

Bozidar Maljkovic

Entrenador ACB. Un palmarés impresionante le avala. Formado en la cante-
 ra de entrenadores de la ex Yugoslavia, pasó por el Usce
 Belgrado, el Radnicki, el Estrella Roja y recaló en la
 Jugoplastika de Split, equipo con el que ganó 2 Copas de
 Europa además de varios títulos de liga y copa en su país.
 Tras su paso por el Barcelona, una Copa del Rey y un subcam-
 peonato europeo, pasó a dirigir al Limoges con el que
 logró su tercer título continental además de un doblete en liga
 y copa gala. A continuación encabezó el Panathinaikos duran-
 te dos temporadas y ganó su cuarta Copa de Europa y la Copa
 griega. Tras un año en París y otro sabático, durante tres
 temporadas dirige al Unicaja (una Copa y un subcampeonato
 en la Korac, y otro de Liga) y posteriormente dos tempora-
 das al frente del Real Madrid con el que ganó la Liga ACB en la
 temporada 04/05. Nominado mejor entrenador europeo en
 tres ocasiones y en otras dos el mejor para la Asociación
 Francesa de Entrenadores.

Relación juego exterior-interior

Quisiera comenzar subrayando que para mí los jugadores altos son diferentes de los exteriores. Son delicados porque cuando son jóvenes no sabes qué altura van a alcanzar (por ejemplo Toni Kukoc). No se debe etiquetar como postes a los chicos altos. Prefiero que sea el jugador, jugando libremente, quien nos diga dónde puede jugar. Debemos hacer jugadores al principio, para más adelante hacer equipos. Hay tiempo.

En la Yugoplastika nos faltaba un gran pívot para ganar. Esta carencia se solventó con la maduración de Dino Radja. A mí me gusta disponer de un constructor de juego -como un segundo base- en el poste alto o bajo, y un poste clásico dentro, donde los porcentajes son muy altos.

¿Qué podemos hacer para que reciban el balón cerca del aro? En algunas ocasiones, cuando el poste bajo está de espaldas al aro, el defensor no puede ver el balón.

Estoy convencido de que lo que diferencia a un buen pívot de una estrella es su capacidad para leer el juego. En este aspecto los pívots van mejorando año a año gracias a la experiencia. Después de

esta característica, y en segundo lugar, podemos situar a la preparación física necesaria para poder desarrollar ese juego.

EJERCICIOS

► Atacante y defensor en posición exterior con dos balones. El poste defiende a (5) en posición de ayuda bien flexionado -entre 95 y 135 grados- e intenta robar el primer pase. Luego, el base penetra con el segundo balón y el poste intenta pararle lo más lejos del aro que pueda -sin cometer falta ni taponar-. El base no puede doblar el balón a (5). En un paso más avanzado, (5) puede moverse y el base que penetra puede pasarle -permitiremos también taponar al defensor, diagrama 1. Es importante trabajar con fintas defensivas; creo que en España se utilizan poco.

► (1) penetra por la derecha -mientras su defensor toca una marca arriba y recupera- y el defensor de (5) le intenta parar con los brazos arriba. El defensor de (4) se pone entre los dos postes y saldrá a defender a aquel que reciba del base. El defensor de (5) recupera al otro poste, intentando que no entre el

balón dentro de la zona, diagramas 2 y 3.

Las recuperaciones defensivas son otro de los defectos del basket español. Quiero insistir mucho en la posición flexionada del defensor de (5) y en trabajar mucho con el cuello para ver a su hombre y al balón.

Trabajo estos ejercicios con contraataque ó primer pase y correr hasta medio campo, para habituarse a correrlo.

► Añadimos otro jugador exterior al ejercicio, diagrama 4. El defensor de (2) realiza un flash para que (5) no reciba con facilidad. Pide a los defensores que ataquen el balón. No quiere conceder tiros cómodos. Cuando el defensor de (5) salta a parar la penetración de (1) lo hace como un portero de balonmano -con los brazos arriba.

Cuando me encuentro con un poste bajo que nos hace daño, intento -con agresividad- alejarse un metro para que no reciba en su posición favorita. Si le saco un metro del poste bajo le estaré obligando a ser muy buen jugador para sacar ventaja.

