Transiciones

Estos ejercicios están sacados de los apuntes del Maestro Tex Winters.

Por **Franco Pinotti** · Entrenador Nacional

TIPO	NIVEL	LECTURA
Transiciones	Medio - alto	3 minutos



Tex Winters las utilizaba para introducir a sus jugadores a jugar el famoso “Triángulo” que hizo célebre con los Chicago Bulls, con algunos ajustes para adaptarlos al basket Fiba.

TRANSICIONES 3c3

3c3

Primera opción

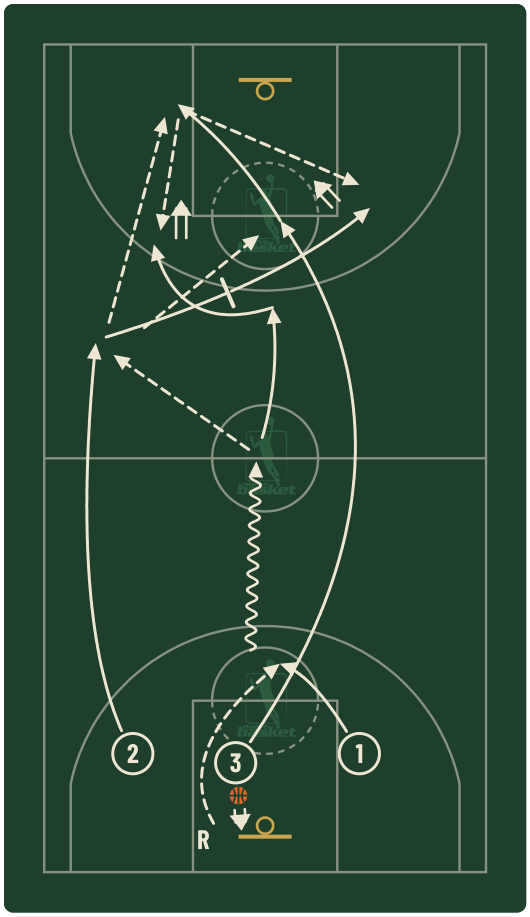


Diagrama A

Se trabaja en progresión, antes en 3c0, luego incluso con superioridad numérica, 3c2, y finalmente con 3c3, con bloqueos y sin bloqueos.

"No hay sustituto para el esfuerzo. Y si no te esfuerzas, serás sustituido".

La primera opción, tras la salida, es con (1) que abre el balón rápido hacia (2) y éste lo mete al poste bajo a (3). (2) bloquea a (1) que va lateral para recibir y tirar. (2) se va al lado contrario donde también puede recibir.

3c3

Segunda opción

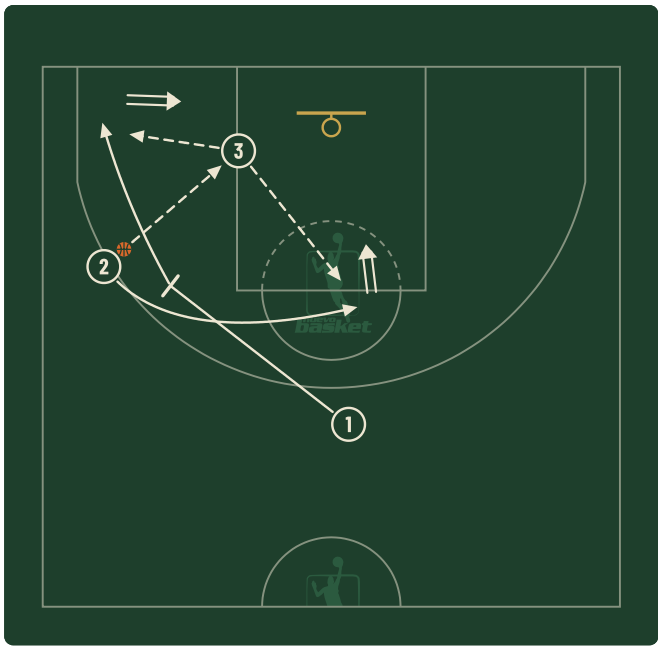


Diagrama B

La segunda opción es parecida a la primera.

Pero ahora, tras meter el balón a (3), es (1) que bloquea o intercambia con (2) y luego se va a la esquina para poder recibir.

