

# BLOQUE TÁCTICA

# SISTEMAS BÁSICOS



FEB

CURSO DE ENTRENADOR SUPERIOR



## ÍNDICE

1. FLEX
2. CARRETÓN
3. ZIPPER O CREMALLERA
4. TRIPLE POSTE
5. ALGÚN MOVIMIENTO TÍPICO DE SALIDA DE TIRADORES
6. SHUFFLE
7. BLOQUEOS DIRECTOS EN CABECERA

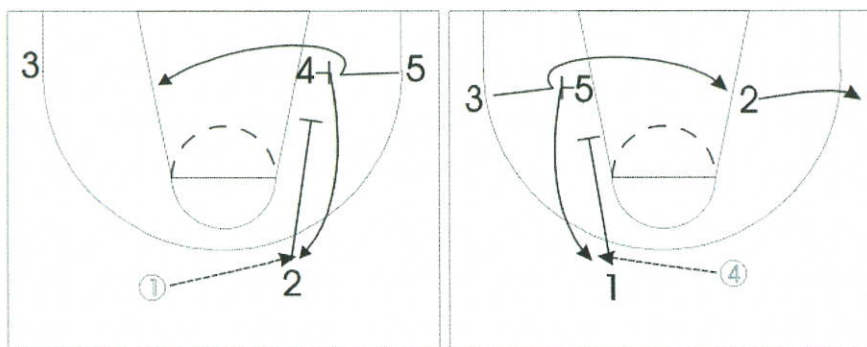
### 1. Flex:

Flex es un sistema continuo (se podría jugar "eternamente" si el reglamento no tuviera limitaciones de tiempo), es universal (todos los jugadores pasan por todos los puestos).

Normas:

- Es un sistema cuya norma principal es "El que bloquea es bloqueado".
- Poste bajo del lado dónde va el balón debe quedar libre (para dejar la entrada de quien recibe un bloqueo)

Lo vemos:



Como se puede observar, el segundo gráfico es igual que el primero (en el lado contrario) con la disposición de jugadores cambiada (todos van a pasar por todos lados).

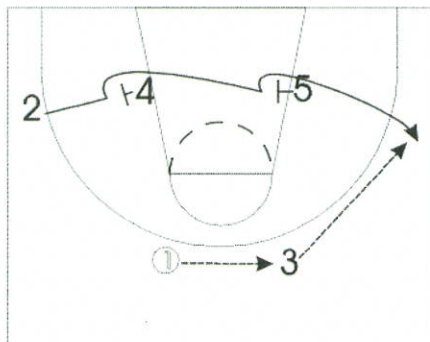
Esta es la idea básica del Flex. A él se pueden llegar de muchas formas iniciales, lo mismo que hay variantes sobre esta idea.

Evidentemente, el sistema no se limita a pases en horizontal por la cabecera; normalmente se aplica la norma de que: Si paso en horizontal me muevo en vertical, y si paso en vertical me muevo en horizontal.

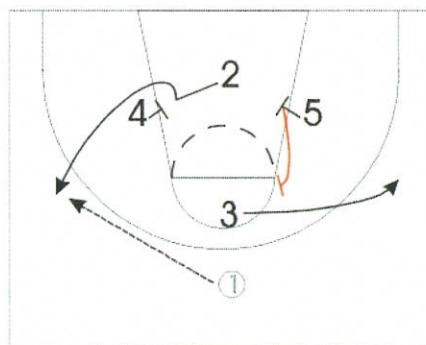
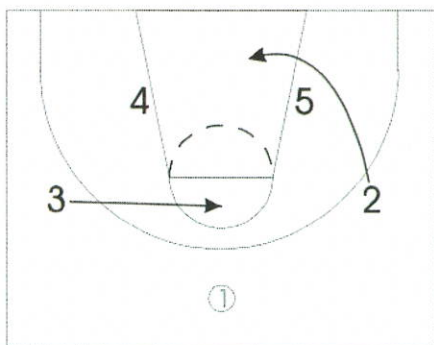


## 2. Carretón:

El concepto de carretón es un jugador tomando bloqueos por línea de fondo.

