

LA PAZ CABO VELAS TIBURONES

PROGRAMA FULL COURT

Creado por el Coach John Sandberg

EDICIÓN DEL ENTRENADOR 2026

Un sistema de enseñanza completo para edades 7–18: ofensiva de espaciado, presión defensiva en cada nivel de la cancha, y sets de élite de los mejores cuerpos técnicos del basquetbol.

FILOSOFÍA · INFANTIL 7–10 · SECUNDARIA 11–13 · PREPARATORIA 14–18
OFENSIVA · ZONA · SETS DE ÉLITE · DEFENSA · PRESIONES · SAQUES

Contenido

Contenido 1

Filosofía del Programa 5

- Identidad Ofensiva — Por Qué el Espaciado Primero . . . 5
- Identidad Defensiva — Presión en Tres Niveles . . . 5
- Escalera de Desarrollo del Jugador . . . 5
- Cómo Diseñamos la Práctica . . . 6
- Arco de Temporada de 8 Semanas . . . 6
- Terminología del Programa . . . 6

Desarrollo Infantil 7

- Prioridades de la Etapa . . . 7
- Plan Semanal — Sesión A: Dominio del Balón y Definición (60 MIN) . . . 7
- Plan Semanal — Sesión B: Pasar, Cortar y Jugar (60 MIN) . . . 7
- Plan Semanal — Sesión C: Día de Competencia (60 MIN) . . . 8
- Biblioteca de Ejercicios . . . 8

Secundaria 9

- Prioridades de la Etapa . . . 9
- Plan Semanal — Sesión A: Fundación de Habilidades (75 MIN) . . . 9
- Plan Semanal — Sesión B: Instalación de Conceptos (75 MIN) . . . 9
- Plan Semanal — Sesión C: Día de Competencia (75 MIN) . . . 10
- Biblioteca de Ejercicios . . . 10

Preparatoria 11

- Prioridades de la Etapa . . . 11
- Plan Semanal — Sesión A: Habilidades + Fundación Defensiva (90 MIN) . . . 11
- Plan Semanal — Sesión B: Instalación del Sistema (90 MIN) . . . 11
- Plan Semanal — Sesión C: Preparación de Partido y Competencia (90 MIN) . . . 12
- Biblioteca de Ejercicios . . . 12

Ofensiva 13

Pistol 21 — Chase (Acción Base) . . . 14
Pistol 21 — Keep . . . 16
Pistol 21 — Dribble / Down . . . 18
Chin — Ofensiva de Dos Guardias de Beilein . . . 20
Shuffle — Ofensiva de Dos Guardias de Beilein . . . 22
Motion de Dos Guardias — Reglas de Puerta Atrás de Beilein . . . 24
Motion 5-Out — Pasa, Corta y Rellena . . . 26
5-Out — Penetrar y Espaciar . . . 28
5-Out — Tejido (Entregas de Mano) . . . 30
5-Out — Pantalla Directa Sorpresiva . . . 32
Contragolpe 5-Out — vs Cambios . . . 33
Motion 4-Out 1-In . . . 35
Contragolpe 4-Out — vs el Carril Empacado . . . 37
Ofensiva Swing (Bo Ryan · Wisconsin) . . . 39
Dribble Drive Motion (Walberg · Calipari) . . . 41
Continuidad de Pantalla Directa . . . 43
Contragolpe CBSO — vs Cambia-Todo . . . 45
Motion de Pantallas (Rick Majerus) . . . 47
Horns Twist . . . 49

Ofensiva de Zona 50

Loader — Ofensiva vs Zona 2-3 . . . 51
Ataque de Espacios — vs 2-3 (Brad Brownell) . . . 53
Contragolpe del Ataque de Espacios — Pantallea la Extensión . . . 55
Skip y Pin — Pantallas contra la 2-3 . . . 57
Split — vs Frentes Pares (2-1-2) . . . 59
Cazador de Esquinas — vs 1-3-1 . . . 61
Flash — vs 3-2 / 1-2-2 . . . 63

Sets de Élite y Acciones Profesionales 65

Ghost — Lado Vacío (Shaka Smart · Marquette) . . . 66

Pick & Roll España . . . 68
Acción Zoom (Chicago) . . . 70
Hammer (Spurs) . . . 72
Puertas de Elevador (Warriors) . . . 74

Defensa de Media Cancha 76

Tiburón 3-2 — Trampa de Emparejamientos (Reglas de Temple) . . . 77
Tiburón 3-2 — vs Pantallas Directas . . . 79
Tiburón 3-2 — vs Sobrecarga + Rincón Corto . . . 81
Tiburón 3-2 — vs Motion y Pantallas . . . 83
Shell — Ayudar y Recuperar . . . 85
Pack Line — Defensa Base . . . 86
Zona 1-3-1 — Base (Sin Trampas) . . . 87
1-3-1 — Trampa de Ala . . . 89
Zona de Trampa 2-1-2 . . . 90
Zona 2-3 — Movimientos (Rara) . . . 92

Paquete de Presiones 93

Havoc — Presión Diamante 1-2-1-1 (Shaka Smart · VCU) . . . 94
Ajuste Havoc — FIST vs el Flash al Medio . . . 96
Presión Cougar — 2-2-1 . . . 98
Run & Jump — Presión Individual . . . 100
Breaker — Rompe-Presiones 1-4 . . . 102
Home Run — Rompe-Presiones por Arriba . . . 104
Rompe-Trampas — vs Trampas de Media Cancha . . . 106

Saques y Situaciones Especiales 108

Box Fist — Saque de Fondo . . . 109
Stack Pop — Saque de Fondo . . . 110
Elevator — Saque de Fondo . . . 111
Flat — 1-4 Bajo con Globo . . . 113
Gate — Saque de Fondo vs Zona . . . 114

Floppy — Saque para Triple 116
Winner — Saque de Banda 118
Hammer de Banda 119
Spain de Banda 121
Home Run — Cancha Completa, :03 123
Winner-3 — Necesito un Triple 125
Delay — Proteger la Ventaja 127
Menú de Situaciones Especiales 129

Ejercicios de Enseñanza 129

Ejercicio — Corta y Rellena 5v0 130
Ejercicio — 3v3 Sin Bote (Cutthroat) 131
Ejercicio — Cadena de Entregas 132
Ejercicio — Entrada al Poste y Corte Laker 133
Ejercicio — Tiro de Adentro-Afuera 134
Ejercicio — Adelanta y Persigue a Cancha Completa 135
Ejercicio — Espacio 1v2 136
Ejercicio — Alto-Bajo Rápido 137
Ejercicio — Cierre 1v1 138
Ejercicio — Zig-Zag + Sombra 139
Ejercicio — Empareja y Canta (Shell del Tiburón) 140
Ejercicio — Recuperación tras Trampa 141
Ejercicio — Técnica de Trampa 2v1 142
Ejercicio — Triángulo de Interceptores 143
Ejercicio — Rompe-Presiones +2/+1 144

SECCIÓN 01

Filosofía del Programa

Todo en este programa cuelga de cuatro pilares. Cada ejercicio, jugada y bloque de práctica debe conectar con al menos uno de ellos — si no lo hace, se corta.

1 · Habilidades Antes que Sistemas
Desarrollamos jugadores, no posiciones. Cada atleta bota, pasa y termina — los grandes incluidos. Los sistemas se agregan solo cuando existen las habilidades debajo de ellos.

2 · Espacio y Ritmo
Jugamos con canchas abiertas. El espaciado 5-Out y 4-Out-1-In es nuestra identidad ofensiva en todas las edades: carriles libres, el balón más rápido que la defensa, y todos son amenaza.

3 · La Presión es Identidad
Incomodamos a la ofensiva en los 28 metros. Presiones de zona, presiones individuales y defensa de media cancha disciplinada — esfuerzo y comunicación no se negocian.

4 · Competir con Carácter
Llevamos marcador en la práctica, corremos entre ejercicios y damos la mano al final. El esfuerzo, el lenguaje corporal y el trato a los compañeros se entrenan como habilidades.

Identidad Ofensiva — Por Qué el Espaciado Primero

Este programa enseña el **motion 5-Out** como base (Infantil y Secundaria) y el **4-Out-1-In** como base del equipo mayor. La ofensiva de espaciado desarrolla a todos: no hay niños "parados en el bloque", cada posesión son lecturas y no patrones memorizados, y los hábitos escalan directo al juego moderno. Las jugadas armadas (familia Horns, ataques de zona, saques) se colocan encima de los principios de espaciado, nunca en su lugar.

Identidad Defensiva — Presión en Tres Niveles

- **Cancha completa:** presiones de zona (Havoc 1-2-1-1 Diamante, Cougar 2-2-1) y la presión individual Run & Jump — dictan el ritmo y fuerzan decisiones en la banda.
- **Trampas de tres cuartos / media cancha:** trampa de ala 1-3-1 para cambiar el ritmo saliendo de tiempos fuera.
- **Media cancha:** individual Pack Line como base con hábitos de shell diarios; menú de zonas 1-3-1 (base y con trampas) y trampa 2-1-2 — la 2-3 es un look raro de bolsillo trasero.

Escalera de Desarrollo del Jugador

Área	Infantil 7–10	Secundaria 11–13	Preparatoria 14–18
Manejo de Balón	Ambas manos, ojos arriba, cambia de velocidad a la orden	Combinaciones en vivo contra presión, mano débil en cancha completa	Crea ventaja contra presión, maneja el ritmo, dirige el pick and roll
Tiro	Forma a una mano dentro de 3 m, impulsado por las piernas	Forma repetible hasta el arco, equilibrado tras la recepción	Rango + en movimiento, tiro con marca, TL ≥70%
Pase	De pecho y picado a dos manos en movimiento	Tras el bote con ambas manos, encuentra cortadores a tiempo	Lee al segundo defensor, skip contra zonas, pases cortos
Definición	Bandejas con ambas manos y el pie correcto	Con contacto, mano interior e intro al floater	Paquete completo contra protectores del aro, definición con lectura
Defensa	Postura, ve balón y hombre, hábitos de esfuerzo	Posiciones de shell, cierres, ayudar y recuperar	Ejecución completa del esquema, scouting, reglas de presión

Área	Infantil 7–10	Secundaria 11–13	Preparatoria 14–18
IQ de Juego	Conciencia de espacios, ritmo de pasa-corta-rellena	Lee 2v1/3v2, reconoce la ventaja	Maneja reloj y marcador, ataca coberturas, canta jugadas

Cómo Diseñamos la Práctica

- **Los juegos enseñan el juego.** Al menos el 40% de cada sesión es juego reducido, en vivo y con marcador. Las restricciones (sin bote, toque de pintura) entrenan el énfasis por nosotros.
- **Proporción de actividad ≥ 70%.** Sin filas de más de 3. Jugadores parados = el ejercicio se rediseña o se divide en más canastas.
- **Enseñar → Repetir → Competir,** idealmente en una sesión: 3 minutos de enseñanza, repeticiones en bloque, y un juego en vivo que premie el concepto.
- **Los estándares viajan entre ejercicios:** sprint al huddle, hablar en cada repetición defensiva, recibir listo para jugar.
- **Cerrar con el marcador:** cada práctica termina con algo competitivo y una consecuencia de tiros libres, para ensayar la presión a diario.

Arco de Temporada de 8 Semanas

Semanas	Infantil 7–10	Secundaria 11–13	Preparatoria 14–18
SEM 1–2	Dominio del balón, juego de pies, mecánica de bandeja	Base de habilidades + reglas de espaciado 5-Out	Hábitos de shell + instalación 4-Out-1-In, base física
SEM 3–4	Intro a pasa-corta-rellena, competir 1v1	5-Out en vivo, instalación de individual, intro al rompe-presiones	Instalación de presiones (Havoc, Cougar), capa Horns
SEM 5–6	Juegos de espaciado 3v3, hábitos de postura defensiva	Intro a la presión 2-2-1, saques básicos	Ofensiva de zona, trampa 1-3-1, paquete de saques, scouting
SEM 7–8	Festival de juego, pruebas de habilidad, celebrar el progreso	Ritmo de preparación, situaciones, re-evaluación	Dominio situacional: salidas de TF, juego de 2 minutos, planes por rival

Terminología del Programa

RELLENAR	Ocupar el lugar que dejó un cortador — el espaciado nunca queda roto más de un segundo.
CORTE 45	Corte al aro desde el ala en ángulo de 45° después de pasar — la acción por defecto tras cada pase.
CORTE LAKER	Corte tras la entrada al poste — por arriba o por abajo del hombro del poste.
RINCÓN (DUNKER)	El bolsillo del rincón corto sobre la línea de fondo donde vive el 5 en el 4-Out.
ESPACIO / NAIL	Posiciones de ayuda: a un pase se defiende en el espacio; el nail es el centro de la línea de TL.
SALTA AL BALÓN	En cada pase, los defensores se mueven mientras el balón está en el aire — nunca después.
ICE / WEAK	Forzar la pantalla lateral hacia la línea de fondo, negando el medio.
TRAMPA / ROTAR	Dos defensores al balón; los tres de atrás juegan las líneas de pase en triángulo.
VENTAJA	Cualquier 2v1/3v2. La ofensiva juega rápido para conservarla; la defensa trabaja para borrarla.
TOQUE DE PINTURA	El balón entrando al carril por pase o bote — el disparador que dobla a toda defensa.

SECCIÓN 02 · EDADES 7–10

Desarrollo Infantil

Prioridades de la Etapa

Invertimos tiempo en:

- Manejo de balón con ambas manos, ojos arriba
- Juego de pies: pivotes, paradas de salto, bandeja con el pie correcto
- Tiro de forma a una mano cerca del aro
- Hábitos de pasa-corta-rellena en 3v3 (la semilla del 5-Out)
- Juego atlético: atrapadas, carreras, saltar, aterrizar

Evitamos a propósito:

- Zonas y presiones de zona (esconden las carencias)
- Jugadas armadas más allá de un saque simple
- Tiros lejanos que rompan la forma
- Posiciones — todos juegan en todos lados
- Filas paradas; vueltas como castigo

Plan Semanal — Sesión A: Dominio del Balón y Definición (60 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento dinámico, balón en mano**	Skips, saltos, desplantes mientras botan. Clave: "ojos en mí, no en el balón."
08–18	**Circuito de manejo**	Estático (fuerte, cruce, vueltas) → en movimiento (Semáforo). Ambas manos por igual.
18–28	**Mikan + tiro de forma**	Escalera Mikan con ambas manos; forma a una mano dentro de 2.5 m. "Bajamos juntos, subimos juntos."
28–36	**Juegos de pase en pareja**	De pecho y picado en movimiento, puntería a la Diana. Los pases guían al corredor.
36–48	**1v1 Persecución de Conos**	Definición en vivo con defensor persiguiendo. El ganador se queda, todos cuentan encestes.
48–58	**Tiburones y Peces**	Atrapadas botando en cancha completa — condición física disfrazada de caos.
58–60	**Huddle**	Manos al centro, grito del programa: "¡1-2-3 HARD WORK — 4-5-6 TIBURONES!"

Plan Semanal — Sesión B: Pasar, Cortar y Jugar (60 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento: bote espejo**	La pareja copia los movimientos del líder. Se premia la creatividad.
08–20	**Escalera de bandejas**	Mano derecha, mano izquierda, con el pie correcto. Formato de carrera por equipos.
20–32	**Intro pasa-corta-rellena (3v0)**	Pasa, corta en 45 al aro, rellena el lugar libre. ESTA es nuestra ofensiva — sin jugadas, puros hábitos.

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
32–46	**3v3 sin bote**	En vivo, con marcador. La restricción obliga a cortar y pasar. Corrige solo el espaciado.
46–56	**Relevos de definición**	Equipos corren entre conos para definir. El ejercicio más ruidoso de la semana — déjalo ser.
56–60	**TL divertidos + huddle**	Todos tiran un tiro libre "ganador" con los compañeros reboteando.

Plan Semanal — Sesión C: Día de Competencia (60 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento: knockout de bote**	Protege tu balón, manotea el de los demás. Supervivencia con ojos arriba.
08–20	**Estaciones de habilidad ×3**	4 min c/u: definición, manejo, tiro de forma. Grupos chicos, muchos toques.
20–30	**Defensa: postura y espejo**	Postura, deslizamiento, "ver balón y hombre". Zig-zag 1v1 caminando → en vivo.
30–52	**Torneo 3v3**	Round-robin, juegos a 5. Equipos mezclados cada semana para que todos jueguen con todos.
52–60	**Reto de habilidades + huddle**	Reto rotativo (carrera de bandejas, circuito de bote). Registro toda la temporada.

Biblioteca de Ejercicios

Ejercicio	Min	Enfoque	Armado · Ejecución · Clave
Semáforo	8	Manejo · ojos arriba	Todos botan mirando al coach. Verde = velocidad, amarillo = cambio de mano, rojo = parada de salto. Sorprendido mirando abajo = 3 pasos atrás.
Escalera Mikan	6	Definición · toque	Ganchitos alternados derecha/izquierda con tablero; 4 encestes por mano, luego bandejas de reversa. Alto en el cuadro, rodilla contraria arriba.
Escalera de Forma	8	Mecánica de tiro	A un metro del aro, una sola mano. 3 seguidos para retroceder; máximo 3 m. Las piernas inician el tiro; sostén el follow-through.
Pase a la Diana	8	Puntería de pase	Parejas a 3 m, manos objetivo arriba. Puntos por dar en la mano: de pecho, picado, en movimiento. Paso hacia el pase.
1v1 Persecución de Conos	10	Definir con presión	Ofensiva un paso adelante a media cancha; al "¡ya!" ataca a definir contra el perseguidor. Último bote largo, cuerpo entre balón y rival.
Tiburones y Peces	8	Manejo · condición	Todos cruzan botando; 2 tiburones manotean. Si te lo quitan = te vuelves tiburón. Protege con el cuerpo, ojos escaneando.
3v3 Sin Bote	14	Espaciado · cortes	Media cancha, juegos a 5, prohibido botar — se anota con pases y cortes. Pasa y corta fuerte; rellena el lugar vacío.
Relevos de Definición	10	Bandejas · velocidad	Dos equipos corren un circuito de conos al aro contrario; los fallos se rebotean y se meten. Pie correcto aun a velocidad.
Deslizamientos Zig-Zag	6	Pies defensivos	Desliza de cono a cono, drop-step en cada vuelta; agrega un botador cuando estén listos. Nariz detrás de las rodillas, pies sin cruzarse.

SECCIÓN 03 · EDADES 11–13

Secundaria

Prioridades de la Etapa

Invertimos tiempo en:

- Bote de mano débil y combinaciones contra presión en vivo
- Tiro de forma a rango: equilibrado, repetible hasta el arco
- Motion 5-Out: pasa-corta-rellena en vivo con lecturas
- Defensa shell: balón–tú–hombre, ayudar y recuperar
- Intro a la presión 2-2-1 y el rompe-presiones 1-4
- Juego de ventaja: decisiones 2v1, 3v2 a velocidad

Cuidados en esta edad:

- Los estirones destruyen la coordinación — re-enseña el juego de pies con paciencia
- No dejes que un solo armador dominante suba el balón cada viaje
- La zona se permite solo como cambio — la individual es la base
- Registra números de TL y forma; celebra la mejora, no solo los encestes

Plan Semanal — Sesión A: Fundación de Habilidades (75 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–10	**Calentamiento + dos balones**	Bote fuerte con dos balones, alternado, cruce. Ojos arriba leyendo señales.
10–22	**Serie de conos con cambio de ritmo**	Vacilación, in-out, cruce en cada cono, definición. Ambos lados.
22–36	**Tiro de forma a rango**	5 encestes por punto alejándose. La pareja rebotea y canta los errores.
36–46	**Pase estrella**	Patrón de 5 puntos, sigue tu pase. Segundo balón cuando esté limpio.
46–58	**Cierre 1v1**	Rueda el balón, sprint al cierre, en vivo hasta parada o canasta.
58–70	**3v3 Cutthroat**	Tres equipos rotan por canasta/parada. Restricción de la semana.
70–75	**Rutina de TL + huddle**	La misma rutina en cada tiro: respiración, botes, tiro. Registrar.

Plan Semanal — Sesión B: Instalación de Conceptos (75 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–10	**Calentamiento: definición a cancha completa**	Bandejas de persecución en oleadas — sprint, recibe adelante, define.
10–25	**Motion 5-Out: enseñar → repetir**	5v0 pasa-corta-rellena, luego lecturas: negación = puerta atrás, ayuda = rellenar detrás.
25–40	**Ejercicio Shell**	4v4. Salta al balón en cada pase; ayuda a un pase; habla en cada repetición.
40–52	**Rompe-presiones: Breaker 1-4**	Camina los lugares, luego en vivo contra 5. Medio primero, banda segundo, esquina jamás.
52–70	**Mitades 5v5**	Una mitad solo 5-Out, la otra contra presión 2-2-1 simbólica. Pausas de máx. 20 segundos.

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
70–75	**TL con presión**	Meta de equipo (ej.: 12 de 18) — si no se logra, ida y vuelta rápida, y a tirar otra vez.

Plan Semanal — Sesión C: Día de Competencia (75 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–10	**Calentamiento + mano débil**	Ida y vuelta solo con mano débil, luego combinaciones.
10–25	**2v1 / 3v2 continuo**	La defensa vuelve corriendo en cada oleada. El pase de más vence al héroe.
25–40	**Estaciones de habilidad ×3**	Paquete de definición, tiro desde el arco, manejo contra escudos.
40–65	**Scrimmage con restricciones**	Cuartos: (1) presión tras canasta, (2) 5-Out sin señas, (3) saques en vivo, (4) libre.
65–75	**Círculo de ganadores**	Bracket de 1v1 o concurso de tiro. Cerrar compitiendo + celebrar un estándar del programa.

Biblioteca de Ejercicios

Ejercicio	Min	Enfoque	Armado · Ejecución · Clave
Serie de Dos Balones	8	Manejo · coordinación	Dos balones: fuerte, alternado, uno alto-uno bajo, caminar → trotar, slalom de conos. Golpea el piso fuerte; ojos en el aro.
Forma a Rango	14	Progresión de tiro	5 puntos desde 2 m hasta el arco; 5 encestes para avanzar, forma rota reinicia el punto. El mismo tiro a toda distancia.
Pase Estrella	8	Pase · tiempos	5 filas en estrella, sigue tu pase; agrega segundo balón y luego un defensor al medio. Mano externa, a tiempo.
Cierre 1v1	10	Cierres	Defensor bajo el aro rueda el balón al ala, sprint 2/3, pasos cortos, mano alta; en vivo. El tiro primero, luego desliza.
Shell 4v4	12	Defensa de equipo	Primero solo pases (salta al balón), luego drives en vivo (ayudar y recuperar). Triángulo balón–tú–hombre; hablar obligatorio.
3v3 Cutthroat	12	Hábitos de motion	Tres equipos; canasta se queda, parada rota. Respetar la restricción semanal para que cuente. Corrige entre repeticiones.
2v1 / 3v2 Continuo	12	Decisiones	Oleadas a cancha completa contra defensa que retrocede; canasta o parada voltea la oleada. Ataca al defensor libre.
Definición en Persecución	8	Definir · velocidad	Recepción de outlet a media cancha con perseguidor; dos botes máximo, define a través del contacto. Balón alto y lejos.
Rutina de TL	6	Rutina	Parejas por aro, registro en pizarra; exactamente la misma rutina en cada tiro. La rutina es la habilidad.

SECCIÓN 04 · EDADES 14–18

Preparatoria

Prioridades de la Etapa

Invertimos tiempo en:

- Motion 4-Out-1-In con lecturas de poste y espaciado del rincón
- Pick and roll: atacarlo y defenderlo (Ice, salto, drop)
- Menú completo de presiones: Havoc, Cougar, Run & Jump
- Base Pack Line + zonas 1-3-1 y trampa 2-1-2
- Situaciones especiales: salidas de TF, saques, juego de 2 minutos
- Fuerza, condición física y hábitos de video

Ritmo semanal (en temporada):

- Día después del partido: video + regeneración + habilidades (piernas ligeras)
- Media semana: la práctica más dura — defensa en vivo, repeticiones de presión
- Día antes del partido: caminata de scouting + tiro + situaciones
- Cada práctica conserva un bloque de habilidades — el equipo mayor también se desarrolla

Plan Semanal — Sesión A: Habilidades + Fundación Defensiva (90 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento dinámico**	Preparación de movimiento + bandas; los capitanes dirigen.
08–24	**Circuito de habilidades**	3 estaciones: tiro de 55 segundos, lecturas PnR 2v2, definición contra escudo.
24–38	**Shell → 4v4 en vivo**	Reglas Pack Line: espacios, sin medio, cierre corto. Las paradas anotan.
38–50	**Transición defensiva: 5v4**	Sprint de regreso, construye del aro hacia afuera, canta emparejamientos.
50–70	**5v5 media cancha: 4-Out-1-In**	Restricción de toque de pintura. Pausas de menos de 20 segundos.
70–78	**Condición: 17s**	Banda a banda ×17 en :60 — los líderes ponen el estándar.
78–88	**TL con presión**	1-y-1 con consecuencias de equipo; simular bonus.
88–90	**Huddle + tarea de video**	Énfasis de mañana; un clip de tarea.

Plan Semanal — Sesión B: Instalación del Sistema (90 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento + oleadas de definición**	Carreras al aro y recepciones adelante a velocidad de juego.
08–28	**Instalación ofensiva**	Lecturas 4-Out-1-In 5v0 → 5v5; capa de la semana (Horns, ataque de zona).
28–48	**Instalación de presiones**	Havoc y Cougar caminando → en vivo. Pies, manos, sin faltas de manoteo.
48–60	**Rompe-presiones vs nuestra presión**	La mejor presión de la semana es la nuestra. Medio–banda–reversa.
60–75	**Paquete de saques**	Box, Stack y Winner de banda — repetir contra defensa viva.

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
75–88	**5v5 situacional**	Guiones: abajo 4 con 2:00, arriba 3 con :30, TF necesitando triple.
88–90	**Huddle**	Los jugadores enseñan la instalación de vuelta en 30 segundos.

Plan Semanal — Sesión C: Preparación de Partido y Competencia (90 MIN)

Tiempo	Bloque	Detalle y claves de enseñanza
0–08	**Calentamiento + mano caliente**	Tiro desde puntos de juego con movimiento, competencia en parejas.
08–22	**Caminata de scouting**	Las 3 acciones principales del rival y su personal; el equipo scout las corre.
22–40	**Plan de juego en vivo**	Cobertura de la semana (Ice a las laterales, trampa a su estrella, etc.).
40–62	**Scrimmage controlado**	Con árbitros si es posible. Corrige solo las conductas del plan.
62–75	**Juego de 2 minutos**	Marcador/reloj con guion; tiempos fuera, faltas y presión correctos.
75–88	**Cierre competitivo**	5v5 a 7 por 1s y 2s, los perdedores corren — los ganadores lo borran desde la línea.
88–90	**Huddle**	Claves del partido ×3, dichas por los jugadores.

Biblioteca de Ejercicios

Ejercicio	Min	Enfoque	Armado · Ejecución · Clave
Tiro de 55 Segundos	6	Recepción y tiro	Tirador/pasador/reboteador, 5 puntos; máximo de encestes en :55, sprint entre puntos. Misma salida con fatiga.
Lecturas PnR 2v2	10	Decisiones de pantalla	La defensa canta la cobertura (drop/salto/ice); la ofensiva contesta: pase corto, rechazo, split o descarga. Lee al segundo defensor.
Shell Pack Line en Vivo	12	Defensa de equipo	4v4/5v5 totalmente en vivo; un toque al medio es derrota automática. Dos pies en el espacio; cierre corto y agresivo.
Guerra de Bloqueos	8	Rebote	3v3 en el círculo de TL, el coach tira; contacto, encuentra, persigue. Rebote ofensivo = la defensa corre. Contacto primero.
Contraataque de 11	12	Transición	3v2 continuo en ambas direcciones con filas de outlet; los anotadores siguen. Carriles anchos; balón adelante del bote.
5v4 Revuelto	10	Transición defensiva	La ofensiva saca antes del empareje; construye del aro hacia afuera, sprint a emparejarse, hasta la parada.
Técnica de Trampa 2v1	8	Disciplina de presión	Dos trampeadores contra un botador en un cajón; trampa al detener el bote, pies en L, manos trazando. Queremos el pase de pánico, nunca la falta.
Rompe-Presiones vs Scout	10	Calma vs presión	Titulares vs presión del rival: +2 anotando tras romperla, +1 cruce limpio, punto defensivo por pérdida. Medio primero.
Juego de 2 Minutos	12	Manejo de juego	Marcador/reloj/bonus/tiempos con guion, reglas reales; rotar guiones cada semana. Ensaya quién pide tiempo, quién faltea, quién saca.

PLAYBOOK 01

Ofensiva

El espaciado es el sistema. El motion 5-Out es la base del programa y el cambio de ritmo del equipo mayor; el 4-Out-1-In es la base del equipo mayor. Las jugadas armadas van encima y siempre terminan en nuestro espaciado.

Reglas de espaciado — toda edad, toda posesión

- **5 a 6 metros entre jugadores,** siempre. Si puedes darle el balón en la mano a tu compañero, uno de los dos está mal parado.
- **Cada pase va seguido de una acción:** corte 45, pantalla al otro lado, o reubicarse.
- **Corta fuerte, rellena rápido.** Un lugar vacío es un imán — el más cercano lo llena de inmediato.
- **Los drives tienen salidas:** por el fondo → deslizar y rincón; por el medio → subir y rellenar detrás.
- **Los toques de pintura crean tiros.** Cazamos el carril por pase o bote, y jugamos desde el colapso.

SERIE PISTOL · OFENSIVA TEMPRANA

Pistol 21 — Chase (Acción Base)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 21/Pistol Offense Breakdown
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

El Pistol (la serie «21» de la NBA, codificada por Dave Severns con los Clippers y corrida por casi todos los cuerpos técnicos profesionales desde los Suns de D'Antoni): un disparador de ofensiva TEMPRANA, no una jugada armada. El balón se adelanta al ala en los primeros cuatro segundos, el pasador persigue su propio pase hacia la entrega de vuelta, y el 5 que llega apila una pantalla step-up encima — tres acciones antes de que la defensa se empareje.

Cuándo usarla: Tras cada canasta anotada o fallada cuando el ala corre abierto y el que llega tarde llena el carril del medio. Pistol es un disparador de flujo: canta «21» y las primeras tres acciones son automáticas.

Puntos de enseñanza

- Adelanta el balón TEMPRANO — toda la serie vive en los primeros seis segundos del reloj.
- La persecución es un sprint, no un trote: la entrega de vuelta es una pantalla en movimiento a máxima velocidad.
- Apila las acciones: entrega HACIA la step-up sin pausa entre ellas.
- El segundo trabajo del pantallador es el flare — Pistol siempre termina con un tirador reubicándose detrás de la jugada.
- Si no sale nada, ya estás espaciado: Pistol cuesta cuatro segundos y fluye directo a la ofensiva.

Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña primero el juego de dos de adelantar-y-perseguir; agrega la step-up en preparatoria. **Preparatoria:** Serie completa con las tres lecturas (Chase, Keep, Dribble) — nuestra ofensiva temprana principal.

Variantes y contragolpes

- Chase / Keep / Dribble es la serie — las tres animadas aquí; repítelas 50/50/a elección.
- Llamada «21 Down»: fuerza la re-pantalla cuando quieras al base cuesta abajo dos veces.
- Regla de flujo: cualquier Pistol muerto se vuelve motion 5-Out con cero reinicio — sin llamada.

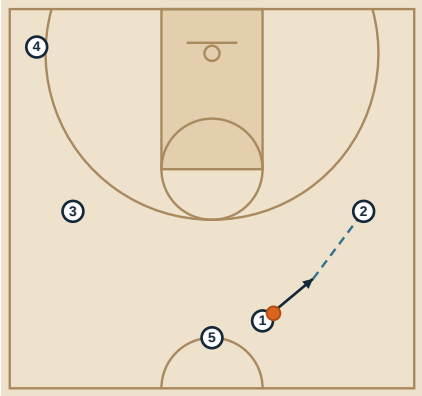
Errores comunes

- Trotar el pase adelantado — un Pistol a tres cuartos de velocidad es solo una entrega escauteada.
- Apilar tarde: la step-up debe llegar DURANTE la entrega de vuelta, no después.
- Forzar la serie cuando la defensa la vence — el flujo hacia el motion ES un resultado.

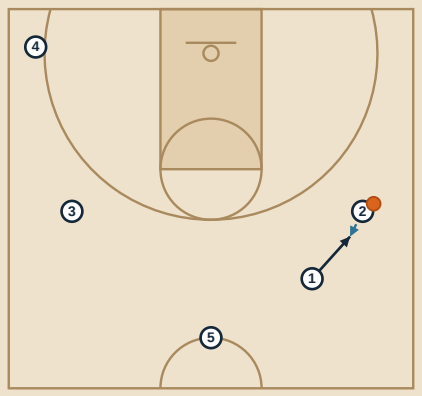
Ejercicios de enseñanza

- Pitch-and-chase de 2 a cancha completa: adelanta, persigue, entrega, define — ambos lados.
- Repeticiones de Pistol de 3 contra aire, luego sillas, luego vivo: mismas ventanas siempre.
- Scrimmage de ofensiva temprana: cada posesión debe arrancar con entrada Pistol antes de :24.

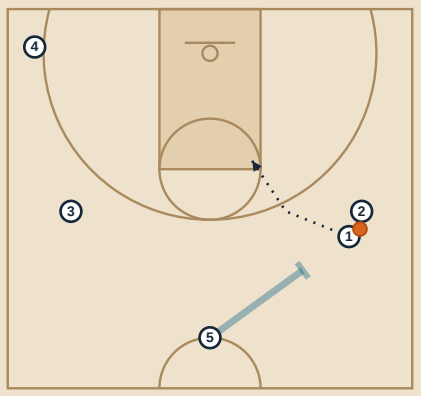
Perfil de personal: Dos guardias intercambiables que corren, un grande que llega tarde, pantallea y rueda fuerte. Los tiradores lo elevan; la velocidad lo exige.



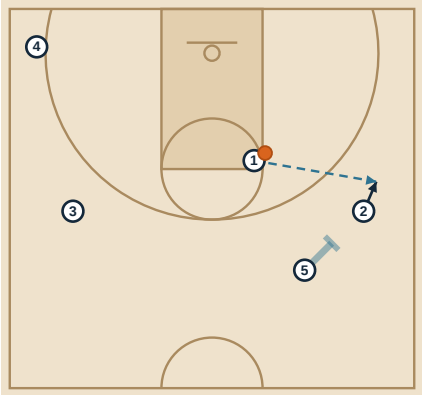
1. El pase adelantado llega TEMPRANO — antes de que la defensa se arme. 1 pasa adelante y sigue corriendo hacia su propio pase.



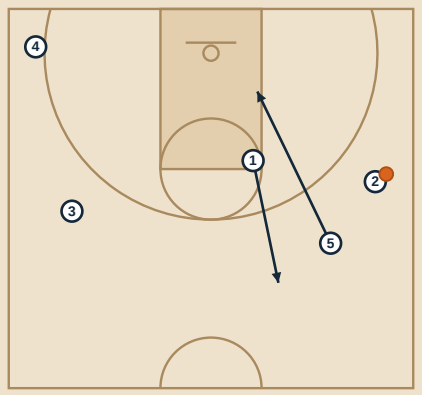
2. El CHASE: 1 llega con la recepción y toma la entrega de vuelta — una pantalla en movimiento a toda velocidad, a cuatro segundos del reloj.



3. El 5 que llega pone la step-up — entrega apilada directo a una pantalla. 1 dobla la esquina cuesta abajo.



4. El pantallador la voltea: flare para 2 detrás de la jugada. Penetración, pase corto o el pase al flare — toma lo que dé el caos.



5. ¿Nada claro? 5 rueda al rincón y la cancha ya está espaciada — Pistol fluye a la ofensiva sin tiempo de reinicio. Ese es todo el punto.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SERIE PISTOL · CONTRAGOLPE

Pistol 21 — Keep

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 21 Series Basketball Offense: Simple Actions to Score Fast
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

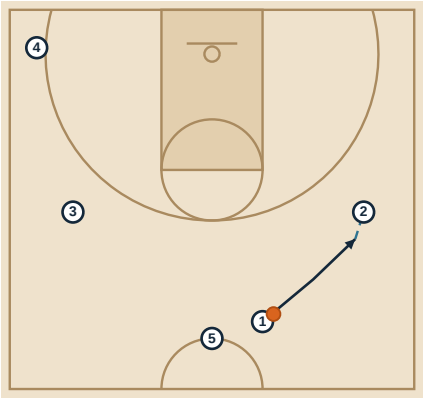
El contragolpe que mantiene honesto al Chase. Los defensores aprenden a adelantarse a la entrega — así que el ala la FINGE y rompe por el fondo. Si el aro está amurallado, el 5 llega a un pick and roll lateral cargado mientras el lado débil corre su propia pantalla baja. Una finta, tres problemas.

Cuándo usarla: La lectura automática cuando el defensor del perseguidor salta a la entrega, o por señal cuando el scouting muestra un equipo que cambia las entregas.

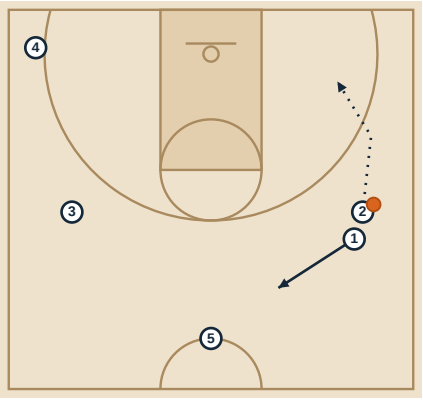
Puntos de enseñanza

- Keep es una LECTURA antes que una señal: el ala siente la trampa y rompe sin pensar.
- Vende la entrega con los ojos y el balón — la finta es la pantalla.
- Si el fondo está cerrado, retrocede y deja llegar al 5: el PnR lateral golpea a una defensa ya en rotación.
- La pantalla baja débil es simultánea, no secuencial — el tirador sube MIENTRAS el balón juega.
- Chase y Keep deben verse idénticos por tres pasos. Ese arranque gemelo es la serie.

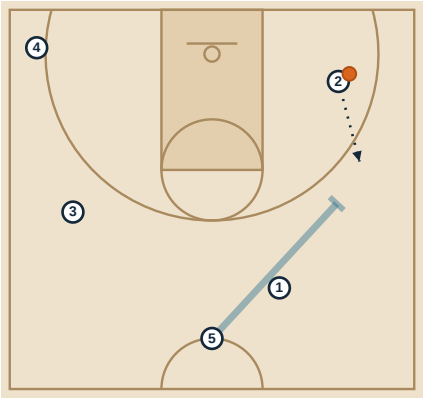
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Instálalo la semana después del Chase; repítelos 50/50 para que la defensa nunca pueda sentarse en ninguno.



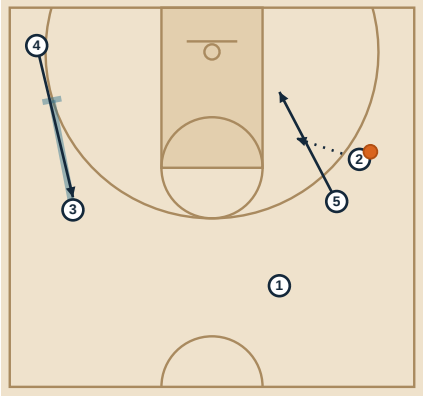
1. La misma foto: pase adelantado, 1 persigue. Por tres pasos esto ES el Chase — eso es lo que lo hace funcionar.

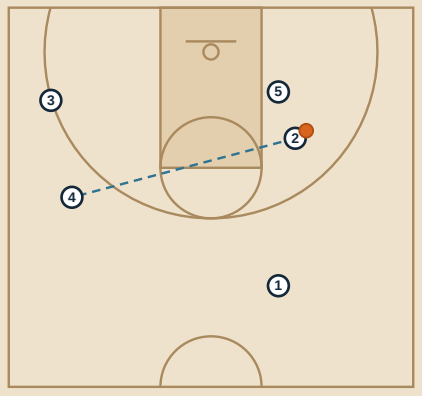


2. El KEEP: 2 finge la entrega y rompe por el fondo. El defensor del perseguidor se adelantó a la entrega — esa es la grieta que acaba de pagar.



3. ¿Aro amurallado? Retrocede un bote — y el 5 llega a un pick and roll lateral cargado contra una defensa ya revuelta.





4. 2 dobla la esquina mientras 5 rueda — y el lado débil juega lo suyo: la pantalla baja sube al tirador al ala.

5. Pase corto al que rueda o el pase cruzado al tirador que subió — y a fluir. Keep castiga la trampa y aun así termina espaciado.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SERIE PISTOL · VS NEGACIÓN

Pistol 21 — Dribble / Down

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

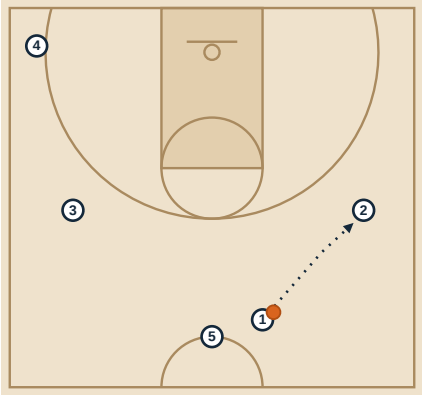
La tercera pata de la serie: cuando el pase adelantado está negado, 1 simplemente bota HACIA el ala — una entrega en mano no se puede negar. El DHO fluye directo a la re-pantalla «Down» del 5 (entrega hacia pantalla, dos pantallas en un respiro) mientras el lado débil corre la pantalla baja que la serie 21 siempre lleva consigo.

Cuándo usarla: Automático cuando el ala está sobremarcado o el carril del pase está cerrado. El bote-hacia convierte la negación en una ventaja de dos pantallas.