3c3

Tercera opción

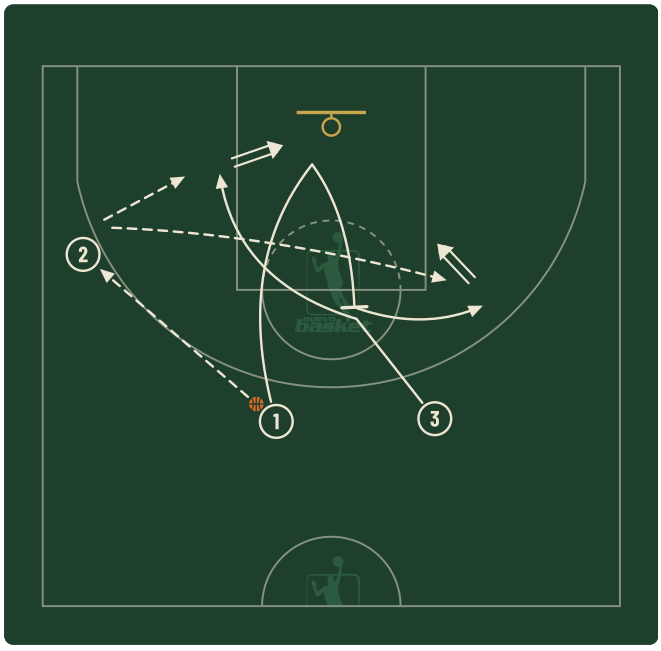


Diagrama C

La tercera opción:

Meter el balón hacia (2) y si (3) se retrasa, es (1) quien corta y vuelve sobre sus pasos para bloqueo ciego a (3) y seguidamente abrirse para recibir.

TRANSICIONES 4c4

4c4

Para empezar

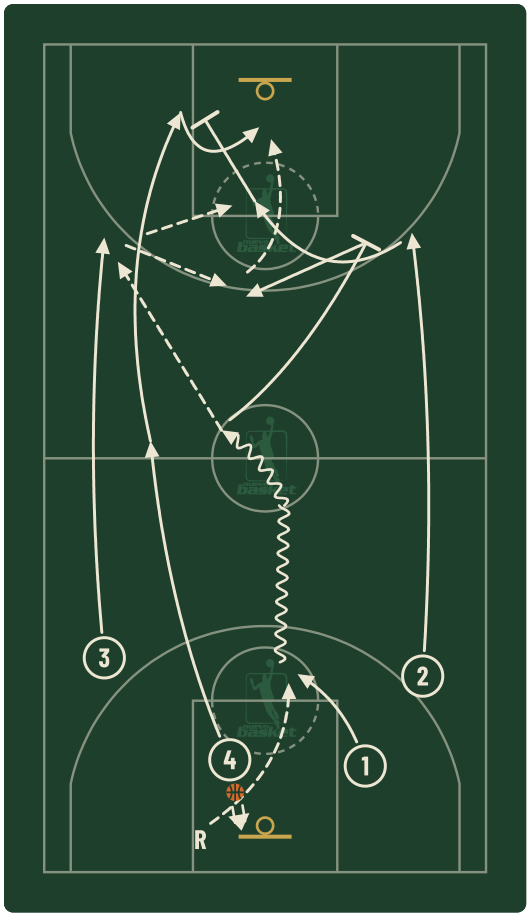


Diagrama A

Jugando con 4 jugadores abrimos el abanico de opciones.

Abrimos el juego con pase de (1) a (3) mientras (4) va al poste bajo del lado balón. (1) bloquea indirecto a (2) que corta y, si no recibe, bloquea a (4) para el 1c1 interior. (1), tras bloquear, vuelve a abrirse y es el que tiene que entrar el balón o cambia el balón de lado.

4c4

La continuación

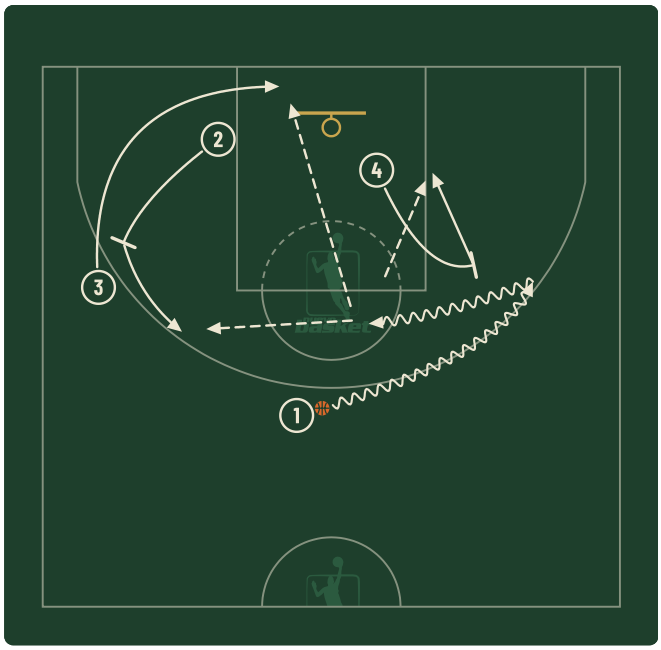


Diagrama B

En la continuación introducimos el pick and roll (PR) entre (4) y (1). Mientras tanto en el lado contrario (2) y (3) se bloquean o intercambian posición y juegan sobre las ayudas defensivas.

