaptarse.

- Saber escuchar.
- Capacidad de comunicar.
- Conocimiento pedagógico.
- Competencia social y en valores.
- Capacidad de aprender a aprender.
- Conocimiento específico de la disciplina deportiva.
- Competencia directiva y gestora.

Hay que tener en cuenta que en un equipo de alto nivel, no sólo se centra todo en la figura del entrenador, que aunque sea el director de la orquesta, necesita de un equipo multidisciplinar para poder trabajar adecuadamente. El equipo profesional que normalmente compone un equipo es:

Primer Entrenador; Entrenador Ayudante; Preparador Físico; Médico; Fisioterapeuta; Delegados de equipo.

Cada uno de estos eslabones tiene que funcionar por sí mismo, pero siempre de forma unida y con comunicación de todos y cada uno de ellos. Trabajo en equipo.



**Pablo Ruíz
Fernández de
Castro
(09.04.1986)**

**Seleccionador
Preinfantil
Masculino FMB.**

**Entrenador
Superior de
Baloncesto
(CES17).**

**Máster de
Profesorado de
Enseñanzas
Secundaria
Obligatoria y
Bachillerato,
Formación
Profesional y
Enseñanza de
Idiomas (2016).**

**Entrenador de la
Selección Júnior
Masc FMB
durante 2
temporadas,
entrenador
ayudante de la
Selección Cadete
Masc FMB (2017)
y numerosas
experiencias en el
Programa de
Selecciones FMB.**

**Experiencia como
entrenador en la
Escuela de
Iniciación FMB.**

CREAR LA DEFENSA

La defensa en baloncesto trata de una acción colectiva destinada a evitar o dificultar que el equipo contrario se apodere del balón e intente meter canasta. Para lograr este objetivo el jugador asume la posición defensiva y realiza movimientos para intentar hacerse con el balón o evitar una acción de pase, tiro o intento de lanzamiento a canasta. En el baloncesto la capacidad defensiva de un equipo está en relación directa con la capacidad defensiva individual, considerándose la defensa como el factor más constantemente presente en el juego. Los jugadores deben estar bien entrenados en las tácticas de la defensa y conocer bien sus fundamentos. Dentro de ellos debemos considerar dos clases de aspectos: físicos y mentales.



DEFENSA INDIVIDUAL

La posición de equilibrio, con el centro de gravedad bajo y las piernas separadas, resulta obligatoria para una buena y rápida respuesta de desplazamiento ante la acción del contrario. Pero todo lo demás, es decir, la posición relativa de los pies y de los brazos, depende de unos factores individuales y de factores colectivos. Los pies pueden colocarse a la misma altura o con uno de ellos algo más adelantado que el otro, a veces señalando el lado por el que queremos conducir al atacante, sin que esto sea una norma fija. En cuanto a los brazos deben servir para tapar líneas de pase, taponar el tiro y para controlar en lo posible las acciones de bote del oponente. Lo mismo pasa con la distancia y orientación que se guarda respecto al atacante, modificada, no sólo en base a si el atacante tiene o no el balón, sino también en función de su proximidad a la canasta y de su posición central o lateral sobre la pista.



Todo atacante, y más si tiene el balón, considera que tener libre la línea recta hacia el aro es uno de los principales objetivos a conseguir. Por lo tanto, debemos mantener una posición entre el aro y el oponente, aunque esta opción pierde importancia a medida que la distancia hacia la canasta aumenta.