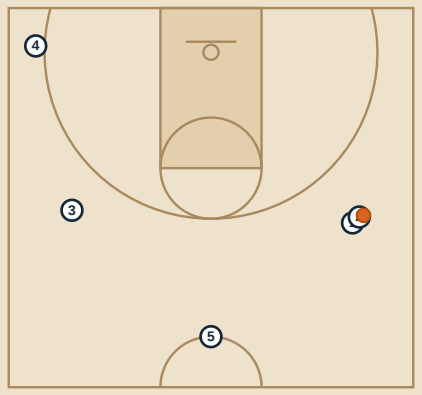
Puntos de enseñanza

- La negación es un regalo: la entrega en bote convierte al defensor que niega en un defensor que persigue.
- Cadera con cadera en el DHO, y el 5 re-pantalla de inmediato — «Down» significa sin luz entre las dos pantallas.
- La pantalla baja débil es parte de la acción, no una ocurrencia: el tirador sube mientras el balón dobla la esquina.
- Lecturas en orden: aro, pase corto al que rueda, descarga al lado débil, re-swing.
- Las tres entradas del Pistol — Chase, Keep, Dribble — arrancan del mismo sprint a dos carriles. Una serie, tres entregas.

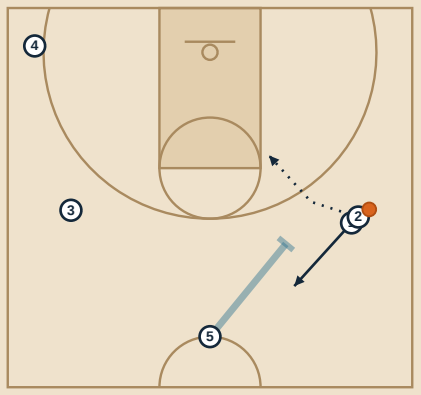
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Combina con nuestros hábitos de entregas del 5-Out — la misma habilidad, más temprano en el reloj. **Preparatoria:** Cadena completa de lecturas; señal «21 Down» para cantar la re-pantalla explícita.



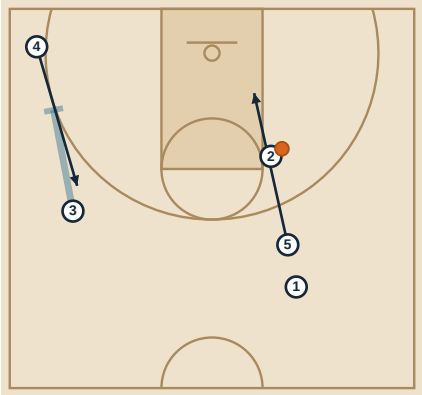
1. El pase está negado — así que 1 bota HACIA el ala. La entrega no se puede negar; el que negaba está a punto de quedar persiguiendo.



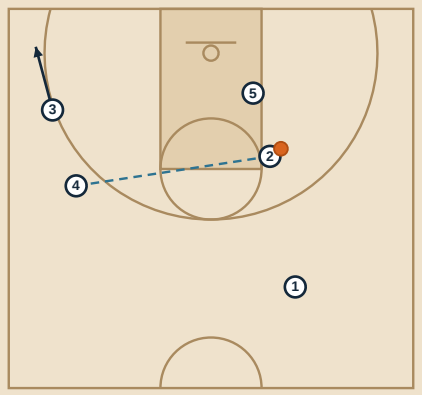
2. La entrega — y 2 va cuesta abajo a máxima velocidad con su defensor clavado en la espalda.



3. El DOWN: 5 re-pantalla al instante. Entrega hacia pantalla — dos pantallas en un respiro, nadie se recuperó de la primera.



4. Mientras el balón juega el dos contra dos, el lado débil juega lo suyo: la pantalla baja sube al tirador al ala, la esquina sigue espaciada.



5. Swing al tirador que subió — o pase corto, o aro. Y la forma ya es ofensiva: Pistol nunca necesita reinicio, simplemente se convierte en ataque.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

BEILEIN · MICHIGAN · SET BASE

Chin — Ofensiva de Dos Guardias de Beilein

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: John Beilein Michigan Wolverines Offense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

La columna vertebral de la ofensiva de Michigan de John Beilein: frente de dos guardias con alas en la línea de tiros libres extendida y un 5 habilidoso en el poste alto — el «2-3 alto». Chin es el motor: pase de slot a slot, el pasador corta rozando el cuerpo del poste alto hacia el aro, y el 5 pasa del corte directo a una pantalla… y se ABRE. Moe Wagner se ganó la vida en esta posesión.

Cuándo usarla: Set base de media cancha — Beilein corría Chin, Shuffle y Motion como un solo sistema encadenado, y nosotros también. Necesita un 5 que tire; todo lo demás son lecturas.

Puntos de enseñanza

- La alineación ES la ofensiva: frente de dos guardias, alas altas, 5 en el nail. Toda acción arranca de la misma foto.
- El corte chin roza el hombro del 5 — un corte ancho y flojo deja pasar a los dos defensores.
- Corta para ANOTAR: el corte chin es amenaza de bandeja primero, despeje segundo.
- El 5 se abre, nunca rueda, salvo que el cambio le regale el sello — el triple del que se abre es la gravedad del set.
- Las mismas dos lecturas cada vez: penetración cuesta abajo o pase atrás al que se abre. Simple, conocido, e igual indefendible cuando se corre fuerte.

Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instala el corte y el frente; agrega el pick and pop cuando tu 5 pueda tirar.
Preparatoria: Set completo, encadenado con Shuffle y Motion para que la defensa nunca tenga etiqueta.

Variantes y contragolpes

- Cadena Chin → Shuffle → Motion: los tres sets comparten una alineación — cántalos en cualquier orden.
- «Chin Fist»: convierte la apertura en re-pantalla cuando el triple del 5 no cae.
- vs cambio: el cortador del chin sella al chico — la entrada vence al cambio antes de que se arme.

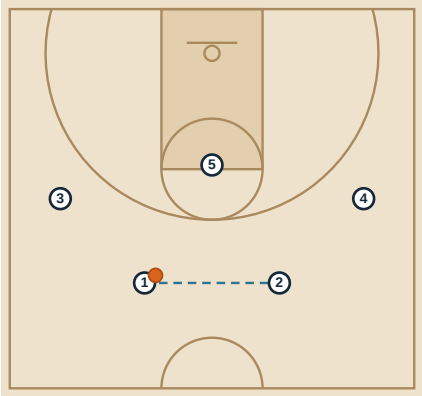
Errores comunes

- Cortes chin anchos y flojos — roza el hombro del 5 o ambos defensores se deslizan.
- El 5 flotando hacia la apertura antes de pantallear — pantalla PRIMERO, la apertura se gana.
- Guardias saltándose el pase slot a slot: todo el set se activa con ese primer movimiento defensivo.

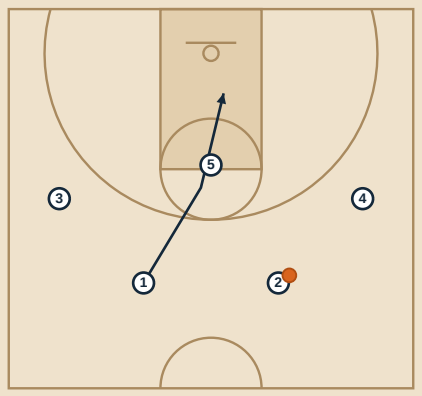
Ejercicios de enseñanza

- Filas de bandeja con corte chin por el poste alto — 100 repeticiones por semana en todo el programa.
- Pantalla-y-apertura de 2 con un defensor cerrando sobre el 5.
- Scrimmage de cadena 5v5: Chin a Shuffle a Motion sin que el balón se detenga.

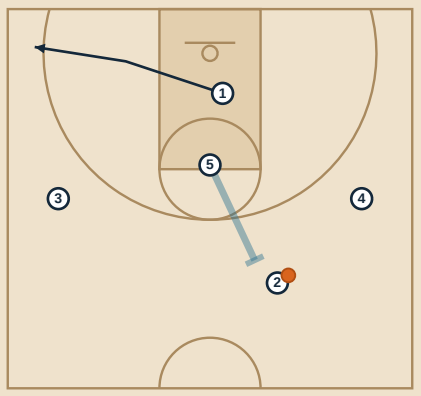
Perfil de personal: Construido para un 5 que tira. ¿Sin grande estirado? Corre Shuffle como base y Chin solo como cambio.



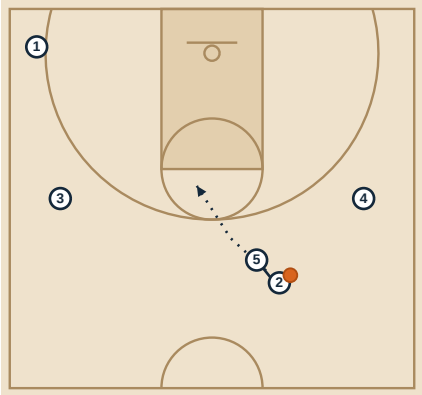
1. Todo arranca del frente de dos guardias. Slot a slot — el pase que mueve a la defensa antes de que empiece cualquier acción.



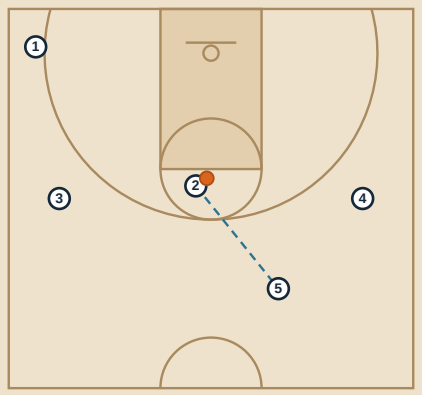
2. El corte CHIN: el pasador roza el hombro del poste alto directo al aro. Bandeja primero, despeje segundo.



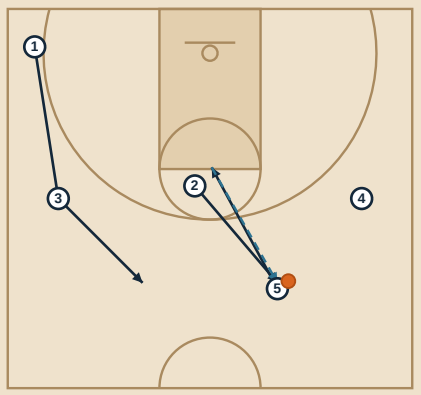
3. El cortador despeja a la esquina débil — y el 5 pasa del corte directo a la pantalla. Sin pausa entre acciones.



4. 2 dobla la esquina — y el giro de Beilein: el 5 se ABRE detrás del arco. El defensor del grande debe elegir entre el drive y el triple.



5. El pase atrás para el triple del que llega — el tiro que hizo famosos a los cincos tiradores de Michigan. O la esquina que la ayuda abandonó.



6. Mueve y re-forma: frente de dos guardias, alas, poste alto — personal rotado, la misma foto. Chin encadena con Shuffle sin señal.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

BEILEIN · MICHIGAN · CORTE SHUFFLE

Shuffle — Ofensiva de Dos Guardias de Beilein

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Michigan 2 Guard Offense Series
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

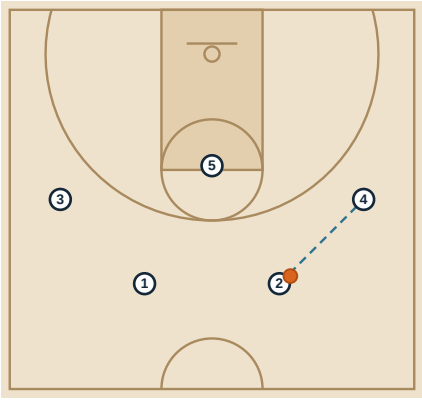
El corte insignia de Beilein, llevado de West Virginia a Ann Arbor: entrada al ala, y el guardia del lado débil corta en shuffle por la pantalla del poste alto hasta el bloque del lado del balón — leyendo a su defensor todo el camino. Luego el set pantalla al pantallador: el 5 se abre a la punta para el triple del cinco estirado. Una acción planta un posteo Y un tirador.

Cuándo usarla: Encadenado con Chin — corre Shuffle cuando la defensa empiece a sobremarcar el intercambio de slots. La lectura del corte (se adelanta = clávate abajo, flota = curva al codo) no se puede escautear porque el cortador elige en vivo.

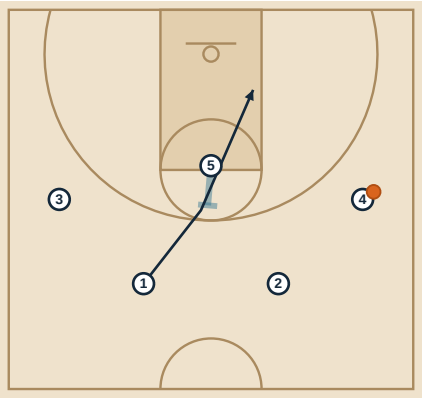
Puntos de enseñanza

- El corte shuffle es una LECTURA: defensor por arriba de la pantalla = clávate al bloque; flotando = curva al codo.
- Prepara el corte — camina a tu hombre lejos, y explota hombro con hombro por el poste alto.
- Pantalla al pantallador de inmediato: la apertura del 5 a la punta es de donde sale el triple.
- El cortador postea con propósito: dos segundos de sello real antes de despejar. El posteo es opción de verdad, no decoración.
- Shuffle fluye de regreso a Chin — los sets encadenan y la defensa nunca tiene etiqueta que cantar.

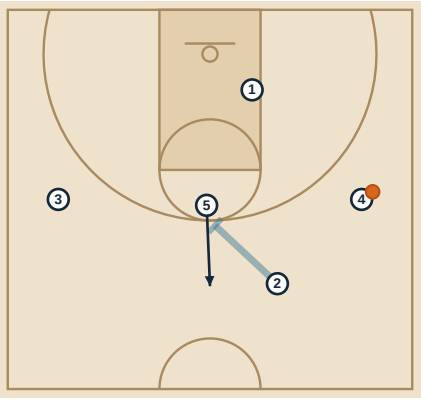
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña el corte con un coach de pantallador antes de agregar el set completo.
Preparatoria: Cadena completa; señal «Shuffle Fist» para convertir la apertura en pantalla directa.



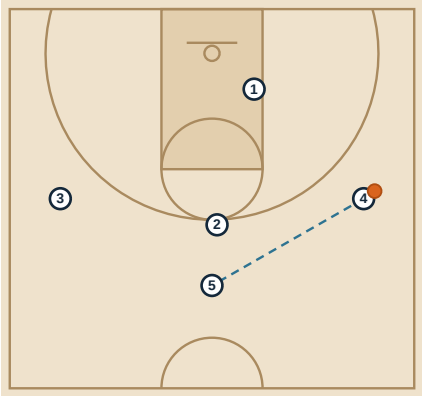
1. La entrada al ala dispara el Shuffle — y el guardia del lado débil empieza a caminar a su hombre para el corte.



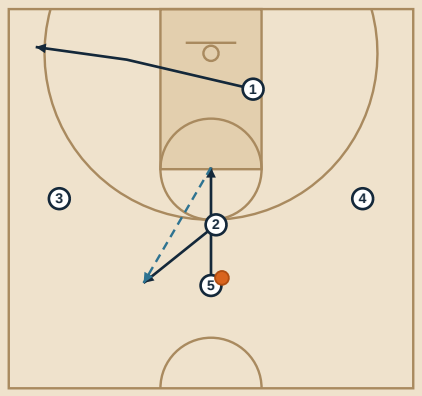
2. El corte SHUFFLE: 1 explota por el poste alto hasta el bloque del lado del balón. Su defensor se adelantó por arriba — así que se clava abajo. La lectura se hace a máxima velocidad.



3. Pantalla al pantallador: 2 baja por el 5, que se abre a la punta. El tiro que estiró a toda la Big Ten por una década se está cargando.



4. Reversión al cinco que se abre: tírala — o mira adentro, porque el corte shuffle acaba de plantar un posteo vivo en el bloque.



5. Juega y re-forma: el cortador despeja, los slots se rellenan, el 5 vuelve al nail. Shuffle fluye directo de regreso a Chin — un sistema, sin etiquetas.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

BEILEIN · MICHIGAN · MOTION + PUERTA ATRÁS

Motion de Dos Guardias — Reglas de Puerta Atrás de Beilein

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Michigan Two Guard Motion
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

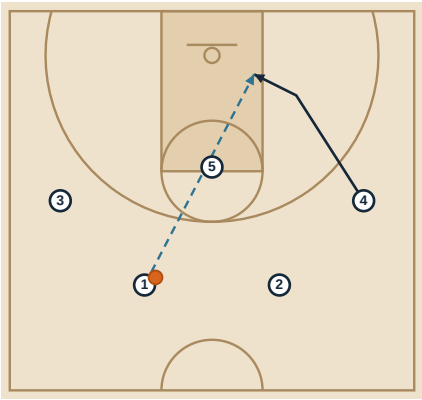
El tejido conectivo del sistema de Beilein — ADN de Princeton con lente de Michigan. El frente de dos guardias mantiene su forma mientras reglas automáticas castigan cada pecado defensivo: un ala negado corta por la espalda sin señal, los guardias presionados usan la válvula del poste alto, y en el momento en que el 5 recibe en el nail, AMBAS alas cortan detrás de las cabezas volteadas de sus defensores.

Cuándo usarla: Corre entre los sets — así se veía Michigan cuando no había nada cantado. Ideal contra defensas individuales de mucha negación; cuanto más niegan, más bandejas produce.

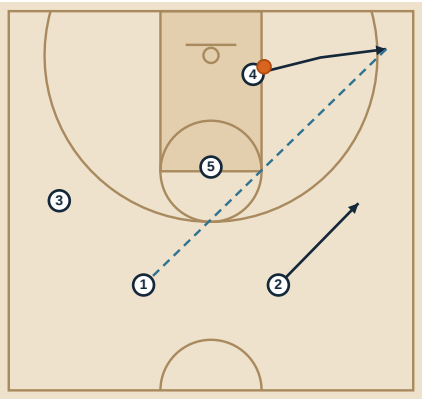
Puntos de enseñanza

- Regla uno: un ala negado es puerta atrás automática. Sin señal, sin mirada — la negación ES la señal.
- La forma se cura sola: cada cortador despeja, cada lugar vacío se rellena, el frente nunca muere.
- La recepción del poste alto es el disparador: el 5 encara y ambas alas cortan detrás de cabezas volteadas.
- Los guardias deben pasar con ambas manos tras el bote — la ventana de la puerta atrás dura un tiempo.
- La paciencia es el arma: los equipos de Beilein corrían esto posesiones completas hasta que la defensa rompía una regla.

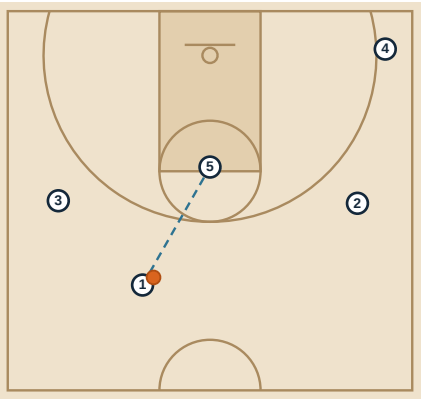
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: La regla de puerta atrás sola ya vale la instalación — arregla la presión de negación para siempre. **Preparatoria:** Motion completo encadenado con Chin y Shuffle; los tres juntos son el sistema completo de Michigan.



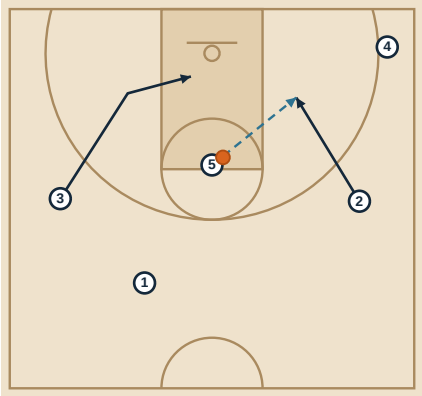
1. 1 mira al ala — NEGADO. Dispara la regla uno: el ala corta por la espalda automático. La negación es la señal; el pase lo guía al aro.



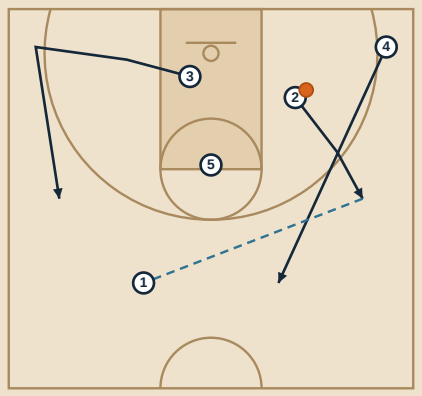
2. ¿Sin bandeja? El cortador despeja a la esquina y la forma se cura sola — el frente de dos guardias se rellena como el 5-Out.



3. ¿Presión sobre los guardias? El poste alto es la válvula de escape — y esta recepción es el momento más peligroso de todo el sistema.



4. 5 encara y AMBAS alas cortan detrás de cabezas volteadas — ADN de Princeton. Elige al libre; el otro despeja.



5. Anota o sigue: los cortadores rellenan, el 5 vuelve al nail, frente restaurado con cuerpos nuevos. Cada negación una bandeja, cada flotada un triple — por tantos pases como haga falta.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA BASE · TODAS LAS EDADES

Motion 5-Out — Pasa, Corta y Rellena

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Learn the rules for 5 out Dribble Drive Motion Offense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

La base del programa. Cinco jugadores espacian el perímetro — punta, alas, esquinas — y la ofensiva son tres hábitos repetidos por siempre: pasar, cortar fuerte al aro, rellenar el espacio libre. Sin jugadas memorizadas, sin patrón que escautear, y todos desarrollan las mismas habilidades.

Cuándo usarla: Ofensiva base de media cancha para Infantil y Secundaria; cambio de ritmo y ofensiva de control para Preparatoria.

Puntos de enseñanza

- Corta a velocidad de juego con las manos listas — los cortes flojos matan la ofensiva más que las pérdidas.
- Rellena de inmediato: un espacio vacío nunca debe existir más de un segundo.
- Si tu defensor niega el pase, corta por la espalda — el contraataque es automático, no se pide.
- Chequeo de espacios: 5 a 6 metros entre jugadores, esquinas bien abajo.

Adaptación por edad: Infantil 7–10: ESTA es la ofensiva. Enséñala en 3v3 (punta y dos alas) antes del 5v5. **Secundaria 11–13:** Agrega lecturas: negación = puerta atrás, ayuda = rellenar detrás. Suma la pantalla al lado contrario. **Preparatoria:** Funciona como cambio de ritmo y ofensiva de control; se mezcla con las reglas de Penetrar y Espaciar.

Variantes y contragolpes

- Capa de «pantalla al otro lado»: cada pase puede disparar pantalla en vez de corte — cántala una semana para re-enseñar ángulos.
- Capa ghost: cualquier subida de esquina puede fantasmear al lado vacío (ver Ghost en Sets de Élite).
- vs cambios: slip a todo — el contragolpe completo está animado abajo (5-Out vs Cambios).

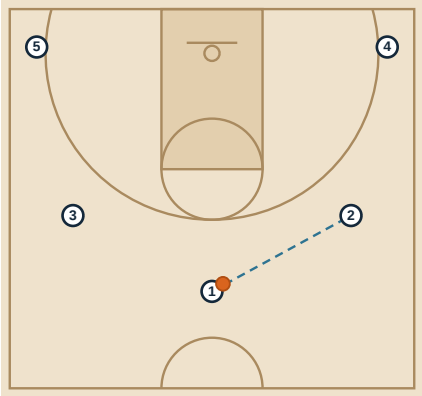
Errores comunes

- Cortar al 70% — la puerta atrás y el sello mueren sin corte a sprint.
- Rellenar antes de tiempo: dejar tu lugar antes de que el cortador pase colapsa dos carriles a la vez.
- Recibir con pies planos — cada recepción aterriza en postura lista, de frente al aro.

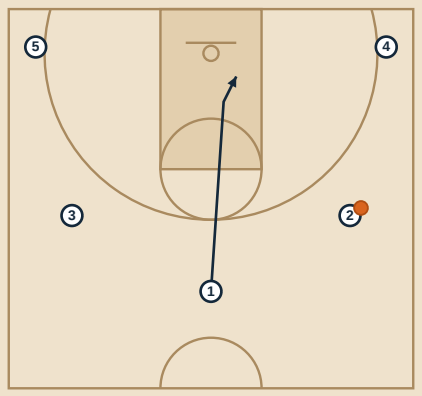
Ejercicios de enseñanza

- 3v3 sin bote (a 5): toda la ofensiva en miniatura.
- 5v0 corta-y-rellena con reloj de 20 segundos: cinco cortes de calidad o se repite.
- 4v4 de negación: los coaches sobremarcan cada ala — las lecturas de puerta atrás se vuelven automáticas.

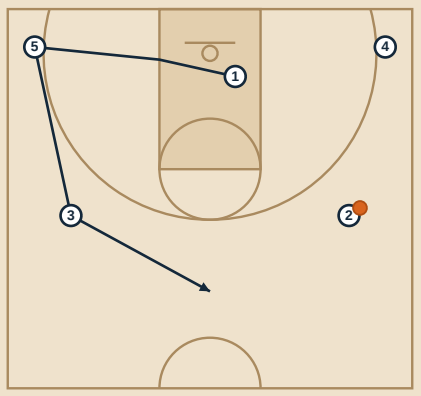
Perfil de personal: Todos — es el lenguaje compartido del programa. Sin requisitos de posición, que es exactamente el punto.



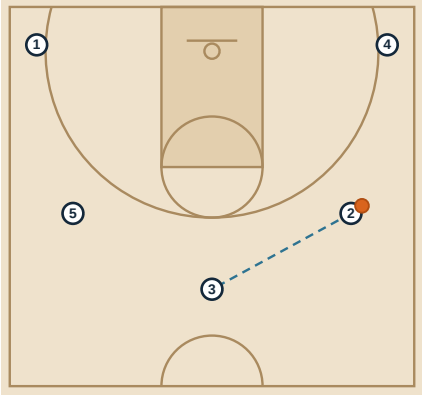
1. 1 pasa al ala. Cada pase dispara una acción — la defensa nunca ve una foto quieta.



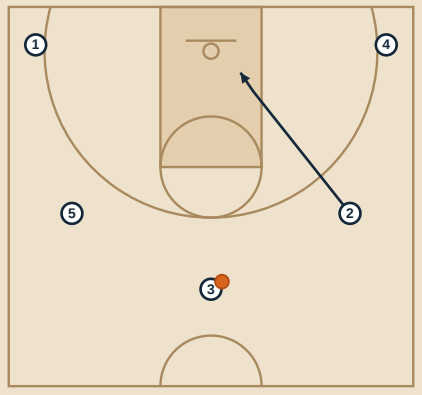
2. El pasador corta en 45 directo al aro, ojos en el balón, manos listas para el pase de vuelta.



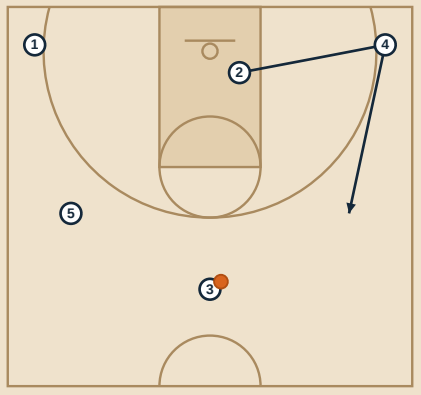
3. El cortador sale a la esquina débil y todo el lado débil sube un lugar. Espaciado restaurado en un segundo.



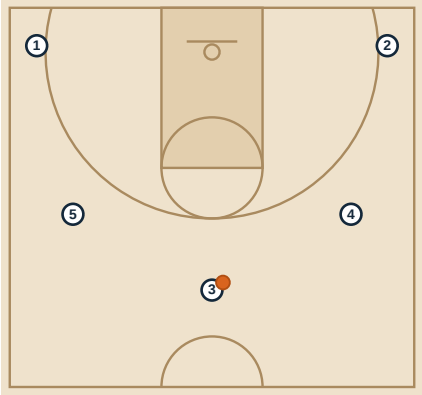
4. El balón se revierte a la nueva punta — el patrón se repite del otro lado, por siempre.



5. 2 corta al recibir el pase. Si la defensa se mete al carril, la puerta atrás ya está abierta.



6. Rellena y sigue jugando. Esta es nuestra ofensiva: sin jugadas, puros hábitos que no se pueden escautear.



7. Y mira la cancha: punta, dos alas, dos esquinas — la forma inicial con cada jugador un asiento más allá. Un ciclo completo, sin reinicio, porque la ofensiva nunca pierde su forma. Corre hasta que la defensa se quiebre.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA BASE · REACCIONES AL DRIVE

5-Out — Penetrar y Espaciar

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 5 Out Backdoor Dribble Drive
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

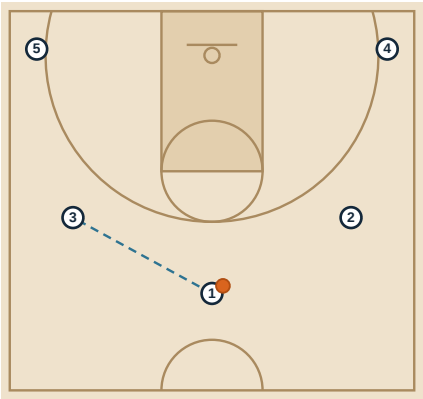
La segunda capa del 5-Out: qué hacen los otros cuatro cuando alguien penetra. Drive por línea de fondo — la esquina del lado del balón sube, la punta rellena detrás, el lado débil se abre abajo para el pase. Drive por el centro — las alas suben, las esquinas se quedan. El penetrador siempre tiene tres salidas.

Cuándo usarla: Se instala apenas el pasa-corta-rellena esté limpio. Convierte la penetración de caos en ofensiva.

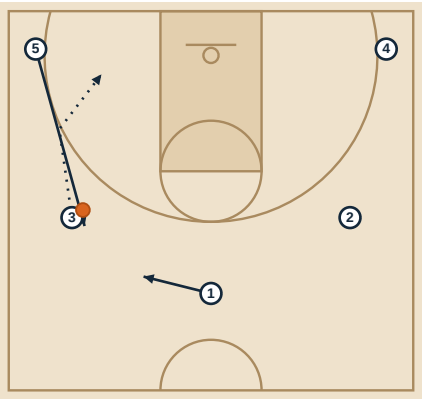
Puntos de enseñanza

- El drive es PARA el equipo — colapsa la defensa y reparte. Anota solo lo que te regalan.
- El penetrador sale a la esquina después de soltar el balón; el espaciado se reinicia al instante.
- El segundo drive vence al primero: ataca el cierre defensivo tras el pase.
- Las reacciones tienen nombre — Subir, Rellenar, Deslizar — para corregirlas con una palabra.

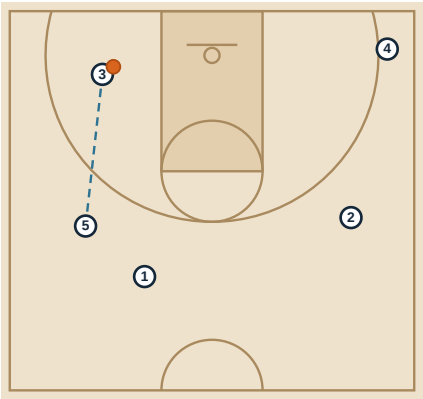
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Enséñalo con juegos de 3v3 de penetrar y doblar — sin discursos. **Secundaria 11–13:** Nombra y pregunta las reacciones; agrega el intercambio de 45 del lado débil. **Preparatoria:** Reglas completas en ambas direcciones; castiga la ayuda con triples de esquina y pases al rincón corto.



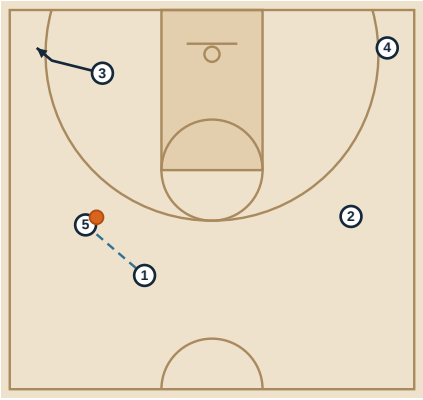
1. Entrada al ala — la defensa se mueve, se abren los espacios.

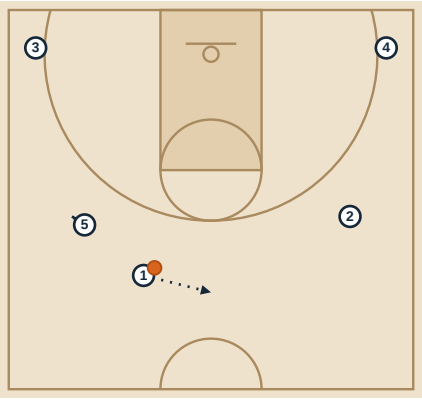


2. 3 ataca por línea de fondo. La esquina del lado del balón SUBE fuera del carril; la punta RELLENA detrás por seguridad.



3. El colapso crea el pase afuera — al que subió, para el triple abierto o el siguiente ataque.





4. El penetrador sale a la esquina que vació; el balón sigue. El espaciado ya está listo — ataca otra vez.

5. Ciclo cerrado: 1 lo regresa a la punta con los cinco lugares llenos — punta, alas, esquinas. El segundo drive arranca contra una defensa que ya rotó dos veces.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA BASE · CAPA DE ENTREGAS

5-Out — Tejido (Entregas de Mano)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Why 5 Out Dribble Drive Motion Offense?
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

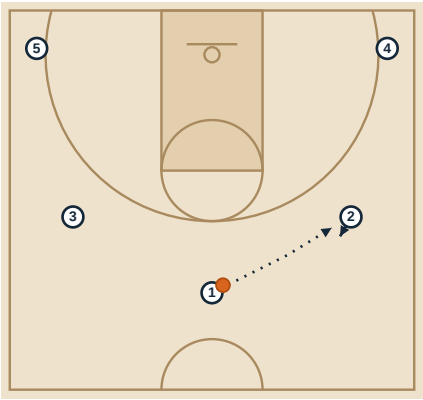
La capa de entregas del 5-Out. En lugar de pasar y cortar, el que bota va HACIA un compañero y le entrega el balón en mano — una pantalla en movimiento que la defensa persigue a máxima velocidad. Las entregas se encadenan de lado a lado hasta que alguien dobla la esquina.

Cuándo usarla: Contra equipos que niegan las líneas de pase o cambian todo — la entrega castiga ambas cosas. También nuestra acción para cuidar la ventaja.

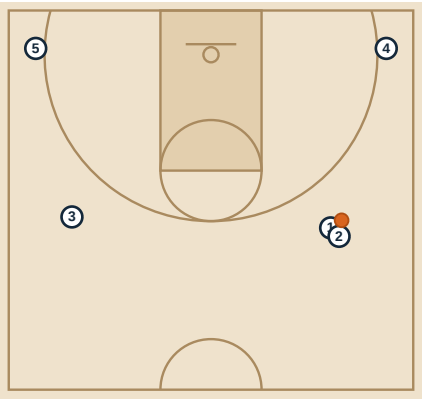
Puntos de enseñanza

- Botar HACIA un compañero es la señal — él corre a buscar la entrega, nunca la espera parado.
- La entrega es una pantalla: dala cadera con cadera y aguanta el contacto.
- Los ojos del receptor van al aro PRIMERO — el defensor va detrás, la esquina ya está doblada.
- Si la defensa salta la entrega, quédatela y penetra — la entrega fingida es la mejor entrega.

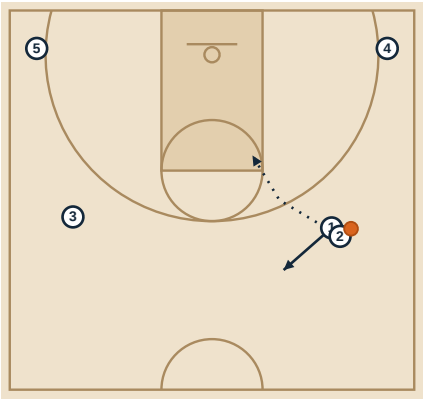
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Todavía no — solo pasar y cortar. **Secundaria 11–13:** Enséñalo al final de temporada como juego de 2 por un lado. **Preparatoria:** Tejido completo: encadena 2–3 entregas y fluye directo a una pantalla directa.



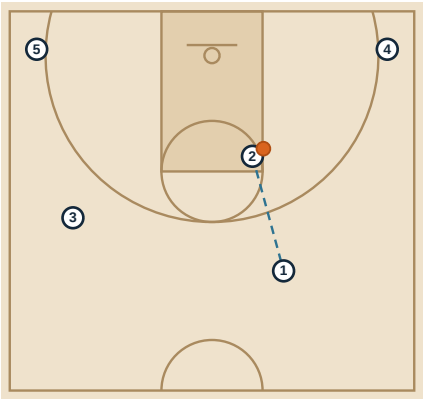
1. 1 bota HACIA el ala — esa es la señal. 2 corre hacia el balón a buscar la entrega.

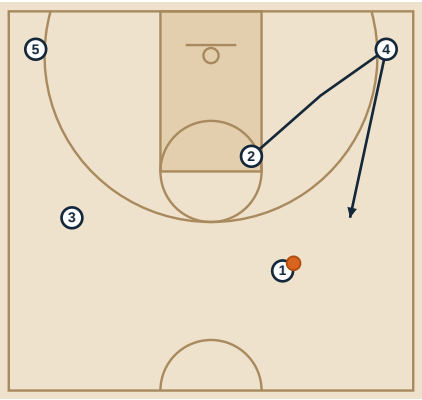


2. La entrega, cadera con cadera. Es una pantalla en movimiento — 2 recibe a velocidad con su defensor atrapado atrás.



3. 2 dobla la esquina cuesta abajo; 1 se abre detrás de la jugada para el pase de regreso.





4. Lecturas en orden: aro, esquina, pase de regreso. Aquí el regreso — 1 entra al triple con ritmo.

5. ¿Nada claro? 2 pasa de largo, la esquina sube, y el tejido arranca del otro lado. Las entregas se encadenan hasta romper la defensa.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA BASE · CAPA DE PICK & ROLL

5-Out — Pantalla Directa Sorpresiva

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

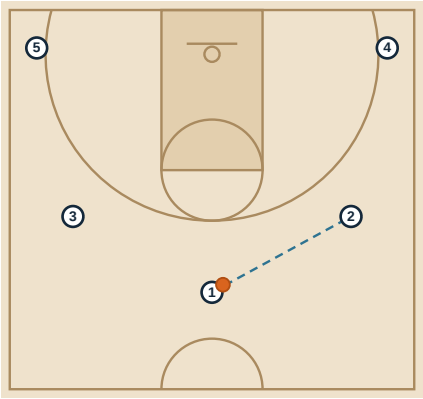
La capa de pantallas directas del 5-Out. Sin un pívot que estorbe el carril, CUALQUIER jugador puede correr a poner la pantalla — normalmente desde la esquina. La continuación va hacia una pintura vacía, y los tres jugadores detrás de la jugada rotan un lugar para que el pase corto, la esquina y el relleno estén vivos a la vez.

Cuándo usarla: Cuando la defensa se sienta en los espacios y quita cortes y entregas — la pantalla directa obliga a dos defensores a comprometerse con el balón.

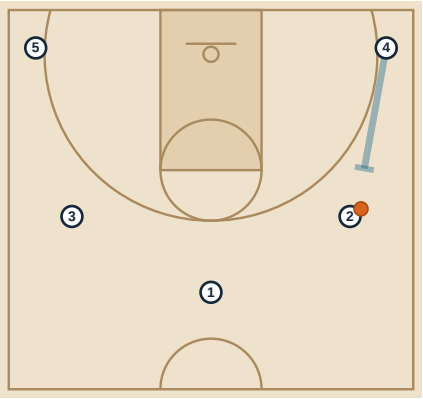
Puntos de enseñanza

- El pantallador CORRE a la pantalla — una pantalla caminada deja que la defensa arme su cobertura.
- El trabajo del base es atraer dos defensores al balón; después alguien queda libre por matemáticas.
- Rueda al espacio con las manos listas — en 5-Out el aro está vacío y el pase corto es bandeja.
- Detrás de la jugada todos rotan un lugar. La esquina débil NUNCA se mueve — ese triple es el castigo a la ayuda.

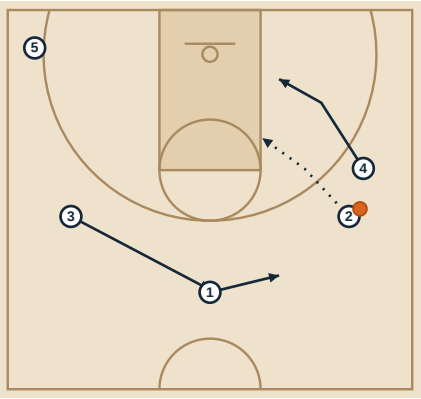
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Todavía no — solo pasar y cortar. **Secundaria 11–13:** Repeticiones de 2v2 por un lado, sin lecturas de cobertura. **Preparatoria:** Capa completa con lecturas contra drop, salto y cambio — más la señal de re-pantalla.



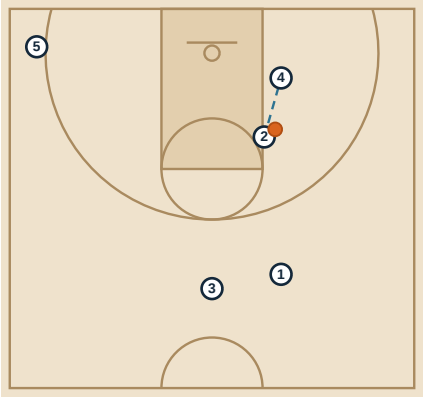
1. Entrada al ala — y mira la esquina: él es el pantallador en 5-Out.