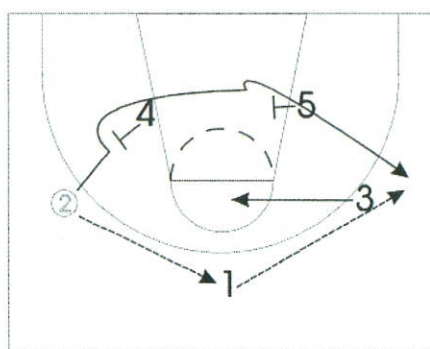


La forma más típica actual de jugar carretón es en una disposición de rombo; veamos un ejemplo más completo:



(en rojo opcional)

Muchos equipos le dan una segunda vuelta a este movimiento:



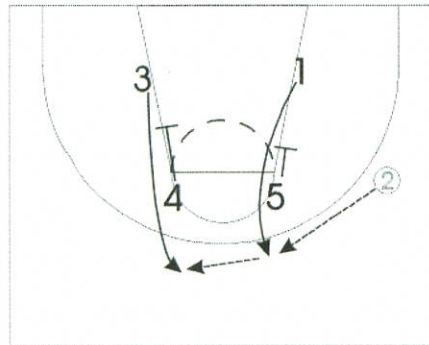
Por último, haría que comentar que cada vez que el exterior está en el centro de la zona para coger los bloqueos, en realidad puede tomar cualquiera de los dos para salir (en los gráficos anteriores siempre ha salido por el lado contrario a por dónde ha entrado, pero podría ser que entrara y que saliera por el mismo lado. El jugador que se coloca en tiro libre siempre va al lado contrario al elegido, por el que toma bloqueos por línea de fondo).



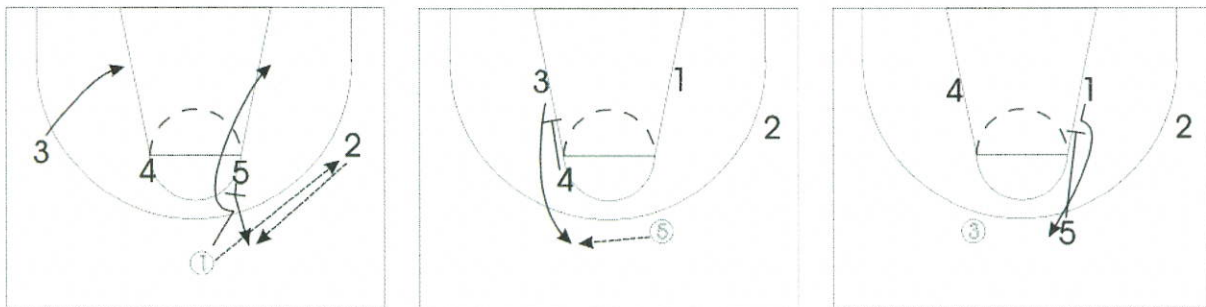
### 3. Zipper o Cremallera:

Zipper es un sistema de bloqueos verticales en “caja” que suele empezar con un Corte UCLA, o con el base decantándose hacia una banda botando. Los bloqueos, aunque en pureza son de arriba abajo, pueden adoptar cualquier combinación (los dos de arriba abajo, uno de arriba abajo y el otro de abajo a arriba o ambos de abajo a arriba)

Vemos la esencia:



Un ejemplo típico y más elaborado de Zipper: Tiene una entrada en Corte UCLA

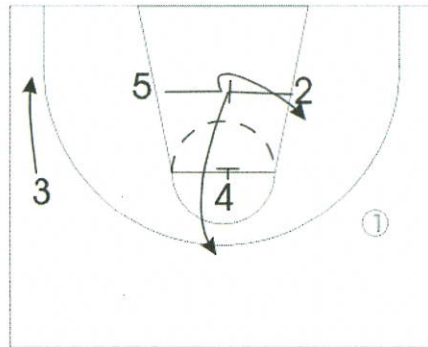


Le podías añadir más cosas, como por ejemplo que el jugador 2 (en el gráfico 3) cortara en “carretón” sobre los bloqueos de 1 y 4, antes de que 1 tomara el bloqueo de 5.