Nunca permito que el poste bajo reciba fácilmente. Para ello, su defensor nunca puede estar por detrás del

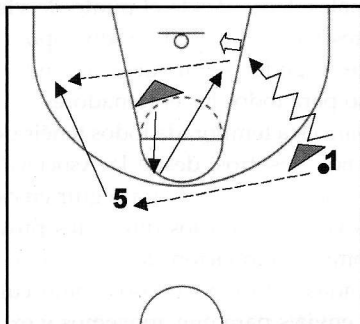


DIAGRAMA 1

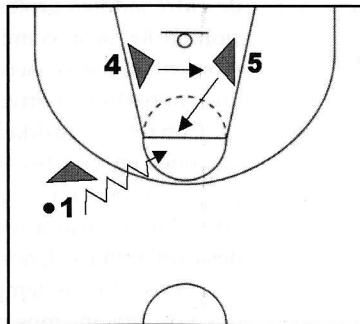


DIAGRAMA 2

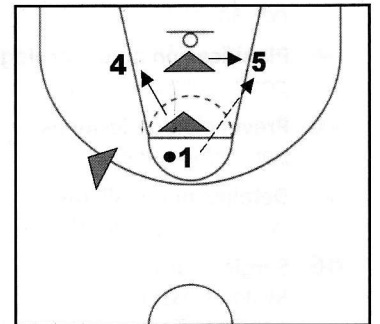


DIAGRAMA 3

► atacante, *diagrama 5*. Quiero que ataque su hombro -el derecho o el izquierdo, según el scouting-. En general, contra los postes hay que revitalizar el trabajo de la cabeza. Jugar muy duro, con agresividad, contra el (5) (algo semejante a hacer una defensa mixta: pressing al (5) y uno contra uno con el resto).

También les pido fintas defensivas, para que el poste juegue el balón como si su defensor estuviera en el lado contrario de su cuerpo, ó empujar y volver atrás. En definitiva, no quiero que el atacante sepa con seguridad dónde se encuentra su defensor.

Si el poste se abriera un poco para encarar el aro, le defiende como si fuera un jugador exterior. Deseo atacar el balón y molestar el tiro sin saltar nunca al tapón. Quiero utilizar mucho el cuerpo en defensa para que el poste note el peso de su defensor.

No me convence defender al poste bajo por delante, *diagrama 6*. Si me veo obligado a ello, no me pondré por delante de manera frontal, sino de lado e intentaré empujarle hacia el aro para obligarle a salirse de la zona si quiere evitar violar la regla de los tres segundos, *diagrama 7*.

Además, si está muy cerca del aro, será más difícil que pueda recibir un pase bom-