Existen ciertos principios fundamentales que debe emplear todo defensa, que son los siguientes:

- Lograr un buen equilibrio del cuerpo con brazos extendidos, rodillas flexionadas y cuerpo agachado con una ligera inclinación hacia delante; las manos deben estar en continuo movimiento a fin de desconcertar al adversario.
- Emplear la voz como un fundamento técnico más; hablarse entre compañeros
- Pasar rápidamente del ataque a la defensa.
- Colocar la pelota sin pérdida de tiempo; mantener una actitud vigilante para interceptar pases.
- Jugar la pelota directamente al hombre.
- Acorrallar al regateador preferentemente en la esquina o en la línea lateral. Seguir al jugador suelto
- Bloquear a los tiradores y zafarse de los bloqueos.
- Definir el mareaje y tener sentido de anticipación ante las jugadas de los adversarios.
- No delatar las intenciones y seguir todo el tiempo los movimientos del adversario.
- Provocar pases por la línea de banda y obstruir los del centro.

DEFENSA DE EQUIPO

La defensa de un equipo depende de factores tales como las condiciones individuales, el estado de la pista, el tipo de estrategia ofensiva planteada, etc. La defensa debe ser constante en contraposición a la gran cantidad de factores variables que presenta el ataque.

Se considera que el equilibrio entre defensa y ataque debe estar en una proporción entre 51-49, 60-40 ó 55-45 en favor de la ofensiva. Contando con un adecuado nivel técnico, un juego de equipo organizado y amplia comunicación verbal entre los jugadores, puede lograrse una rápida reacción ante la pérdida de la pelota y la reorganización efectiva de la posición defensiva.

DEFENSA EN ZONA

Uno de los sistemas empleados consiste en alternar la defensa por zonas y una defensa hombre a hombre intercambiando puestos. Se basa en la idea de que el cambio del sistema defensivo a intervalos provoca cierta confusión en el adversario, obligándolo a jugar con menor nivel de eficacia.

En la formación de defensa por zonas, el jugador central es la clave, responsabilizándose de la zona delante del tablero. En caso de que abandone esta posición para desplazarse hacia la línea de fondo o las esquinas, el lateral del otro lado acude a la zona del centro para marcar a cualquier atacante que intente penetrar por allí.

La defensa por zonas ofrece tanto ventajas como inconvenientes.

VENTAJAS	INCOVENIENTES
Favorece el juego de conjunto, permitiendo que defensores lentos y corpulentos logren mayor efectividad.	Permite al atacante moverse con facilidad y tener más tiempo para leer el juego.
Es una defensa que se sostiene contra tiros a corta distancia y a la vez no propicia las faltas, lo que significa menos tiros libres en contra.	Es débil contra ataques rápidos, tiros laterales y tiros de larga distancia.
Obstaculiza el juego de bloqueo, permitiendo mayores posibilidades de recuperación de rebotes.	No responsabiliza a los jugadores con la defensa tan directamente como lo hace un marcaje individual.
Permite realizar contra-ataque.	

DEFENSA PRESIONANTE

Es una defensa especial que se realiza cuando el equipo defensor adelanta a sus jugadores al campo contrario para dificultar el saque o el paso del balón por parte del rival a su campo (el equipo atacante sólo tiene 8 segundos para pasar de su campo al del rival), se suele emplear en situaciones finales de un cuarto, de un partido o cuando es muy necesario recuperar el balón. Normalmente se aplica a toda o a 3/4 partes de la cancha aunque hay equipos que comienzan la presión en la mitad del campo.

La defensa presionante ofrece tanto ventajas como inconvenientes.

VENTAJAS	INCONVENIENTES
Es efectiva para recuperar la pelota cuando se está con marcador en contra y el partido avanzado.	Pueda dar lugar a un excesivo número de faltas.
Tiene muy buenos resultados cuando el equipo contrario es lento o inexperto.	Los jugadores deben ser veloces y agresivos.
Es efectiva contra adversarios débiles, que no cuentan con un sistema de ataque organizado para contrarrestar una defensa presionante .	Requiere un buen juego de piernas defensivo.

DEFENSAS MIXTAS

Se basa en la combinación de defensa individual y defensa en zona. Uno o varios jugadores se encontrarán realizando una marca al hombre, mientras que el resto se encontrará realizando una defensa zonal. Este tipo de defensas se realiza normalmente cuando uno o varios jugadores del equipo contrario están a un nivel muy por encima del resto, de modo que los mejores defensores realizarán una defensa individual sobre ellos, mientras que el resto defenderá zonalmente.

