



César Rupérez

*César Rupérez nació en Pamplona en mayo de 1975 y con sólo 18 años comenzó a entrenar en las categorías inferiores del CB Maristas, club en el que permaneció hasta el año 2006. Durante ese tiempo fue campeón navarro junior masculino en la temporada 1996/1997. En el año 1999 dirigió el Erro y Eugui de 1ª División Nacional y comenzó su labor de entrenador ayudante en liga EBA con el equipo del club, Alvecón Maristas, durante tres años, hasta que en la temporada 2002/2003 le nombraron primer entrenador, puesto en el que permaneció hasta el año 2006, y en el que consiguió mantener al equipo en la zona alta de la categoría. Desde la temporada 2007/2008 dirige el equipo de Liga Femenina 2 UNB-Obenasa Navarra con el que la temporada pasada logró jugar la fase de ascenso a Liga Femenina. Ha colaborado con la Federación Navarra de Baloncesto como monitor y director de campus de verano y tecnificación, como entrenador ayudante de la selección infantil en 1998 y como seleccionador del combinado cadete masculino en tres ocasiones, cargo en el que en el año 2000 obtuvo el 3º puesto en el Campeonato de España y el título de mejor entrenador.*

## Ataque con bloqueos directos

### 1.- Introducción

#### ¿Por qué se juegan tantos BD?

En el baloncesto actual el uso del bloqueo directo es un recurso ampliamente utilizado debido a:

- Facilidad y rapidez para organizar esa situación en el juego de 5c5.
- Amplia variedad de opciones que esta situación genera para ganar una ventaja del ataque respecto a la defensa.
- Forma fácil de asegurarse que el balón lo tenga un jugador con "talento" ofensivo para generar una buena opción de tiro para el equipo.

#### Contribuciones / Inconvenientes del juego con BD

El uso de los bloqueos directos en ataque aporta una serie de contribuciones al juego colectivo, pero a su vez supone una serie posibles inconvenientes. Ambos se detallan en la siguiente tabla:

CONTRIBUCIONES AL JUEGO	POSIBLES INCONVENIENTES
<p>1. La atención de la defensa está en el 2c2, <b>generando más espacio para jugar los otros tres jugadores restantes</b> (aspecto común para todos bloqueos)</p> <p>2. No deja libre la posibilidad de jugar 1c1 para el balón, pero es una <b>ayuda adicional para atacar el aro</b>.</p> <p>3. Genera una gran <b>incertidumbre en la defensa de 1c1 antes y después</b> del bloqueo directo, puesto que la orientación del jugador que defiende el balón debe variar.</p>	<p>1. <b>Abuso</b> del juego con <b>Bloqueos directos</b> (es fácil, cómodo, rápido...).</p> <p>2. Abuso del bote.</p> <p>3. Una <b>mala ejecución</b> anula sus beneficios y genera un <b>conflicto en el juego de ataque</b> puesto que queda poco espacio para el juego de 1c1.</p> <p>4. La intención táctica en el juego sin balón es siempre aclarar y en el juego con balón es siempre atacar 1c1, conceptos que en edades de "formación" pueden hacer que los jugadores <b>no amplíen su abanico de técnica/táctica individual</b>.</p>

Tabla 1.1. Contribuciones / inconvenientes del juego con BD

### 2.- Proceso "Ejecución -> Decisión"

Como en cualquier otro concepto colectivo del juego, los fundamentos individuales (técnica individual, táctica individual) y colectivos necesarios para realizarlo con eficacia son muchos y de diversa naturaleza.

Todas estas habilidades se pueden englobar dentro de un proceso en el que tenemos primero una fase de **EJECUCIÓN** (técnica y táctica individual) y una posterior **DECISIÓN** (táctica individual y colectiva).

El hecho de que los bloqueos directos se utilicen con tanta asiduidad ha hecho que la defensa haya reaccionado proponiendo gran diversidad de alternativas, concediendo a la fase de decisión una gran importancia. De esta forma la lectura de la defensa (táctica colectiva) es un aspecto

clave a la hora de jugarlos.