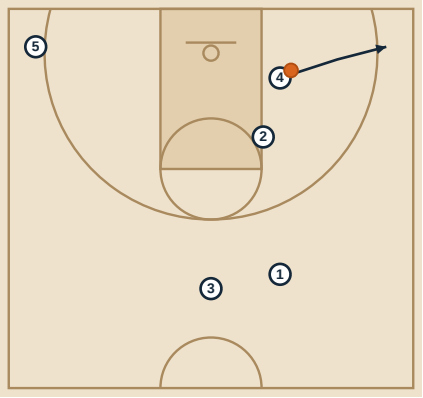
2. 4 sale disparado de la esquina a poner la pantalla. En 5-Out CUALQUIERA puede ser el pantallador.



3. 2 dobla la esquina; 4 rueda a un carril VACÍO. Detrás de la jugada todos rotan un lugar.



4. Pase corto al que rueda — anota o descarga. Si el ayudante bajo lo quita, el triple de esquina queda abierto detrás.



5. ¿Sin ventaja? 4 vuelve a la esquina, el espaciado se reinicia, la ofensiva sigue. El pick and roll es una capa, nunca una pausa.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTRAGOLPE · VS CAMBIA-TODO

Contragolpe 5-Out — vs Cambios

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

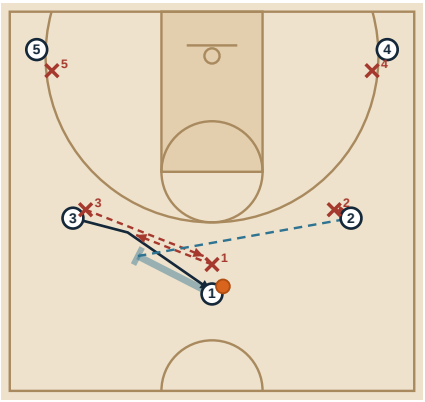
Los equipos que cambian cada intercambio creen que resolvieron el motion — en realidad se ofrecieron a dos intercambios perdedores. Contragolpe uno: el SLIP, donde la pantalla nunca aterriza y el pantallador se clava por la duda de los defensores que cambian. Contragolpe dos: la cacería del desajuste, donde cada cambio completado deja a alguien marcando a quien no puede. La forma del 5-Out hace ambos automáticos.

Cuándo usarla: La respuesta fija cuando el scouting muestra defensa de cambios — instálalo la misma semana que el motion base para que cambiar nunca se sienta como presión.

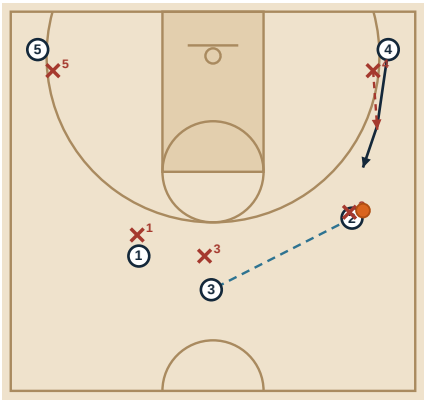
Puntos de enseñanza

- El slip es LECTURA, no llamada: en cuanto ambos defensores se comprometen al cambio, clávate. Sin contacto, sin pausa.
- Clávate al FRENTE del aro — detrás de la pareja que cambia, en el punto ciego de la ayuda.
- Tras cualquier cambio completado, encuentra al chico-sobre-grande y mueve el balón ahí en dos pases.
- Sigue cortando a través de los desajustes — un desajuste congelado es un desajuste escauteado.
- Las reglas de espaciado no cambian: slip, rellena, re-espacia. Los cambios mueren por mil cortes de 5 metros.

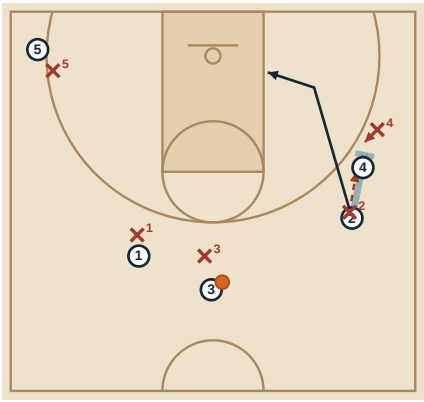
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña el slip como «pantalla y vete» — los niños lo aprenden más rápido que la pantalla misma. **Preparatoria:** Paquete completo: slip primero, desajuste segundo, y el ghost de lado vacío como tercera capa.



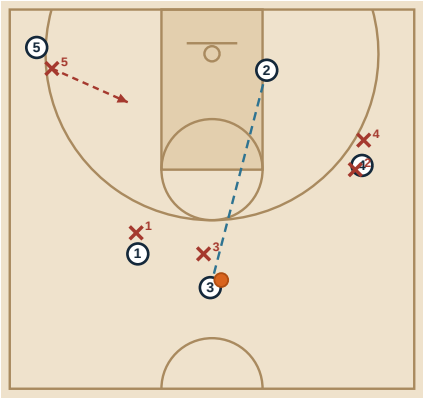
1. Motion normal: pasa, pantalla al otro lado — y lo CAMBIAN. Bien. El cambio es la señal, no el problema.

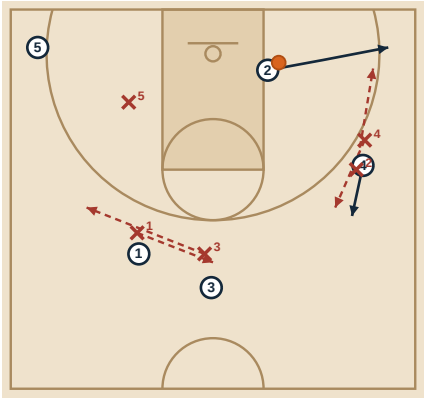


2. El balón sigue — y la siguiente pantalla es carnada. Mira a la esquina subiendo a pantallear… o no.



3. El SLIP: la pantalla nunca aterriza. En el instante en que ambos defensores se comprometen al cambio, 2 se clava por su duda hacia el aro.





4. Conecta el slip — bandeja. Y recuerda el segundo intercambio: cada cambio que SÍ completaron dejó un chico sobre un grande en algún lado. Slip primero, desajuste segundo, por siempre.

5. La forma se cura, la cacería se reinicia. Una defensa de cambios comete uno de estos dos errores cada posesión — nuestro único trabajo es espaciado y paciencia. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

BASE DE PREPARATORIA · ESPACIADO + POSTE

Motion 4-Out 1-In

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

La base del equipo mayor: cuatro perimetrales en los slots y las alas, un grande viviendo de bloque a bloque y en el rincón corto. Todos los hábitos del 5-Out se mantienen — pasar, cortar, rellenar — más presencia interior para sellos, rebotes ofensivos y triples de adentro hacia afuera.

Cuándo usarla: Ofensiva base de preparatoria cuando tienes al menos un jugador interior capaz. Todo se instala sobre los hábitos de 5-Out que los jugadores ya dominan.

Puntos de enseñanza

- 5 sigue el balón de bloque a bloque; en drives por la línea de fondo se desliza al rincón corto, nunca tapa el carril.
- La entrada al poste es una señal: el pasador corta estilo Laker, el lado débil rellena — bandeja primero, espaciado después.
- El pase de adentro hacia afuera es el mejor triple del basquetbol — 5 debe QUERER soltarlo entre la multitud.
- Los cuatro lugares del perímetro son intercambiables — no hay lugares 'solo para el base'.

Adaptación por edad: Infantil 7–10: No se usa — quédate en 5-Out. **Secundaria 11–13:** Introdúcelo al final de temporada solo si tienes un poste de verdad. **Preparatoria:** Ofensiva base. Agrega pantallas directas con el mismo espaciado.

Variantes y contragolpes

- Capa de pantalla step-up en cualquier recepción de ala (ver 5-Out Step-Up — mismas reglas, un grande adentro).
- Alto-bajo: cuando adelantan al poste, el slot del 4-Out se clava para el pase por arriba.
- vs carriles empacados: el contragolpe de flash y puerta atrás está animado abajo.

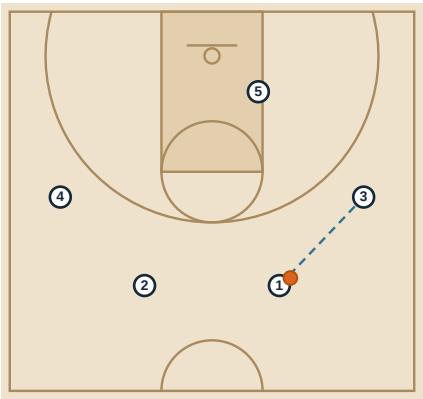
Errores comunes

- El 5 persiguiendo el balón en vez de la regla bloque-a-bloque — un tiempo tarde es injugable.
- Cortes Laker a ninguna parte: corta por el HOMBRO del poste o la defensa no se mueve.
- Los perimetrales mirando la entrada al poste en vez de reubicarse — la descarga necesita destino.

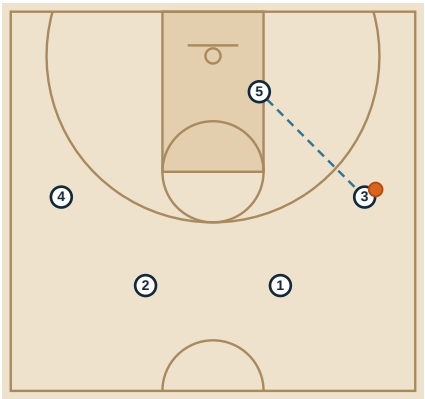
Ejercicios de enseñanza

- 4v4+poste: el perímetro corre motion, el poste juega vivo bloque a bloque.
- Repeticiones de entrada y corte Laker: entra, corta, reemplaza — 10 por lado.
- Tiro de adentro-afuera: alimenta el poste, reubícate, recibe la descarga — tiros de juego a velocidad de juego.

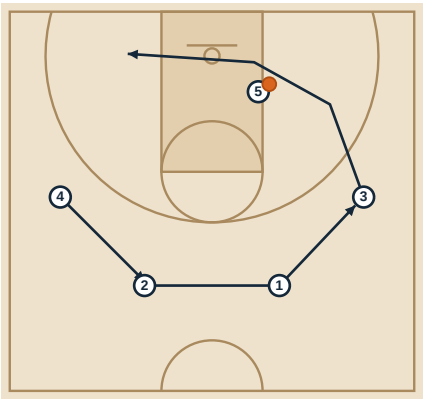
Perfil de personal: Necesita un interior que reciba y decida; los otros cuatro son guardias/alas intercambiables.



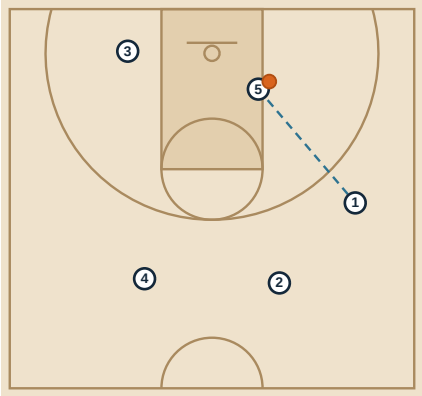
1. Entrada al ala — 5 pelea el sello del lado del balón mientras el balón vuela.



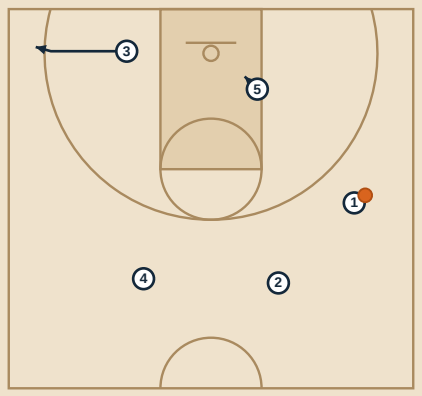
2. El sello gana: alimenta el poste. El defensor del pasador voltea a mirar — esa es la señal.



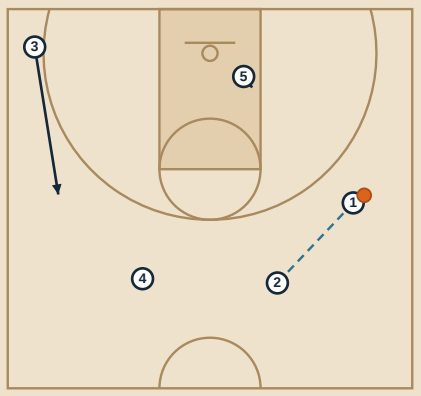
3. El pasador corta estilo Laker por el poste — ventana de bandeja — y sale al lado débil. El perímetro rellena detrás.



4. 5 juega la lectura: anota 1contra1, o de adentro hacia afuera al ala rellenada para el triple con ritmo.



5. El balón sigue moviéndose, 5 vuelve a postear siguiéndolo. Cada pase sigue disparando un corte — la ofensiva no para.



6. Muévelo una vez más y la foto es exactamente la inicial: dos slots, dos alas, 5 sellando el bloque del lado del balón. Un ciclo completo con personal rotado — córrelo toda la noche.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTRAGOLPE · VS DEFENSA HUNDIDA

Contragolpe 4-Out — vs el Carril Empacado

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

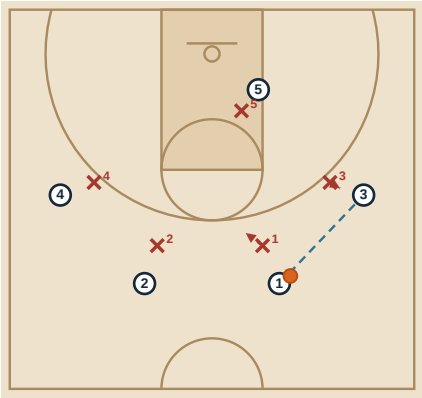
Algunos equipos responden al 4-Out negándose a marcarlo: cinco defensores hundidos en el carril, desafiando el swing. Penetrar contra esa pared es lo que quieren. El contragolpe es el flash al poste alto — la única recepción que una defensa empacada concede — y las puertas atrás gemelas que entran caminando detrás de cada cabeza que mira el balón cuando aterriza.

Cuándo usarla: Contra copias del pack-line y cualquier defensa cuya ayuda viva con dos pies en la pintura. También la medicina cuando tus propios drives chocan con cuerpos.

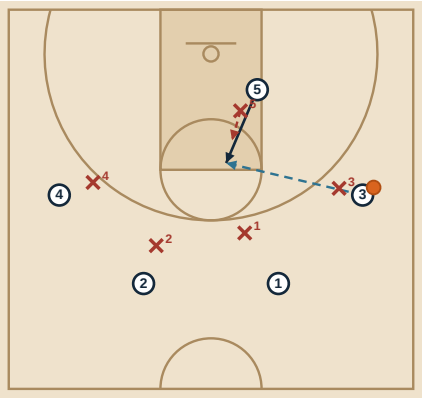
Puntos de enseñanza

- No pelees contra la pared — muévela. La recepción del poste alto es la palanca que desempaca un carril empacado.
- 5 se lanza a la ZONA MUERTA: muy alto para los grandes, muy profundo para los guardias.
- En la recepción: encara al instante. Un poste alto de frente al aro voltea todas las cabezas hundidas.
- Las puertas atrás van CON la recepción, no después — la ventana es el medio segundo de cabezas volteadas.
- Si colapsan sobre el flash, el skip vence al cierre más largo del basquetbol. Flash, corta, skip.

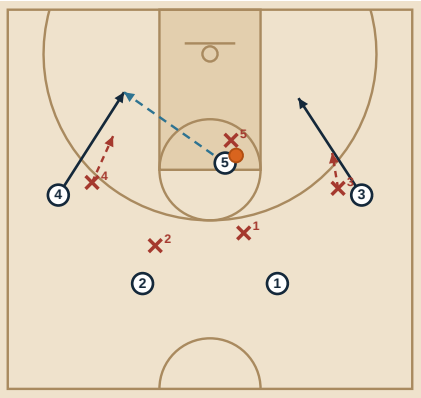
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña flash-y-encara como ejercicio propio antes de sumar los cortes. **Preparatoria:** Cadena completa; combina con el juego de cortes Laker para que hundirse y presionar pierdan los dos.



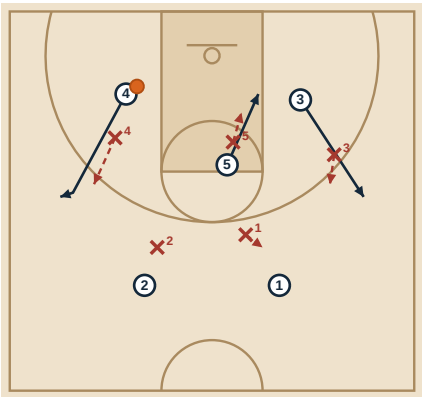
1. El carril empacado: cinco defensores hundidos, desafiando el swing. Penetrar contra esta pared es exactamente lo que quieren — así que no lo haremos.



2. La palanca: 5 se lanza fuerte a la zona muerta del poste alto — muy alto para los grandes, muy profundo para los guardias. La única recepción que el hundimiento concede.



3. Recibe, ENCARA — y cada cabeza hundida voltea al balón. Las puertas atrás entran caminando detrás: para esto existe el flash.



4. Bandeja — o si colapsan sobre el flash, el skip a la esquina que subió vence al cierre más largo del juego. Flash, corta, skip: el carril empacado se desempaca solo. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTINUIDAD 4-OUT · UCLA + FLEX

Ofensiva Swing (Bo Ryan · Wisconsin)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: How To Run Bo Ryan's Wisconsin Swing Offense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

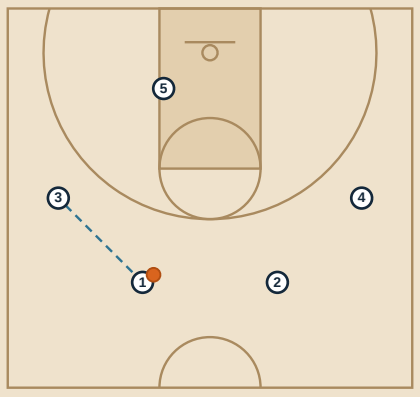
La continuidad con la que Bo Ryan sostuvo dos décadas de excelencia en Wisconsin. Cuatro afuera, uno adentro — pero el poste es un puesto rotativo, no una persona: cada pase de slot a ala dispara una pantalla ciega UCLA que manda a un guardia al bloque, y cada reversión cruza al poste con el balón. Paciente, física, e imposible de escautear porque los cinco juegan los cinco puestos.

Cuándo usarla: Base de media cancha cuando valoras cada posesión: controla el ritmo, caza posteos y tiros libres, y obliga a defender 25+ segundos de pantallas. Esta animación corre el ciclo COMPLETO — mírala volver a su forma inicial con cuerpos nuevos.

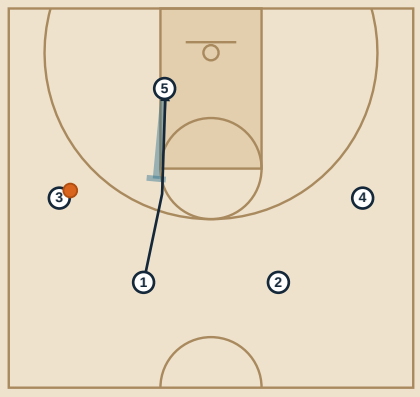
Puntos de enseñanza

- Cada pase slot-ala = pantalla UCLA detrás. Sin excepciones — la señal es la enseñanza.
- Corta al bloque queriendo el balón: el sello ES el tiro. Los cortes UCLA flojos matan el Swing.
- El poste cruza el carril en cada reversión, sellando del lado del balón — siempre es un objetivo.
- Los pases de reversión deben ser a tiempo: slot-slot-ala en dos tiempos estira la defensa de lado a lado.
- Los guardias aprenden a postear y los grandes a pasar desde el slot — ese intercambio es el arma.

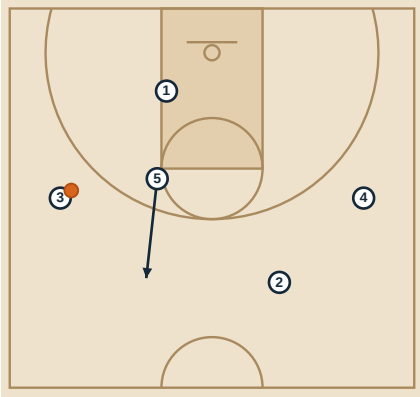
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instala solo la señal del corte UCLA; agrega la continuidad completa cuando las reversiones estén limpias. **Preparatoria:** Sistema completo. Suma el contraataque de pantalla flex cuando hagan trampa contra la UCLA.



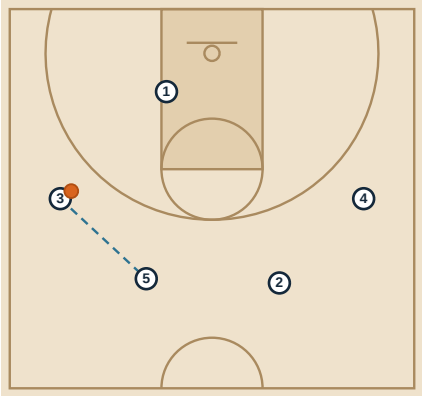
1. Entrada slot-ala. En el Swing cada pase dispara una acción — este dispara la pantalla UCLA.



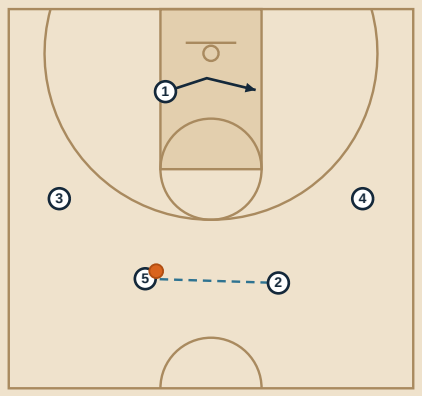
2. 5 pone la pantalla ciega y 1 corta UCLA al bloque. Primera mirada siempre: el posteo del guardia sellando profundo.



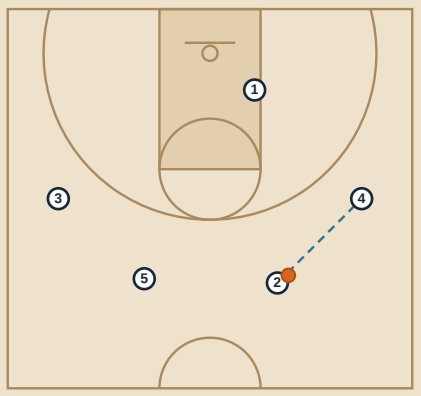
3. El pantallador sale al slot vacío. Guardia y poste acaban de intercambiar trabajos — los cinco juegan los cinco puestos.



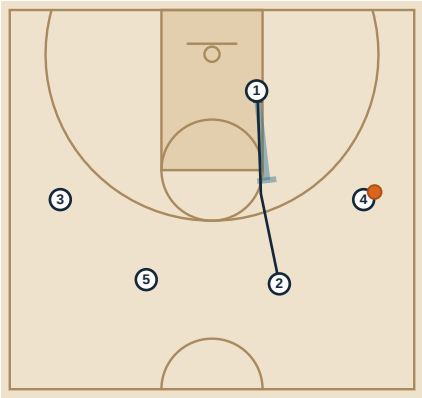
4. Comienza la reversión: del ala de vuelta al slot.



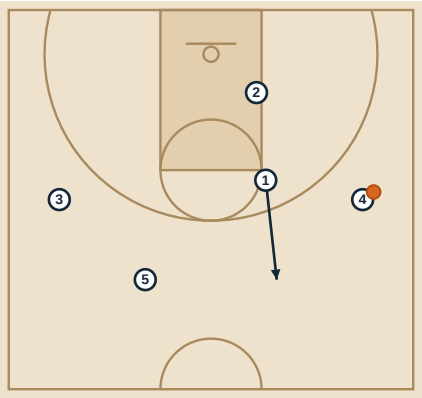
5. Slot a slot — y el poste cruza el carril CON el balón, sellando del lado del balón en cada swing.



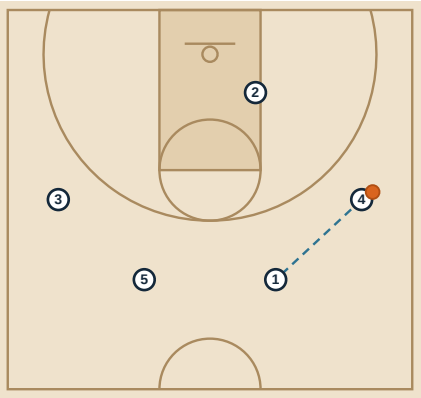
6. Entrada al ala del lado nuevo. Misma señal, en espejo.



7. Ahora 1 es el pantallador: pantalla UCLA, 2 se clava al bloque. El patrón se repite con cuerpos nuevos.



8. 1 sale a la punta, el espaciado se cura solo.



9. Reversión de seguridad — y mira la cancha: dos slots, dos alas, un poste. La forma inicial EXACTA, con 2 en el poste y 5 de base. Ciclo completo; no tiene contraataque porque no tiene final.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTINUIDAD 4-OUT · AASAA

Dribble Drive Motion (Walberg · Calipari)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Memphis Dribble Drive Motion Offense Film Study
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

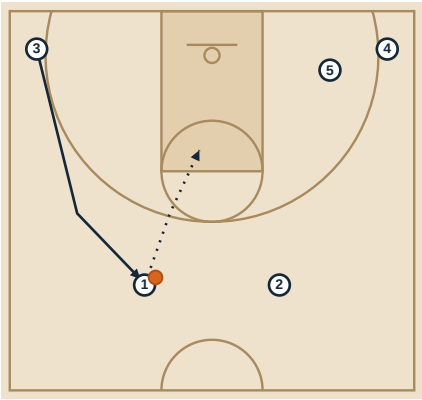
Vance Walberg la inventó, John Calipari la hizo famosa en Memphis y Kentucky: cuatro afuera, 5 viviendo en el rincón corto del lado débil, y SIN pase de entrada — la ofensiva es una cadena de penetraciones. Walberg la llamó AASAA: Atacar, Atacar, Saltar (skip), Atacar, Atacar. Cada drive colapsa un poco más la defensa hasta que aparece el aro, el triple de esquina o la descarga al rincón.

Cuándo usarla: Cuando tus guardias ganan el uno contra uno. Castiga los espacios cerrados con pases arriba y skips, y convierte cada cierre defensivo en el siguiente ataque. La animación corre el ciclo completo Atacar–Atacar–Skip–Atacar–descarga hasta el reinicio.

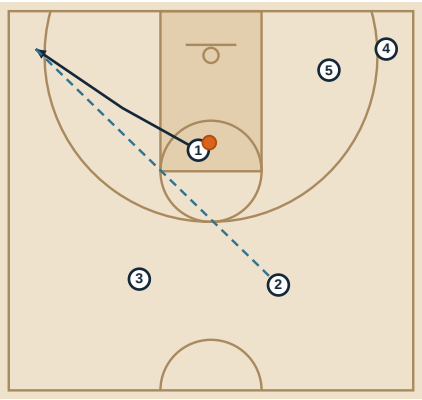
Puntos de enseñanza

- Penetra para anotar, no para pasar — el pase arriba es lo que la defensa REGALA, nunca el plan.
- El penetrador que detiene el bote sale en bucle a la esquina vacía: el espaciado se rellena solo.
- 5 vive al lado contrario del balón, siempre: su defensor no puede proteger el aro y encontrarlo a la vez.
- Las esquinas son tiradores primero — pies listos en cada drive.
- El segundo y tercer drive vencen a defensas armadas; ataca antes de que la cancha se reinicie.

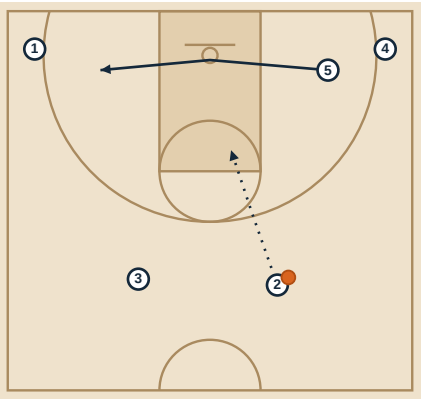
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñalo primero como juegos de penetrar y doblar de 3 afuera; agrega el rincón en el segundo año. **Preparatoria:** AASAA completo con bucle, pase arriba y skip. Combina perfecto con nuestros hábitos de 5-Out.



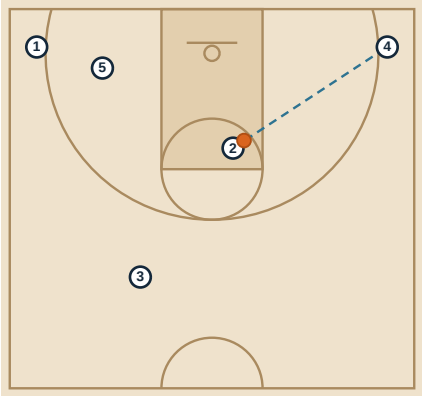
1. Sin jugada, sin pase de entrada — 1 simplemente ataca el espacio. La esquina de su lado sube a rellenar detrás.



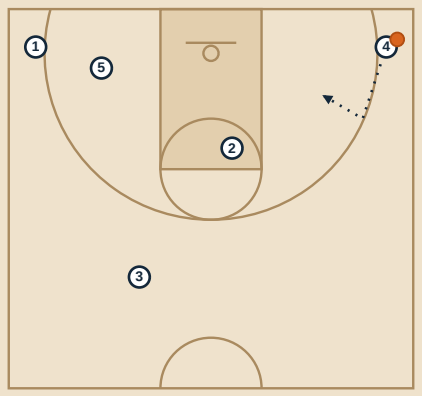
2. La ayuda frena el drive: pase ARRIBA al siguiente slot y bucle a la esquina vacía. El ataque dos ya se está cargando.



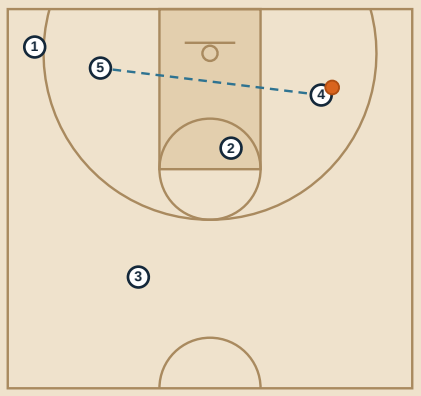
3. 2 ataca de inmediato — antes de que la defensa se reinicie. 5 se desliza por la línea de fondo para quedar al lado contrario del balón.



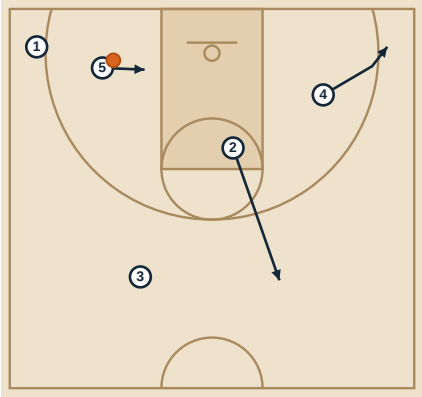
4. La 'S' de AASAA: skip a la esquina débil, que siempre está abierta cuando la ayuda se tragó dos drives.



5. Ataca el cierre — tercer drive en doce segundos, contra una defensa que nunca se armó.



6. El protector del aro se compromete — entonces el rincón come. Descarga, bandeja o falta. Este pase es la razón de que 5 viva ahí abajo.



7. Y el reinicio es automático: dos slots, dos esquinas, 5 al lado contrario — la forma inicial, en espejo. Atacar, atacar, skip, atacar, atacar. Por siempre.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTINUIDAD 4-OUT · CADENA DE PICK & ROLL

Continuidad de Pantalla Directa

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Basics of the European Ball Screen Continuity Offense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

El sistema estándar del basquetbol universitario moderno — lo corre en alguna versión la mitad de la División I. Un grande corre de pantalla en pantalla, de lado a lado, mientras los cuatro perimetrales rotan un lugar detrás de cada pantalla. La defensa tiene que resolver un pick and roll nuevo cada cuatro segundos, y cada uno llega antes de que la rotación anterior se recupere.

Cuándo usarla: Base de media cancha cuando tienes un grande atlético y guardias que leen coberturas. Cada posesión produce una ventaja de pick and roll en alguna parte; la reversión ES el contraataque. La animación corre la cadena completa de lado a lado hasta la foto inicial.

Puntos de enseñanza

- 5 corre a cada pantalla — una pantalla caminada deja armar la cobertura; una corrida la rompe.
- El base lee en orden: aro, pase corto, esquinas, pase de regreso. El regreso no es fracaso — carga la siguiente pantalla.
- El perímetro rota un lugar detrás de cada pantalla, automático. Nadie mira el balón.
- Rueda fuerte siempre, aun cubierto: el rol es lo que dobla la cancha para las esquinas.
- Contra coberturas: drop — tiro tras bote; salto — deslizarse; cambio — postear la ventaja o re-pantallear.

Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Patrón de dos lados a paso de caminata; en vivo cuando las rotaciones sean automáticas. **Preparatoria:** Cadena completa más contraataques de cobertura cantados desde el aro.

Variantes y contragolpes

- Contragolpe slip/sello vs cambios — animado abajo.
- Llamada «Keep»: el base rechaza la pantalla cuando su hombre se adelanta por arriba.
- Entrada double-drag en transición: la cadena puede arrancar antes de media cancha.

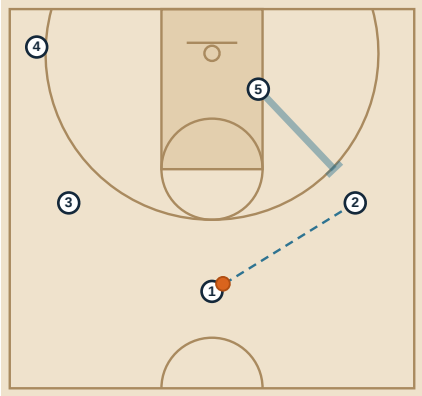
Errores comunes

- Caminar hacia las pantallas — la ventaja de la cadena es que la defensa nunca se arma; el ritmo es el arma.
- El que rueda deteniéndose ante la negación en vez de sellar profundo.
- Perímetro de espectador: cada pantalla debe mover a los cinco un lugar.

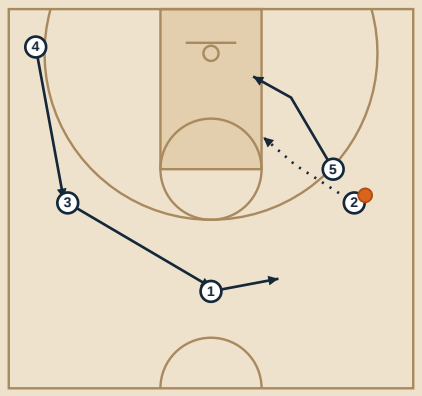
Ejercicios de enseñanza

- Cadena 5v0 con reloj: seis pantallas, ambos lados, bajo 24 segundos.
- 2v2 vivo de pantalla y rol con cobertura cantada tarde por el coach.
- Ruleta de coberturas 5v5: la defensa sortea drop/salto/cambio por posesión; la ofensiva debe contestar bien.

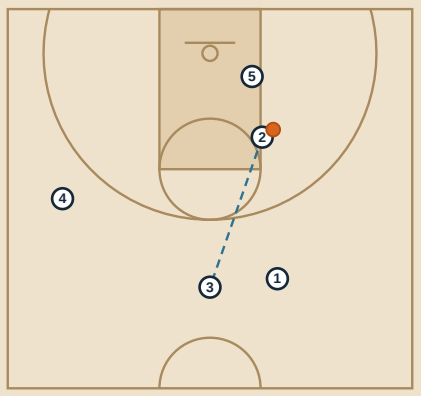
Perfil de personal: Un pantallador incansable que corre y cuatro movedores dispuestos. El base necesita paciencia más que explosión.



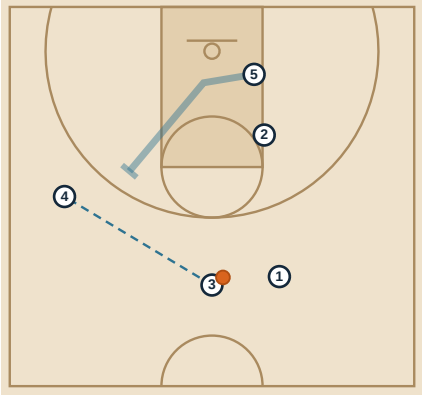
1. Entrada al ala — y 5 ya viene corriendo a la pantalla. La ofensiva es una cadena de estas.



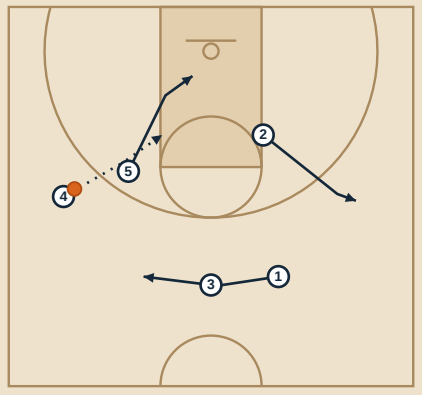
2. Pantalla y rol hacia un carril vacío — y cada perimetral rota un lugar detrás del balón. Lectura: aro, pase corto, esquinas.



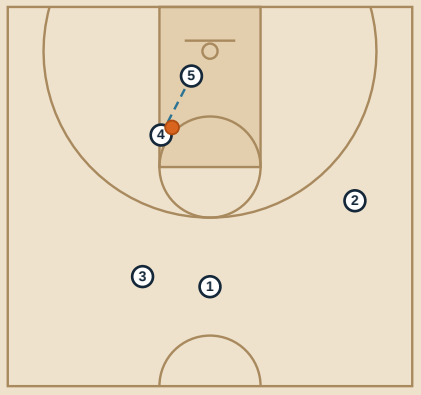
3. ¿Nada claro? Pase de regreso. La reversión no es fracaso — es la señal de la siguiente pantalla.



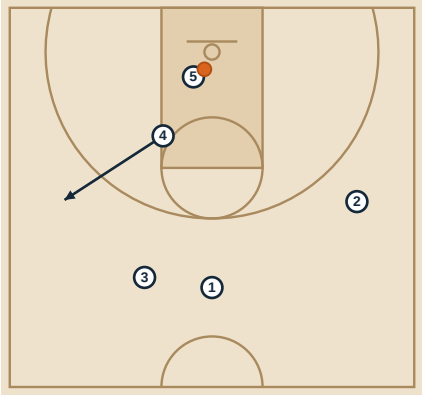
4. El balón vuela al ala mientras 5 corre de bloque a bloque hacia la siguiente pantalla. La defensa nunca ve una foto quieta.



5. Misma foto, otro lado: dobla la esquina, rueda fuerte, rota y rellena. Dos pantallas y la cancha sigue perfectamente espaciada.



6. El premio llega cuando una rotación tarda medio segundo: pase corto, bandeja.



7. ¿Y si está cubierto? Suelta afuera y la cadena sigue — la forma bajo el balón es idéntica a la alineación inicial. Sin principio, sin final.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTRAGOLPE · SLIP + DESAJUSTE

Contragolpe CBSO — vs Cambia-Todo

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

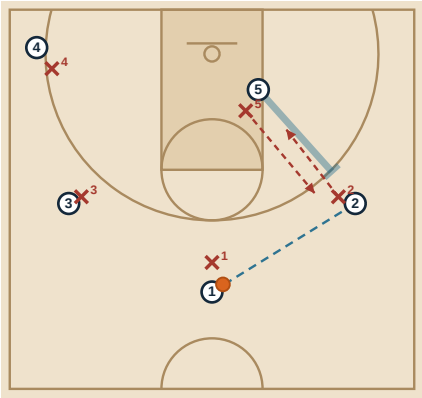
La respuesta moderna a la continuidad de pantallas es cambiarlas todas — grande al balón, guardia cayendo al rol, matar la cadena. El contragolpe de la cadena son dos palabras: SLIP y SELLO. La re-pantalla nunca aterriza, el grande se clava sobre el guardia que cambió hacia él, y si niegan el pase corto, el sello profundo convierte el desajuste en una entrada al poste que la geometría no puede defender.

Cuándo usarla: El contragolpe fijo cuando los equipos cambian la continuidad. Repítelo la misma semana que el CBSO base — una cadena que no vence al cambio no es cadena.

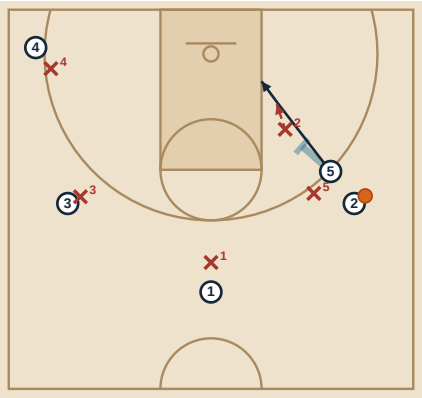
Puntos de enseñanza

- Slip en la RE-pantalla, no en la primera: déjalos comprometerse a cambiar dos veces, y desaparece.
- El slip se clava al frente del aro — el guardia del cambio quedó atrás, la ayuda mira el balón.
- ¿Pase corto negado? SELLO: el grande clava al chico profundo y la entrada va desde dos pies, alta y por fuera.
- La paciencia del base lo hace funcionar: sostén el desajuste con el bote hasta que el sello esté puesto.
- El perímetro sigue rotando detrás del balón — una defensa que recibió un slip se recupera en cierres, no en forma.

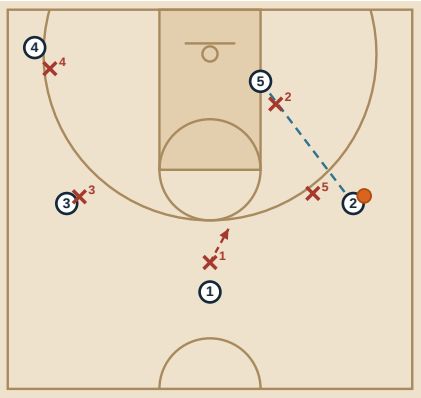
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña el tiempo del slip con un coach cantando «¡cambio!» en vivo. **Preparatoria:** Contragolpe completo más la opción de poste del guardia: tu guardia más fuerte también puede sellar.