4c4

Última opción

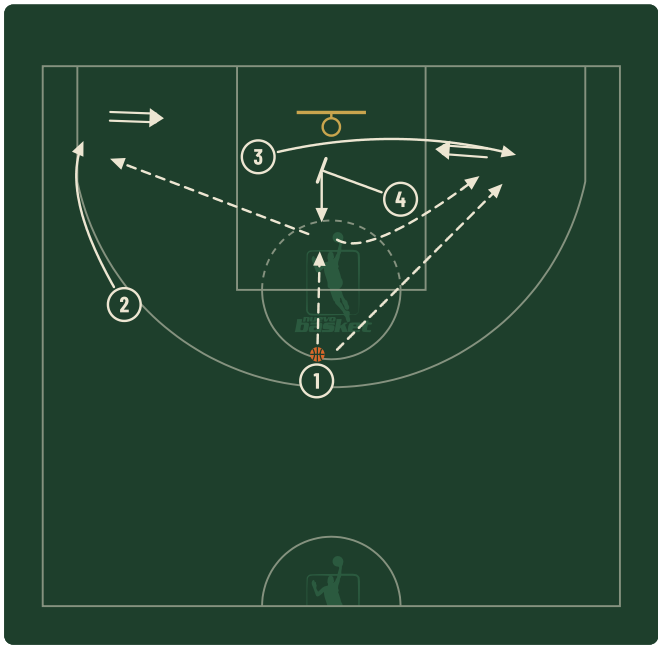


Diagrama C

En la última opción siempre buscamos el juego interior para (4). En este caso si no hay ventaja en el PR, (4) bloquea sobre el cortede (3) y gana posición para recibir de (1), con los tiradores abiertos

OPCIONES FINALES

El bloqueado siempre corta interior

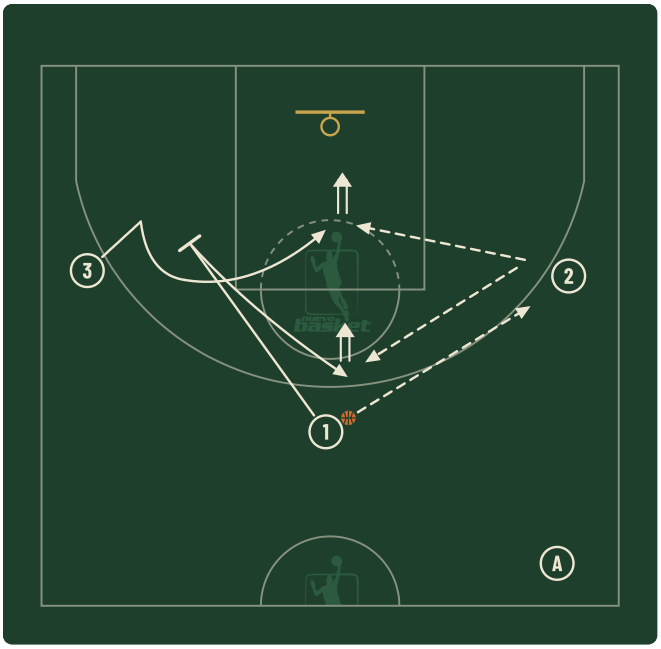


Diagrama A

La opción más sencilla es el bloqueo indirecto (BI) con la peculiaridad que el bloqueado siempre corta interior mientras al bloqueador vuelve a saltar hacia fuera, figura A. En este caso (2) puede pasar tanto a (3) como a (1).