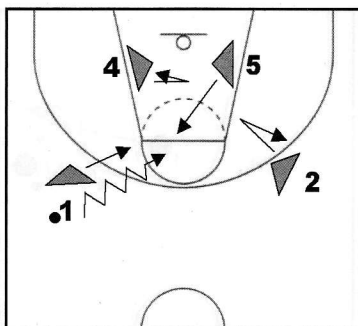
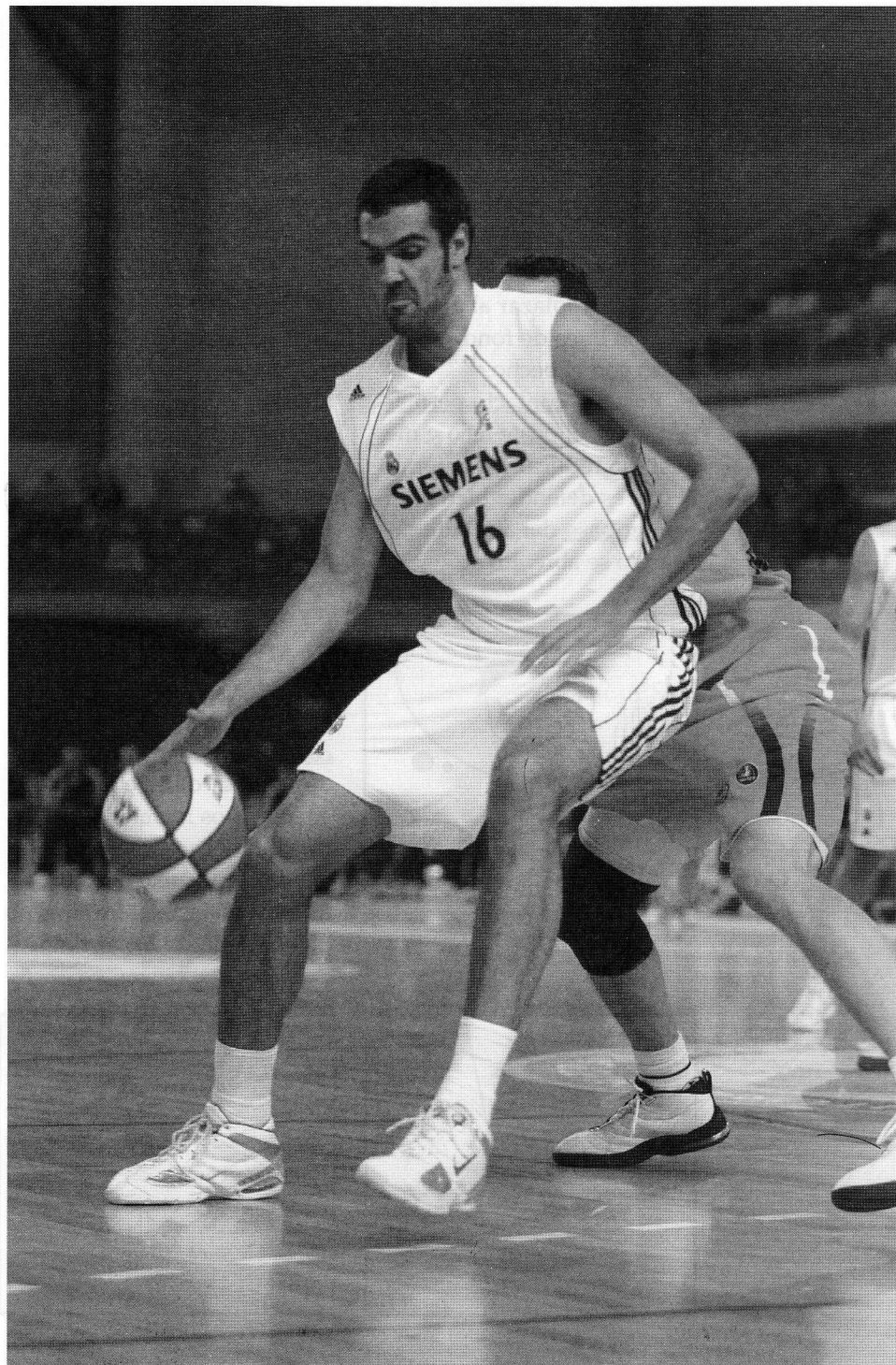


DIAGRAMA 4

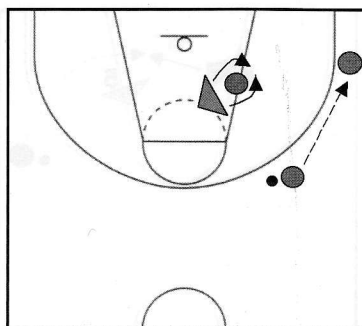


DIAGRAMA 5

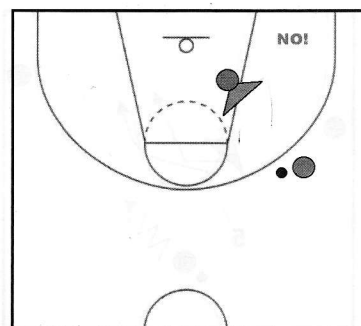


DIAGRAMA 6

beado (incluso podría robarlo saltando gracias a su posición no frontal).

En caso de que haya un tiro estando por delante, recomiendo desengancharse del poste y entrar al rebote como si fuera un rebote ofensivo o levantar los brazos e intentar desplazar al atacante hacia la línea de fondo empujando con el pecho.