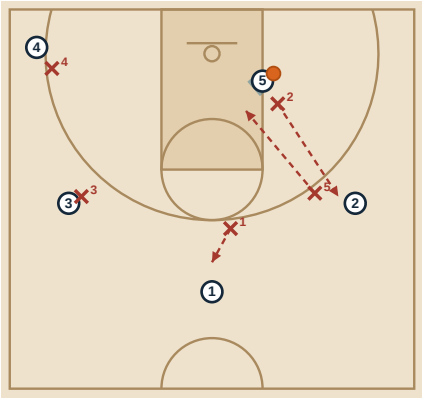
1. La cadena arranca como siempre — entrada al ala, 5 corre a la pantalla — y la CAMBIAN: grande afuera al balón, guardia cayendo al rol.



2. El contragolpe: 5 vuelve a RE-pantallear… y hace el SLIP. La segunda pantalla nunca aterriza — se clava sobre el guardia que cambió hacia él, directo al aro.



3. Pase corto a la clavada — el chico está en su espalda, la ayuda llega un paso tarde. Este es el slip que el cambio ofreció de voluntario.



4. ¿Y cuando niegan el pase corto? 5 SELLA el desajuste profundo, la entrada va alta y por fuera, y la geometría anota. Cambia-todo intercambia un problema por uno peor — cada vez. La cadena se reinicia. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTINUIDAD 4-OUT · POSTE + PANTALLAS

Motion de Pantallas (Rick Majerus)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

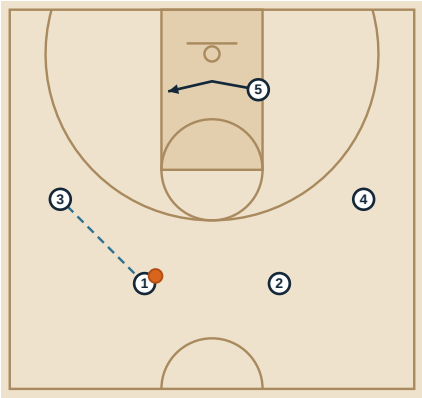
Rick Majerus — quizá el mejor maestro de ofensiva de media cancha que ha dado el basquetbol universitario — construyó sus equipos de Utah sobre esto: cuatro afuera, uno adentro, donde cada pase va seguido de una pantalla al lado contrario y el poste cruza el carril para encontrarse con el balón en cada reversión. Nada elegante, todo preciso: ángulos, tiempos, y una recepción sellada en el poste al final de la cadena.

Cuándo usarla: Para equipos que ejecutan: premia los ángulos y los tiempos por encima del atletismo. Aquí corre el ciclo completo — entrada, pantalla al otro lado, reversión, espejo y el premio del poste, terminando en la forma inicial.

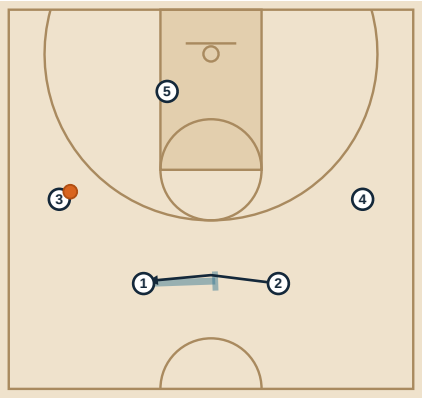
Puntos de enseñanza

- Las pantallas se ponen al defensor, no a un lugar — pecho al hombro por donde quiere pasar.
- El cortador prepara a su hombre: camínalo adentro y explota hombro con hombro por la pantalla.
- El poste corre hacia el balón en CADA pase que cruza la cancha — siempre es objetivo, siempre sella.
- Mira adentro antes de cada reversión: el swing no vale nada si la defensa no teme al bloque.
- Regla del ala débil: sobremarcado = puerta atrás; flotando = espera la pantalla baja.

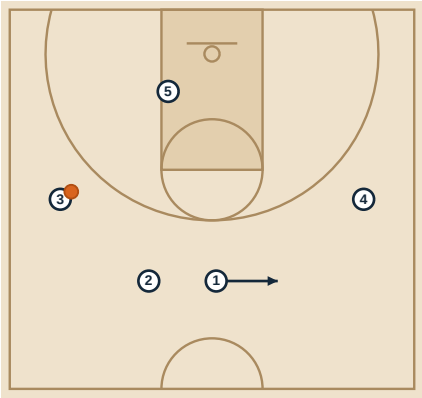
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: La primera continuidad perfecta: enseña ángulos de pantalla con espaciado simple. **Preparatoria:** Base o cambio de ritmo; agrega pantallas bajas y flare del lado débil.



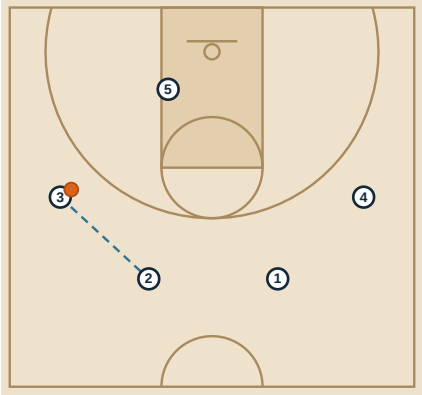
1. Entrada al ala — y el poste corre hacia el balón. Primera regla de Majerus: el poste SIEMPRE es objetivo.



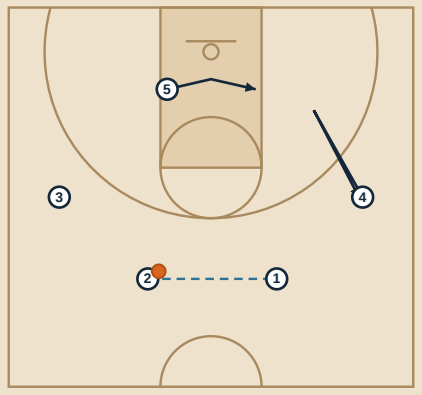
2. El pasador pantalla al lado contrario, slot a slot. A ocho metros del balón, dos defensores igual tienen que resolver una pantalla.



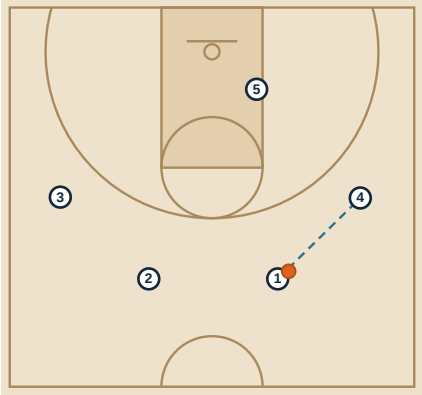
3. El pantallador sale al slot libre. Cuatro afuera, siempre — la forma se cura sola tras cada acción.



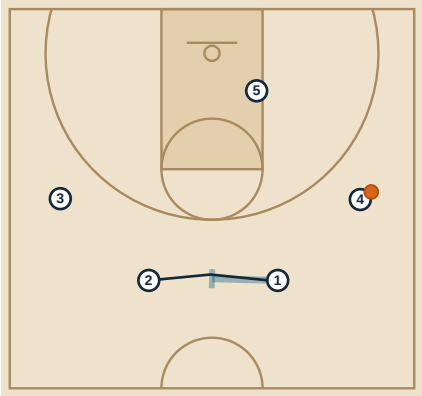
4. Mira adentro primero. Luego revierte.



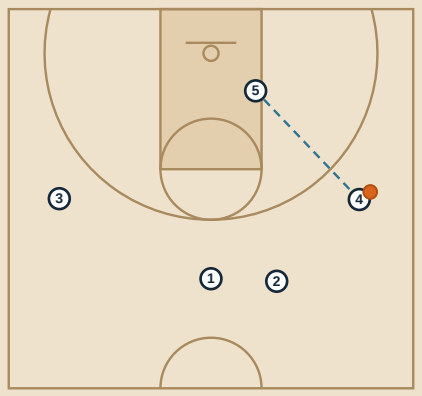
5. Swing — el poste cruza con el balón y el ala débil prueba la puerta atrás antes de rellenar.



6. Entrada al ala, lado nuevo. Poste sellado. La ofensiva se ha reflejado en espejo.



7. Pantalla al otro lado otra vez — y la continuidad llegó a casa: la forma exacta del inicio, cada jugador un asiento más allá.



8. Y el premio por el que Majerus construyó todo: una recepción profunda en el poste contra un defensor que persiguió pantallas toda la posesión. Anota — o suelta afuera y córrela otra vez.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

JUGADA ARMADA · PANTALLA DIRECTA

Horns Twist

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

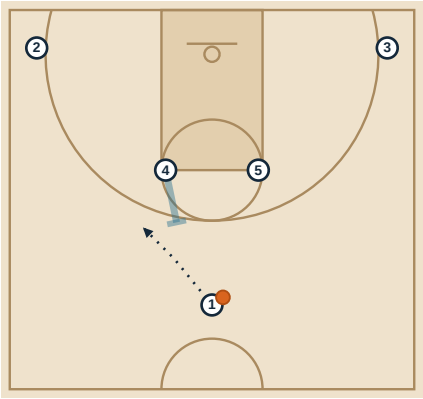
Nuestra jugada armada principal. Alineación Horns — grandes en los codos, tiradores pegados a las esquinas — con doble pantalla en giro: 1 rechaza la primera pantalla y dobla la esquina con la re-pantalla. Termina en espaciado 4-Out si no sale nada.

Cuándo usarla: Posesiones de necesito-canasta, salidas de tiempo fuera, o para conseguir un toque de pintura cuesta abajo contra una defensa armada.

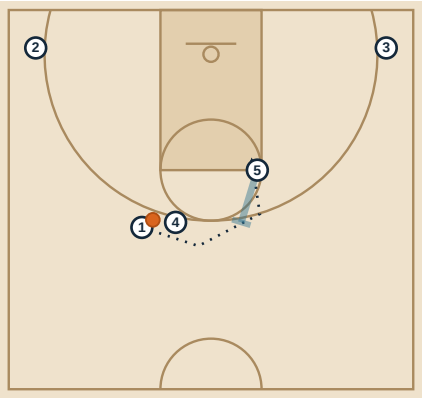
Puntos de enseñanza

- Las esquinas NUNCA se mueven antes — su gravedad es la jugada.
- Lecturas en orden: aro (rol) → pase corto → el que se abre → esquinas. Díganlas en el huddle.
- El rechazo siempre está vivo: si X1 se adelanta a la primera pantalla, 1 ataca al otro lado de inmediato.
- Canta 'Twist X' para invertir los lados y el orden de pantallas.

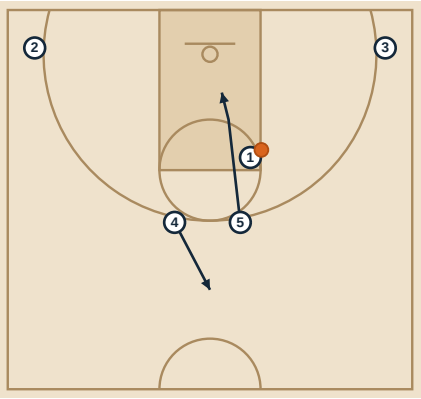
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñala a paso de caminata como introducción a las pantallas directas.
Preparatoria: Jugada principal; agrega la señal 'veer' — el segundo grande se desliza al aro en vez de re-pantallear.



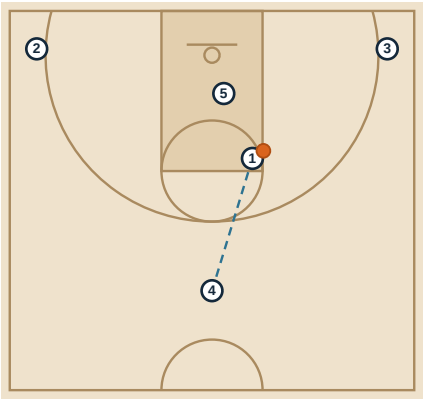
1. 1 ataca por la pantalla de 4 hacia la izquierda — obliga a la defensa a comprometerse con ese lado.



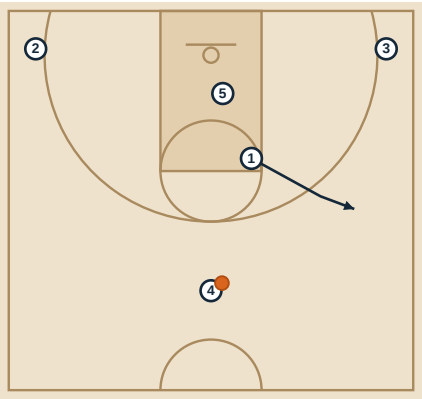
2. El giro: 5 re-pantalla y 1 serpentea de vuelta a la derecha, doblando la esquina cuesta abajo.



3. 5 rueda fuerte al aro, 4 se abre a la punta — pase corto o pase atrás, elige tu veneno.



4. ¿Pase corto cubierto? Pase atrás a 4. Las esquinas nunca se movieron — sus defensores no pueden ayudar.



5. Sin tiro: 1 sale al ala y quedamos en espaciado 4-Out con 5 adentro. La ofensiva continúa.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PLAYBOOK 02

Ofensiva de Zona

Un paquete para toda zona que vayas a ver. La regla que lo organiza todo: usa el frente OPUESTO — alineaciones impares (1-3-1) contra zonas pares (2-3, 2-1-2), alineaciones pares (dos guardias) contra zonas impares (1-3-1, 3-2/1-2-2). Pon un jugador en cada costura, caza la recepción del medio, y haz correr a la zona hasta que se quiebre.

Principios de zona — antes de cualquier jugada

- **Frentes opuestos:** tu alineación debe poner un jugador en cada espacio de su forma.
- **La recepción del medio vence a toda zona:** poste alto vs 2-3/2-1-2, línea de TL vs 3-2, nail vs 1-3-1.
- **Los skips hacen correr a las zonas;** tres reversiones fuertes quiebran casi cualquier patrón.
- **Las pantallas también funcionan contra zonas** — clava la última línea en los skips, pantalla la punta en los drives.
- **Ataca todos los rebotes:** las zonas no pueden bloquear. Los segundos tiros son el impuesto que siempre cobramos.

ATAQUE DE ZONA · VS 2-3

Loader — Ofensiva vs Zona 2-3

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 5 Out Basketball Offense vs 2-3 Zone Defense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

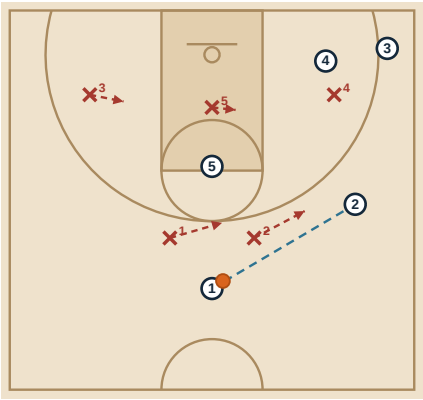
Sobrecarga un lado de la zona y ataca las costuras que se abren. Cuatro perimetrales inclinan la cancha a la derecha; el poste alto es la válvula de escape en el medio; el rincón corto vive detrás de la última línea donde las zonas no ven.

Cuándo usarla: Contra cualquier 2-3 o zona de emparejamientos. Los principios de espaciado son los nuestros — solo cambia el objetivo: ataca costuras y espacios, no defensores.

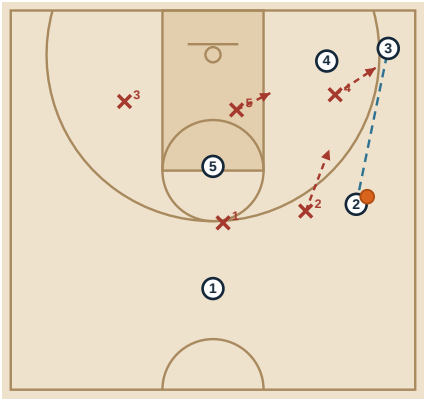
Puntos de enseñanza

- Una recepción en el medio (poste alto) vence a toda zona — cázala primero, cada posesión.
- El rincón corto es invisible para la última línea — recibe ahí y es bandeja o falta.
- Cuando la zona se sobrecarga contigo, el skip al ala débil es el tiro de gracia.
- Las pantallas también funcionan contra zonas: clava al alero de atrás cuando quiten la esquina.

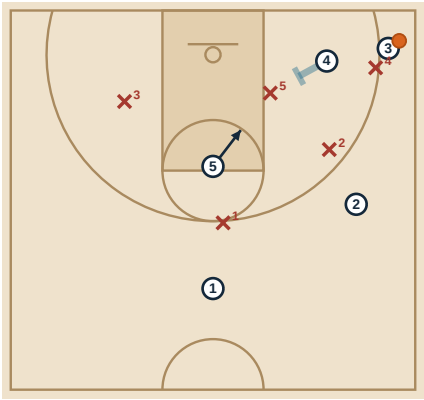
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Solo el espaciado de sobrecarga contra zonas ocasionales. **Preparatoria:** Paquete completo; agrégale la presión Cougar para forzar ritmo antes de que la zona se arme.



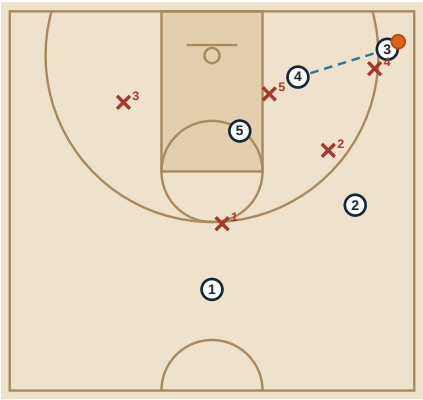
1. La entrada al ala inclina la zona — toda la sobrecarga está ahora en un lado.



2. Recepción en la esquina: el alero de atrás debe salir corriendo, el pívot se desliza — se abren costuras detrás.



3. Ataca las costuras que creó el movimiento: 4 sella detrás de la zona, 5 se clava al espacio del medio.



4. Balón detrás de la zona — bandeja, o atrae al pívot y descarga a 5. Si X4 se recupera, skip al lado débil y reinicia.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA DE ZONA · VS 2-3

Ataque de Espacios — vs 2-3 (Brad Brownell)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: How to Embarrass a 2-3 Zone Defense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

El concepto de ataque de espacios que Brad Brownell construyó en Clemson: alinéate 1-3-1 contra la 2-3 para poner un jugador en cada costura de su forma, y ataca los espacios CON EL BOTE. Un drive real a una costura obliga a dos defensores de la zona a tomar el balón — y cuando dos marcan a uno, alguien queda libre por aritmética.

Cuándo usarla: Ataque principal de media cancha contra cualquier 2-3. La animación corre el ciclo completo: drive al espacio, pase afuera, juego alto-bajo, y reinicio a la forma 1-3-1.

Puntos de enseñanza

- 1-3-1 contra 2-3 pone un jugador en las cuatro costuras — nunca dejes que su forma iguale la tuya.
- Los drives a los espacios son drives PARA ANOTAR: ataca a tirar y los dos defensores deben comprometerse.
- La recepción en el poste alto es la prioridad uno en cada viaje: el pívot sube y el rincón come, o se queda y 5 anota.
- Rincón corto y poste alto juegan un alto-bajo permanente — son un solo juego de dos.
- Ataca todos los rebotes: una zona en movimiento no puede bloquear.

Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña primero el espaciado y el alto-bajo; agrega los drives cuando los botadores estén listos. **Preparatoria:** Paquete completo — combínalo con Skip y Pin para atacar la zona de dos maneras por partido.

Variantes y contragolpes

- Contragolpe de pantallear la extensión — animado abajo.
- Mezcla con sobrecarga: deslízate al espaciado del Loader a media posesión cuando la zona se incline.
- Intercambio del rincón corto: 4 y 5 pueden cambiar trabajos para poner a tu mejor pasador en el poste alto.

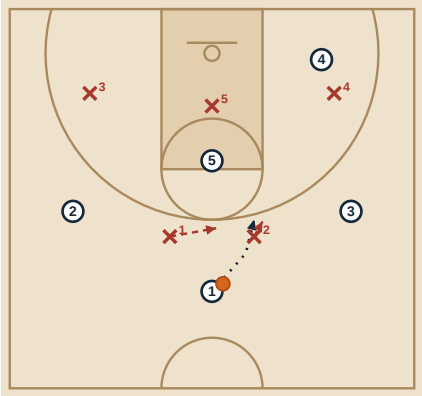
Errores comunes

- Drives a los espacios sin intención de anotar — no pellizcan a nadie, descargan a ninguna ventaja.
- El poste alto recibiendo y aguantando: recibe-encara-decide en un segundo o la zona se reinicia.
- Pararse en las costuras en vez de llegar a ellas mientras el balón se mueve.

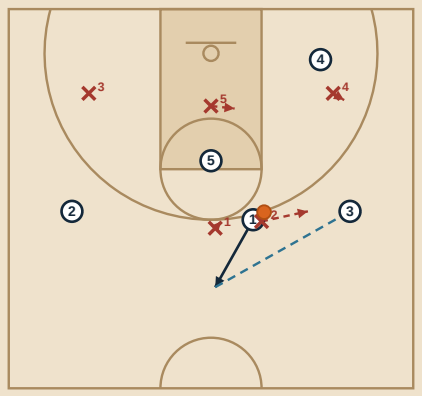
Ejercicios de enseñanza

- Gap 1v2: un botador ataca la costura entre dos sillas/defensores, descarga en el pellizco.
- Alto-bajo rápido: recepción del poste alto → definición del rincón corto, 2 minutos por pareja.
- 5v5 contra zona scout con mínimo de 3 reversiones antes de cualquier tiro que no sea bandeja.

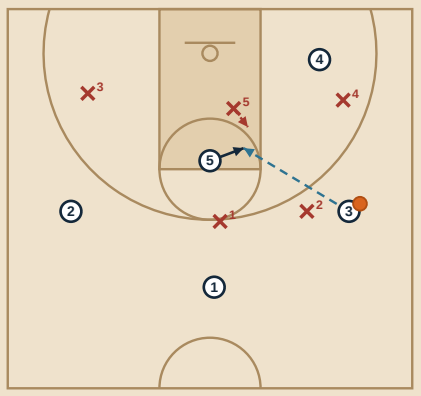
Perfil de personal: El mejor tomador de decisiones al poste alto — es una posición de pasador con número de grande.



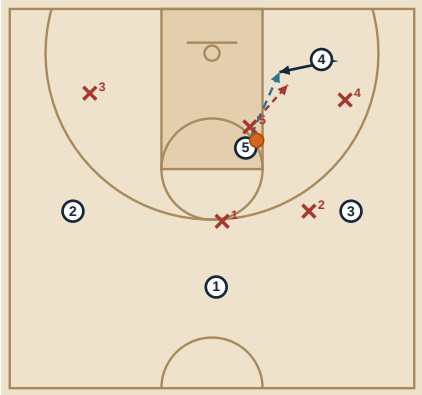
1. 1 penetra EN la costura entre los dos guardias de arriba — un drive real para anotar, así que ambos deben tomarlo.



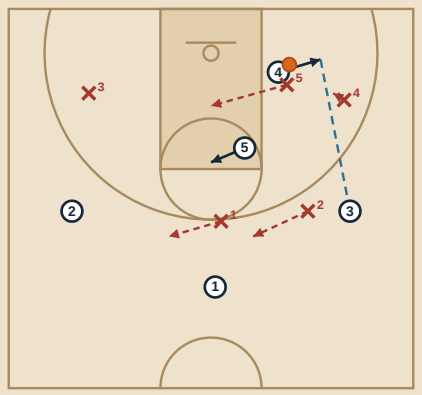
2. Dos defensores en el balón = alguien libre. Pase al ala y toda la zona persigue.



3. 5 se lanza a la costura del lado del balón. La recepción en el poste alto es el tiro de gracia vs la 2-3 — el pívot debe elegir.



4. Eligió mal: alto-bajo al rincón corto que se clava al aro. Bandeja o falta.



5. ¿Sin bandeja? Suelta afuera y reinicia — forma 1-3-1 restaurada contra su 2-3, y el siguiente drive ya se carga. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

CONTRAGOLPE · VS ZONA EXTENDIDA

Contragolpe del Ataque de Espacios — Pantallea la Extensión

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

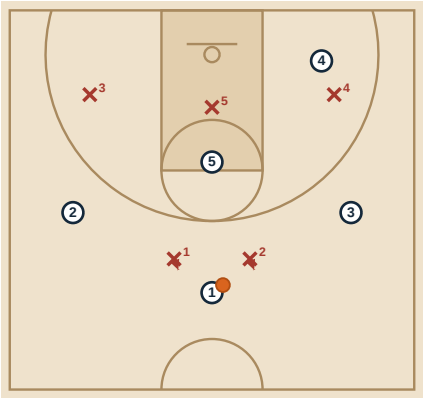
Las zonas inteligentes se ajustan al Ataque de Espacios extendiendo a sus guardias — presionar el bote, matar las costuras. El contragolpe convierte su ajuste en una trampa: los guardias extendidos son guardias PANTALLEABLES. El poste alto sube a clavar la extensión, el balón entra caminando a la costura abandonada, y el rincón corto se mete a un carril cuya protección acaba de irse cuesta arriba.

Cuándo usarla: La respuesta automática cuando una 2-3 empieza a presionar a tus guardias en el arco. Cántala una vez; la mayoría de las zonas se repliegan a su caparazón — lo que reabre el Ataque de Espacios base. Cara ganamos, cruz pierden.

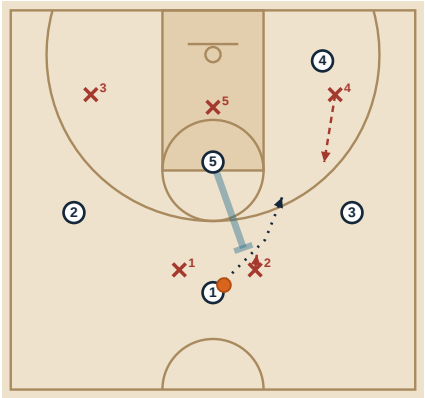
Puntos de enseñanza

- La extensión es un regalo: un defensor de zona que deja su área se pantallea como un defensor individual.
- El poste alto pantallea al guardia de ARRIBA — hombros cuadrados, deja que la extensión corra contra ella.
- El botador entra caminando detrás de la pantalla, sin prisa: la costura no tiene dueño por dos segundos completos.
- El duck-in del rincón corto es la daga: la protección de la pintura subió, así que la pintura es nuestra.
- Las zonas tienen un ajuste por posesión — pantalléalo, y el skip castiga lo que hagan después.

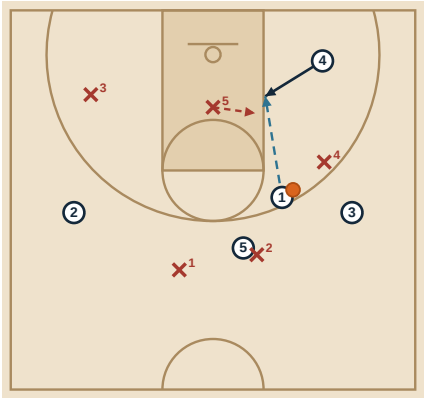
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñalo cuando el Ataque de Espacios base esté limpio — mismo espaciado, un trabajo nuevo. **Preparatoria:** Contragolpe completo; encadena con Skip y Pin para que la zona esté mal en ambas direcciones.



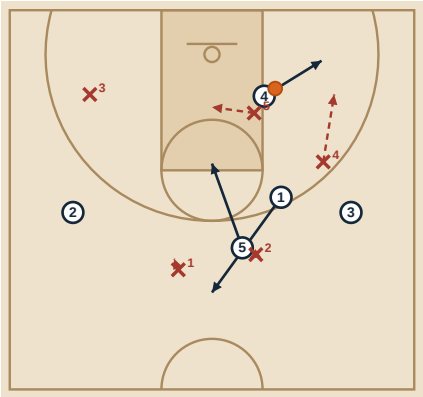
1. La zona se ajusta: los guardias se extienden al arco para matar el bote al espacio. Su presión está por volverse nuestro ángulo de pantalla.



2. PANTALLEA LA ZONA: el poste alto sube y clava al guardia extendido — y 1 entra caminando a la costura que la extensión abandonó.



3. Detrás del frente revuelto, el rincón corto se METE — la protección de la pintura se fue cuesta arriba, y el corazón de la zona está abierto.



4. Define adentro — o si la última línea traga el duck-in, 2 está solo en el lado débil y el skip lo termina. Reinicia al 1-3-1: extensión o pintura, no pueden proteger las dos. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA DE ZONA · VS 2-3

Skip y Pin — Pantallas contra la 2-3

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: The Easiest Way To Beat A 2-3 Zone Defense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

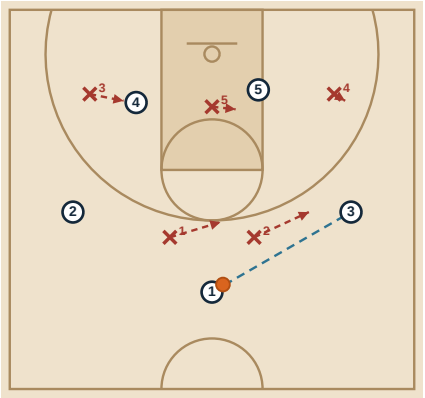
Las zonas mueren con las pantallas porque nadie salta ni ayuda: el contragolpe clásico es el pase skip lanzado sobre una pantalla PIN. Carga la zona a un lado, luego lanza el skip — mientras nuestro grande clava adentro al alero débil. El cierre que debía llegar nunca llega, y el tirador recibe con ritmo.

Cuándo usarla: Contra equipos de 2-3 que se mueven bien y quitan los espacios. También la mejor respuesta cuando su última línea es lenta. Corre el ciclo completo: cargar, skip y pin, contragolpe por el fondo, reinicio.

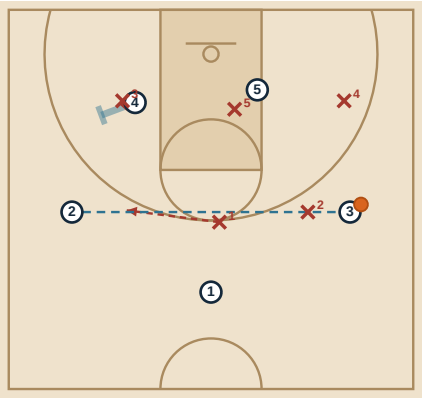
Puntos de enseñanza

- El skip debe ser PLANO y rápido — un globo le da tiempo al defensor clavado de pelear y salir.
- Clava legal: pantalla al cuerpo hacia adentro, brazos pegados, y deja que el defensor choque.
- Tras cada pin el pantallador SELLA — el pin se vuelve posteo, y luego bloqueo de rebote.
- Si el guardia sale corriendo al tirador, el drive por el fondo detrás del pin es automático.
- Funciona contra toda zona con última línea — la misma acción vence a la 2-1-2 y la 2-3.

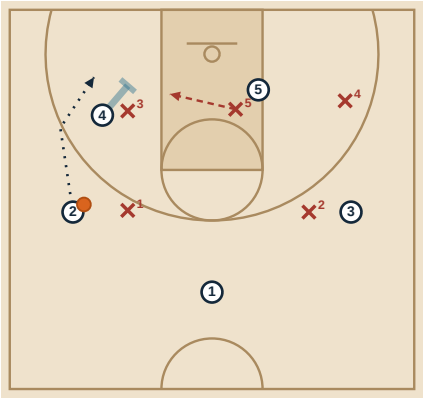
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña primero el skip; agrega el pin cuando los pases sean lo bastante fuertes para tirarlos planos. **Preparatoria:** Acción completa por ambos lados; señal “Re-Pin” para clavar dos veces al mismo defensor.



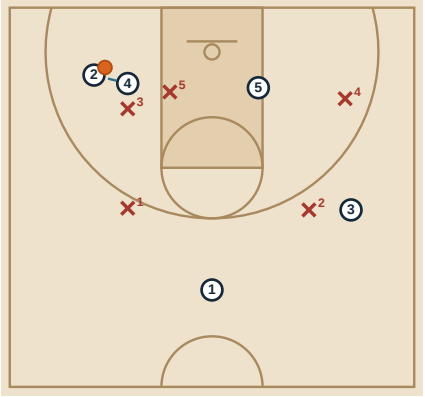
1. Carga la zona a la derecha — los ojos y los pies de cada defensor se mueven con el swing.

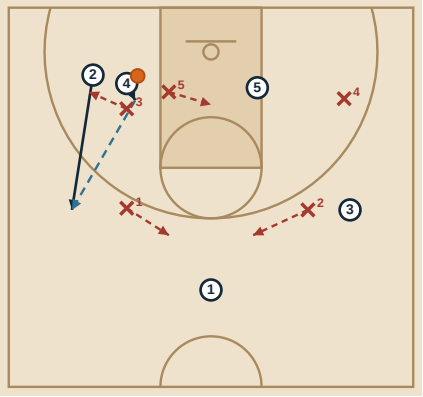


2. El SKIP — y 4 clava adentro al alero débil mientras el balón vuela. El cierre nunca llega; 2 recibe con ritmo.



3. Si el guardia sale corriendo igual, penetra el fondo DETRÁS del pin — el sello del pantallador abre la pista.





4. Descarga adentro con el sello — o rocía afuera si el pívot colapsa. La zona está rota detrás de su propia última línea.

5. Reinicia la forma y clava el OTRO lado el próximo viaje — las zonas no pueden perseguir pantallas toda la noche. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA DE ZONA · VS 2-1-2

Split — vs Frentes Pares (2-1-2)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

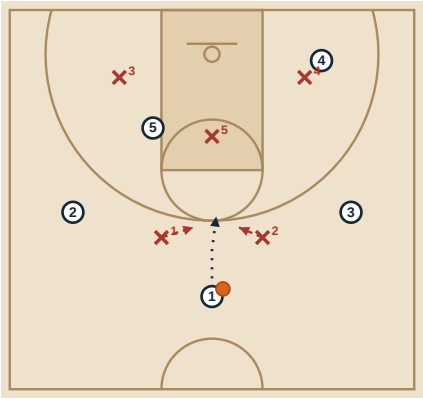
Las zonas de frente par (2-1-2, y la 2-3 arriba) dejan una costura por la que pasa un camión: directo por el medio entre los dos guardias. La partimos con el bote, y luego lanzamos un jugador DETRÁS del defensor del medio — el único hombre que una 2-1-2 no puede reemplazar cuando sus guardias pellizcan.

Cuándo usarla: Cualquier 2-1-2 o zona de emparejamientos con dos arriba. El defensor del medio de la 2-1-2 cuida el poste alto, así que nuestras recepciones del medio ocurren DETRÁS de él. Ciclo completo: split, recepción en el bolsillo, rociada al fondo, reinicio.

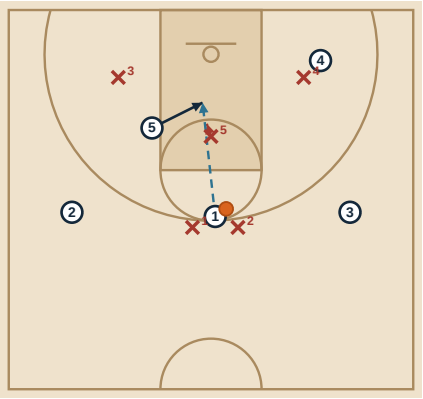
Puntos de enseñanza

- Frente impar contra zona par, siempre: el espaciado 1-3-1 pone tiradores donde su forma no está.
- El split debe amenazar bandeja — un trote a la costura no pellizca a nadie.
- Lánzate DETRÁS del defensor del medio, nunca a su lado: el bolsillo del lado del aro es su punto ciego.
- Las esquinas caen a la línea de fondo cuando la última línea colapsa — la rociada es el premio.
- Re-parte inmediatamente tras cada reversión; los frentes pares se quiebran al tercer ataque de costura.

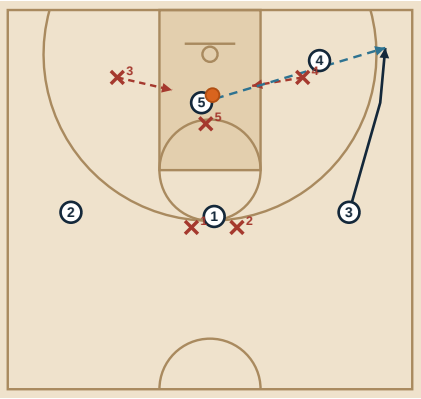
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñalo como “penetra el espacio del medio, dobla hacia donde vino la ayuda.”
Preparatoria: Lecturas completas más el intercambio de esquinas para castigar la última línea por ambos lados.



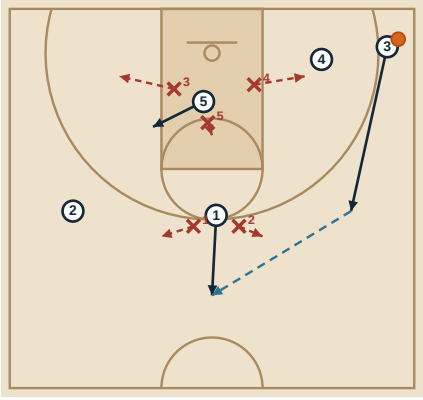
1. Frente par = una costura directa por el medio. 1 parte a los dos guardias con bote vivo — ambos deben pellizcar.



2. El hombre del medio de la 2-1-2 protege el poste alto — así que 5 se lanza DETRÁS de él al bolsillo del aro. Esa recepción rompe la forma.



3. La última línea colapsa con la recepción — y la esquina cae a la línea de fondo detrás de ellos. Rocíala para el triple abierto.



4. ¿Nada claro? De vuelta arriba, todos a casa — la forma está reiniciada y el siguiente split ya viene. Los frentes pares se quiebran a la tercera costura. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA DE ZONA · VS 1-3-1

Cazador de Esquinas — vs 1-3-1

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

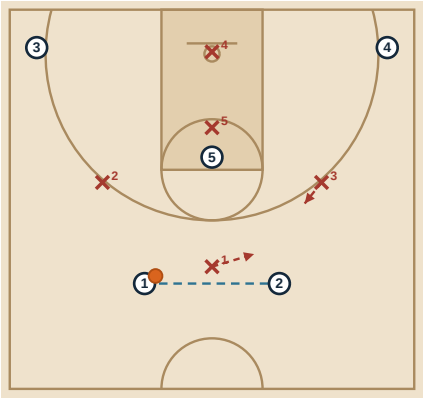
La 1-3-1 tiene un solo corredor cubriendo toda la línea de fondo — así que lo obligamos a defender ambas esquinas en cada posesión. El frente de dos guardias se sienta en los espacios junto al cazador, ambas esquinas siempre llenas, y el balón viaja de esquina a esquina hasta que las piernas del corredor se rinden. Su sprint es nuestro reloj de tiro.

Cuándo usarla: Cualquier 1-3-1, con trampas o sin ellas. Las esquinas son la debilidad estructural de la 1-3-1; esta jugada es una prueba de condición física que le damos a su corredor en cada viaje. Ciclo completo de vuelta al frente de dos guardias.

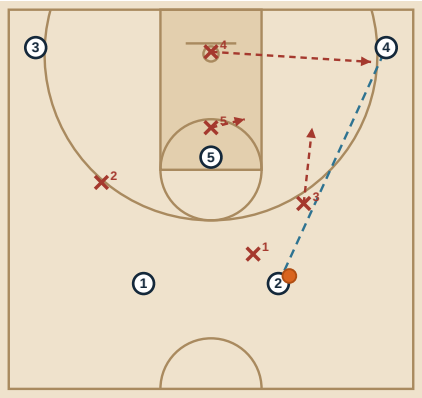
Puntos de enseñanza

- Las esquinas van SIEMPRE llenas contra una 1-3-1 — esa sola regla rompe a la mayoría.
- Cada recepción de esquina hace correr al corredor; cada skip lo hace correr 15 metros. Cuenta sus viajes.
- El poste alto sella al defensor del medio para que los drives de esquina tengan el fondo limpio.
- Los guardias viven en los espacios junto al cazador — nunca dentro de su sombra.
- Los skips de esquina a esquina van planos; no le des tiempo al corredor de llegar equilibrado.

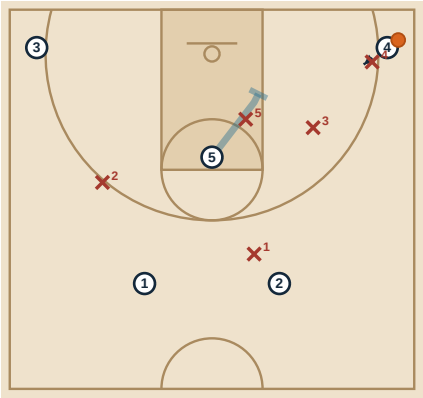
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñalo como “llena las dos esquinas y mueve el balón hasta que alguien quede libre.” **Preparatoria:** Paquete completo con el sello del poste y el drive-detrás cuando el corredor se adelanta.



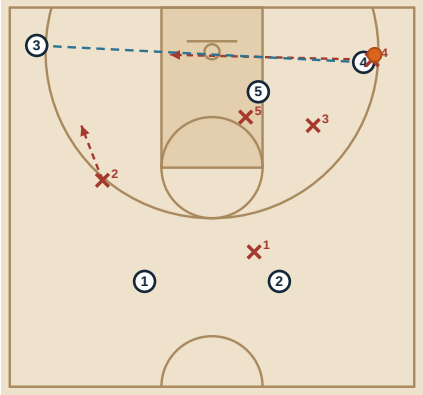
1. Frente de dos guardias contra la 1-3-1: ambos en los espacios junto al cazador, esquinas llenas. El problema de matemáticas empieza ahora.



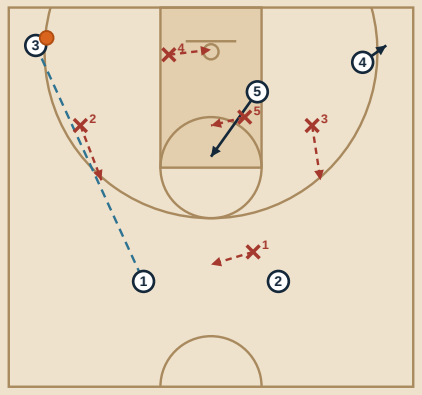
2. Recepción de esquina — el corredor de fondo sale corriendo. Solo puede cubrir un lado a la vez.