TIPOS
CAJA + 1 (4 DEFIENDEN EN ZONA Y 1 EN INDIVIDUAL)
ROMBO + 1 (4 DEFIENDEN EN ZONA Y 1 EN INDIVIDUAL)
TRIANGULO + 2 (3 DEFIENDEN EN ZONA Y 1 EN INDIVIDUAL)
3 AL HOMBRE + 2 EN ZONA (2 DEFIENDEN EN ZONA Y 3 EN INDIVIDUAL)

DEFENSAS ALTERNATIVAS

Es un sistema defensivo o forma de juego que cambia las distintas defensas en el transcurso de un partido en función de unas claves, señales o trampas establecidas con el objetivo claro de confundir al contrario y que en cada ataque se pueda confundir.

El principal objetivo de las defensas alternativas es tratar de sorprender al contrario, que en cada ataque se tenga que parar a pensar, que le cueste leer lo que tiene delante. Si conseguimos esto lo vamos a sacar de su forma habitual de juego, hará lo que no quiere hacer, tomarán las decisiones los jugadores equivocados y eso nos permitirá marcar a nosotros el ritmo de juego, cuestión fundamental en un partido de baloncesto.

DEFENSAS MUTANTES

Desde hace años en el baloncesto se emplea un tipo de defensa que se llama COMBINADA. Se inician en el momento que defendemos de una determinada manera y en un momento concreto se cambia de defensa dentro del mismo ataque.

Actualmente se utiliza el término MUTANTE cuando hay un cambio de individual a zona (no suele ser habitual al revés), a partir de una determinada situación intentando que no se confunda el término con los ajustes defensivos.

CREAR EL ATAQUE

El éxito en el baloncesto depende del juego en equipo por lo que la eficacia de los sistemas de juego es uno de los factores para determinar la victoria de un equipo. La elección de los mismos, su entrenamiento y enseñanza tendrán como objetivo el poder sacar el mayor provecho de las acciones individuales de los jugadores.

¿Pero qué es un sistema?
¿Qué tipos de sistemas hay? El diccionario de la Real Academia



de la Lengua Española nos define sistema como: "Conjunto de reglas o principios sobre una materia racionalmente enlazados entre sí". "Conjunto de cosas que relacionadas entre sí son ordenadamente contribuyen a determinado objeto". Para Sampredo (2005) los sistemas de juego suponen la organización de las acciones individuales y colectivas que se expresan en diferentes combinaciones y variantes durante el juego, en competición entre dos equipos. Para Teodurescu (1984) son la forma general de organización de un equipo, la estructura de las acciones de los jugadores en ataque y defensa y en donde se establecen misiones precisas, principios de circulación y de colaboración en el seno de un dispositivo previamente establecido. En base a estas definiciones, se puede establecer que un sistema es la estrategia determinada por un entrenador con el fin de llevar a cabo la propuesta táctica establecida, en base a capacidades individuales y colectivas frente a la oposición del equipo contrario, tanto en defensa como en ataque.