Busco el contacto permanente con el poste bajo y me gustaría recalcar lo importante que es defender bien el primer paso del atacante cuando se abre. En el

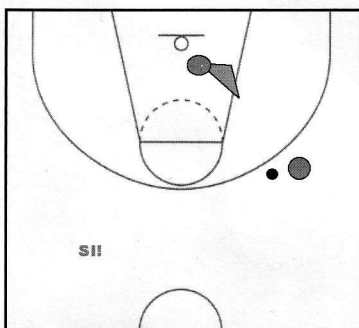


DIAGRAMA 7

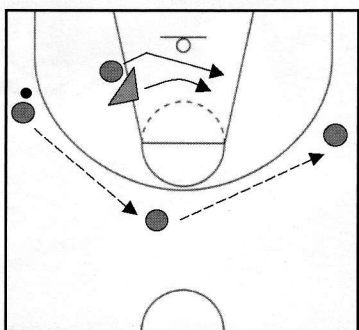


DIAGRAMA 8

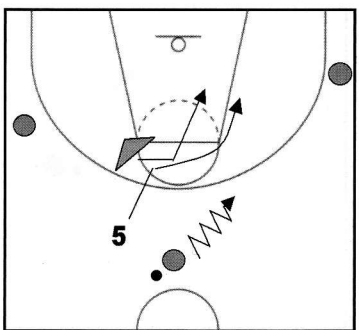


DIAGRAMA 9

momento de recibir, el defensor ataca el balón para romper la continuidad del movimiento.

Utilizo el pecho y las piernas cuando el poste recula y busco el contacto con el atacante antes de cada tiro, con los brazos verticales.

► En este punto, realizo ahora el ejercicio con tres pasadores y un jugador interior. Posteriormente empezaremos más alto para chocar con el poste desde arriba y no dejarle buscar fácilmente su posición, *diagramas 8 y 9.*

► También se puede añadir un segundo poste, *diagrama 10.*

Todos estos ejercicios se combinan con el rebote y el contraataque.

A partir de este momento ajustaremos la defensa en función del scouting. Si el exterior que mete el balón interior no es buen tirador, su defensor podrá hacer fintas

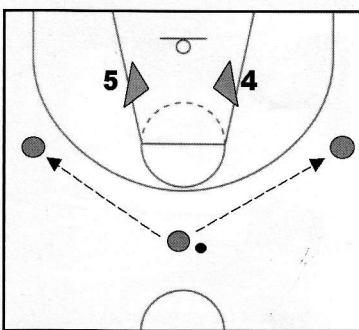


DIAGRAMA 10

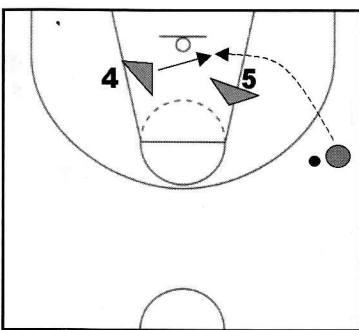


DIAGRAMA 11

largas, ayudar al poste o incluso saltar dos contra uno. También puede orientar al poste hacia el fondo y cambiar si hay pase por arriba, *diagrama 11.*

En el rebote defensivo soy partidario de orientar al pívot dándole un lado para cerrarle mejor, *diagrama 12.*

En los tiros libres, me gustaría insistir en la lucha que se produce en el rebote entre el atacante, que intenta en la medida de lo posible separarse del defensor y éste último, que desea acercarse a él.

Respecto a la defensa del bloqueo directo, pienso que el defensor del bloqueador debe avisar el bloqueo, mientras que el bloqueado aguantará al bloqueador con el brazo para dejarse espacio y luego con dos pasos más próximos al karate que al basket superar el bloqueo, primero con la pierna izquierda y después con la derecha, *diagrama 13.* □

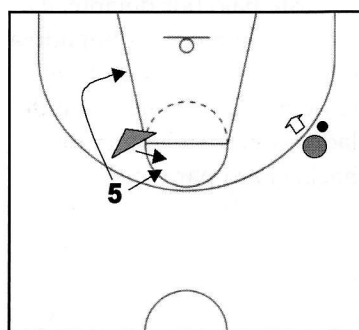


DIAGRAMA 12

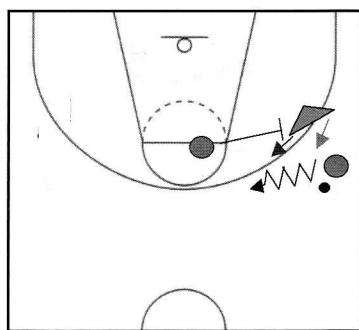


DIAGRAMA 13