3. Ataca el cierre — el corredor llega a toda velocidad y no puede frenar. 5 sella al defensor del medio fuera de la jugada.



4. Ahora el skip, esquina a esquina — 15 metros que el corredor debe correr. Al tercero está fundido y la recepción es un triple caminando.



5. Reinicia el frente y caza esquinas otra vez — ciclo completo. Las esquinas son donde las 1-3-1 van a morir.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA DE ZONA · VS 3-2

Flash — vs 3-2 / 1-2-2

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Motion Offense vs 3-2 or 1-2-2 Zone Defenses
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

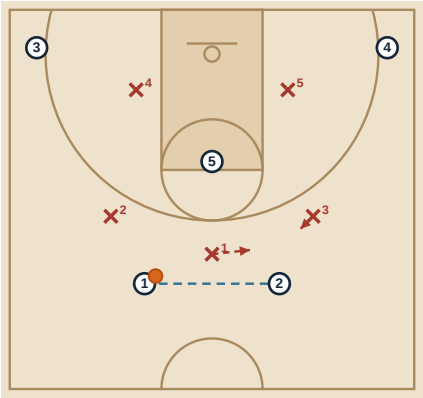
La 3-2 y la 1-2-2 cuidan el arco con tres y los bloques con dos — y no dejan a NADIE en la línea de tiros libres. Así que tomamos la línea en cada viaje: el frente de dos guardias parte su punta, 5 se lanza al medio libre, y ambas esquinas cortan por la línea de fondo detrás de los grandes que colapsan.

Cuándo usarla: Cualquier 3-2 o 1-2-2 — el look sorpresa común de equipos que protegen la pintura con dos. La recepción del medio es gratis; los cortes de fondo detrás son el nocaut. Ciclo completo de vuelta al frente par.

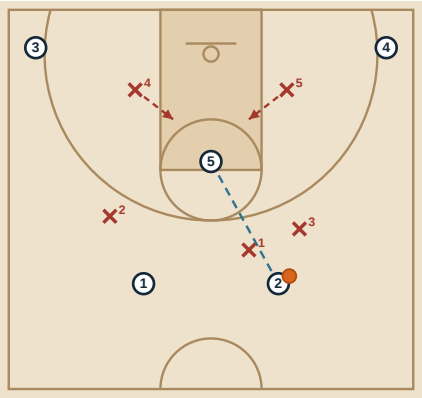
Puntos de enseñanza

- Frente par contra zonas impares: dos guardias parten a su defensor de punta y son dueños de ambos espacios.
- La recepción en la línea de tiros libres es AUTOMÁTICA vs una 3-2 — tómala cada viaje, encara siempre.
- Los corredores de fondo viven detrás de los tres de arriba; cortan en cuanto los grandes pellizcan.
- En cada recepción del medio: encara, lee de abajo hacia arriba — corte de bandeja primero, esquinas después.
- La 3-2 es la peor zona reboteadora del basquetbol. Atacan el rebote los cinco.

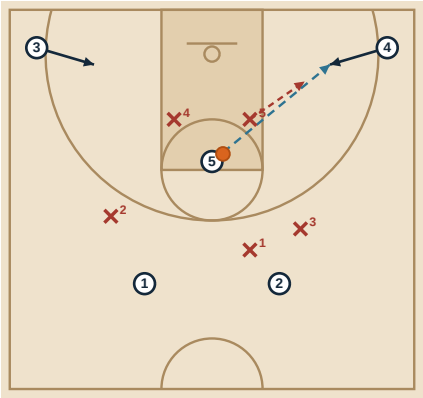
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: “Recibe en la línea, encara, encuentra al cortador” — ese solo hábito vence a la mayoría de las zonas raras. **Preparatoria:** Paquete completo con ambos corredores de fondo y el re-flash tras la reversión.



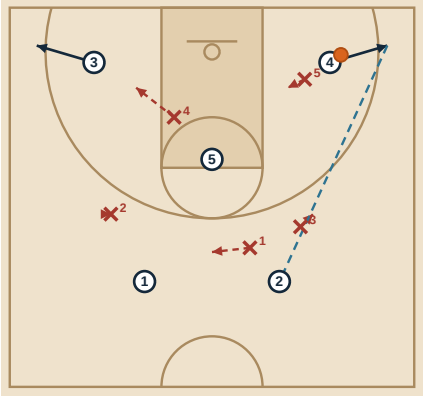
1. Frente par contra su frente impar: el swing de slot hace que el defensor de punta elija un lado que no puede sostener.



2. La 1-2-2 no tiene a NADIE en la línea de tiros libres — 5 recibe ahí cada viaje. Los dos grandes están mal paren donde paren.



3. Ambas esquinas cortan por el fondo DETRÁS de los grandes que pellizcan — 5 encara y elige un lado. Bandeja o banco corto.



4. ¿Cubierto? Directo afuera — la zona debe rearmarse desde cero mientras nosotros ya estamos reiniciados. Frente par restaurado, el siguiente flash cargando. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PLAYBOOK 03

Sets de Élite y Acciones Profesionales

Acciones insignia de los mejores cuerpos técnicos del basquetbol — el flujo de pantalla fantasma de Shaka Smart en Marquette, el pick and roll España, la acción Zoom de Chicago, el Hammer de los Spurs y las Puertas de Elevador de los Warriors — traducidas a nuestro lenguaje y terminadas en nuestro espaciado.

SET DE ÉLITE · FLUJO MARQUETTE

Ghost — Lado Vacío (Shaka Smart · Marquette)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

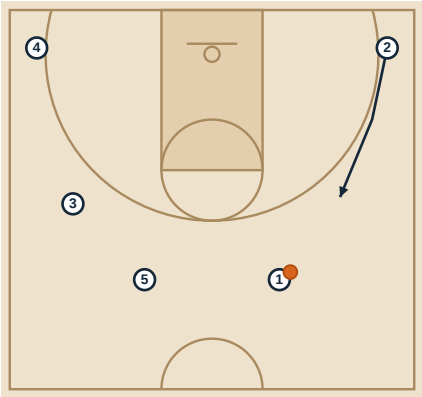
Directo de la ofensiva de Shaka Smart en Marquette: amontona el lado débil para vaciar media cancha, y haz que el de la esquina suba como si fuera a poner una pantalla directa — y la FANTASMEE, pasando de largo sin contacto. El defensor del balón se prepara para una pantalla que nunca llega; el de la esquina queda congelado entre cambiar y quedarse. Un segundo de duda en un lado vacío es una bandeja.

Cuándo usarla: Acción de flujo en cualquier posesión de 5-Out — sin señal una vez instalada. Ideal contra equipos que pre-cambian o hacen 'ice': el ghost castiga el compromiso anticipado.

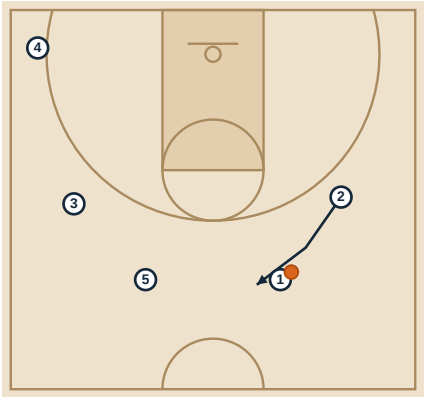
Puntos de enseñanza

- La mentira debe ser honesta: 2 sale de la esquina EXACTAMENTE como si viniera una pantalla real.
- Lado vacío primero — toda la acción vive de que no haya ayuda a menos de dos pases.
- Ghost = sin contacto. Pasa de largo a máxima velocidad y súbete detrás del balón para el triple de regreso.
- 1 ataca en el momento del ghost, no después — la ventana de duda dura medio segundo.
- Mézclalas: pantalla real un viaje, ghost el siguiente. La defensa nunca más puede cantarla temprano.

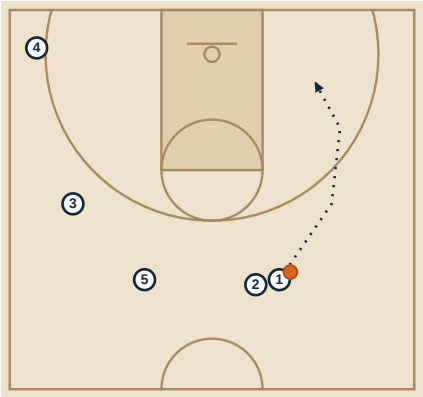
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña primero el espaciado de 'lado vacío'; el ghost llega cuando las pantallas reales estén limpias. **Preparatoria:** Capa central del flujo — encadénalo: ghost hacia re-pantalla real es casi indefendible.



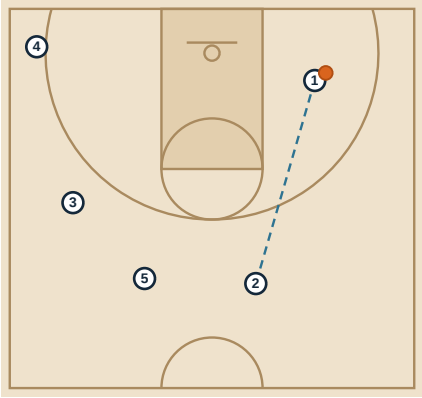
1. Todo el lado izquierdo está amontonado — 1 y la esquina están solos. 2 sube como si viniera una pantalla; X2 tiene que cantarla e inclinarse.



2. El GHOST: sin contacto — 2 pasa de largo junto al balón y sube al slot. Su defensor queda congelado entre cambiar y quedarse.



3. 1 ataca el instante de la duda — cuesta abajo por el lado vacío sin nadie en casa para ayudar.



4. Si X1 persiguió fuerte, el pase de regreso a 2 es un triple caminando. Dos lecturas de canasta — y ninguna pantalla se puso de verdad.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SET DE ÉLITE · PNR DE PILA

Pick & Roll España

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Spain Pick-N-Roll - BREAKDOWN
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

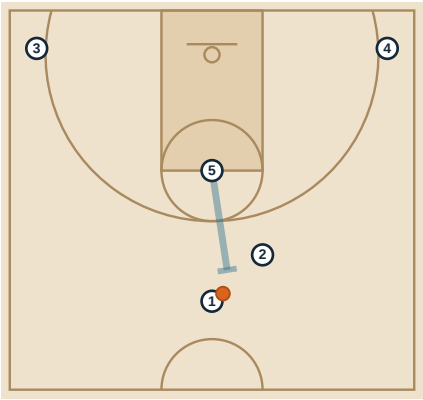
La acción de pantalla directa más temida del basquetbol moderno, popularizada por la selección española y hoy usada por todos los equipos de la NBA. Una pantalla alta normal — excepto que un tirador pone una pantalla ciega al defensor del que rueda en el corazón de la zona, y luego se abre. Tres amenazas simultáneas de una sola acción.

Cuándo usarla: Posesiones de necesito-canasta y salidas de tiempo fuera. Requiere a tu mejor tomador de decisiones con el balón y un tirador dispuesto a pantallear.

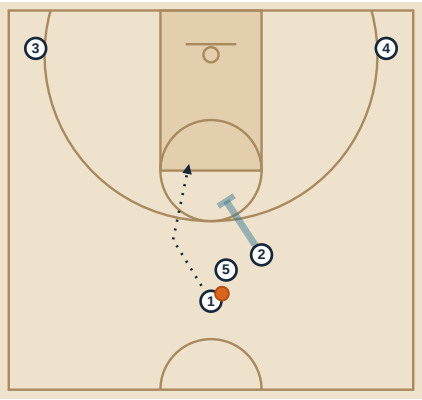
Puntos de enseñanza

- La pantalla ciega ES la jugada: 2 debe GOLPEAR de verdad al defensor del rol, y abrirse tarde.
- Lectura en orden: alley/pase corto al rol → triple del que se abre → penetración. Díganlo en el huddle siempre.
- Tiempo: la pantalla ciega aterriza exactamente cuando 1 dobla la esquina — temprano o tarde la mata.
- Las esquinas pegadas: su gravedad es lo que deja el carril vacío para la clavada.

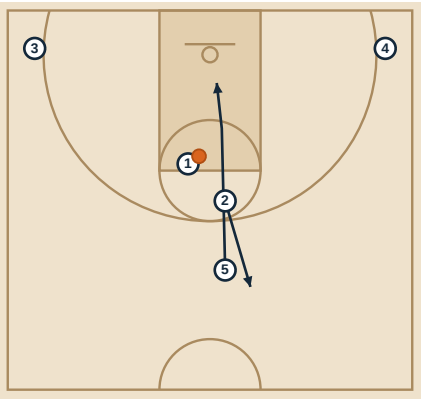
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Todavía no — domina primero la pantalla básica. **Preparatoria:** Instálala como la jugada principal de tiempo fuera. Señal 'España X' para cambiar de lado.



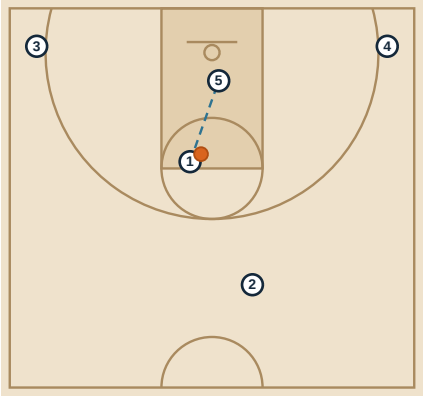
1. Parece un pick and roll alto normal: 5 corre a poner la pantalla.



2. 1 dobla la esquina — y 2 se desliza al corazón de la zona para pantallear ciego al defensor del rol. Eso es España.



3. 5 se clava por la pantalla ciega con su defensor atrapado; 2 se abre a la punta detrás de la jugada.



4. Primera lectura: alley o pase corto al 5 que se clava. Si cambiaron la pantalla ciega, el triple del que se abre queda solo — elige tu veneno.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SET DE ÉLITE · PANTALLA BAJA + ENTREGA

Acción Zoom (Chicago)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: (NBA Film Study) Warriors running Zoom action against the Lakers
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

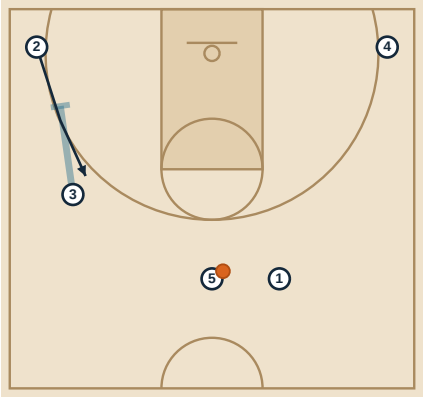
La forma favorita de la NBA moderna de lanzar a un tirador cuesta abajo: una pantalla baja que fluye directo a una entrega de mano — dos pantallas en dos segundos, sin pausa entre ellas. Al recibir, el defensor ha peleado una pantalla baja Y una entrega y va dos pasos atrás de un tirador a máxima velocidad.

Cuándo usarla: Para tu mejor tirador en movimiento o guardia de penetración. Entrada de flujo desde 5-Out — el de la esquina siempre está en posición de iniciarla.

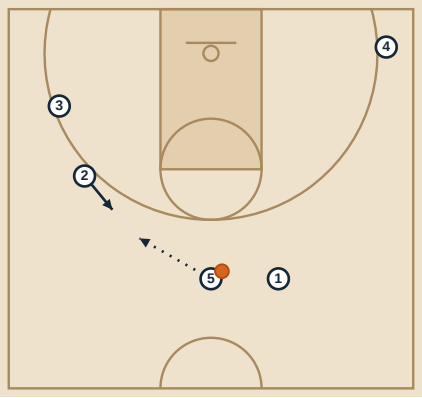
Puntos de enseñanza

- Sin pausa entre pantalla baja y entrega — el 'zoom' es la fluidez, no las piezas.
- El tirador lee a su defensor: si persigue = curva la entrega cuesta abajo; si corta camino = ábrete detrás para el triple.
- El que entrega bota HACIA la acción para que la entrega ocurra a velocidad, cadera con cadera.
- Tras la entrega, 5 gira al rol — el zoom se convierte en pick and roll al instante.

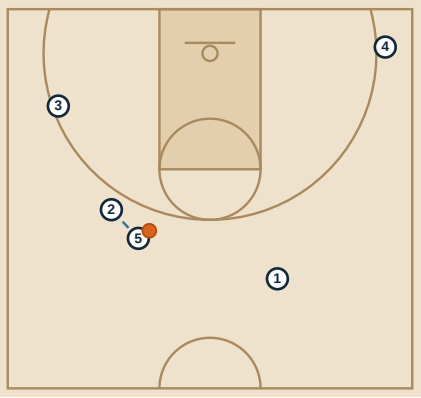
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña la pantalla baja y la entrega por separado; encadénalas cuando ambas estén limpias. **Preparatoria:** Acción base del flujo; señal 'Zoom Keep' — 5 finge la entrega y ataca la persecución vendida.



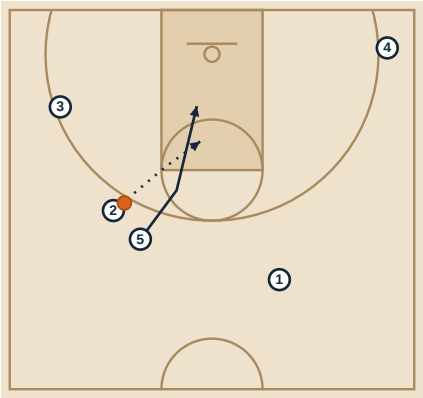
1. Pantalla baja: 3 baja a pantallear al tirador de la esquina — 2 sale disparado como si viniera el tiro.



2. Zoom: 5 bota HACIA la acción — la pantalla baja fluye directo a la entrega sin pausa. Dos pantallas en dos segundos.



3. La entrega, cadera con cadera — 2 recibe a máxima velocidad con su defensor dos pantallas atrás.



4. 2 dobla cuesta abajo mientras 5 gira al rol — aro, pase corto o descarga al lado débil. La defensa lleva tres segundos rotando.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SET DE ÉLITE · FLARE DE LADO DÉBIL

Hammer (Spurs)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Why The Spurs Hammer Play is Unstoppable
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

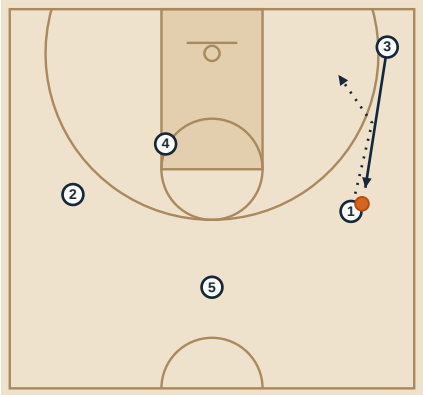
La obra maestra de Gregg Popovich, ensayada por San Antonio durante dos décadas: una penetración por línea de fondo en un lado, y en el mismo instante una pantalla ciega ('el martillo') sobre la línea de fondo contraria deja a un tirador solo en la esquina débil. Los ayudantes miran el balón — ninguno ve la pantalla detrás de sus cabezas.

Cuándo usarla: Acción automática cada vez que penetramos por línea de fondo: el lado débil corre el hammer sin señal. También como jugada armada de tiempo fuera.

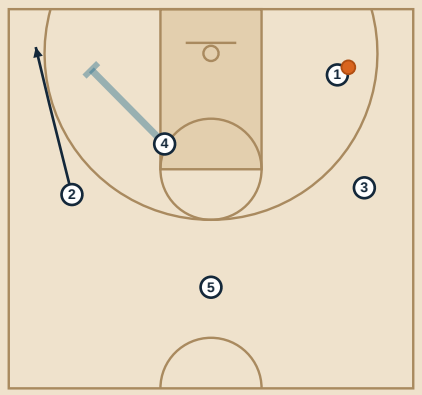
Puntos de enseñanza

- El pase envolvente por la línea de fondo es la habilidad — tíralo plano y fuerte desde dos pies, por fuera del defensor.
- Ángulo del martillo: espalda a la línea de fondo, pantalla al hombro bajo del defensor.
- Tiempo: la pantalla llega CUANDO el penetrador detiene el bote, no antes.
- Si quitan la esquina, el pantallador se desliza al rincón — segunda capa de la misma acción.

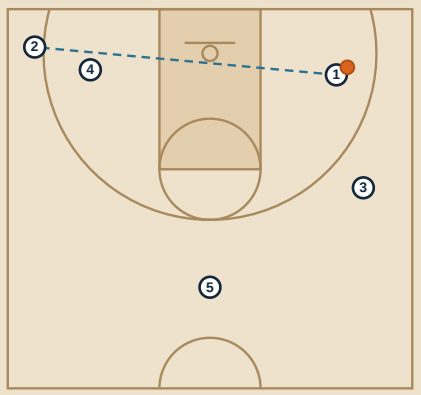
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña primero el concepto en juegos de penetrar y deslizar. **Preparatoria:** Automática en cada drive de fondo más la versión armada de tiempo fuera.



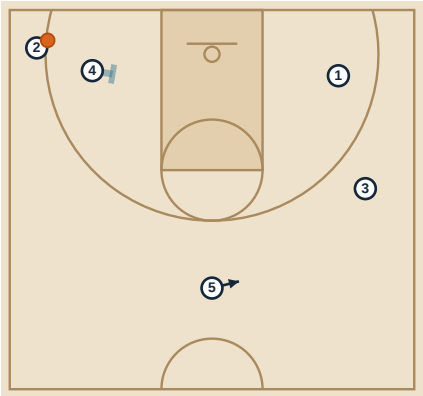
1. 1 ataca por la línea de fondo — la esquina de su lado sube para despejar la pista y llevarse a su defensor.



2. El MARTILLO: mientras la ayuda colapsa al drive, 4 pantalla ciego sobre la línea de fondo débil y 2 baja a la esquina — detrás de todas las cabezas.



3. El pase insignia: envolvente por la línea de fondo a la esquina del martillo — el único pase que ninguna ayuda está construida para frenar.



4. El pantallador sella en el rincón para el rebote; 5 balancea arriba por seguridad. Triple de esquina o rebote ofensivo — ambos son victoria.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SET DE ÉLITE · ESPECIAL DE TIRADOR

Puertas de Elevador (Warriors)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Warriors elevator doors screen
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

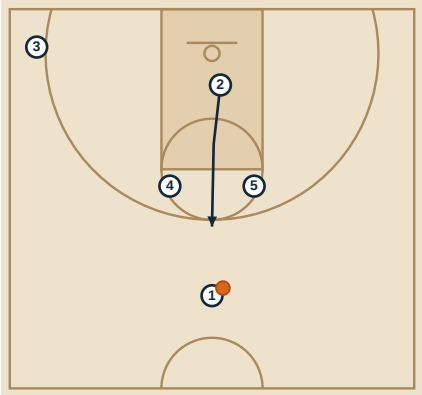
El sello de Golden State para Stephen Curry: el tirador corre desde abajo del aro por un pasillo entre dos compañeros — y las 'puertas' se cierran de golpe detrás de él, hombro con hombro. El defensor que persigue choca contra una pared legal de dos hombres, y el tirador queda libre por el ancho de un elevador.

Cuándo usarla: Jugada armada para tu mejor tirador: tiempos fuera, cierres de cuarto, o cuando la defensa lo persigue por arriba en las pantallas normales.

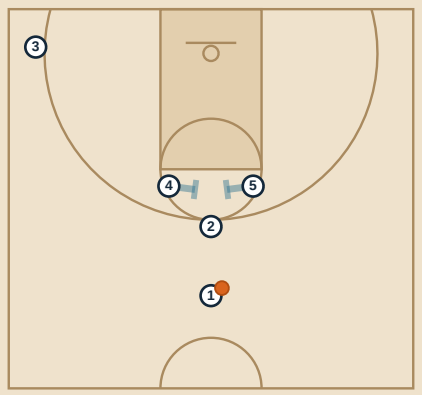
Puntos de enseñanza

- Las puertas se cierran hombro con hombro en cuanto pasa el cortador — un hueco es falta en espera, una pared es legal.
- El pase llega a las manos del tirador CUANDO se cierran las puertas — ensayen el tiempo cada semana.
- El cortador cruza DERECHO — una curva le da al defensor el mismo hueco.
- El contraataque es automático: si el defensor se adelanta por el hueco, el cortador curva a la puerta trasera.

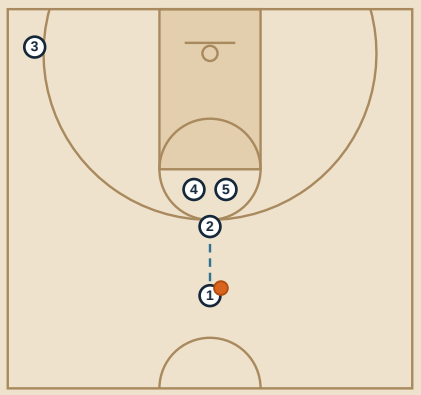
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Dos repeticiones por semana la mantienen lista; guárdala para los momentos que importan.



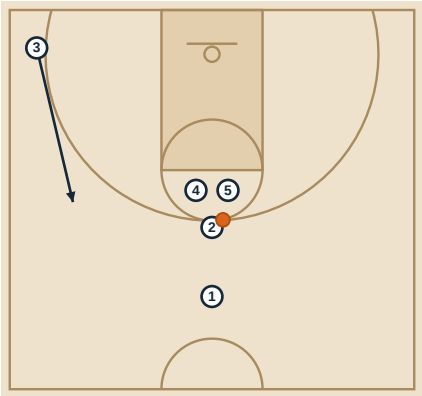
1. 2 corre desde abajo del aro derecho por el pasillo entre las dos 'puertas'.



2. Las puertas se CIERRAN — hombro con hombro, en cuanto 2 pasa. El perseguidor choca contra una pared legal.



3. El pase llega justo al cerrarse las puertas — recibe y tira detrás de la pared.



4. Contraataque: si X2 se adelanta por el hueco, 2 curva a puerta trasera por la puerta cercana para la bandeja. 3 sube al lado débil por balance.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PLAYBOOK 04

Defensa de Media Cancha

La individual Pack Line es la base en todos los niveles después de la etapa infantil, con hábitos de shell diarios. El menú de zonas se construye sobre la 1-3-1 — base disciplinada sin trampas y versión con trampas desde la misma forma — más una trampa 2-1-2 para ráfagas cortas. La 2-3 queda en el bolsillo trasero: rara vez la jugamos.

Innegociables de la individual

- **Salta al balón** mientras cada pase está en el aire — la posición se gana temprano.
- **Balón–Tú–Hombre:** lejos del balón ves a ambos todo el tiempo.
- **Sin medio.** Drives al fondo y hacia la ayuda; el centro del carril es nuestro.
- **Cierre corto:** quita el drive primero; el scouting dicta los cierres a tiradores.
- **Hablar es una habilidad:** "balón" — "ayuda izquierda" — "pantalla derecha" — el silencio te sienta.
- **Menú de pantallas (equipo mayor):** Ice en las bandas, drop contra no-tiradores, salto contra bases de élite.

NUESTRO LOOK PRINCIPAL · EMPAREJAMIENTOS + TRAMPAS

Tiburón 3-2 — Trampa de Emparejamientos (Reglas de Temple)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Nuestro look insignia de media cancha, construido sobre las reglas que John Chaney hizo famosas con la zona de emparejamientos de Temple: tres arriba, dos atrás, y PARECE zona mientras defiende como individual — quien entra a tu área es tuyo, pegado. Dos innegociables mandan en todo el esquema: nada entra a la pintura, y cuando la ofensiva declara un lado, se queda ahí. Entonces llegan las trampas — en botes por el fondo y recepciones profundas de esquina, con el carril ya empacado detrás.

Cuándo usarla: Nuestro cambio principal y look de identidad: cántalo por mitades completas contra equipos que no pueden vencer un carril cerrado, o en ráfagas para matar un ritmo. La confusión ES el arma — las ofensivas preparan ataque de individual y ataque de zona, y esto castiga a los dos.

Puntos de enseñanza

- Empareja, no mires: quien entra a tu área es TUYO, pegado como individual. La zona es solo lo que se ve desde la banca.
- Regla uno: nada entra a la pintura. Poste alto adelantado, cortadores golpeados, cada drive encuentra tres cuerpos.
- Cuando la ofensiva declara un lado, QUE SE QUEDE ahí — niega la reversión y la cancha se encoge a la mitad.
- Las trampas disparan solo en botes por el fondo y recepciones profundas de esquina — los dos lugares donde las matemáticas son nuestras.
- Manos altas en cada línea de pase: los equipos de Temple de Chaney convirtieron desvíos en ofensiva por 25 años. Nosotros también.

Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instala primero las reglas de emparejamiento SIN trampas — emparejar, golpear cortes, adelantar al poste. **Preparatoria:** Paquete completo con ambos disparadores de trampa; combina con la familia 1-3-1 para que tres formas distintas salgan de una sola defensa.

Variantes y contragolpes

- Llamada sin trampas («Shark Quiet»): solo reglas de emparejamiento — úsala para proteger faltas.
- Cambio de disparadores: trampa solo la primera esquina, o cada recepción de reversión — cámbialo por cuarto.
- Combina con los looks 1-3-1: mismo personal, tres formas, un solo lenguaje defensivo.

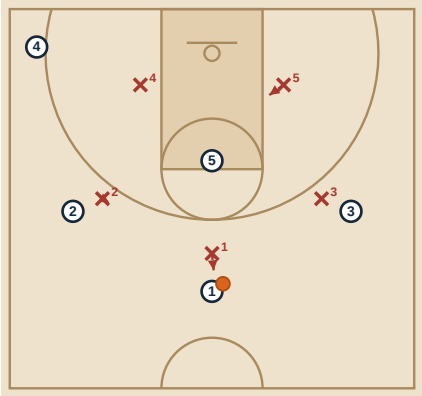
Errores comunes

- Perseguir cortadores entre zonas en vez de relevarlos — una persecución rompe todo el caparazón.
- Trampear en la recepción en vez de los disparadores (bote al fondo / esquina profunda) — las trampas indisciplinadas sangran bandejas.
- Relevos mudos: un intercambio sin cantar es un flash abierto cada vez.

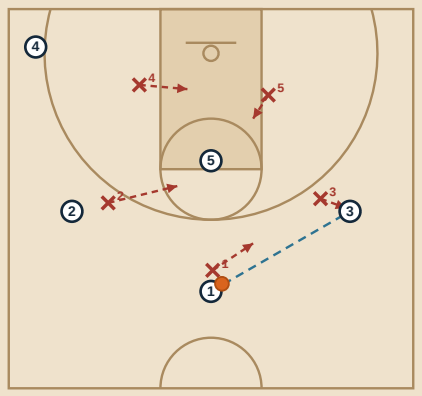
Ejercicios de enseñanza

- Shell contra cortadores: la ofensiva solo corta, la defensa solo empareja y canta — sin tiros hasta que sea RUIDOSO.
- Repeticiones de disparadores 5v5: la ofensiva guiona botes al fondo y recepciones de esquina; la defensa salta y recupera.
- Ejercicio de caos: el coach saca el balón de una trampa, la defensa debe re-emparejar en 2 pases.

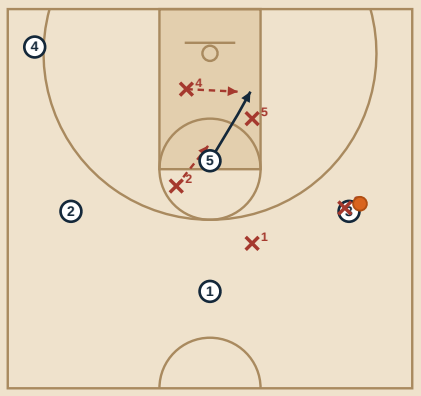
Perfil de personal: Cinco comunicadores. La envergadura ayuda a las trampas; la disciplina importa más — tus cinco más inteligentes, no los más largos.



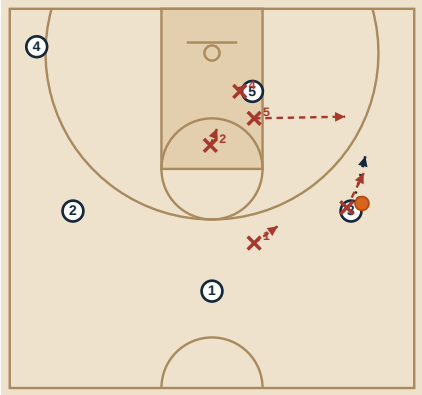
1. PARECE una zona 3-2 — pero el defensor de punta está pegado al balón y cada defensor empareja al cuerpo en su zona. La ofensiva no puede saber contra qué juega.



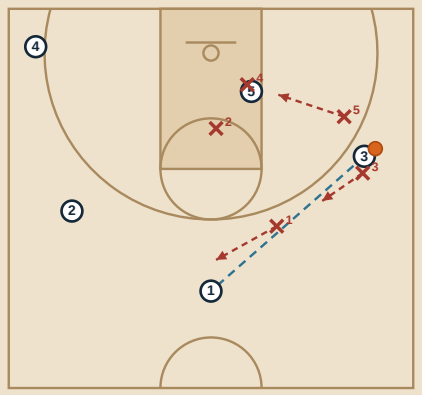
2. La recepción de ala declara el lado — y dispara la regla: QUE SE QUEDE AHÍ. Reversión negada en el nail, poste alto adelantado, el carril ya tiene tres cuerpos.



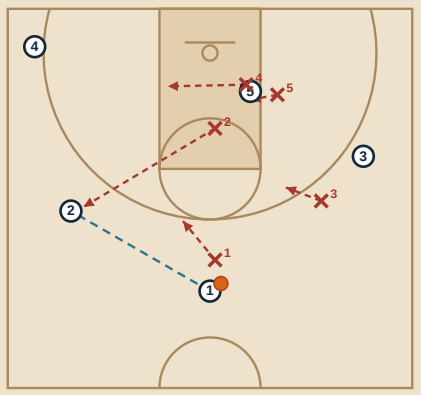
3. El RELEVO de emparejamiento: el poste alto se clava — d2 lo persigue una zona y lo entrega a la última línea. Cobertura de individual, piernas de zona: el cortador nunca encuentra costura, la forma nunca se rompe.



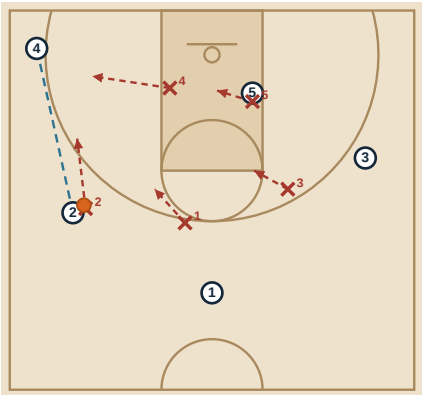
4. El bote por el fondo dispara la TRAMPA UNO: ala y última línea cierran fuerte — mientras el que se clavó sigue adelantado y el carril sigue empacado. Cerrado antes de que llegara la trampa.



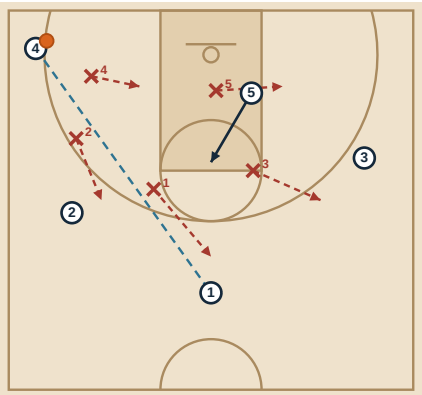
5. Saliendo de la trampa: el pase de regreso encuentra al defensor más cercano ya emparejando la recepción, y ambos trampeadores corren a casa. El caos nunca cuesta una bandeja — recupera POR la pintura, nunca alrededor.



6. Skip al ala débil: el defensor lejano vuela al cierre, el nail se toma detrás de él, y la última línea se desliza — la pintura se re-empaca antes de que la recepción se vuelva drive.



7. Recepción profunda de esquina — TRAMPA DOS, el segundo disparador: defensores de arriba y del fondo cierran desde dos ángulos, aro adelantado, carril de reversión sombreado. La misma regla de siempre: el carril lleno mientras el balón está acorralado.



8. El skip de escape va largo — y todos corren a casa por sus rotaciones: tres arriba, dos atrás, cada recepción emparejada. Ciclo completo, dos trampas, cero toques de pintura. Ese es el Tiburón.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PAQUETE TIBURÓN · VS PNR

Tiburón 3-2 — vs Pantallas Directas

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

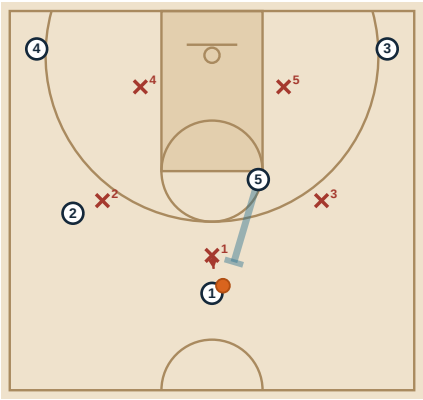
Lo primero que intentan los buenos equipos contra el Tiburón: pantallear la punta, apostando a que la pantalla obliga a dos defensores a marcar a uno. Nuestra respuesta nunca cambia las reglas — el defensor del balón pelea POR ARRIBA, el ala cercana amaga sin dejar su área, y el que rueda se entrega a la última línea como cualquier cortador. Sin cambios, sin desajustes, sin carril abierto.

Cuándo usarla: Preparación de scouting contra equipos de muchas pantallas. Repítelo semanal: el Tiburón solo se queda en la cancha si sobrevive una pantalla sin romper la forma.

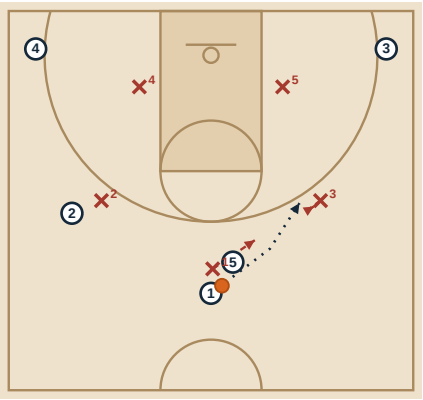
Puntos de enseñanza

- Nunca cambies la pantalla de la punta — pelea por arriba. El cambio es exactamente el desajuste que la ofensiva anda comprando.
- El ala AMAGA, nunca se compromete: un paso fuerte y recuperar. Muestra dos, no regales ninguno.
- El que rueda es solo un cortador: la última línea lo toma, la primera se recupera. La misma regla de relevo de siempre.
- El pase corto debe morir en el tráfico — esa es toda la prueba de la posesión.
- Los disparadores de trampa no se mueven (fondo, esquina profunda). Contra la pantalla contenemos; nunca perseguimos.

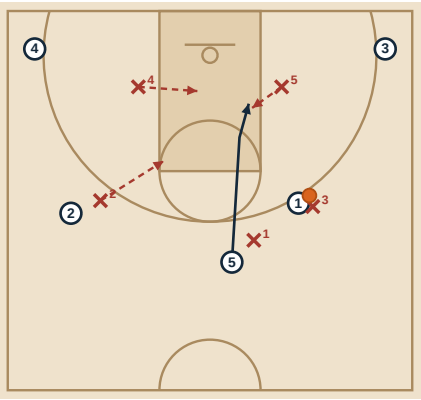
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Repetición semanal de scouting — todo rival lo intentará en las primeras tres posesiones.



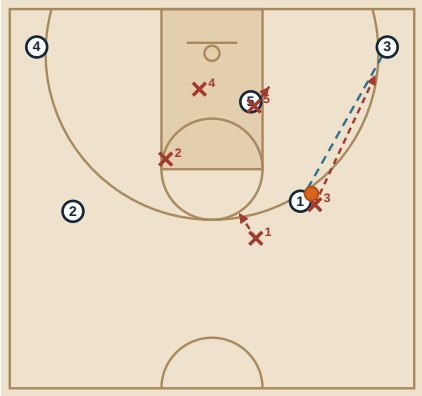
1. Ahí viene: la pantalla a la punta de la zona — la ofensiva apuesta a que una pantalla vence a cinco reglas.



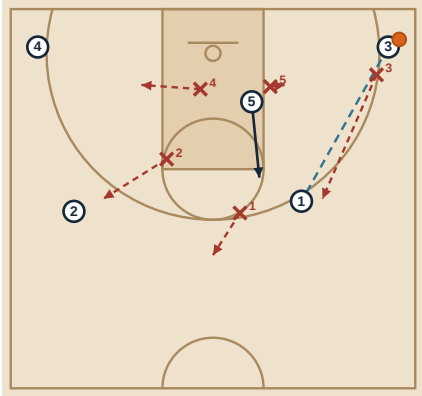
2. El base dobla la esquina — y el Tiburón NO cambia: d1 pelea por arriba mientras el ala amaga un paso fuerte y recupera. Dos defensores mostrados, cero áreas abandonadas.



3. El rol es un cortador más: la última línea lo toma, el lado débil se empaca detrás. El pase corto muere en el tráfico — ese pase es toda la prueba, y falla.



4. Descarga a la esquina: cierre a sprint, bloque adelantado detrás, nail tomado. Aquí no hay trampa — contra la pantalla contenemos, relevamos, cerramos. Los disparadores no se mueven.