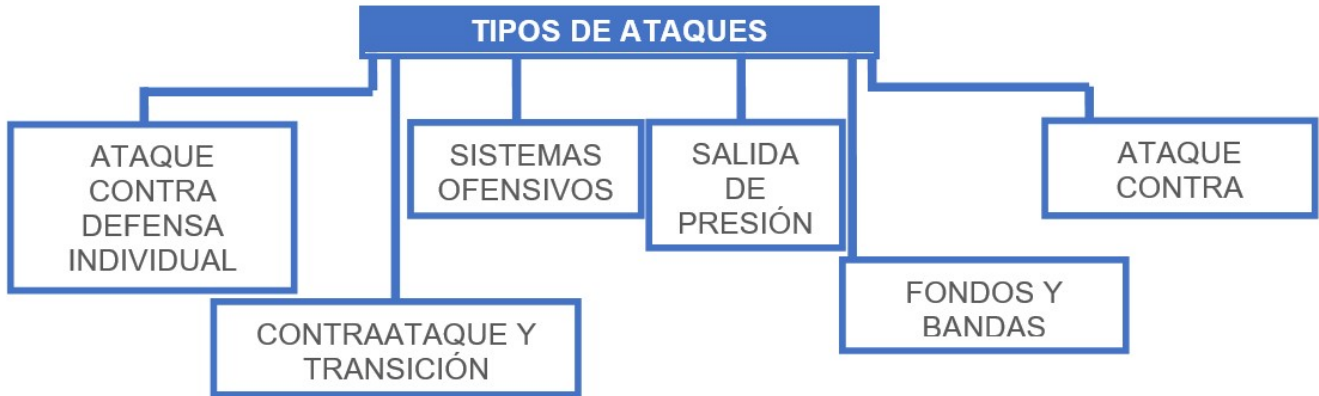
Existe una serie de factores de referencia a la hora de crear o elegir un sistema para un equipo como son: elección en función de jugadores, distribución de espacios, continuidad, coordinación en el tiempo, esquema base, margen de error, posiciones específicas y cambios de roles, equilibrio de opciones, aprovechamiento de opciones...

CONCEPTOS DE SISTEMAS OFENSIVOS

- **Espacios:** Una buena distribución de espacios en baloncesto es clave para el desarrollo de las distintas acciones del juego.
- **Timing:** Una buena sincronización entre las distintas acciones técnico-tácticas del juego es clave para la obtención de ventajas.
- **Optimización:** Máxima eficacia a nivel posicional (características del jugador) y a nivel circunstancial (desarrollo del partido).
- **Equilibrio:** La distribución de jugadores en la cancha y rol de los mismos en cada momento.
- **Ritmo de juego:** Controlar el ritmo de juego es clave para una buena gestión de cualquier partido. Influyen aspectos como la lectura del partido, tanteo, fatiga de jugadores, faltas, dinámica de juego...
- **Continuidad:** A través de los sistemas ofensivos buscamos generar una continuidad en nuestro juego.
- **Ventajas:** Leer las ventajas que se producen en cada momento en el juego es clave y actuar en consecuencia es clave para nuestros sistemas ofensivos.
- **Validez:** Debemos hacer una elección correcta de nuestros sistemas de juego.

FACTORES QUE CARACTERIZAN A LOS SISTEMAS DE JUEGO

Dentro del deporte y, en concreto, en baloncesto, uno de los factores más determinantes es la filosofía del entrenador. Los sistemas estarán fuertemente marcados por las ideas de juego ofensivo del entrenador que los ponga en marcha. Otro factor determinante son las características a nivel físico y técnico-táctico de los jugadores que forman el equipo. Los sistemas de juego irán encaminados a potenciar las características de los jugadores y poder sacar su máximo rendimiento. También determinante en un sistema es conocer donde se encuentran las ventajas del equipo con respecto al rival, así como la forma de interpretar el juego. Otros factores que también afectan son la polivalencia o especificidad, así como los puntos fuertes del sistema y el momento y situación del partido en el que se encuentra el equipo para poder aplicarlos.



SISTEMAS DE ATAQUE LIBRE

Es un sistema que carece de reglas estrictas de juego y se basa en la lectura técnico-táctica de los jugadores. Son sobre todo teóricos. No existen de forma estricta. También se incluye en este tipo el “Juego libre con reglas” y suele establecerse una estructura inicial de los jugadores.