Sin embargo, no debemos olvidarnos de la fase de ejecución, puesto que de ella depende que podamos sacar rentabilidad de la situación de BD y, por tanto, de que la fase de decisión sea clave como hemos comentado antes.

Este cuaderno técnico se va a centrar en esta primera fase del proceso, aspecto que posiblemente se deje un poco de lado en el entrenamiento del juego con BD (incidiendo la mayoría de veces en la fase de decisión) y provocando algunos de los inconvenientes detallados en la tabla anterior (abuso del bote, poco espacio para el juego de 1c1, etc...).

### 3.- Objetivos en el juego con BD.

Los objetivos cuando se juega un BD deben ser (por este orden):

#### 1º Meter canasta.

Los dos jugadores implicados en el Bloqueo directo no deben perder agresividad hacia el aro. Esto es válido en los momentos previos y posteriores a jugar la situación. De la misma forma, esto es válido para el bloqueador (jugador interior habitualmente) y para el jugador con balón (exterior habitualmente).

#### 2º Provocar ayudas del defensor del bloqueador.

Provocar una situación de incertidumbre/desajuste defensivo, generando dudas sobre la responsabilidad de la defensa del balón, defensa de la continuación, etc. . .

#### 3º Provocar ayudas de defensores no implicados en el BD.

Implicar a más gente en la defensa del 2c2, provocando que se generen situaciones defensivas de "ayuda de la ayuda" y podamos generar juego en ataque para los otros tres jugadores no implicados en el juego del BD.

### 4.- Bloqueos Directos. Ejecución

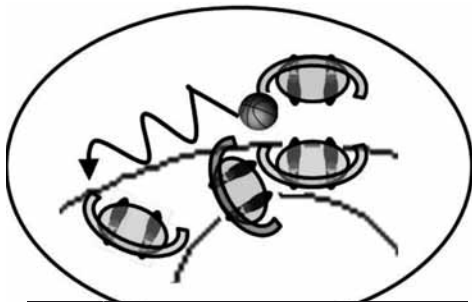
Como se ha comentado anteriormente, la posibilidad de obtener rentabilidad con un BD, está primeramente influenciada por una buena ejecución de la situación de 2c2.

En la fase de ejecución los fundamentos individuales (técnica y táctica individual) son los dos aspectos claves para la correcta realización del BD y son en los que, como se ha dicho anteriormente, nos vamos a centrar en este cuaderno técnico.

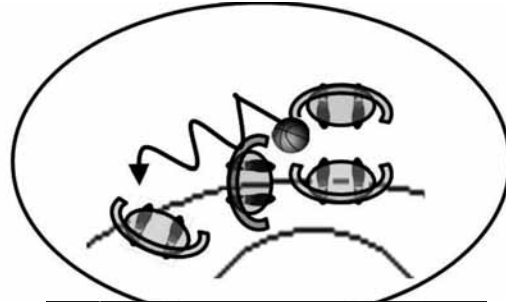
En la siguiente tabla se detallan los aspectos más importantes relativos a la táctica individual (intenciones de juego) en la situación de BD, tanto para el bloqueador como para el jugador con balón.