5. Reversión afuera y todos re-emparejan a casa: pantalla absorbida, cero cambios, carril jamás abierto. Ciclo completo — la pantalla costó ocho segundos y no compró nada.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PAQUETE TIBURÓN · VS ATAQUE DE ZONA

Tiburón 3-2 — vs Sobrecarga + Rincón Corto

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

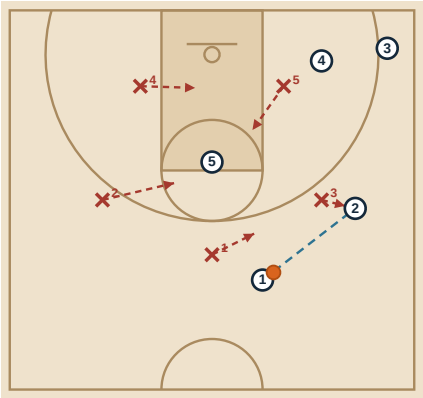
El rompe-zonas clásico — sobrecargar un lado, plantar un hombre en el rincón corto detrás de la última línea, lanzar el poste alto — es exactamente lo que nuestro propio Loader le hace a las zonas. El Tiburón lo sobrevive porque no cuenta cuerpos: los POSEE. Cada jugador de la sobrecarga tiene defensor emparejado, los dos objetivos interiores quedan adelantados, y la recepción profunda de esquina igual camina hacia la trampa.

Cuándo usarla: Scouting contra equipos con paquete real de ataque de zona. Esta es la posesión que demuestra que el emparejamiento no es una zona.

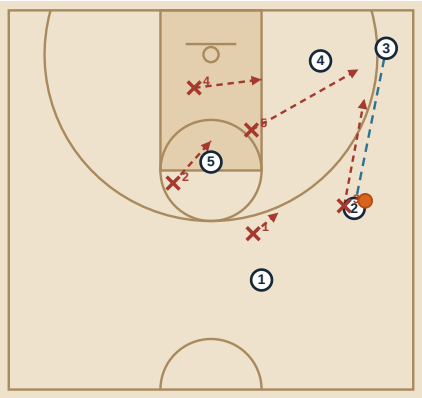
Puntos de enseñanza

- La sobrecarga supera en número a una ZONA — no puede superar a un emparejamiento. Empareja cada cuerpo; nunca cuentes.
- Los dos interiores quedan adelantados: el poste alto por el guardia que se hunde, el rincón corto por la última línea que cruza.
- La trampa de esquina profunda dispara igual — la sobrecarga solo metió a su peor pasador dentro de ella.
- En el rescate, re-empareja al lugar MÁS CERCANO, no al 'tuyo' — recupera por la pintura, nunca alrededor.
- Condición de victoria: el rincón corto nunca recibe de frente al aro. Adelanta temprano, adelanta siempre.

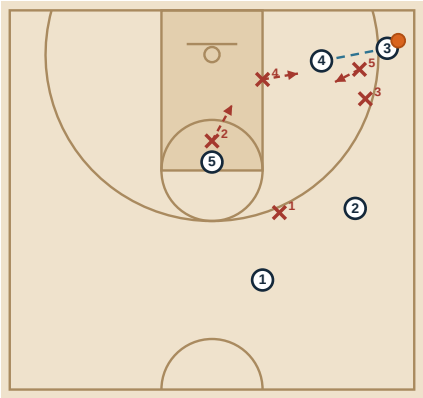
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Empareja esta repetición con nuestro propio Loader en la práctica — ofensiva y defensa se afilan mutuamente.



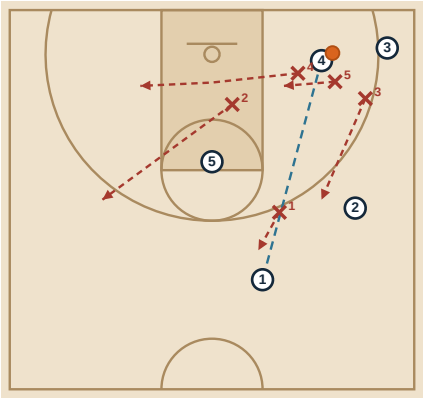
1. La sobrecarga inclina todo a la derecha: ala, esquina, rincón corto, poste alto — cuatro amenazas en un lado. Una zona cuenta y entra en pánico; el emparejamiento solo empareja.



2. Recepción profunda de esquina — la trampa dispara como siempre, y mira la última línea: el defensor débil cruza a adelantar el rincón corto mientras la trampa cierra. Ambos interiores con dueño, balón acorralado.



3. Lo fuerzan al rincón corto igual — y la recepción queda asfixiada: el adelanto se vuelve doble, el aro amurallado, y no hay ángulo a ningún lado. A la sobrecarga se le acabaron los jugadores.



4. El skip de rescate — y el Tiburón RE-EMPAREJA: los defensores corren a casa por la pintura y toman el lugar MÁS CERCANO, no 'el suyo'. La forma se cura con el más próximo. Sobrecarga vencida, ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PAQUETE TIBURÓN · VS MOTION DE PANTALLAS

Tiburón 3-2 — vs Motion y Pantallas

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

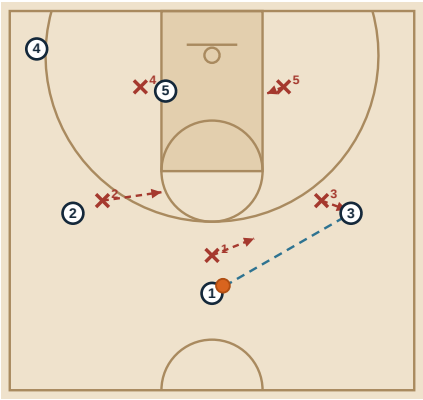
El tercer ataque que el Tiburón debe sobrevivir: equipos que simplemente corren su ofensiva de individual contra él — pantallas bajas, curvas, pasa-y-corta — apostando a que las pantallas vencen zonas. A esta no: las pantallas contra un emparejamiento golpean aire, porque el cortador cambia de zona y simplemente cambia de DUEÑO. El tirador curva por dos pantallas hacia un defensor que ya estaba parado ahí.

Cuándo usarla: Scouting contra equipos que juegan ofensiva de individual contra todo. También la mejor repetición diaria: nuestro propio motion contra nuestro propio Tiburón.

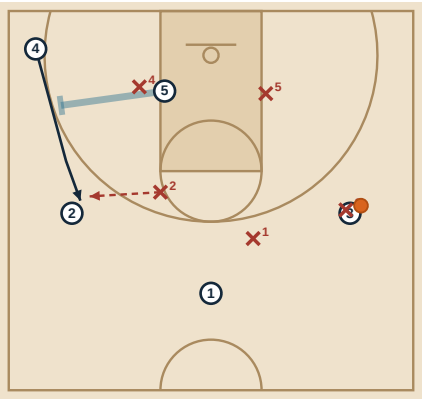
Puntos de enseñanza

- Las pantallas golpean aire: nunca persigas a un cortador por una pantalla — cambia de zona, cambia de dueño. Canta el relevo FUERTE.
- El pantallador que se desliza es el peligro real — la última línea empareja cada deslizamiento como un corte.
- Los cierres salen del dueño del área de la recepción, así que son cortos por definición — los drives chocan con la misma pared que todo set.
- Excava desde el nail en cada drive al medio; el defensor del balón nunca está solo.
- Un esquema, cuatro ataques sobrevividos: PnR, sobrecarga, motion, reversiones. Las reglas nunca cambian — por eso nada nos sorprende.

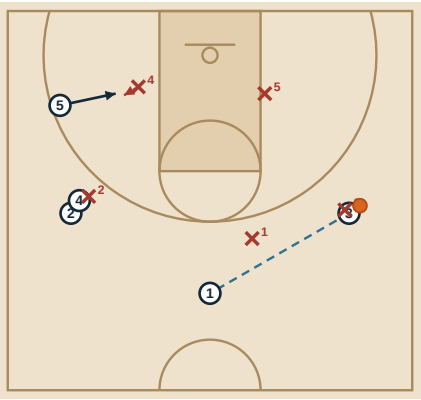
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Esta repetición es donde se aprenden las reglas — córrela lento, canta cada relevo en voz alta. **Preparatoria:** Diario: primer grupo motion contra segundo grupo Tiburón, y voltea. Los dos lados se afilan.



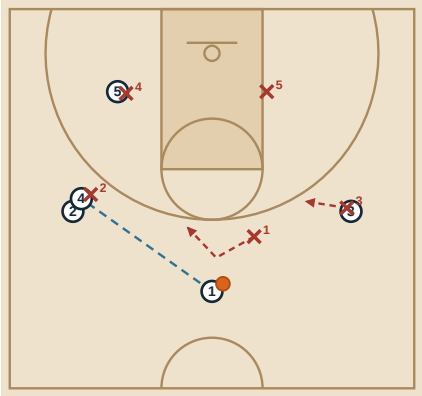
1. Ofensiva de individual contra el Tiburón: la entrada al ala declara el lado, como siempre — y el lado débil ya está cargando una pantalla baja.



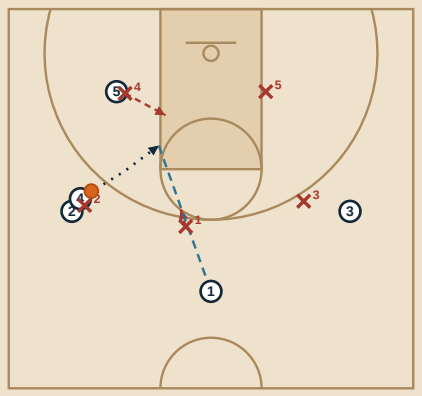
2. La pantalla baja llega — y golpea AIRE: el que curva cambia de zona, así que cambia de dueño. d2 ya espera en el ala; d4 empareja al pantallador que se desliza. Nadie persiguió nada.



3. El pantallador se desliza al carril — emparejado por la última línea como todo cortador. Dos pantallas gastadas, cero ventajas creadas.



4. Reversión al que curvó — su dueño cierra CORTO, porque nunca dejó el área. No puedes pantallear a una defensa que es dueña de su suelo.



5. El drive choca con la misma pared que todo set: el dueño acompaña, el nail excava, la última línea adelanta. Descarga forzada, todos re-emparejan — PnR, sobrecarga, motion: las reglas nunca cambiaron. Ese es el Tiburón.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

DEFENSA DIARIA · PRINCIPIOS DE INDIVIDUAL

Shell — Ayudar y Recuperar

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

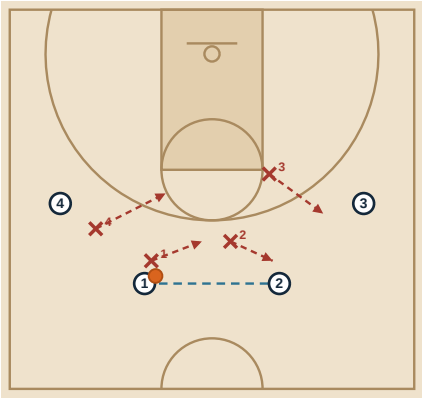
El ejercicio que construye nuestra defensa de media cancha, corrido en cada práctica desde secundaria. Cuatro defensores aprenden los tres trabajos que rotan en cada pase: presionar el balón, negar/espacio a un pase, y hundirse a ayudar a dos pases.

Cuándo usarla: Cada práctica. Primero solo pases (posiciones), luego drives en vivo (ayudar y recuperar), luego totalmente en vivo con marcador.

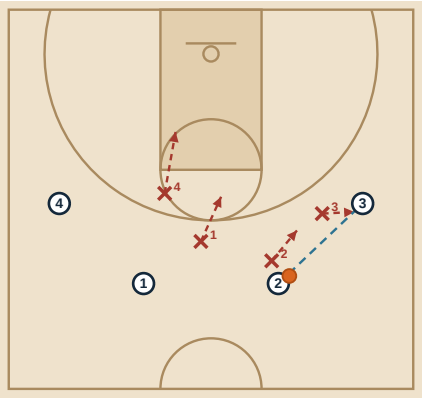
Puntos de enseñanza

- Muévete mientras el balón está EN EL AIRE — llega con la recepción, nunca después.
- Balón–Tú–Hombre: lejos del balón siempre ves ambos. Pierdes visión, pierdes tu trabajo.
- La ayuda frena el balón; el SIGUIENTE defensor cubre al hombre del ayudante (la X). Una rotación, no dos apuestas.
- Hablar se califica: 'balón', 'espacio', 'ayuda' cantados en cada pase.

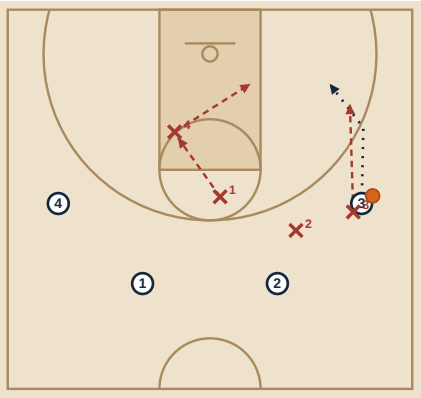
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Solo postura y visión en 2v2. **Secundaria 11–13:** 4v4 diario: solo pases → drives en vivo. **Preparatoria:** En vivo con marcador, más variantes de shell con pantalla directa y entrada al poste.



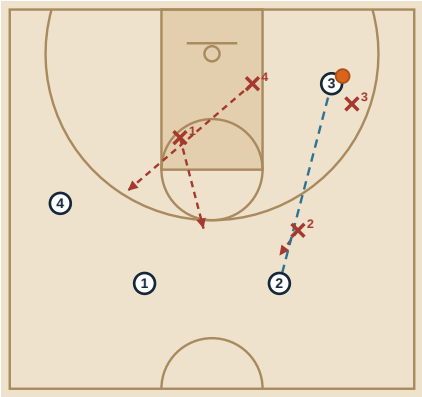
1. Pase en el aire — los cuatro defensores se mueven a la vez: nueva presión, nuevos espacios, nueva ayuda.



2. Segundo swing al ala: los defensores del lado débil se hunden hacia el carril — triángulos por todos lados.



3. ¡Drive por línea de fondo! El ayudante más bajo frena el balón fuera de la pintura; el siguiente hace la X detrás.



4. El pase afuera: cierre corto y recupera el shell. La ayuda creó caos — la recuperación lo vuelve orden.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

DEFENSA BASE · INDIVIDUAL

Pack Line — Defensa Base

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

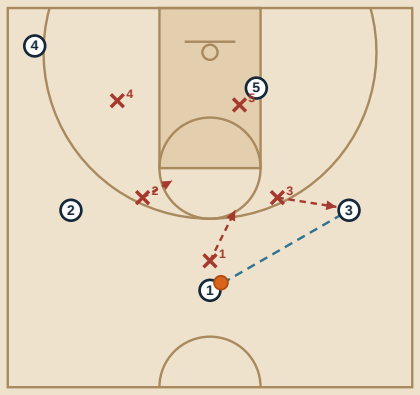
Nuestra identidad de media cancha desde secundaria. Un defensor presiona el balón; los otros cuatro mantienen los dos pies dentro de un arco imaginario medio metro adentro de la línea de tres — el 'pack'. Los espacios se llenan antes de que el drive empiece.

Cuándo usarla: Defensa base cada posesión. Hecha para equipos que quieren amurallar la pintura, defender sin faltas y rebotear desde posición.

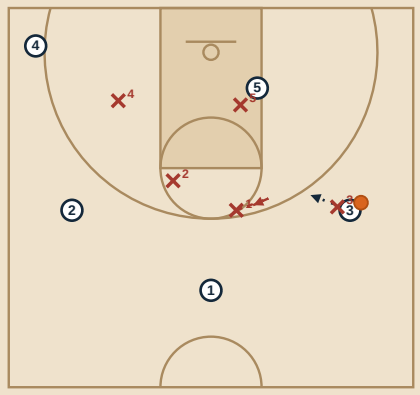
Puntos de enseñanza

- Contener vence a robar: pocas apuestas, pocas faltas, ninguna canasta fácil.
- Con balón: influye hacia la banda y el fondo. Sin balón: dos pies en el pack, punto.
- Cierre CORTO — quita el drive, disputa tarde y alto. Que te pasen por al lado es peor que un triple abierto aquí.
- Defensa al poste: tres cuartos por delante del lado del balón. Sin recepciones fáciles en el bloque.

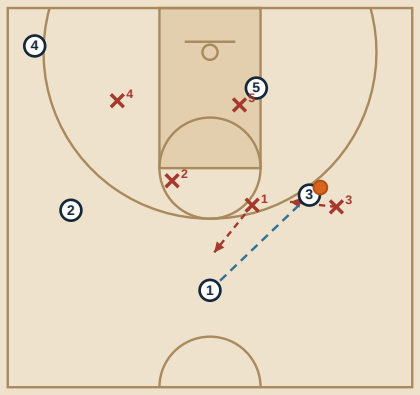
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Solo hábitos de postura y visión. **Secundaria 11–13:** Instálala como base; lenguaje simple: 'en el espacio'. **Preparatoria:** Esquema completo con ajustes de scouting (a los tiradores, cierres más pegados).



1. Balón al ala: X3 cierra corto; los demás ya tienen los dos pies dentro del pack.



2. El intento de drive al medio choca contra una pared — el espacio se llenó antes de que el drive empezara. Devuelto.



3. Swing de vuelta afuera: cierre corto en la recepción, el pack se rearma detrás. Cada pase, la misma foto.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

DEFENSA DE ZONA · ZONA PRINCIPAL

Zona 1-3-1 — Base (Sin Trampas)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

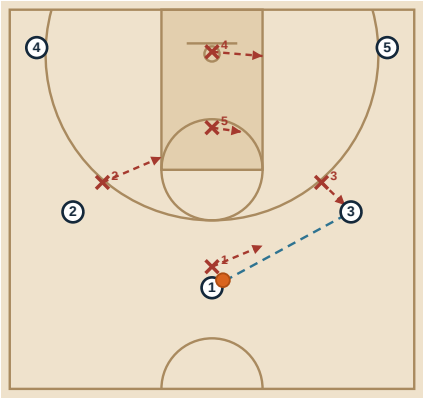
Nuestra zona principal: un cazador arriba, tres a lo ancho de la línea de tiros libres extendida, un corredor dueño de toda la línea de fondo. Esta es la versión DISCIPLINADA — sin trampas, sin apuestas, solo brazos largos en cada línea de pase y una forma que quita el medio. Como es idéntica a nuestra 1-3-1 de trampas, la ofensiva nunca sabe cuál viene.

Cuándo usarla: Tramos largos de zona: cortar el ritmo, proteger las faltas, acortar partidos. Combínala con la versión de trampas con una señal — misma alineación, otra intención. La animación corre el ciclo completo de vuelta a la base.

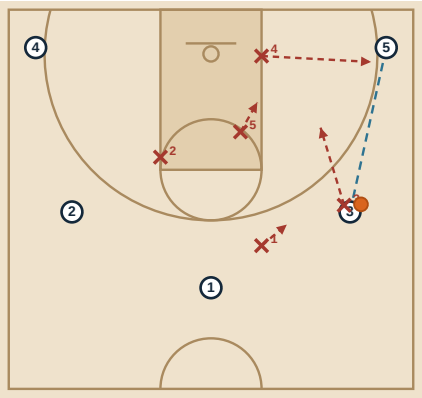
Puntos de enseñanza

- Sin trampas significa SIN trampas — posición y manos, nunca manotear. La disciplina ES el disfraz.
- El corredor de fondo cubre de esquina a esquina; corre todo el ancho en cada skip, todo el partido.
- El defensor del medio es dueño del poste alto: una recepción ahí es lo único que rompe la forma.
- Manos altas en los carriles — la 1-3-1 vive de desvíos y de matar el ritmo.
- El rebote es el impuesto: la diagonal débil queda abierta, así que los cinco chocan cuerpos en cada tiro.

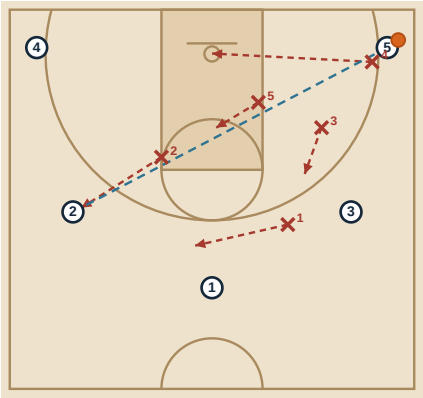
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Introdúcela como primera zona cuando los principios de individual estén sólidos. **Preparatoria:** Zona principal. Una señal la convierte en la versión de trampas a media posesión.



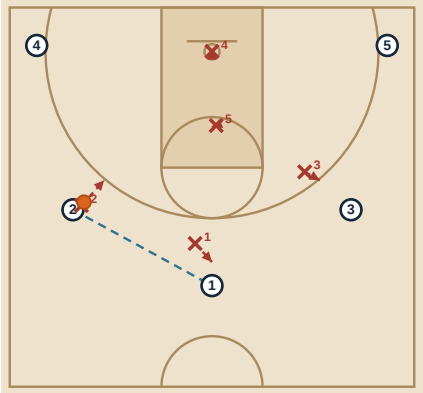
1. Recepción en el ala: el ala toma el balón, el cazador se inclina para matar la reversión fácil — posición, no presión.



2. Esquina: el corredor de fondo cubre — ese es todo su trabajo, esquina a esquina. El ala se hunde a adelantar al poste.



3. El skip es la prueba de fuego: el ala débil vuela al balón, el corredor cruza todo el ancho, el medio aguanta la pintura. Sin pánico, sin faltas.



4. Balón de vuelta a la punta — y la zona está en su forma base. Ciclo completo: sin apuestas, sin faltas, nada regalado. Reinicia y asfixia otra vez.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

DEFENSA DE CAMBIO · TRAMPA DE MEDIA CANCHA

1-3-1 — Trampa de Ala

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

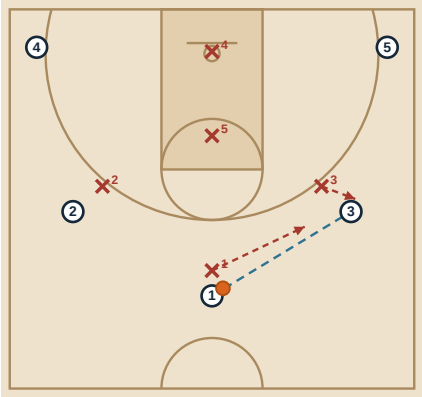
Un rompe-ritmos: cazador arriba, tres a lo ancho de la línea de tiros libres extendida, un corredor cubriendo toda la línea de fondo. Cada recepción de ala dispara una trampa con la banda como tercer defensor. Alto riesgo, alto premio — las posesiones se roban o se regalan.

Cuándo usarla: Salidas de tiempo fuera, cierres de cuarto, o cuando el partido pide caos. Un puñado de posesiones — la sorpresa ES el arma.

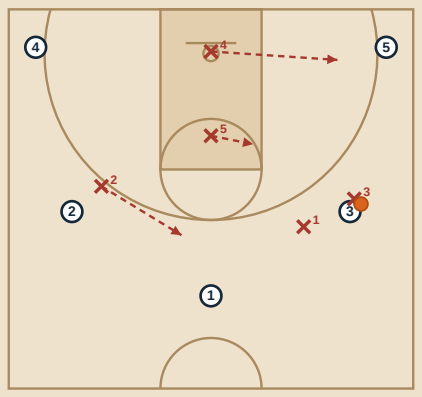
Puntos de enseñanza

- Trampa con pies y pecho, manos trazando el balón — la falta rescata al pánico.
- Las recepciones de esquina reciben la trampa más dura: el corredor de fondo llega con el balón.
- Detrás de la trampa: medio, esquina y reversión están sombreados — el único pase 'abierto' es el globo, y los globos flotan.
- La debilidad es el rebote: el defensor del medio debe atacar cada tiro.

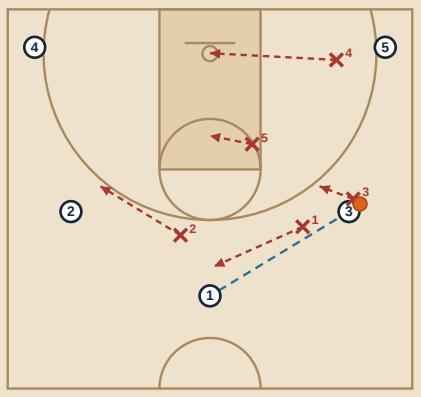
Adaptación por edad: Preparatoria: Herramienta de equipo mayor. La JV la corre solo cuando la pack line sea confiable.



1. Recepción de ala = señal. Cazador y ala saltan la trampa — la banda es el tercer defensor.



2. Detrás de la trampa se forma el triángulo: medio sombreado, esquina cubierta por el corredor, reversión en sombra.



3. El balón escapa hacia atrás — bien. Corre a casa, rearma la 1-3-1, caza la siguiente recepción de ala.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

DEFENSA DE ZONA · CON TRAMPAS

Zona de Trampa 2-1-2

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

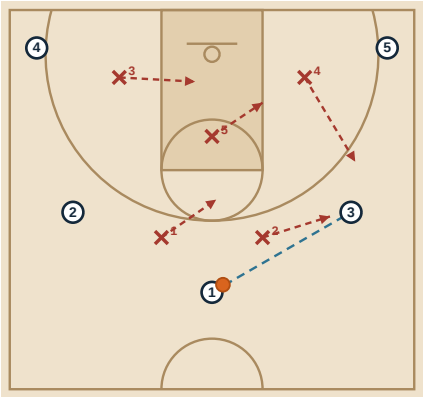
El tercer look del menú de zonas: dos arriba, uno anclando el medio, dos en la última línea. Cada recepción de ala o esquina recibe trampa desde dos ángulos mientras el defensor del medio amuralla el poste alto. Más agresiva que la trampa 1-3-1 porque las trampas llegan por DELANTE y por DETRÁS del balón a la vez.

Cuándo usarla: Ráfagas cortas — tres o cuatro posesiones saliendo de un tiempo fuera o tras tiros libres anotados. Roba una posesión, fuerza un tiempo fuera de pánico, y vuelve a la Pack Line antes de que la resuelvan. La animación corre trampa, re-trampa, escape y recuperación a la base.

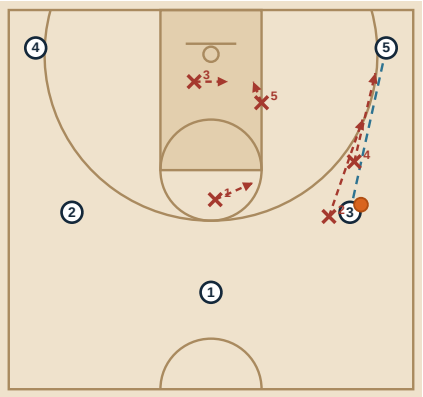
Puntos de enseñanza

- Las trampas viven en las alas y en las esquinas — NUNCA en la punta.
- El defensor del medio es dueño del poste alto; una recepción limpia ahí es lo único que rompe la 2-1-2.
- La última línea nunca abandona la pintura completa — uno trampea, uno protege el aro. Siempre.
- Deja ir el skip de escape: corre la rotación en lugar de golpear el brazo.
- La misma regla de toda trampa nuestra: pies y pecho forman la pared, las manos trazan el balón.

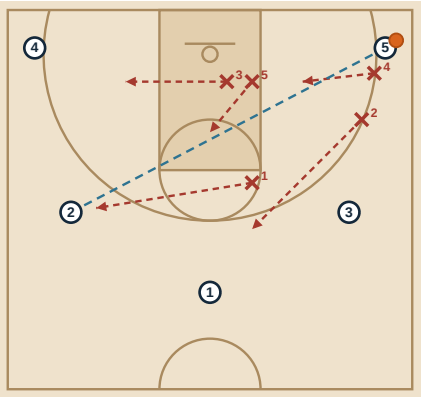
Adaptación por edad: Preparatoria: Solo equipo mayor — necesita cinco jugadores que roten con el balón en el aire, no con la recepción.



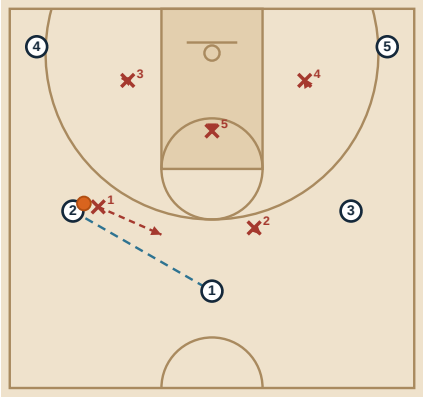
1. La recepción de ala la dispara: el guardia de adelante y el alero de atrás cierran desde dos ángulos — la banda es el tercer trampeador.



2. La esquina es la zona de muerte: la trampa aprieta, cada salida por la línea está disputada — el globo por arriba es el único escape, y los globos flotan.



3. El skip escapa — bien. Corre la rotación, sin faltas en la salida, y el lado lejano queda cubierto antes de que la recepción se vuelva drive.



4. Balón a la punta y la forma se cura: dos arriba,
uno al medio, dos atrás — ciclo completo. Córrela
unos viajes más o derrítete de vuelta a la Pack Line;
la ofensiva debe prepararse para ambas.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

BOLSILLO TRASERO · RARA VEZ USADA

Zona 2-3 — Movimientos (Rara)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

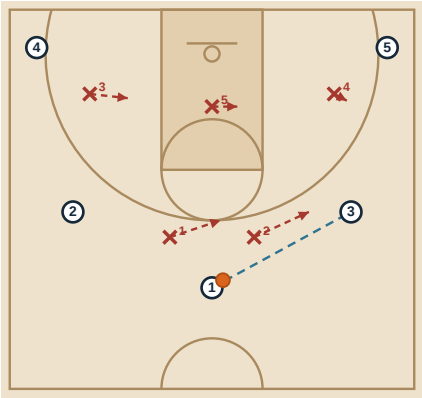
La zona de emergencia. RARA VEZ jugamos 2-3 — la familia 1-3-1 y la trampa 2-1-2 son nuestra identidad de zona — pero cada equipo del programa conoce sus movimientos, porque algún fin de semana te toca una alineación para la que esta forma fue construida. Dos guardias arriba, tres atrás; cada pase mueve a los cinco defensores.

Cuándo usarla: Un puñado de posesiones por temporada: un poste dominante que hay que amurallar, faltas acumuladas, o un look sorpresa saliendo de la presión Cougar. Si estamos jugando 2-3 por tramos largos, algo salió mal.

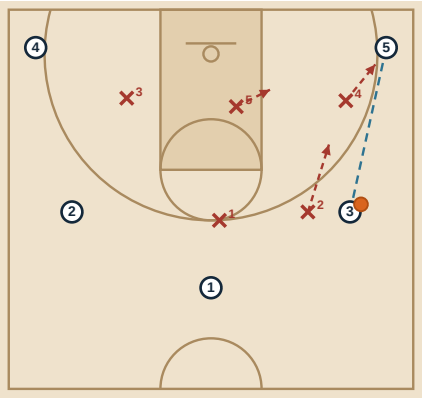
Puntos de enseñanza

- Muévete mientras el balón vuela — una zona que se mueve con la recepción ya está muerta.
- Manos altas en los carriles: el trabajo de la zona son desvíos y posesiones feas.
- Regla del relevo: cuando llega la ayuda, el guardia rebota afuera — nunca dos defensores en un balón.
- Las zonas regalan rebotes: los cinco deben encontrar un cuerpo cuando sube el tiro.

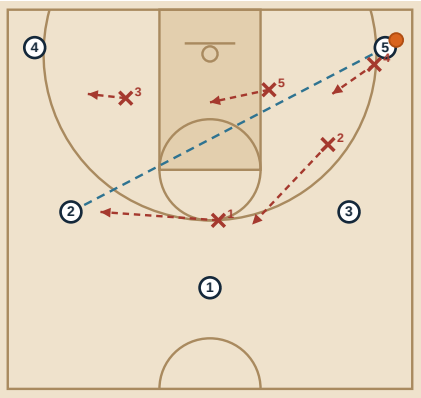
Adaptación por edad: Infantil 7–10: No permitida — solo individual. **Secundaria 11–13:** Movimientos enseñados, rara vez cantada. **Preparatoria:** En el bolsillo trasero — los looks 1-3-1 y la trampa 2-1-2 van primero.



1. Recepción de ala: guardia del lado sale, el pívot adelanta el bloque, el alero débil al carril.



2. Esquina: el alero cubre, el pívot se desliza detrás, el guardia se hunde al poste alto. El carril sigue lleno.



3. El skip hace correr a la zona — el guardia más cercano vuela al cierre, los cinco se reacomodan. Aquí se quiebran las zonas: hazlos repetirlo una y otra vez.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PLAYBOOK 05

Paquete de Presiones

Cuatro presiones, tres rompe-presiones. Las presiones de zona (Havoc 1-2-1-1 de Shaka Smart, Cougar 2-2-1) dictan el ritmo y trampean en nuestros términos; la Run & Jump ataca a los armadores débiles. Y cuando la presión viene contra nosotros: el Breaker 1-4, el Home Run por arriba y el Rompe-Trampas de media cancha.

Principios de presión

- **Las trampas se ganan, no se fuerzan:** con señales — un globo, un bote por la banda, un bote detenido — nunca en espacio abierto.
- **Las faltas matan las presiones.** Manos trazando el balón, pies en movimiento, mejor un escape limpio que un manoteo.
- **Los tres detrás de la trampa juegan un triángulo** en las líneas de pase: salida cercana, medio, profundo.
- **Sprint a la Pack Line al ser superados:** aro primero, tiradores después.
- **Puertas por edad:** Infantil — jamás. Secundaria — solo contención 2-2-1. Preparatoria — menú completo.

PRESIÓN DE ZONA · SISTEMA HAVOC

Havoc — Presión Diamante 1-2-1-1 (Shaka Smart · VCU)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Shaka Smart 1-2-1-1 Havoc Full Court Press Breakdown
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

La presión que llevó a la VCU de Shaka Smart al Final Four de 2011 y definió una era defensiva. Armada tras canasta anotada en diamante: X4 — un grande largo y activo — presiona la visión del sacador, las alas en los codos extendidos, un interceptor patrulla el medio, un guardián protege el aro. La regla de Havoc: trampa al pase CORTO, cerca del sacador, en el instante de la recepción. La meta no son solo robos — es que cada posesión empiece fea y tarde en el reloj.

Cuándo usarla: Tras canastas y tiros libres anotados. Smart la corría como identidad, no como truco: recluta esfuerzo, condiciona a tu equipo y obliga al rival a practicar toda la semana algo que igual no puede simular.

Puntos de enseñanza

- Las cinco claves de la trampa según Smart: (1) trampea cuando el botador pierde control, (2) factor sorpresa — entra corriendo, (3) ubicación — banda y esquina solamente, NUNCA el medio, (4) sin faltas, (5) sin grietas: pies y pechos forman una pared que el botador no puede atravesar.
- El pase corto de saque a la esquina es CARNADA — queremos que lo tiren. La trampa llega con la recepción.
- X4 sobre el balón refleja los ojos del sacador con manos altas — los saques desviados son puntos gratis.
- Los pases hacia atrás son regalos: déjalos ir, rearma el diamante, y deja que los 10 segundos aprieten.
- ¿Superados? Todos corren a la pack line — aro primero, tiradores segundo. Havoc vive sin regalar nada fácil.

Adaptación por edad: Infantil 7–10: Nunca. **Secundaria 11–13:** No antes de que la presión Cougar de contención esté limpia. **Preparatoria:** El arma insignia — córrela en oleadas con piernas frescas, como la VCU.

Variantes y contragolpes

- FIST (negación del flash al medio) — animado abajo.
- Llamada «suave»: misma forma, sin trampas — un gasta-relojes gratis que igual frena el contraataque.
- Liberación tras la segunda trampa: después de la re-trampa, derrítete a individual — las presiones que TERMINAN posesiones confunden más.

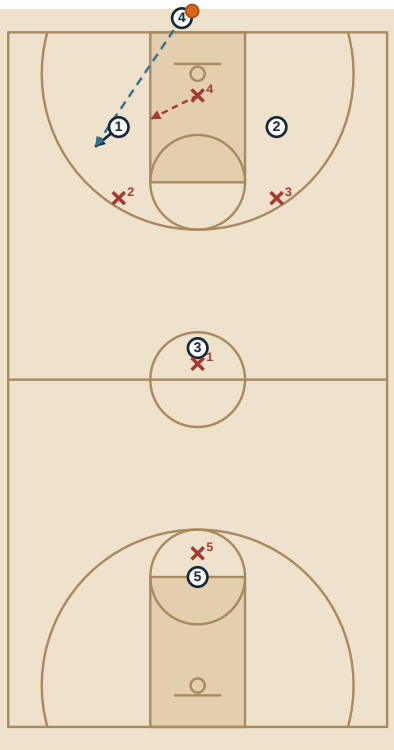
Errores comunes

- Manotear en la trampa — una falta de rescate borra el trabajo de tres robos.
- Interceptores mirando la trampa en vez de los carriles: el robo sale del triángulo, no de la trampa.
- El guardián subiendo sin llamada — el balón de home run castiga el freelance al instante.

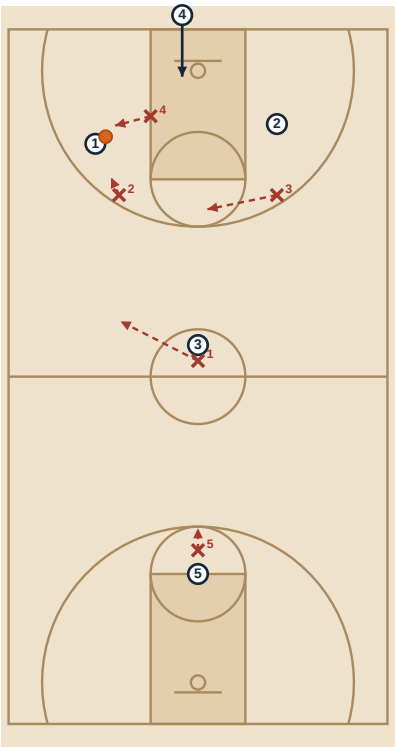
Ejercicios de enseñanza

- Técnica de trampa 2v1 en el cajón de banda (pies, manos, sin faltas).
- Ejercicio de 3 carriles: el coach en la trampa tira escapes; el triángulo rota y roba.
- 5v5 presión-a-packline: cada repetición termina corriendo a la forma de media cancha — superados o no.

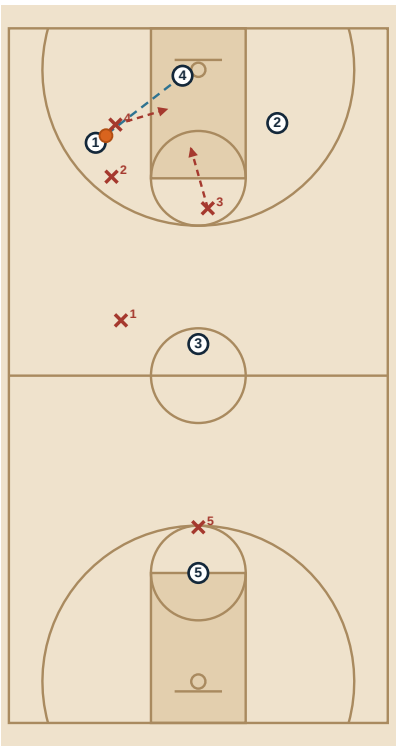
Perfil de personal: X4 es tu atleta más largo, el guardián tu mejor protector del aro, los interceptores tus manos más rápidas.



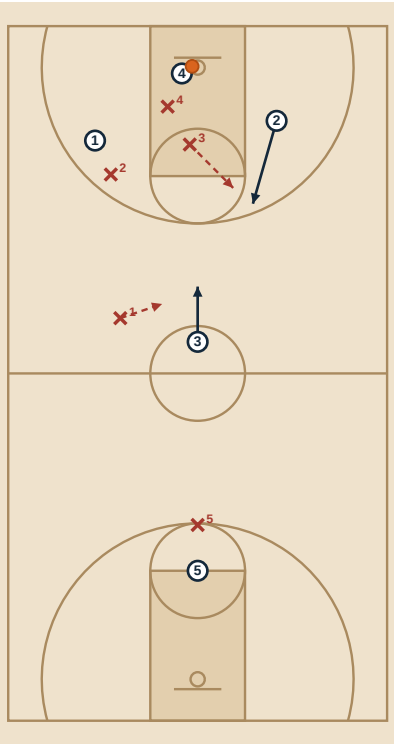
1. X4 refleja al sacador con manos altas — e invita el pase corto a la esquina. Esa es la zona de trampa.



2. Trampa EN la recepción: X4 y X2 la saltan en la banda — sorpresa, sin faltas, sin grietas. Detrás rota el diamante: medio, banda, aro.



3. El único escape es hacia atrás — lo permitimos. X4 se despega al hombre de salida; todos suben y rearman el diamante.



4. Ahora el conteo es nuestro sexto defensor: cada pase hacia adelante flota sobre el interceptor. Feo, tarde, nervioso — así trabaja Havoc incluso sin el robo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

AJUSTE DE PRESIÓN · VS ROMPE-PRESIONES 1-4

Ajuste Havoc — FIST vs el Flash al Medio

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Shaka Smart VCU Havoc Full Court Press Defense System
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

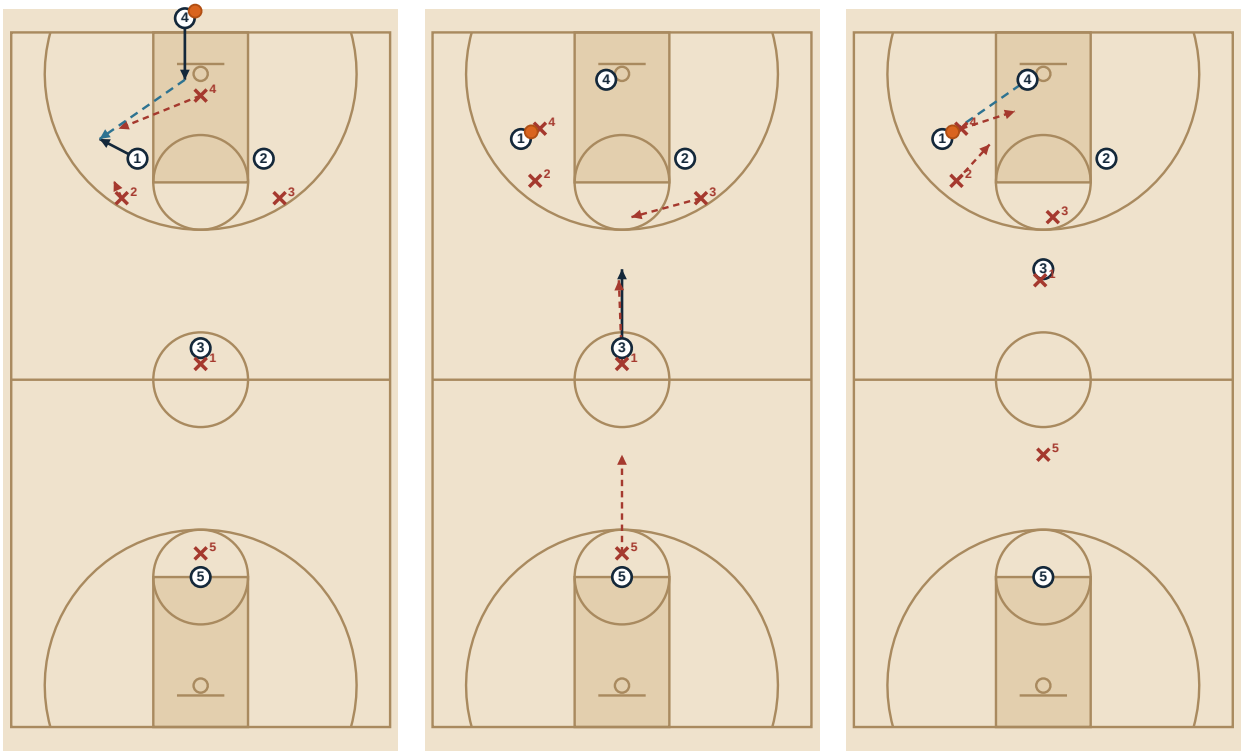
Todo rival preparado ataca a Havoc igual — lanza un hombre al medio, la única recepción que vence a cualquier presión. FIST es nuestro ajuste de una palabra: el interceptor adelanta al flash, el ala débil dobla el carril del medio, y el guardián sube una zona. Su mejor respuesta desaparece, y la re-trampa en la segunda recepción de banda castiga el escape hacia atrás al que los obligamos.