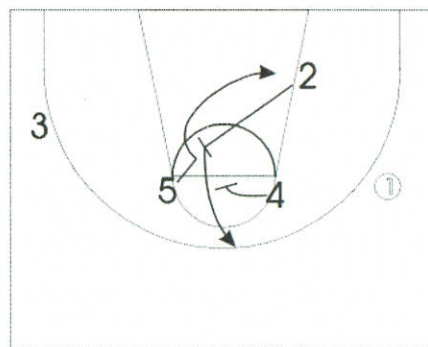


#### 4. "Triple Poste"

El concepto es un bloqueo por línea de fondo para que alguien ocupe el poste bajo de lado de balón y salida a cabecera del que ha puesto el bloqueo recibiendo bloqueo de otro jugador colocado en tiro libre:



A veces el triple poste se juega con un bloqueo diagonal en vez de horizontal, lo vemos:



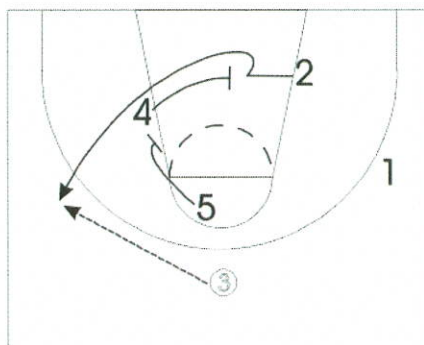
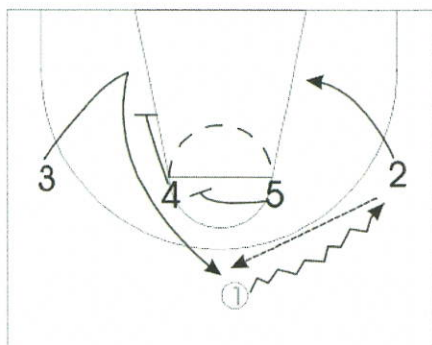
A esta situación, igual que la anterior, se puede llegar de varias maneras: botando hacia la banda, con pase y corte UCLA...



### 5. Algún movimiento típico de salida de tiradores:

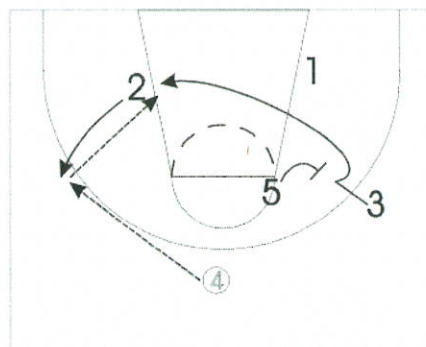
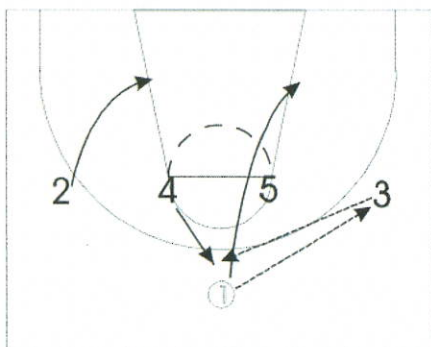
Existen muchas opciones; no obstante, aquí hemos querido resaltar uno de ellos que se utilizan actualmente en el baloncesto profesional con bastante éxito.