ANTES DEL BD - "Preparar" el contacto	
Bloqueador	Jugador con balón
1.- Intentar que el defensor del bloqueador llegue "tarde" o "mal colocado" para ayudar al defensor del balón.	1.- Proporcionarse una opción "real-creíble" de jugar 1c1 antes del BD: <ul style="list-style-type: none"> <li>•<b>Botando</b>: Fijar al defensor del balón para que defienda el balón y no el BD. Jugar en zonas/espacios/distancias al aro que constituyan una situación de "rango de tiro" real.</li> <li>•<b>Recepción</b>: Recibir el balón en posiciones cercanas al aro y encarar la canasta. (Fintas de recepción). Fintar juego de 1c1 por el lado contrario al BD. No desaprovechar el primer bote antes de jugar el BD.</li> </ul>
BD - "Generar" el contacto	
Bloqueador	Jugador con balón
1.- No dejar espacio con el defensor del balón y llegar a contactar con él. 2.- Poner el BD un poco por la espalda, no llegar perpendicularmente al defensor del balón (Ver figura 4.1.).	1.- Mantener la atención de su defensor en el balón y en el juego 1c1. 2.- No driblar hasta que no haya contacto del bloqueador si no hemos botado.
BD - "Usar" el contacto	
Bloqueador	Jugador con balón
1.- No continuar hasta que no sienta el contacto del defensor del balón (usar el impacto para iniciar la continuación).	1.- Usar un bote para superar al bloqueador: <ul style="list-style-type: none"> <li>•<b>Botando</b>: Cambio de mano (protección) para conseguirlo.</li> <li>•<b>Sin haberlo botado</b>: Ser agresivo hacia el aro. Echar el balón al suelo desde una altura por debajo de las rodillas.</li> </ul>
BD - "Deshacer" el contacto	
Bloqueador	Jugador con balón
1.- Realizar una continuación larga, separándose del balón todo lo posible: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>"Pick and roll"</b>: Buscando el centro de la zona. (Ver figura 4.2.)</li> <li>• <b>"Pick and pop"</b>: Buscando una posición exterior en primera línea de pase con el jugador con balón. (Ver figura 4.3.)</li> </ul>	1.- Dependiendo de cómo sea la "ayuda", el segundo bote deberá ser para: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ganar espacio para generar líneas de pase y/o distancia con el defensor del jugador con balón.</li> <li>• Ser agresivo hacia el aro para jugar una penetración.</li> </ul>

Tabla 4.1. Ejecución / Intenciones de juego en Bloqueo directo.



**ÁNGULO ADECUADO**



**ÁNGULO NO CORRECTO**

FIGURA 4.1. Ángulo del bloqueo directo

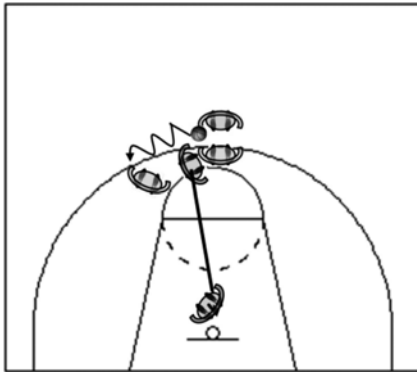


Figura 4.2. Pick and Roll

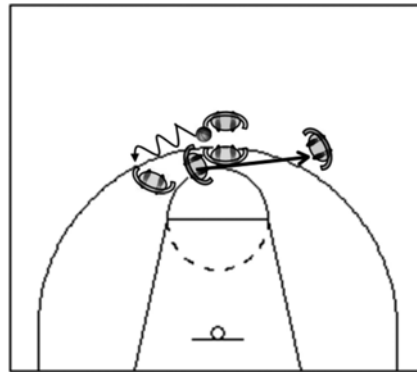


Figura 4.3. Pick and Pop

## 5.- Zonas de juego del BD

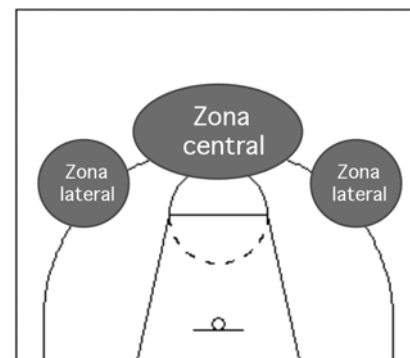
En el juego de BD se produce inicialmente una situación en la que no se respeta el espacio que el jugador con balón tiene para jugar 1c1. Posteriormente es necesario disponer de un espacio libre en la que el bloqueador pueda continuar y el jugador con balón pueda aprovechar las posibles ventajas jugando 1c1.

Por ello, uno de los aspectos para trabajar es la ejecución en una zona adecuada que optimice los beneficios del juego con BD. En caso contrario podemos encontrarnos con situaciones beneficiosas para la defensa:

- Ayuda de las líneas del campo (fondo – banda) para el planteamiento defensivo del BD.
- Obligatoriedad del ataque de jugar el bloqueo en una determinada dirección (información de gran valor para la defensa).
- Poco espacio para “deshacer” el contacto (sea Pick & Roll o Pick & Pop), aspecto que puede provocar que, a pesar de haber obtenido una

ventaja en el bloqueo directo, no se pueda materializar en una buena opción de tiro.