Cuándo usarla: Cántalo en cuanto el video o el juego muestre un rompe-presiones 1-4 disciplinado con flash al medio. Una palabra cambia cuatro trabajos; la forma nunca cambia.

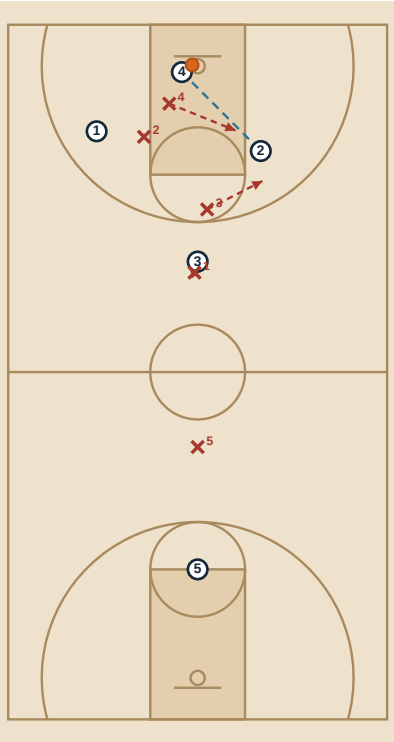
Puntos de enseñanza

- FIST cambia TRABAJOS, no forma: el mismo diamante, cuatro asignaciones nuevas con una llamada.
- El interceptor ADELANTA al flash — cuerpo encima, brazo por delante, sin recepción. Negación, no reacción.
- El ala débil dobla el carril del medio: dos cuerpos dueños de la zona a la que apunta todo su rompe-presiones.
- El guardián sube una zona — el balón profundo es la apuesta que aceptamos por matar el medio.
- La re-trampa es el premio: los equipos celebran el escape hacia atrás, y tiran el segundo pase de banda directo al blitz.

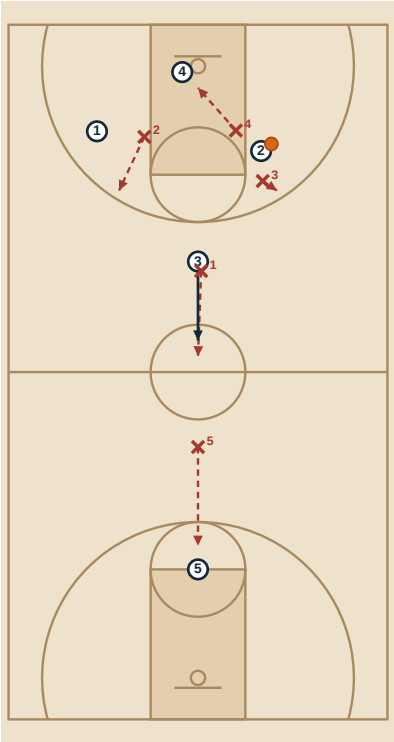
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Repite FIST contra nuestro propio Breaker cada semana — nuestra presión y nuestro rompe-presiones se afilan mutuamente.



1. Corren el rompe-presiones que enseña todo coach: entrada a la esquina — y el hombre del medio arranca su flash. Havoc trampea la recepción como siempre…



2. …y FIST dispara: el interceptor ADELANTA al flash, el ala débil dobla el carril del medio, el guardián sube. La recepción que practicaron toda la semana ya no existe.



3. Medio negado, el balón va hacia atrás — exactamente según el plan. Déjalo. La trampa se suelta y el diamante se recarga mirando la otra banda.

4. La RE-TRAMPA: la segunda recepción de banda recibe el blitz mientras el medio sigue doblado. Los equipos sobreviven la primera trampa y se relajan — esa relajación es lo que FIST caza.

5. El conteo sube, el medio cerrado, las bandas en llamas — y si igual la rompen, sprint a la Pack Line como siempre. Una palabra, cuatro trabajos, su mejor respuesta borrada. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PRESIÓN DE ZONA · CONTENER Y TRAMPEAR

Presión Cougar — 2-2-1

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 2-2-1 Full Court Press Defense
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

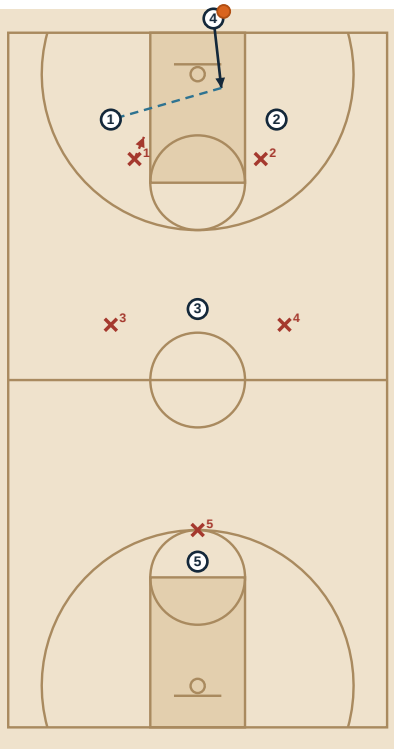
La presión caballo de batalla: dos líneas de dos más un guardián. La primera línea no trampea — dirige el balón por la banda hacia la trampa de la segunda línea en la marca de media cancha, donde la línea central se vuelve otro defensor. Bajo riesgo, molestia infinita.

Cuándo usarla: Tramos largos — es un arma de condición física que drena piernas y reloj. También la primera presión que enseñamos.

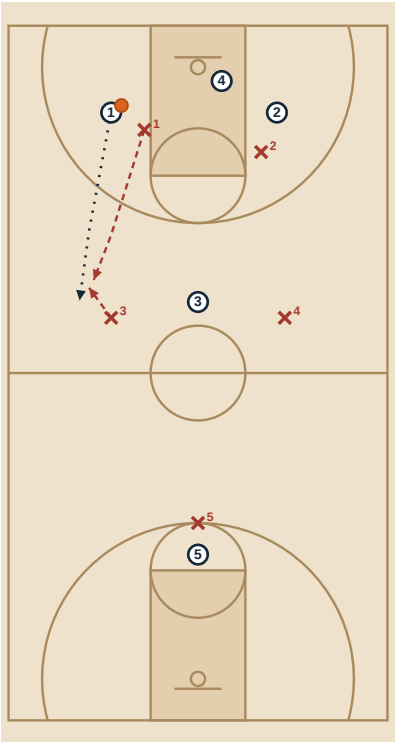
Puntos de enseñanza

- Primera línea: contener y dirigir, nunca manotear. A 28 metros del aro no hay lugar para una falta.
- La trampa ocurre en la marca — banda + línea de media cancha + dos defensores = una jaula.
- Regala la reversión, y luego dirígelo por la OTRA banda. A la tercera reversión, la mayoría se quiebra.
- X5 protege el aro por encima de todo — sale solo por una intercepción segura.

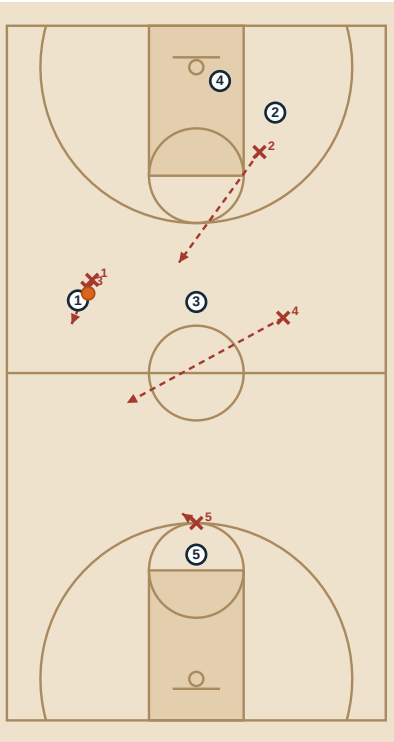
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Nunca. **Secundaria 11–13:** Versión de introducción: contener y dirigir solamente, sin trampas hasta que esté limpio. **Preparatoria:** Versión completa con trampas.



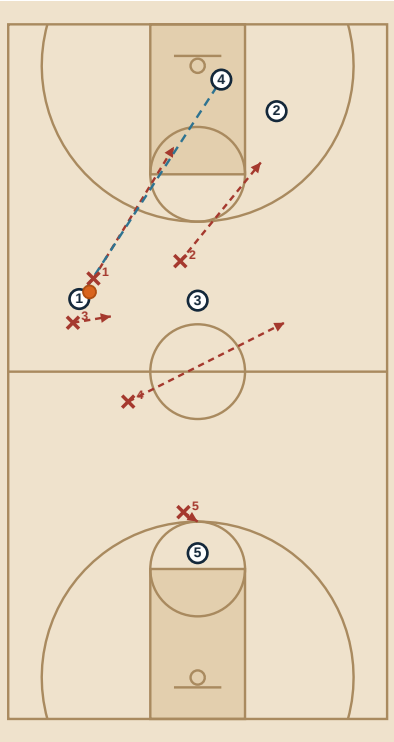
1. El saque entra — bien. X1 se posiciona al hombro interno: la banda es el único carril que ofrecemos.



2. El botador muerde el anzuelo por la banda. X1 lo acompaña en la cadera; X3 se acerca para saltarla.



3. TRAMPA en la marca. X2 corre al carril del medio, X4 toma el pase por la banda, X5 aguanta el aro.



4. La reversión escapa — exactamente como se planeó. Corre a tu forma y dirígelo por la otra banda. Repite, repite, drena sus piernas.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PRESIÓN INDIVIDUAL · CANCHA COMPLETA

Run & Jump — Presión Individual

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

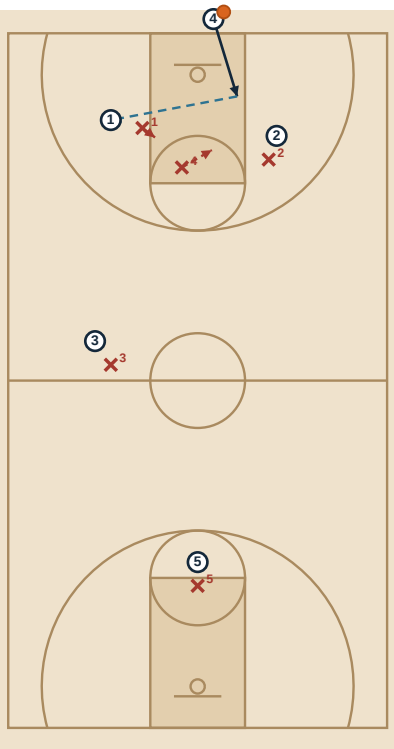
Presión individual de cancha completa con un giro: cuando el botador toma velocidad, un defensor del lado ciego CORRE al balón y el defensor del balón SALTA hacia el hombre abandonado. El botador se topa con un doble sorpresa — o detiene el bote a 21 metros del aro.

Cuándo usarla: Contra un solo armador dominante, contra equipos que sacan y caminan el balón, o cuando el partido necesita energía. Apuesta segura: si no pasa nada, simplemente estás en individual.

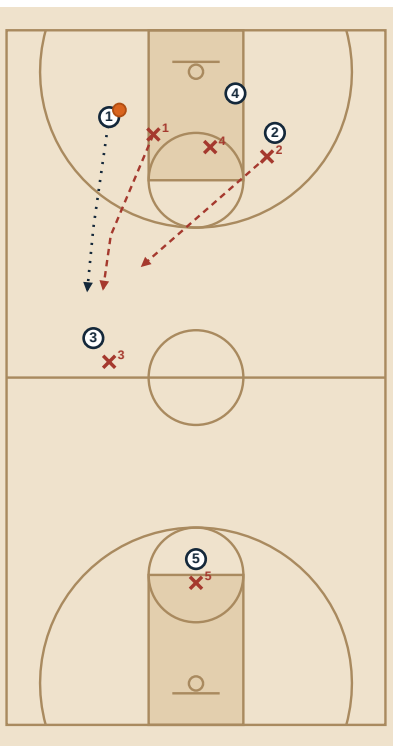
Puntos de enseñanza

- La corrida solo llega cuando el botador va a VELOCIDAD y con los ojos abajo.
- Los gritos de salto son fuertes y tempranos — un cambio mudo es bandeja para ellos.
- El premio no es el robo al balón — es el globo apurado al hombre hacia el que X1 corre.
- Todos los demás quedan pegados en negación — la presión vive en el lado de atrás.

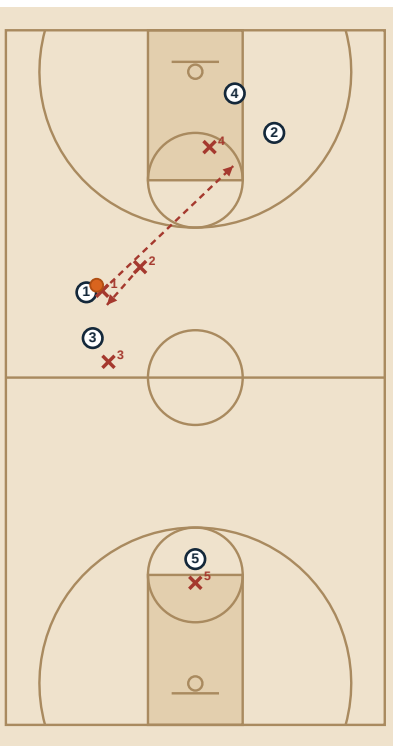
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Introducción del concepto en 2v2 en un carril. **Preparatoria:** Paquete completo con salto, cambio de regreso y variantes de trampa.



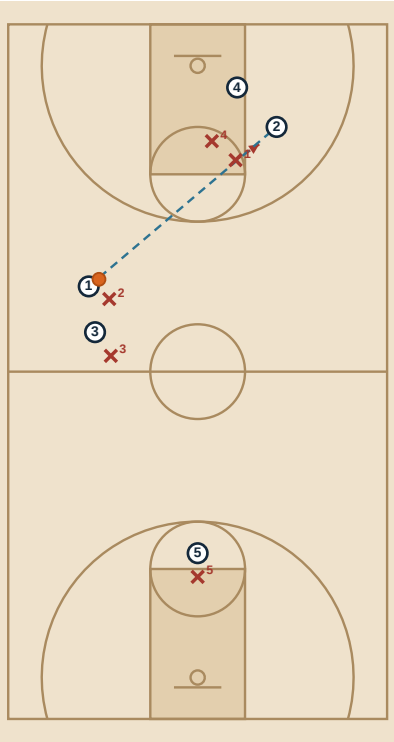
1. Presión individual directa. X1 gira al botador una vez y lo obliga a subir por la banda a velocidad.



2. La CORRIDA: X2 abandona a su hombre y corre al balón desde el lado ciego, a máxima velocidad.



3. El SALTO: X2 toma el balón, X1 salta hacia el hombre libre. El botador está doblado — o muerto con el balón en las manos.



4. El pase apurado es el premio — X1 llega con la recepción. ¿Y si no sale nada? Simplemente estamos en individual. Nada perdido.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA VS PRESIÓN · VS TODA PRESIÓN

Breaker — Rompe-Presiones 1-4

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: 1-2-1-1 Press Break Basketball Plays
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

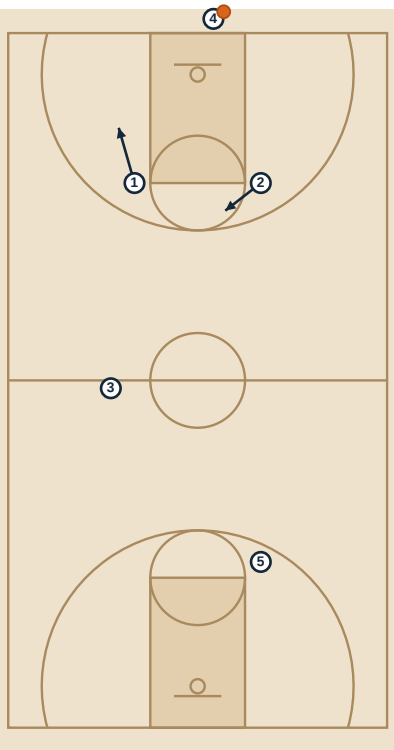
Un solo rompe-presiones vence a todas las presiones si se siguen las reglas: cuatro a lo ancho de la línea de tiros libres extendida, el mejor pasador saca. Medio primero, banda segundo, revierte para voltear la cancha — y nunca, jamás, botes hacia una esquina.

Cuándo usarla: Contra toda presión — de zona o individual. La alineación lee la presión; las reglas no cambian.

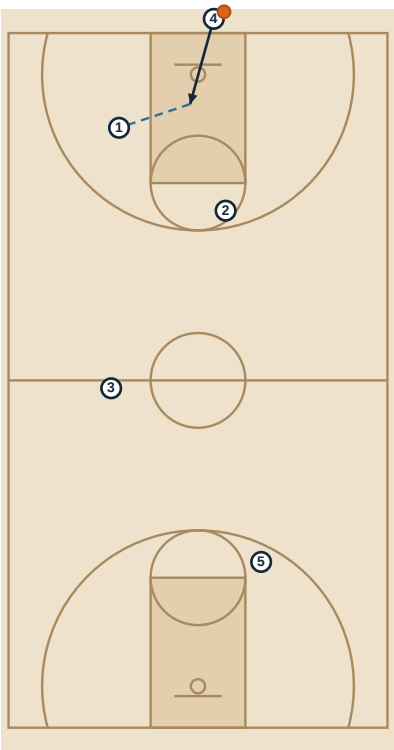
Puntos de enseñanza

- MEDIO PRIMERO: una recepción en el medio vence a toda presión jamás diseñada. Encara y busca la siguiente línea.
- El sacador entra DETRÁS del balón como válvula de escape — hacia atrás nunca es mal pase.
- Recibe, encara, mira profundo antes de botar. El corredor al aro está libre más de lo que crees.
- Vencer la presión = ventaja numérica. Ataca para anotar; si la ventaja muere, fluye directo al 5-Out.

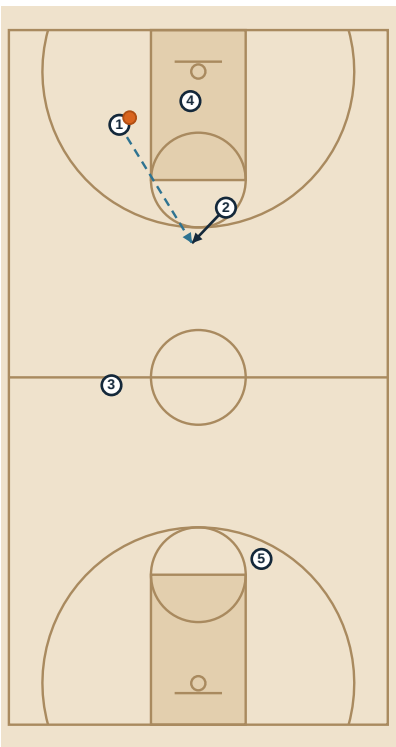
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Siémbralo con juegos de keep-away de 3v3 más uno. **Secundaria 11–13:** Instalación central — camínalo, luego en vivo contra 5. **Preparatoria:** Semanal contra nuestras propias presiones — la mejor presión que veremos en el año.



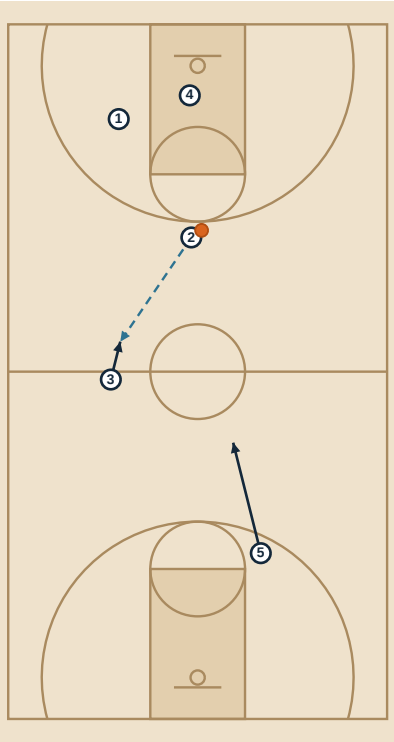
1. Con la palmada: 1 se abre al lado del balón, 2 se lanza al medio. Ven HACIA el balón, nunca te alejes.



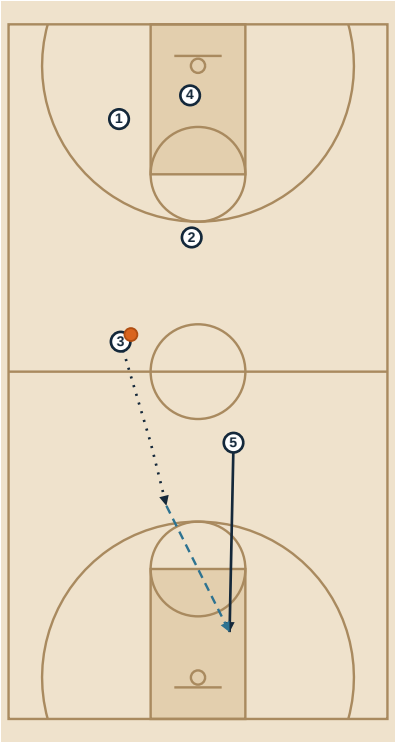
2. Saca temprano — no dejes crecer el conteo. El sacador entra de inmediato detrás como escape.



3. Regla uno: MEDIO PRIMERO. 2 llega a la ventana del medio; esa recepción vence a toda la presión.



4. Encara el aro, conecta la siguiente línea: la banda sube, 5 corre al aro detrás de toda la presión.



5. Presión vencida = ataca los números. Conecta al corredor para la ola de bandejas — o fluye al 5-Out.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA VS PRESIÓN · VS PRESIONES CARGADAS

Home Run — Rompe-Presiones por Arriba

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: How To Beat Any Full Court Press In Basketball
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

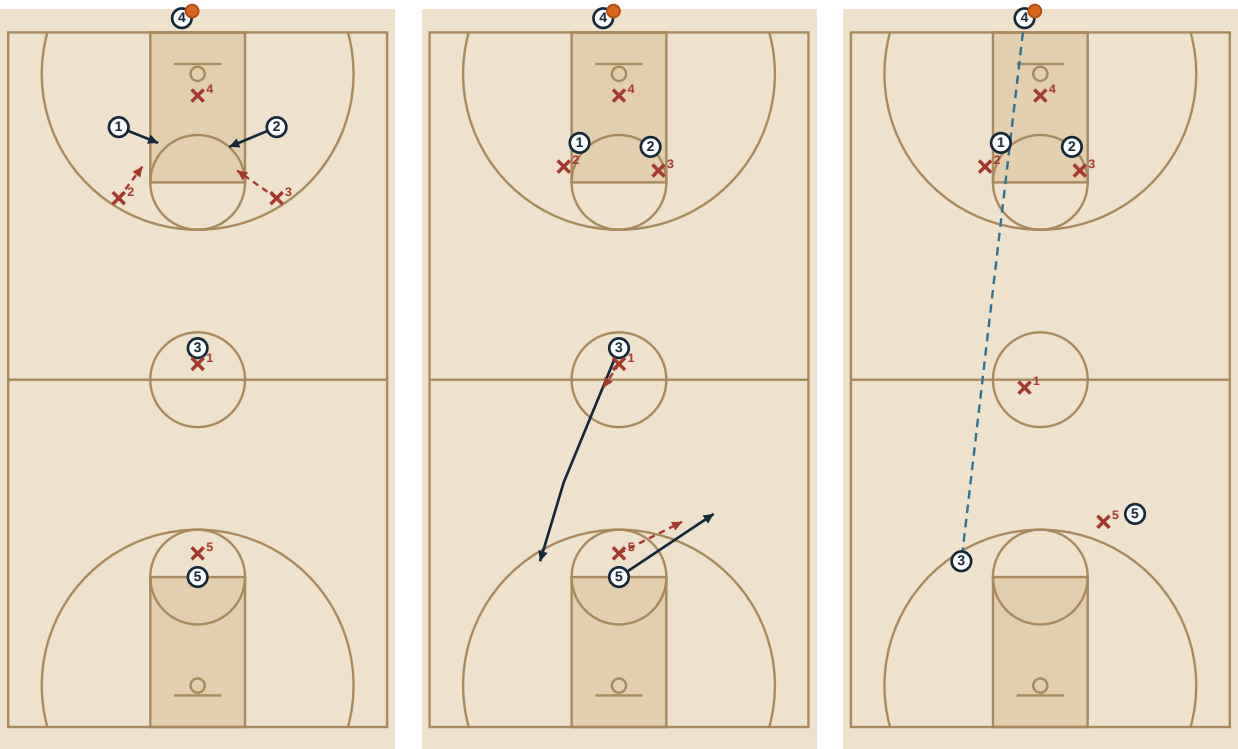
Toda presión tiene la misma debilidad: para trampear adelante debe mandar cuerpos adelante. El Home Run castiga esa avaricia — vende la salida corta, y luego lanza una cuerda plana por encima de toda la presión a un velocista detrás de ella. Complétalo una vez temprano y la presión juega suave el resto de la noche. Esa es la verdadera victoria.

Cuándo usarla: Contra presiones que cargan a sus interceptores hacia el balón (Diamante/1-2-1-1 sobre todo). Cántalo TEMPRANO en el partido — hasta un pase incompleto le enseña respeto a la presión y abre los pases cortos del Breaker 1-4.

Puntos de enseñanza

- El sacador es tu mejor PASADOR, nunca el más alto — este es un tiro de mariscal de campo.
- Vende la salida corta con honestidad: el cruce de los guardias debe parecer la entrada real.
- El velocista arranca en el instante en que ambos interceptores muerden arriba — un paso tarde es balón dividido, un paso antes es caminata.
- Recibe sobre el hombro externo y ataca de inmediato: el pase cae en 2 contra 1.
- Una conexión por partido alcanza. La amenaza es el arma.

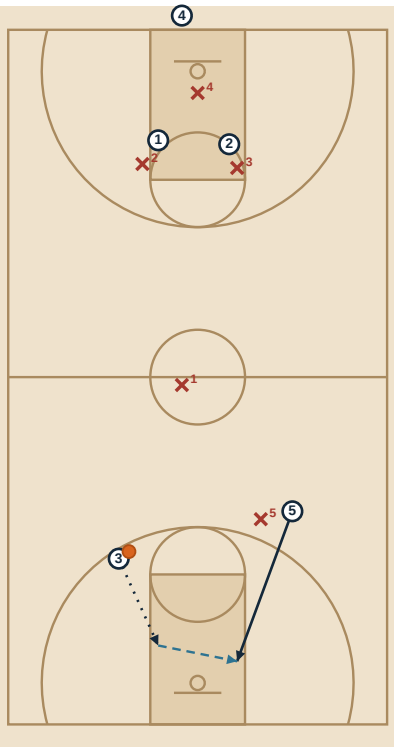
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña la lectura; lánzalo solo cuando la mitad profunda esté de verdad vacía. **Preparatoria:** Instalación completa con el cruce de guardias y el despeje débil — llamada automática tras tiempos fuera contra equipos que presionan.



1. Las presiones cargan HACIA el balón — déjalas. Los guardias cruzan fuerte y venden la salida corta.

2. Ambos interceptores muerden arriba — AHORA 3 gira y sale disparado, mientras 5 arrastra al guardián fuera del medio.

3. La bola de home run: una cuerda plana por encima de toda la presión. Por esto el sacador es nuestro mejor pasador.



4. Cae en 2 contra 1 — termina los números. Complétalo una vez y la presión afloja toda la noche; cada pase corto se vuelve más fácil.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

OFENSIVA VS PRESIÓN · VS TRAMPAS 1-3-1 / 2-1-2

Rompe-Trampas — vs Trampas de Media Cancha

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

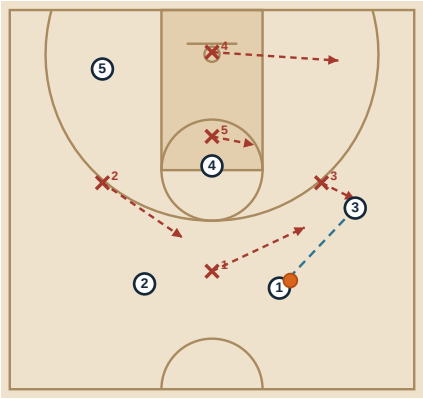
Las trampas de media cancha (1-3-1, 2-1-2) pagan dos defensores para atacar el balón — lo que significa que juegan 3 contra 4 en el resto de la cancha. Nuestra respuesta es espaciado y dos reglas: nunca botes para salir de una trampa, y MEDIO PRIMERO. El flash al nail es la única recepción que ninguna trampa de ala puede cubrir cuando se compromete, y todo lo que hay detrás es ventaja numérica.

Cuándo usarla: La respuesta fija cuando una recepción de ala recibe trampa en cancha ofensiva. Las mismas reglas vencen la trampa de ala 1-3-1, la 2-1-2 y las trampas sorpresa saliendo de tiempos fuera.

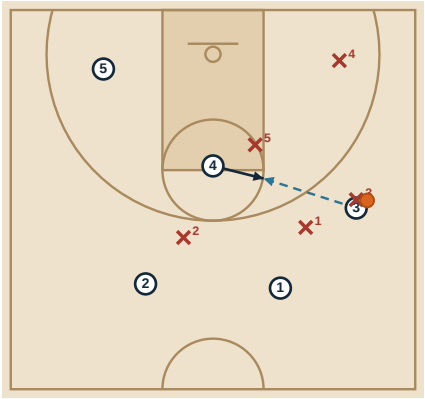
Puntos de enseñanza

- Nunca botes para salir de una trampa — pasa para salir. El bote es lo que la trampa está pescando.
- MEDIO PRIMERO: el flash al nail queda libre en el instante en que dos defensores toman el balón.
- El trabajo del atrapado es un pivote fuerte y un pase a dos manos — sin giros, sin saltar.
- Tras la recepción del medio: encara, cuenta, ataca — es 4 contra 3 detrás de toda trampa.
- Si niegan el medio, la reversión rápida vence a la rotación. Dos pases, nunca dos botes.

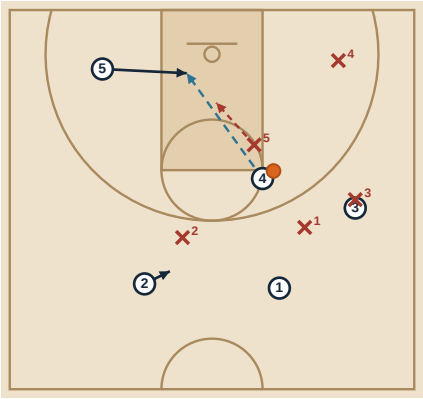
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instalación central junto al Breaker 1-4 — las trampas aparecen en todos los niveles.
Preparatoria: Corre semanal contra nuestra propia trampa 1-3-1: la mejor trampa que veremos en el año es la nuestra.



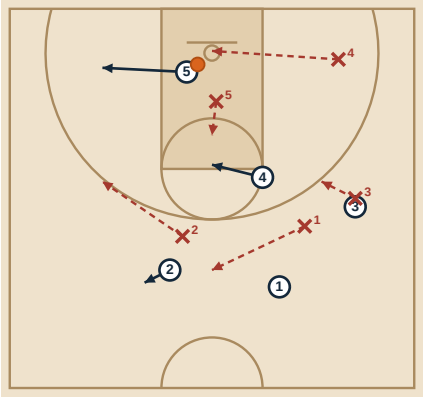
1. La trampa salta con la recepción de ala — esperado. Nuestra respuesta es espaciado, no bote: nadie deja su lugar para “ayudar” al balón.



2. Regla uno contra toda trampa: MEDIO PRIMERO. 4 se lanza al nail — la única recepción que una trampa de ala no puede cubrir cuando compromete dos al balón.



3. Recibe, encara, cuenta: es 4 contra 3 detrás de la trampa. 5 se clava desde el rincón — aro primero, esquina débil segundo. La trampa pagó dos defensores por nada.



4. ¿Y si niegan el medio? La reversión rápida — afuera a 1, swing a 2 — vence a cualquier rotación. Escape completo; la próxima trampa llega más suave. Reinicio.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

PLAYBOOK 06

Saques y Situaciones Especiales

Las posesiones de balón muerto son puntos gratis para los equipos preparados. Tres jugadas centrales cubren la temporada; cada una tiene una mirada rápida, una segunda opción y una seguridad — y cada una fluye directo a nuestro espaciado.

SAQUE DE FONDO · PANTALLA AL PANTALLADOR

Box Fist — Saque de Fondo

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

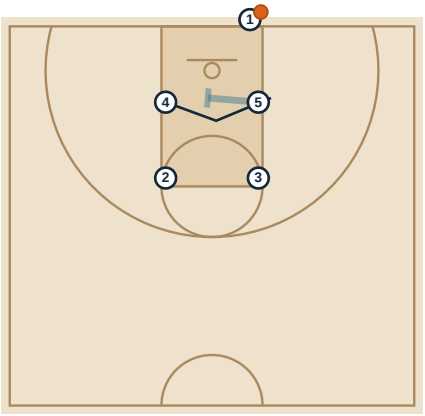
Nuestro saque de fondo principal desde formación de caja. Primera mirada: pantalla cruzada para la bandeja. Segunda mirada: pantalla al pantallador para el tiro desde la línea. Tercera mirada: subida de seguridad. Tres lecturas, una palmada al balón.

Cuándo usarla: Cada saque de fondo ofensivo. Una jugada, repetida hasta que sea automática — las señales cambian la última mirada semana a semana.

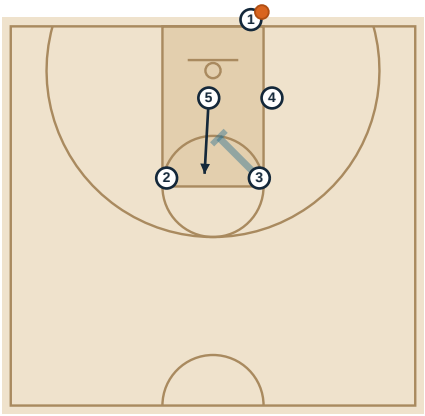
Puntos de enseñanza

- Nada se mueve hasta que el sacador palmea el balón — el tiempo es toda la jugada.
- Lee en orden: 4 en el aro → 5 en la línea → 2 de seguridad. Nunca saltes el orden.
- Los pantalladores pantallean cuerpos, no aire — obliga al defensor a elegir un lado.
- Contra zona: misma formación, 4 sella al defensor del medio en vez de cortar.

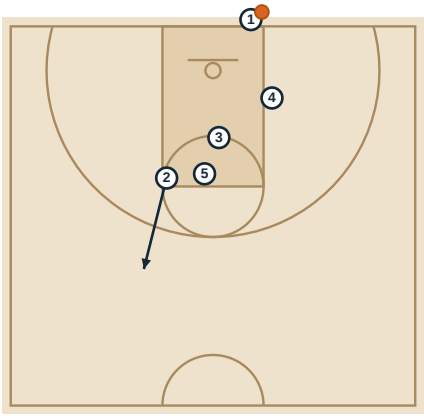
Adaptación por edad: Infantil 7–10: El único saque de fondo que enseñamos toda la temporada. **Secundaria 11–13:** Agrega la señal de globo cuando un 4 pueda terminar arriba. **Preparatoria:** Agrega 'Fist-3': 2 y 5 intercambian trabajos, las esquinas se aplanan para el triple.



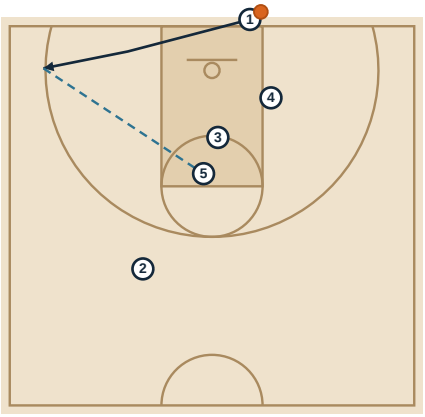
1. Primera mirada: 5 pantalla cruzado, 4 corta al balón — la ventana de bandeja se abre por un segundo.



2. Segunda mirada: pantalla al pantallador — 3 baja a pantallear y 5 se abre a la línea para el tiro.



3. Tercera mirada: 2 sube al arco como seguridad. Nunca hay razón para forzar este pase.



4. Conecta la mejor mirada — y el sacador corta al espacio de la esquina débil. Ofensiva instantánea si no salió nada.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE FONDO · VS INDIVIDUAL O ZONA

Stack Pop — Saque de Fondo

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

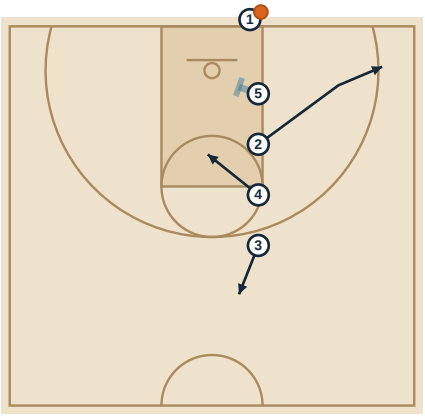
Cuatro jugadores apilados sobre la línea de la pintura del lado del balón. Una palmada, cuatro cortes simultáneos — esquina, punta, destello al medio, sello al aro — y la defensa tiene un segundo para resolver quién va a dónde. Funciona idéntico contra individual y zona.

Cuándo usarla: Saque de fondo alternativo, especialmente contra equipos que cambian o zonean los saques.

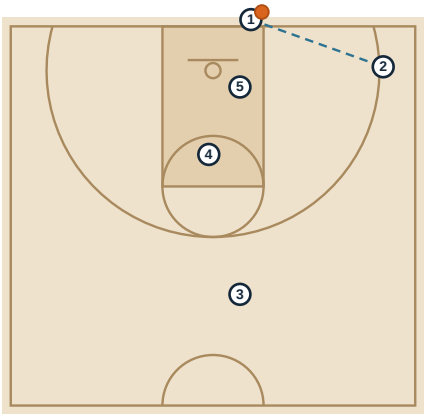
Puntos de enseñanza

- Los cuatro cortes ocurren A LA VEZ — la duda deja que la defensa ordene el caos.
- Escautea tu orden: pon a tu tirador en la esquina, a tu finalizador en el aro.
- La entrada del sacador al rincón débil es la cuarta opción escondida — las defensas lo olvidan.
- Nada abierto = balón a la punta, directo a la ofensiva. Sin posesiones tiradas.

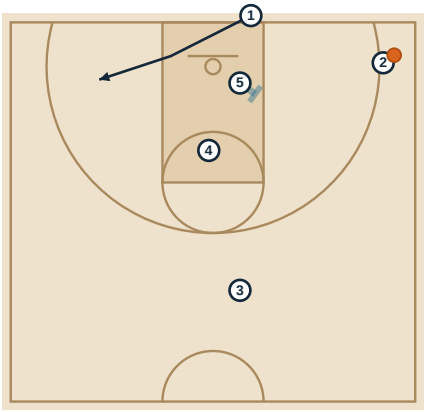
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instálalo como segundo saque de fondo. **Preparatoria:** Rota las asignaciones según scouting — misma cáscara, looks nuevos cada semana.



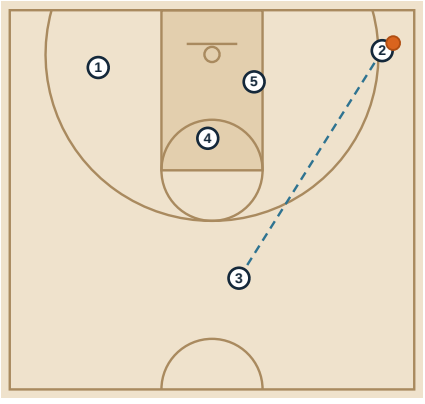
1. Una palmada, cuatro cortes: 2 a la esquina, 3 a la punta, 4 destella al carril, 5 sella profundo.



2. Primera mirada: esquina — recibe y tira, o ataca el fondo contra el cierre.



3. El sacador entra al rincón débil; 5 sella a su hombre del lado del balón — la entrada al poste está viva si X5 ayudó en algo.