VENTAJAS	INCONVENIENTES
Máximo desarrollo capacidades individuales.	Puede producir descoordinación entre jugadores.
Favorece toma decisiones y adquisición responsabilidades.	Mala ejecución supone anarquía.
Bien ejecutado es difícil de defender.	Puede producir jugadores individualistas.
Útil contra cualquier defensa.	Precisa jugadores con gran dominio técnico y táctico.
No válido scouting contrario.	Resultados medio y largo plazo.
Ideal para aprender a leer defensas. Etapas de formación.	
Todos los jugadores se mueven por todos los espacios.	
Crea oportunidades de anotar para los 5 jugadores.	

SISTEMAS DE ATAQUE POR CONCEPTOS

Son sistemas en los que se dan directrices que conocen todos los jugadores. Se pueden dar diferentes grados de libertad. Se puede regular la situación de jugadores, el orden temporal, movimientos determinados según la defensa, movimientos determinados según la posición de balón o movimientos determinados según el momento de posesión.

VENTAJAS	INCONVENIENTES
Su buena ejecución supone dominio de medios técnicos y tácticos, individuales y colectivos.	Exige amplio dominio y conocimientos.
Ayuda al desarrollo de estilo de juego del jugador y su creatividad.	Resultados a largo plazo (Básico en formación).
Desarrolla inteligencia táctica individual y colectiva.	Exige alta concentración y nivel intelectual.
No se necesitará ataque específico para cada situación defensiva.	
Buenos resultados en etapas de formación e imprescindible en alta competición.	

SISTEMAS DE ATAQUE ESTRUCTURADO

El entrenador establece los medios y modos tácticos colectivos, el orden en que se utilizan, el momento y el lugar y sus variantes. Para realizar sistemas estructurados debemos dominar la táctica individual y las lecturas que hay de las diferentes situaciones tácticas que se dan en el sistema.

Elementos a tener en cuenta a la hora de establecer un sistema estructurado son las características de los jugadores (físicas, técnicas, psicológicas...), como también lo son el tipo de defensa y las características de los jugadores contrarios, los objetivos, las situaciones de rebote y balance defensivo y el tiempo para el aprendizaje.

Los fundamentos específicos que se aplican en un sistema son:

- Bloqueos directos/ indirectos.
- Pantallas.
- Cortes.
- Fintas de recepción.
- Ocupación de espacios.
- Lectura del juego defensivo.
- Inversión.
- Intercambio.
- Rebote de ataque.
- Reemplazar.

VENTAJAS	INCONVENIENTES
La Sistematización de acciones permite al jugador saber lo que tiene que hacer.	Limita creatividad, espontaneidad e iniciativa. En edades tempranas da jugadores autómatas.
Debe prever las mejores situaciones y soluciones para cada jugador.	Diferentes sistemas para diferentes defensas.
	Fáciles de observar y controlar por contrarios.
	Fallo de un jugador provoca interrupción.

SISTEMAS OFENSIVOS

Existen multitud de sistemas ofensivos, cada uno con sus ventajas e inconvenientes, algunos muy empleados y otros reservados para situaciones puntuales, pueden funcionar de manera individual o encadenados... Si bien se podría profundizar mucho más en cada uno de ellos, solo vamos a nombrar algunos de los más utilizados: triangulaciones, shuffle, carretón, rombo, zipper, stagger, bloque central, triple post, corte Ucla, pantallas, flex, etc.

ATAQUE CONTRA ZONA

Para poder realizar un ataque contra zona que sea efectivo hay que tener en cuenta las características de la defensa a la que tenemos que enfrentarnos. Si es par o impar, si es muy agresiva o no, cuales son las características de los jugadores defensivos en su posición y los espacios ocupados.