Las dos zonas óptimas para jugar los bloqueos directos son las que se pueden ver en la siguiente figura.

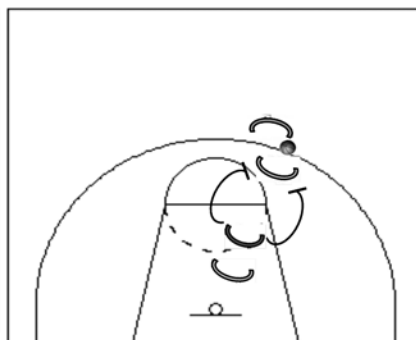
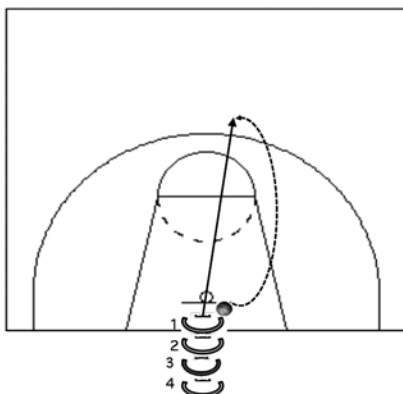


En ambos casos (Zona lateral y zona central), el bloqueo se puede jugar en cualquiera de las dos direcciones, las líneas no suponen una ayuda “extra” para la defensa y hay espacio para que la continuación sea dentro o fuera.

## 6.- Ejercicios

En este apartado se plantean algunos ejemplos de situaciones de trabajo dirigidas/enfocadas a la mejora en la fase de ejecución del BD.

### 2c2. con bloqueo directo



#### Objetivo:

Trabajo de las fases de “preparar”, “generar” y “usar” el contacto en el BD tras recepción.

Zona de juego del bloqueo directo.

#### Descripción:

Jugadores dispuestos en una fila y el primero de ellos con balón. 1 será el jugador con balón, 2 será el defensor del jugador con balón, 3 será el bloqueador y 4 será el defensor del bloqueador.

1 realiza un autopase buscando el balón, encarrando la canasta. 2 le persigue detrás convir-

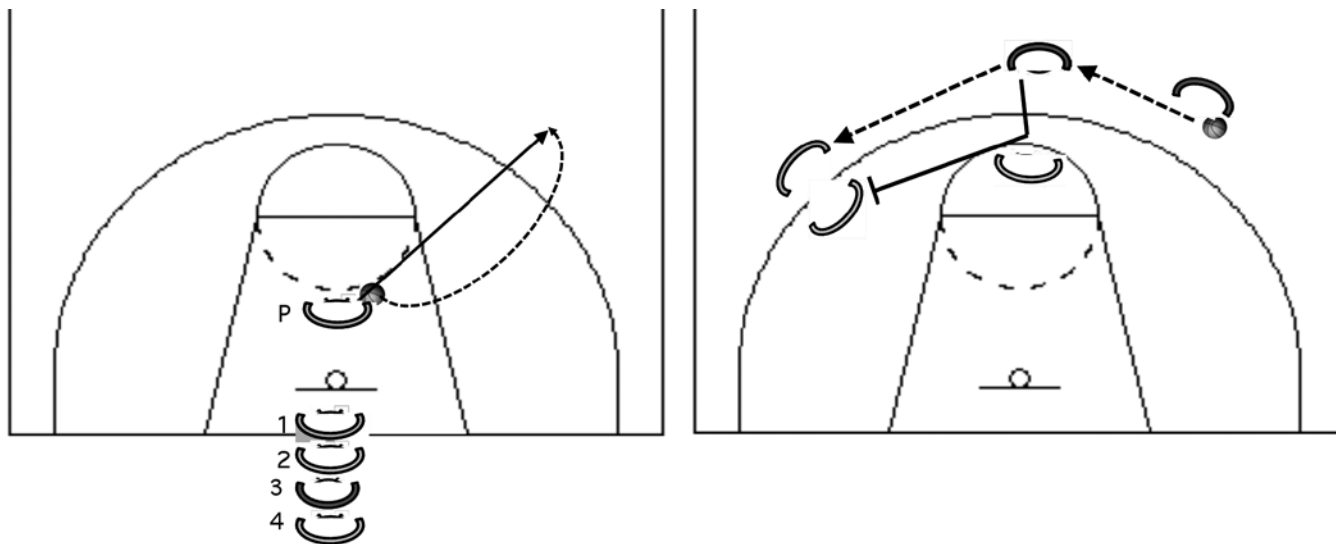
tiéndose en el defensor del balón. 3 sale cuando el entrenador indique para poner el bloqueo directo y 4 le persigue para defender el bloqueo directo.