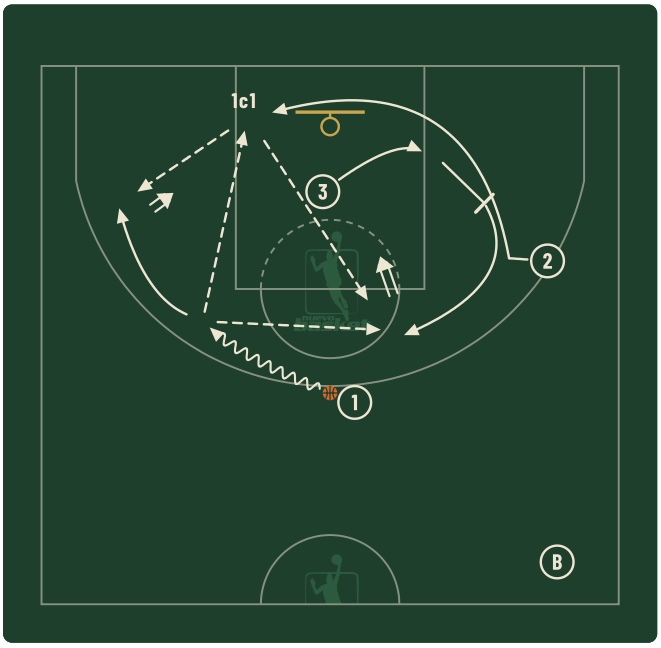


Diagrama B

Si recibe (1), automáticamente (3) bloquea ciego para (2) con distintas finalizaciones, figura B. En los bloqueos, debe ser el cortador que trabaja para enganchar a su defensor, evitando así las faltas de ataque del bloqueador por moverse ilegalmente.

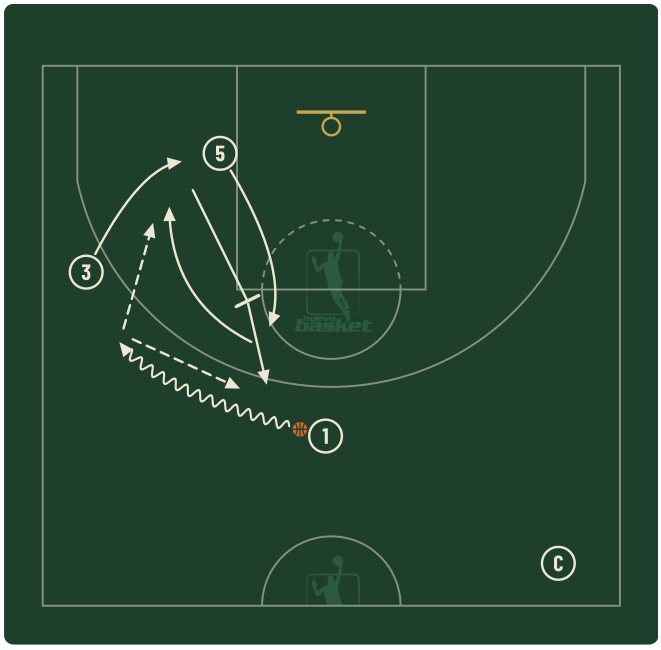


Diagrama C

En el siguiente movimiento jugamos con dos exteriores y un interior. (1) "empuja" botando a que (3) vaya al poste bajo y (5) al alto, figura C. A partir de aquí hay un bloqueo bajo/alto entre (3) y (5). Si el balón va hacia fuera, figura D, (3) cambia de lado botando mientras (5) bloquea ciego para el corte de (1).

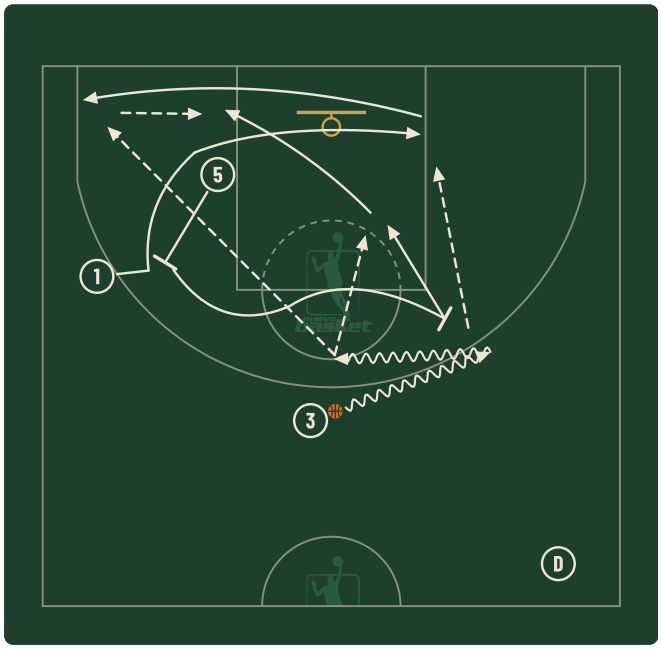


Diagrama D

Tenemos distintas opciones: (3) puede dar a (1) o puede recibir el bloqueo de (5) para el pick and roll (PR). Hay continuación para (5) o doblar para el tiro de (1) desde la esquina.