Los principios del ataque contra zona son los siguientes:

- Contraataque.
- Colocación de función de espacios débiles defensivos.
- Búsqueda de posiciones con alto porcentaje de tiro.
- Penetrar y doblar (fijar a defensores y pasar a compañero con ventaja).
- Movimiento de balón y jugadores.
- Fintas de pase y tiro.
- Bloqueos. Diferentes usos.
- Atención balance defensivo.
- Juego por línea de fondo.
- Sobrecargas.
- Búsqueda de posiciones de pase.
- Paciencia.
- Juego interior-interior.
- Juego interior-exterior.
- Inversión de balón.
- Cortes.
- Rebote.

SALIDA DE PRESIÓN

Si pensamos que podemos recibir una defensa presionante a toda pista, podemos plantear diferentes salidas de presión. Para ello, debemos tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Qué tipo de presión están realizando (Zona-Press / Individual).
- Donde nos realizan los TRAP (2vs1).
- Jugadores clave de la presión.
- Donde están los puntos débiles de la Presión.
- Buscar nuestras ventajas. Donde queremos el balón.
- Líneas de pase pase agresivas y de seguridad.
- Pases cortos.
- Atacar el centro de la zona.
- Controlar el ritmo del partido.
- Ser verticales si generamos superioridad.
- Evitar el balón en zonas de Trap sin línea de seguridad.

CONTRAATAQUE

Se trata de una respuesta rápida al ataque contrario. Sus características principales son la velocidad y la efectividad. Con esto se busca obtener una canasta rápida y fácil, atacar en superioridad numérica, imponer el ritmo de juego o evitar que la defensa rival se organice. El contraataque puede realizarse tras rebote defensivo, tras canasta recibida, tras recuperación o tras tiro libre.

VENTAJAS	
➤	Si se usa mucho puede perderse mentalidad defensiva, sobre todo en el balance y olvidar la importancia de la posesión.
➤	Puede producir pérdidas de balón y contraataque fácil contrario.
➤	Se necesitan jugadores capaces.

Los principios del contraataque son los siguientes:

PRINCIPIOS DEL CONTRAATAQUE	
➤	Bueno para romper ritmo del adversario.
➤	Efectivo para no permitir colocación de la defensa.
➤	Elegir tipo de contraataque en función de características de jugadores.
➤	Motivante para incentivar rendimiento defensivo.
➤	Condiciones necesarias:
-	Buena defensa y poder reboteador.
-	Velocidad mental y de manejo de balón (pase y bote).
-	Determinación y motivación.
-	Buenas finalizaciones (necesaria capacidad para tomar buenas decisiones y adecuado nivel técnico).

TRANSICIÓN OFENSIVA

Es el paso de una situación a otra, concretamente el paso entre el contraataque y el ataque con la defensa organizada. Es la manera de acabar el contraataque si no hay canasta rápida con ventaja, no facilitando a la defensa organizarse. Además, permite aprovechar desajustes del balance defensivo, aprovechando también el tiempo de posesión. No debe sustituir al contraataque.

FONDOS Y BANDAS

Nuestros jugadores deben ser capaces de recibir sin sistema y no obsesionarse con buscar en cada saque una canasta inmediata. El equipo debe asegurar poner la bola en juego y es importante que todos los jugadores sepan lo que se va a hacer y cuál es su papel.

CONCLUSIÓN

El baloncesto, al ser un deporte en el que se enfrentan un equipo contra otro, hace que no todo pueda depender de nosotros mismos, sino que nos podemos ver influenciados por las reacciones del rival. Debido a esto consideramos importante planificar y elaborar nuestro book táctico, para evitar caer en la improvisación y tener marcado el camino a seguir. Pero también debemos ser capaces de adaptarnos a las circunstancias e imprevistos que puedan presentarse a lo largo de la temporada.

Un buen entrenador destaca sobre el resto por su capacidad para poder resolver problemas que van apareciendo con el devenir de la temporada. Por este motivo, debemos fijarnos en todos los detalles posibles a la hora de elaborar nuestro plan a seguir y así plantear nuestras estrategias ofensivas y defensivas.



Pablo Ruíz Fernández de Castro, Seleccionador Preinfantil Masculino FMB.