### Aspectos claves:

**1** – Jugador con balón puede elegir la dirección que quiera (central o lateral), teniendo en cuenta las zonas óptimas de juego de BD. Deberá trabajar una buena recepción tras el autopase, que le permita jugar 1c1 y/o tirar. Además tiene que mantener la atención del defensor en el juego 1c1 mientras llega el bloqueador y no botar antes de que exista contacto con el bloqueador.

**2** – El bloqueador debe intentar que su defensor llegue tarde (arrancando rápido y/o fijando antes de arrancar) y mal colocado (eligiendo la dirección del bloqueo lo más tarde posible). Puede jugar continuación abierta o dentro.

## 2c2. Bloqueo directo tras cambiar balón lado



### Objetivo:

Trabajo de las fases de “preparar”, “generar” y “usar” el contacto en el BD tras cambiar el balón de lado – zona de juego del bloqueo directo.

### Descripción:

Jugadores dispuestos en una fila y el primero de ellos con balón. P será el pasador, 1 será el bloqueador, 2 será el defensor del bloqueador, 3 será el jugador con balón y 4 será el defensor del jugador con balón.

P realiza un autopase hacia un alero buscando el balón y encarando la canasta. 1 juega a la posición central. 2 sale a defenderle intentando evitar el pase del pasador. 3 sale cuando el entrenador indique para recibir en el alero contrario y 4 le persigue para evitar el cambio de balón de lado.

### Aspectos claves:

**Situación previa al BD** – 1 y 3 deben trabajar fintas de recepción para poder recibir en las zonas de juego asignadas (en especial 3 que deberá jugar el BD en una zona óptima de juego). Necesario encarar

### Variantes:

**Variante A** – La situación inicial de comienzo (debajo del aro, esquina, lateral, etc. . .) puede ser cualquiera. Esta opción nos proporciona una variable importante en aspectos clave como encarar el aro tras la recepción, espacios en el juego 1c1 previo al bloqueo o ángulo del bloqueo.

**Variante B** – Podemos empezar con 1 y 2 en medio campo jugando un 1c1, mientras que 3 y 4 están debajo del aro preparados para ir a poner el BD. En este caso trabajamos las mismas fases (preparar, generar y usar) pero en un BD con jugador balón botando.

el aro tras la recepción para poder tirar y/o jugar 1c1. Damos libertad a cualquiera de los dos para jugar (siempre tras haber encarado el aro)

**Bloqueo directo** – El jugador con balón (3) trabaja la atención del defensor con balón fintando 1c1 por la línea de fondo y no desaprovechando el primer bote. **Bloqueador** (1) debe fijar a su defensor para que llegue “tarde” o “mal colocado” a la defensa del bloqueo o directo. Puede jugar continuación abierta o cerrada.

### Variantes:

**Variante A** – La situación inicial puede variar. Por ejemplo el pasador va a la esquina, el bloqueador y su defensa (1 y 2) van al alero de ese lado y jugador con balón y su defensa (3 y 4) van a la posición central jugando un BD en la zona central.

**Variante B** – Se puede obligar al defensor del jugador con balón (4) a defender cara a cara la línea de pase desde la posición central, generando una situación propicia para fundamentos como la puerta atrás o el mano a mano (evolución del bloqueo directo).