La clave de este tipo de movimientos es la secuencia de ellos, el "tiempo" de los bloqueos y el movimiento del lanzador, así como los ángulos utilizados y las necesidades de pase para que tenga éxito.



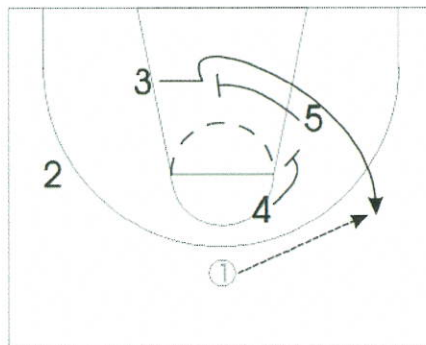
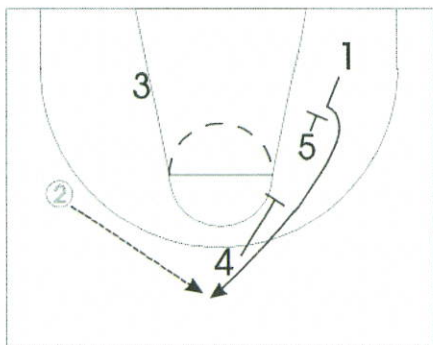
### 6. Shuffle:

Shuffle es un movimiento de un bloqueo diagonal a un exterior para que entre al poste bajo. Veámoslo:



Genera buenas ventajas si se tiene en el equipo a un alero alto con ventaja en el emparejamiento, o bien con buena capacidad de juego en el poste bajo.

Normalmente, el shuffle (pronunciado <chafel>) se suele combinar con salida de tiradores, continuando la situación expuesta de la siguiente forma.

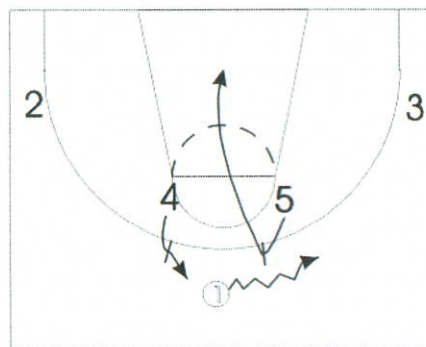
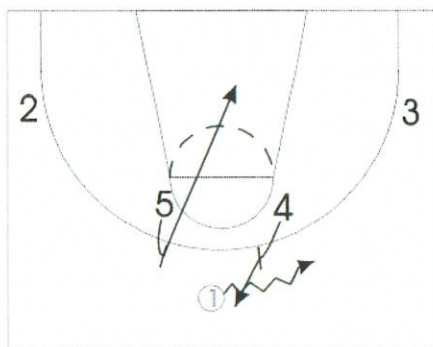


Como se puede ver, estas continuaciones generan varias opciones de lanzamiento para diferentes jugadores, generando riqueza al movimiento.

### 7. Bloqueos directos en cabecera:

Esta situación es posiblemente, la más repetida en el baloncesto de los últimos años. Las mejoras de las habilidades de los jugadores grandes en lo referente a la movilidad y al lanzamiento exterior, provocan que sacarlos fuera –además de abrir muchos espacios- les permite ofrecer un amplio abanico de posibilidades ofensivas al equipo.

La riqueza de las posibles continuaciones, hacia dentro, hacia fuera, bloqueos,... hacen de este movimiento uno de los más ejecutados hoy en día.



En el gráfico 1, el que bloquea es el que se abre, continuando el pivót contrario al lado de salida del jugador con balón.

En el gráfico 2, al contrario, es el jugador que bloquea quien cae a la zona, abriéndose el pivót del lado contrario.

Ambas situaciones permiten generar juego entre pivots, herramienta muy útil para ampliar los espacios e incrementar las posibilidades de ventajas técnicas individuales.

**ENE-FEB**