4. ¿Nada? Balón a la punta para el reinicio — ya estamos espaciados, ya estamos en ofensiva.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE FONDO · ESPECIAL DE TIRADOR

Elevator — Saque de Fondo

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Steve Kerr - Baseline Inbound Elevator Action
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

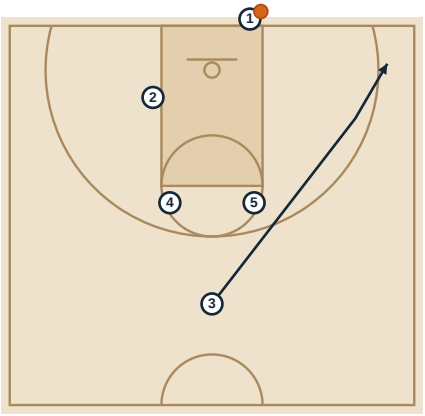
Las puertas de elevador de los Warriors, corridas desde el saque de fondo: el tirador sale disparado del bloque débil por el pasillo entre dos compañeros, las puertas se cierran de golpe detrás de él, y el pase de saque llega por arriba justo al cerrarse. La defensa ve una caja de rutina — hasta que la pared se cierra en la cara del perseguidor.

Cuándo usarla: Necesitas un triple de balón muerto, o cuando su cobertura de saques cambia cuerpos en lugar de perseguir — las puertas castigan la duda del cambio.

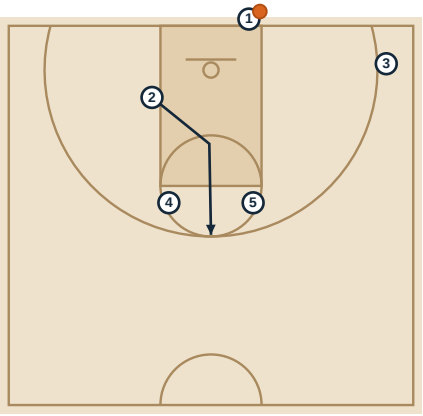
Puntos de enseñanza

- El tirador cruza DERECHO por el pasillo — cualquier curva le da al perseguidor el mismo carril.
- Las puertas se cierran hombro con hombro en cuanto pasa: un hueco es falta, una pared es legal.
- El sacador tira al punto sobre las puertas, al tiempo del cierre — ensaya el conteo: palmada, dos, TIRA.
- El corte señuelo a la esquina importa: arrastra la ayuda baja antes de que las puertas se muevan.
- Si el defensor se adelanta por el hueco, la puerta cercana se desliza al aro — la puerta atrás es automática.

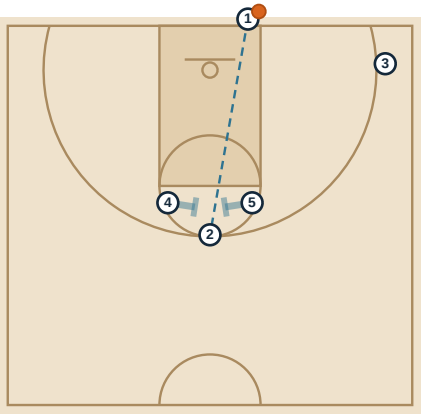
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instálalo cuando el Box sea automático. **Preparatoria:** Dos repeticiones por semana; señal «Elevator Slip» para el contragolpe al aro.



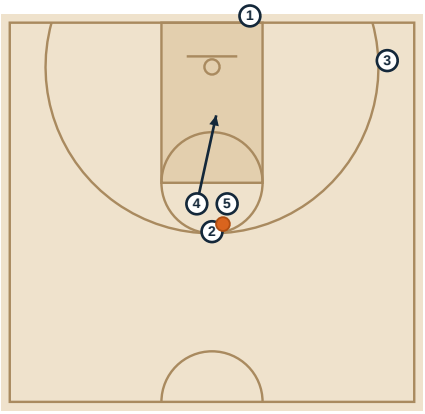
1. Primero el señuelo: 3 corre de la punta a la esquina fuerte — la ayuda baja voltea la cabeza y lo sigue.

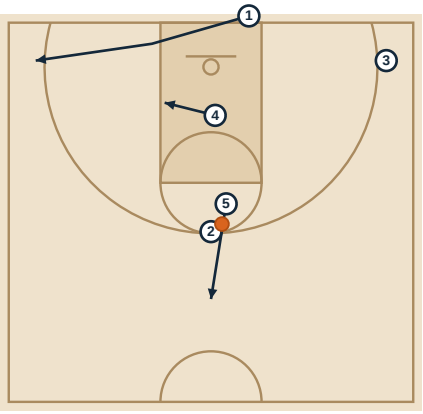


2. El tirador sale del bloque débil DERECHO por el pasillo — máxima velocidad, sin curva.



3. Las puertas se CIERRAN de golpe detrás de él — hombro con hombro — y el saque llega por arriba al cerrarse. Recibe y tira.





4. El contragolpe viene integrado: si el perseguidor se adelanta por el hueco, la puerta cercana se desliza a un aro vacío. Globo o bandeja.

5. El sacador corta a la esquina débil, el 5 se abre a la punta — nada abierto significa que simplemente estamos en ofensiva. De balón muerto a espaciado vivo en cuatro segundos.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE FONDO · GLOBO + TRIPLE

Flat — 1-4 Bajo con Globo

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

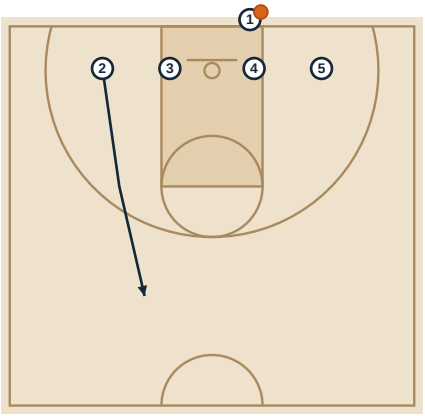
Cuatro sobre la línea de fondo, totalmente planos — y nada que la defensa pueda ver hasta que explota: el 4 sube a poner pantalla ciega, el 5 se clava para el globo al aro, el pantallador se abre a la esquina, y la seguridad sube a la punta. Tres salidas de canasta de una sola pantalla, todas llegando al mismo tiempo.

Cuándo usarla: Contra equipos que defienden los saques en individual puro sin ayuda al aro — la alineación plana clava a todos los defensores abajo, y la pantalla ciega ataca un cielo vacío.

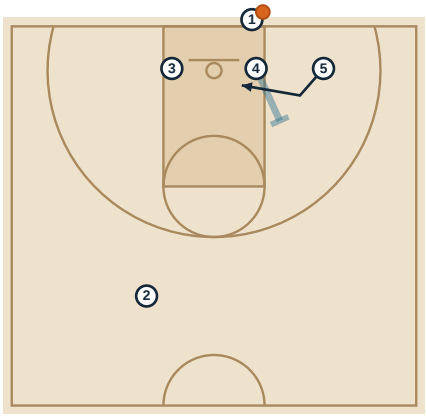
Puntos de enseñanza

- Plano significa PLANO: los cuatro sobre la línea, defensores clavados abajo de espaldas a la jugada.
- La pantalla ciega brota hacia arriba — los hombros del pantallador miran al fondo para abrir la ventana del globo.
- Tira el globo al cuadro, no al hombre: el 5 va y se lo lleva donde su defensor no puede ver.
- Orden de lectura: globo → esquina del pantallador → seguridad en la punta.
- La subida a la punta no es decoración — es la válvula que hace tirarle el globo posible.

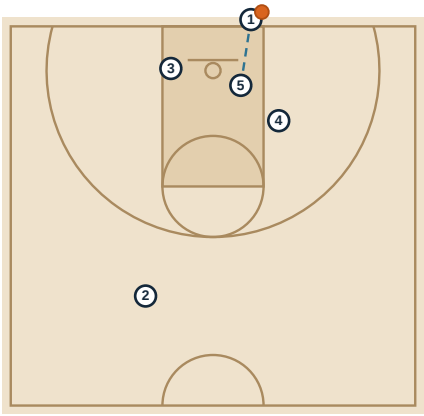
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Córrelo por la esquina y la seguridad — guarda el globo hasta tener un finalizador.
Preparatoria: Versión completa; señal «Flat Hammer» para convertir la apertura en un hammer débil.



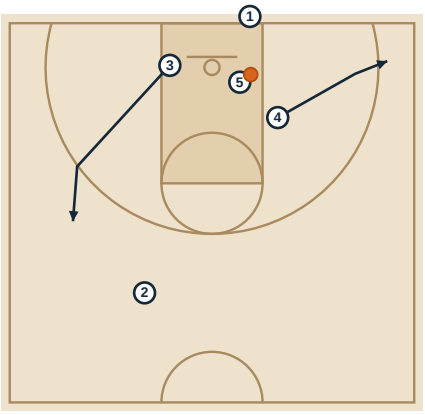
1. Totalmente plano — cuatro en la línea de fondo, cuatro defensores clavados de espaldas. Ahora la seguridad sube y la cancha se inclina.



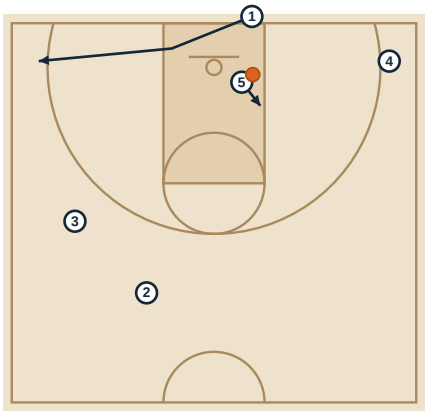
2. El resorte: 4 sube a la pantalla ciega y 5 se clava — hacia un aro que nadie está cuidando.



3. El globo — tirado al cuadro, no al hombre. 5 va y lo alcanza por encima de todo.



4. Y el resto de las lecturas florecen con él: el pantallador se abre al triple de esquina, la seguridad aguanta la punta. Una pantalla, tres salidas.



5. El sacador entra, el espaciado ya es cinco afuera — el look plano se disuelve directo en ofensiva. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE FONDO · VS COBERTURA 2-3

Gate — Saque de Fondo vs Zona

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

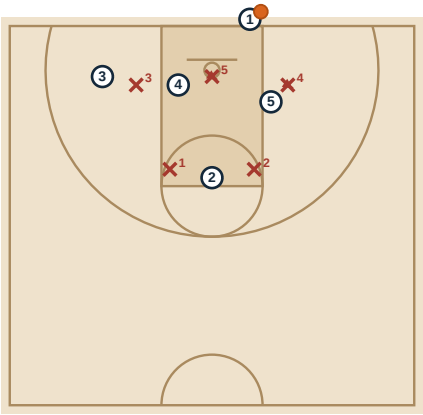
La mayoría defiende los saques de fondo en zona — y casi nadie la ataca bien. El Gate sí: dos pantalladores se cierran como portón sobre los defensores bajos de la zona mientras el tirador corre la línea de fondo detrás de ellos, de esquina débil a esquina fuerte, hacia un triple al que la zona literalmente no puede rotar. Las pantallas funcionan contra zonas; aquí está la prueba.

Cuándo usarla: La llamada automática cuando el scouting muestra cobertura de zona en los saques. La defensa la muestra una vez — la castigamos el resto de la noche.

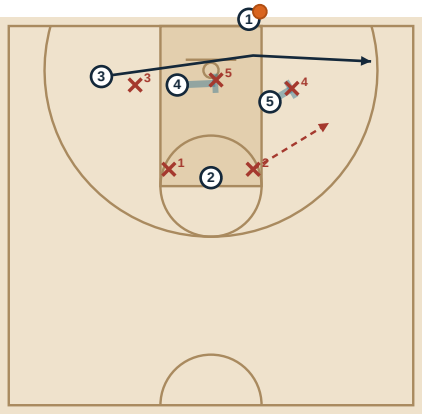
Puntos de enseñanza

- El portón se cierra sobre CUERPOS, no lugares: encuentra a los dos defensores bajos y amuréllalos.
- El tirador corre el fondo DETRÁS del portón — fuera de las líneas de visión de la zona, bajo sus manos.
- El pase es una cuerda a la esquina, lanzado al primer paso del tirador fuera del portón.
- Si el guardia vuela a la esquina, el pantallador cercano sella profundo — la descarga es bandeja.
- Sostén las pantallas un conteo después del pase: el portón se vuelve dos reboteadores ofensivos.

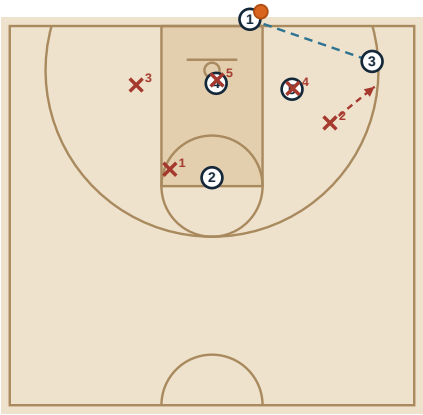
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enséñalo como contragolpe la semana que veas cobertura de zona por primera vez.
Preparatoria: Se lleva toda la temporada; mirar a la esquina contraria es la capa de preparatoria.



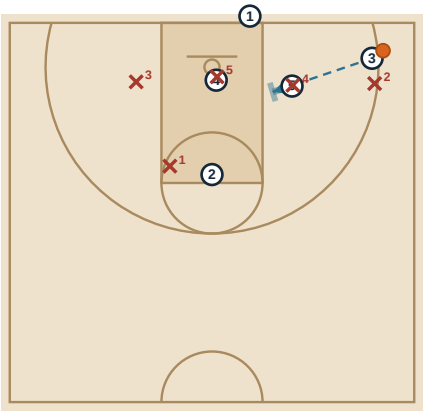
1. Cobertura de zona en el saque — línea baja cargada, guardias altos. El portón está por cerrarse sobre los dos defensores más cercanos al balón.



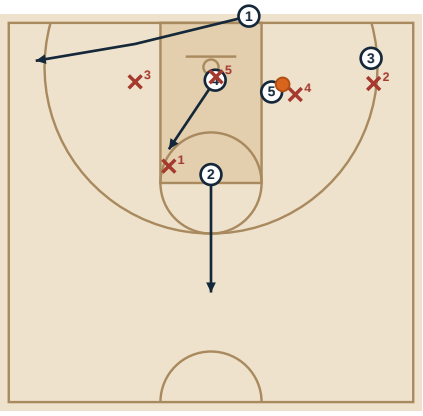
2. PORTÓN: ambos pantalladores amurallan la línea baja — y el tirador corre el fondo detrás, de esquina débil a fuerte, invisible para la zona.



3. La cuerda a la esquina — el único defensor que puede llegar viene corriendo desde la punta de la zona, y llega dos pasos tarde.



4. ¿Y si llega? El pantallador cercano está sellando toda la línea baja — la descarga adentro es bandeja. La zona está rota de cualquier forma.



5. El sacador pisa al lado débil, el portón se suelta al rebote — balón muerto, tres puntos o bandeja, y esa cobertura de zona no vuelve a salir. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE FONDO · SERIE DE TIRADOR

Floppy — Saque para Triple

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

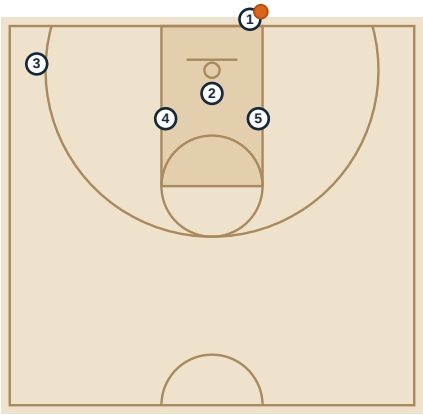
La serie clásica de tiradores de la NBA, doblada dentro de un saque de fondo: el tirador arranca bajo el aro entre una pantalla simple de un lado y una doble del otro — y elige su salida TARDE, leyendo a su defensor a máxima velocidad. Imposible de escautear por diseño: la defensa no puede adelantarse a un lado que el tirador todavía no eligió.

Cuándo usarla: Necesitas un triple con más de :06 — reloj suficiente para que el tirador prepare a su hombre y elija. Con menos de :06, Elevator es el disparador más rápido.

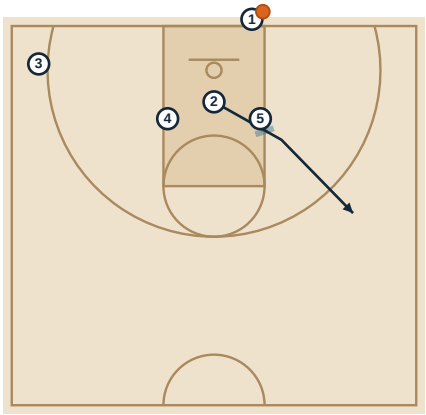
Puntos de enseñanza

- El tirador elige lado simple o doble TARDE — la elección es el arma; nunca la cantes antes.
- Prepara al hombre: camínalo bajo el aro, y explota por el hombro elegido.
- Curva, flare o corte derecho por el lado simple — tres lecturas de una pantalla, según cómo persiga el defensor.
- La subida del lado débil es simultánea: dos tiradores emergiendo a la vez parten la atención defensiva.
- El sacador es la segunda mirada — su defensor siempre mira el balón en la acción floppy.

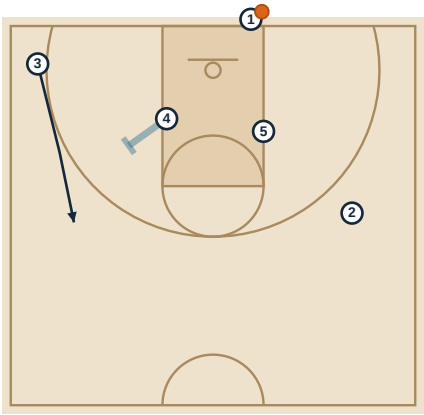
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña solo el lado simple; la elección tardía llega con madurez. **Preparatoria:** Serie completa; señal «Floppy Fist» para fluir a pantalla directa cuando cubren el tiro.



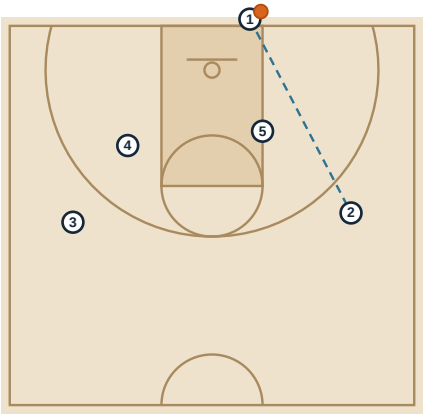
1. El tirador arranca bajo el aro — pantalla simple a la derecha, lado doble a la izquierda — y nadie en la defensa sabe por dónde sale. Él tampoco, todavía.



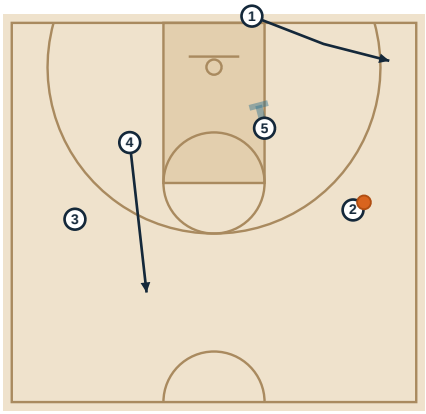
2. Lee la persecución y explota por el lado simple: hombro con hombro por el 5, disparado al ala.



3. Simultáneamente el lado débil sube: 4 baja por el tirador de la esquina que asciende al ala. Dos tiradores emergiendo a la vez — elige al libre.



4. Saque a la mejor mirada — aquí el ala del lado simple. Recibe y tira, o curva el cierre hacia el carril.



5. 5 sella adentro, el sacador llena la esquina — si el tiro no llega, el floppy se disuelve en espaciado y jugamos. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE BANDA · PANTALLA CIEGA

Winner — Saque de Banda

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

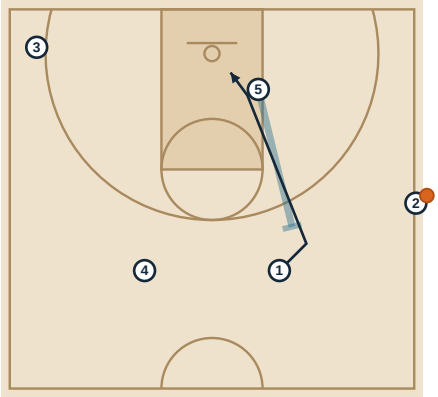
La jugada de banda: una pantalla ciega dispara al mejor atleta hacia el aro mientras el pantallador se abre para la recepción segura. Dos miradas reales de canasta más una entrada garantizada, de una sola acción simple.

Cuándo usarla: Cada saque de banda en cancha ofensiva. La señal 'Winner-3' aplana la clavada en un flare para el tirador cuando se necesita un triple.

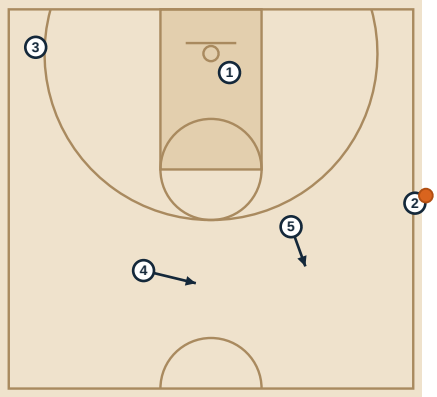
Puntos de enseñanza

- El corte al aro sale de la pantalla HOMBRO CON HOMBRO — el espacio mata las pantallas ciegas.
- Contra cambio: el pantallador se desliza temprano al aro — el cambio ES la apertura.
- Con el conteo en :04, toma la seguridad — la posesión vence a los pases de héroe.
- Contra zona: 1 corta al rincón corto en su lugar, mismo tiempo.

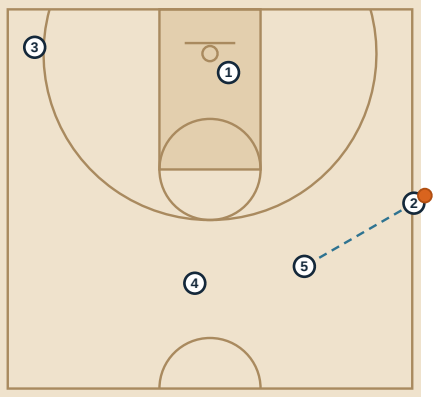
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instálala junto a los saques de fondo — una jugada de banda alcanza. **Preparatoria:** Agrega las señales 'Winner-3' y 'Winner Slip'.



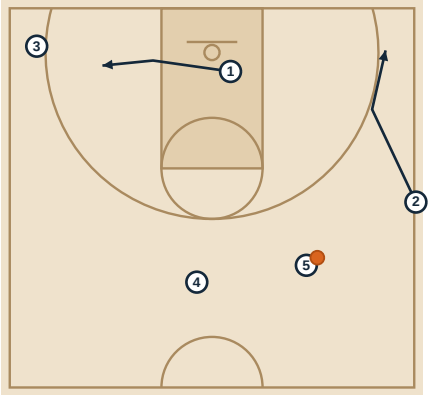
1. Primera mirada: 5 corre a la pantalla ciega, 1 se clava al aro — bandeja o globo.



2. El pantallador se abre detrás del arco por seguridad; 4 balancea hacia la punta.



3. Toma lo que hay: aro primero, luego el que se abrió. Nunca fuerces un pase de banda.



4. El sacador rellena la esquina — espaciado completo, directo a la ofensiva. Cada balón muerto termina en ofensiva.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE BANDA · ACCIÓN SPURS

Hammer de Banda

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

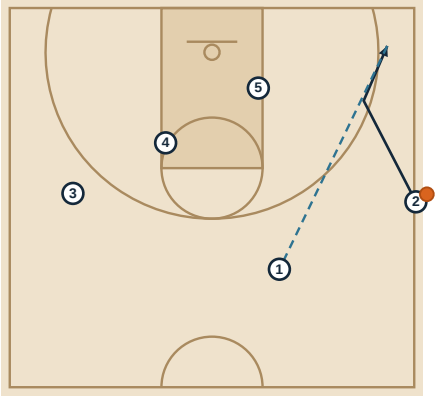
El hammer de los Spurs, lanzado desde un saque de banda: entrada al guardia, que ataca el fondo de inmediato — y mientras cada ayudante voltea al drive, el flare débil de línea de fondo deja caer a tu tirador en la esquina detrás de sus cabezas. Popovich anotó con esta secuencia exacta desde las bandas por dos décadas, porque la ayuda está construida para mirar el balón, y el hammer vive donde nadie mira.

Cuándo usarla: Saques de banda en cancha ofensiva, sobre todo contra defensas de ayuda agresiva — cuanto más cargan al drive, más abierta la esquina del hammer.

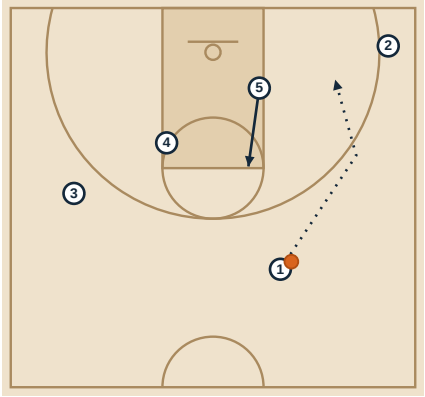
Puntos de enseñanza

- La entrada y el drive deben ser UN movimiento — cualquier pausa deja al lado débil ver venir la pantalla.
- Penetra el fondo con intención: el drive es real, y el pase envolvente se gana con él.
- Ángulo del martillo: espalda del pantallador a la línea de fondo, golpeando el hombro bajo.
- El envolvente va plano y fuerte desde dos pies — practica el pase más que la pantalla.
- El sacador llena la esquina fuerte de inmediato: es el rescate y el segundo triple.

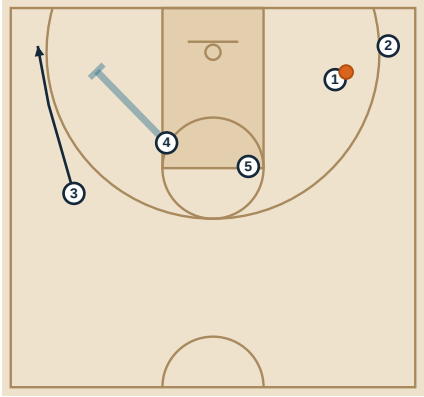
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instálalo cuando el Winner base esté limpio. **Preparatoria:** Automático cada vez que la entrada de banda recibe yendo al fondo.



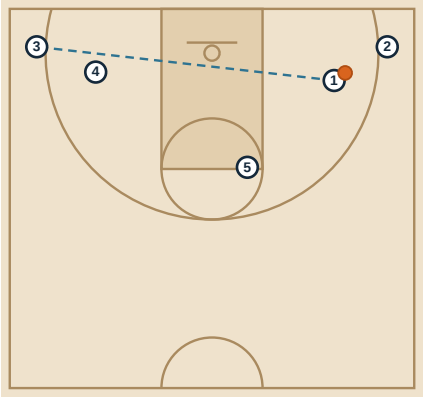
1. Entrada al guardia — y el sacador llena de inmediato la esquina fuerte. La defensa se relaja: parece una entrada segura de rutina.



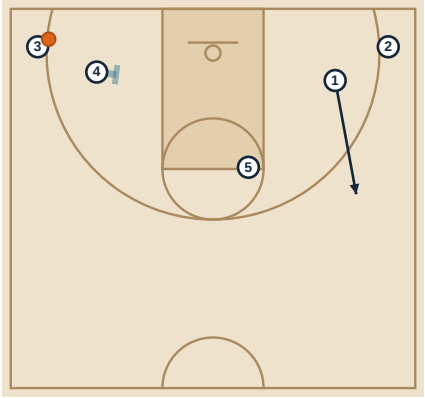
2. 1 rompe por el fondo en el mismo respiro — un drive REAL. Cada ayudante voltea la cabeza al balón… que es todo el punto.



3. El MARTILLO: detrás de cada cabeza volteada, 4 pone el flare sobre el fondo débil y 3 cae a la esquina.



4. El envolvente — plano, fuerte, desde dos pies — a la esquina del martillo. El único pase que la ayuda no está construida para frenar.



5. El pantallador sella el rincón para el rebote, 5 aguanta el codo, ambas esquinas llenas — enceste o fallo, estamos espaciados y la defensa revuelta. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SAQUE DE BANDA · PNR DE PILA

Spain de Banda

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

Película real: Spain Pick & Roll vs Zone Defense (Create Space and Advantages)
Escanea para verla — o presiona el ■ de esta jugada en lapazbasketball.com/es.

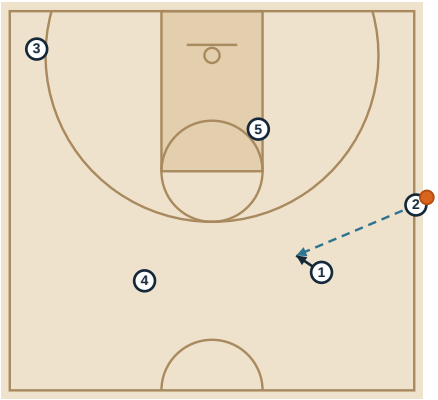
Lo más cruel que puedes hacer desde una banda: correr el pick and roll España donde el SACADOR se convierte en el pantallador ciego. La defensa contabiliza a cuatro jugadores y se relaja con el que saca — y entonces él pisa la cancha directo a la pantalla ciega del nail mientras llega la pantalla directa, y toda la pila España detona antes de que su defensor lo encuentre.

Cuándo usarla: Oro de tiempo fuera: bandas en cancha ofensiva cuando necesitas canasta contra defensa armada. El sacador-pantallador es la acción más difícil de escautear desde un balón muerto.

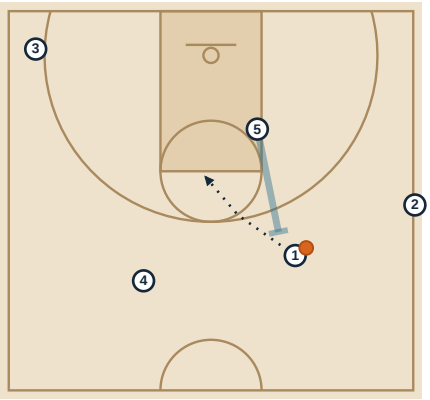
Puntos de enseñanza

- El sacador es el arma: nadie marca al que saca — así que hazlo el pantallador ciego del España.
- Entrada, pantalla, pisada: tres tiempos, sin pausas. La pila debe armarse mientras la defensa todavía se empareja.
- Las mismas lecturas del España en orden: globo/pase corto al rol → triple del que se abre → drive.
- El que rueda se clava por la pantalla ciega en cuanto aterriza — temprano es mejor que tarde.
- Las esquinas clavadas al piso: su gravedad es lo que vacía el carril para la clavada.

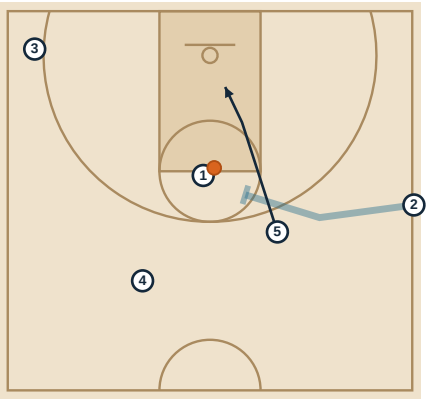
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** El tiempo-fuera premier; combina con el Hammer de banda para que la misma entrada amenace dos finales.



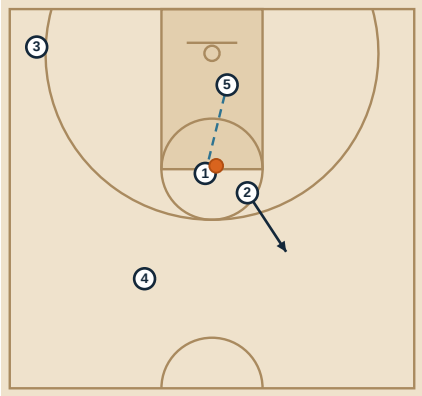
1. Entrada simple al guardia — la defensa exhala. Cuatro jugadores contabilizados; nadie piensa en el que sacó.



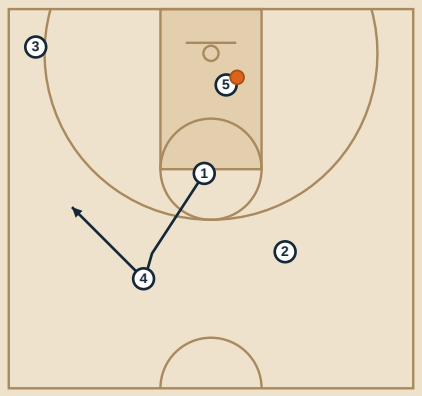
2. 5 llega a la pantalla y 1 dobla la esquina — un pick and roll lateral normal, hasta donde cualquiera puede ver.



3. La trampa: el SACADOR pisa la cancha directo al nail y pantalla ciego al defensor del rol. La pila España se arma de la nada.



4. Globo o pase corto al 5 que se clava — su defensor está clavado por un hombre que no existía hace dos segundos. Si lo cambian, el pantallador se abre para el triple.



5. Y la cancha ya está espaciada: esquinas clavadas, el que se abre en el slot, carriles libres. Anota o fluye — la pila se disuelve en ofensiva. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SITUACIÓN ESPECIAL · ÚLTIMO SEGUNDO

Home Run — Cancha Completa, :03

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

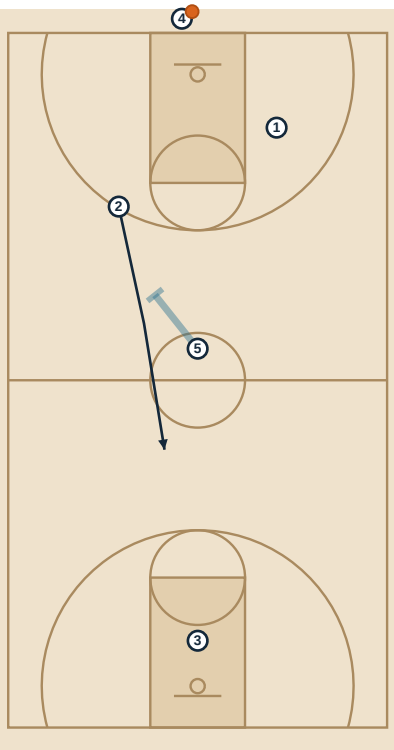
Tres segundos, veintiocho metros, una jugada — y no es una plegaria, es una secuencia ensayada: una pantalla en media cancha dispara al velocista hacia una ventana de recepción, el mariscal tira a la VENTANA, y un tercer hombre espera el palmeo en el aro. Los equipos que practican esto ganan un partido al año con ello. Los que no, pierden ese mismo partido.

Cuándo usarla: :04 o menos, cancha completa, sin tiempo fuera — o tras un tiempo fuera para elegir al personal de la pantalla. Ensáyalo diez minutos al mes, todos los meses.

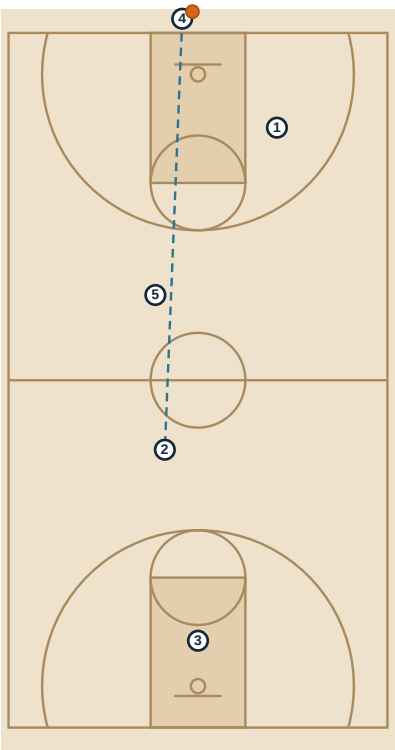
Puntos de enseñanza

- El sacador es tu mejor pasador — este es un tiro de mariscal a un punto, no a un hombre.
- La pantalla de media cancha es la jugada: ponla temprano, sostenla tarde — el velocista debe salir de ella a máxima velocidad.
- Recibe sobre el hombro externo, cuadra en un bote, tira equilibrado — ensaya el ritmo exacto.
- El que espera en el aro es el secreto: palmeos y faltas ganan estos momentos tanto como el tiro.
- Asigna el reloj: :03 = recibir+bote+tiro. :02 = recibir+tiro. :01 = solo jugada de palmeo.

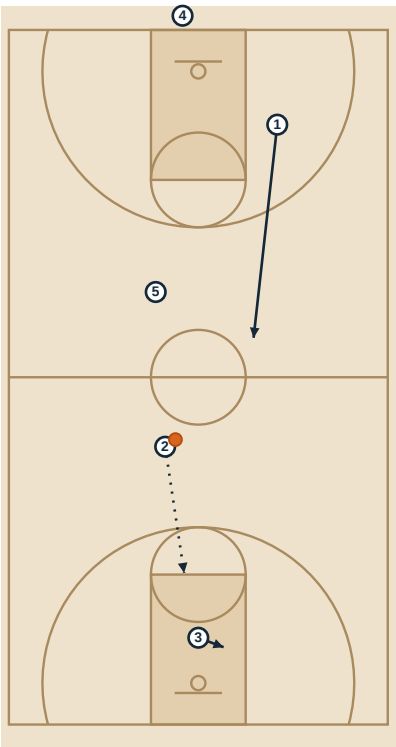
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Enseña los roles; lánzalo solo en necesidad real. **Preparatoria:** Ensayo trimestral, a máxima velocidad, defendido.



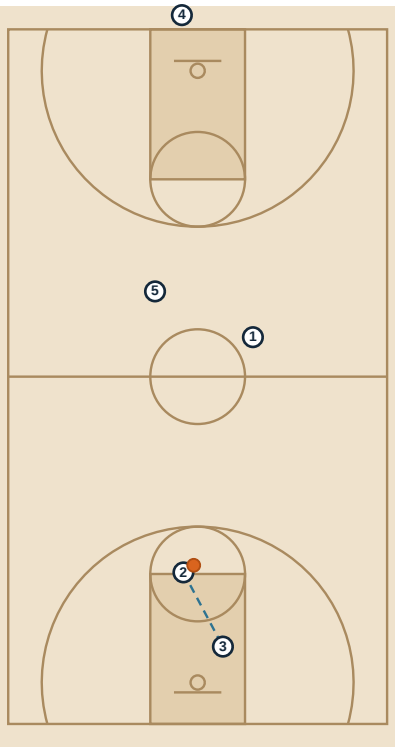
1. La pantalla es la jugada: 5 la pone pasando media cancha mientras 2 camina a su hombre — y explota por ella cancha abajo.



2. El tiro de mariscal — plano, sobre la presión, a la VENTANA en la marca. 2 atraviesa la recepción a máxima velocidad.



3. Recibe sobre el hombro externo, un bote para cuadrar — mientras 3 espera el palmeo en el aro y 1 llega atrás por la basura.



4. El tiro — o la descarga al del aro si la defensa se vende al balón. Tres segundos, tres toques, ensayado hasta aburrir. Así ocurren de verdad los tiros sobre la chicharra.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SITUACIÓN ESPECIAL · TRIPLE DE TIEMPO FUERA

Winner-3 — Necesito un Triple

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

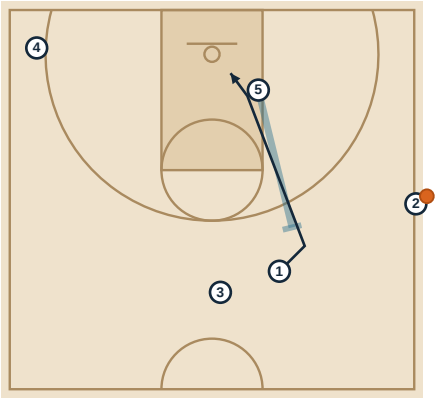
Nuestro Winner de banda con el final aplanado para un triple: la clavada al aro sigue ocurriendo — como señuelo que arrastra a la defensa dos pasos hacia la pintura — y entonces el 5 voltea su pantalla en un FLARE para el mejor tirador flotando lejos de la rotación. Abajo por tres, esta es la llamada; todo el gimnasio sabe que viene un triple y el flare lo consigue igual.

Cuándo usarla: Abajo por tres, menos de :24, banda o tras tiempo fuera. La clavada señuelo es lo que separa esto de un flare escauteable — la defensa debe honrar el aro primero.

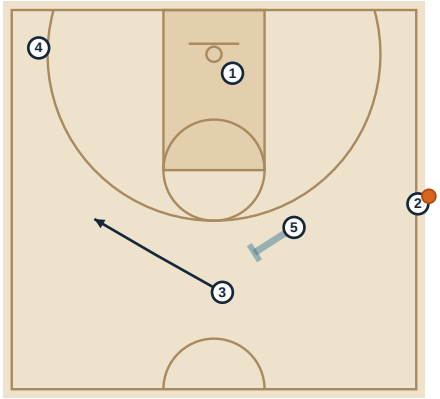
Puntos de enseñanza

- La clavada es REAL: si la defensa la ignora, tírala — bandeja más falta vence a un triple disputado.
- El flare se voltea tarde — el pivote del pantallador de ciega a flare es un solo movimiento.
- El tirador flota LEJOS del balón en el flare: la distancia de la rotación es todo el tiro.
- Skip por arriba, plano — los skips flotados se roban en el peor momento posible.
- La seguridad sube al lado contrario: si tapan el flare, swing-swing consigue tiro limpio con :08.

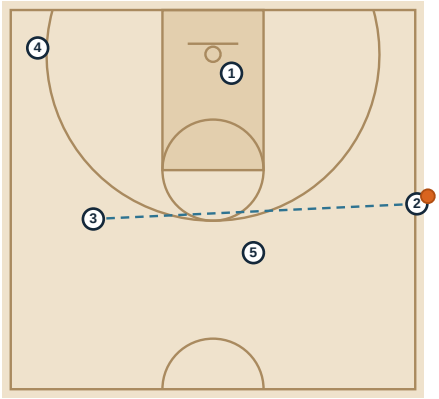
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instala primero el Winner base; el volteo al flare es lectura de preparatoria.
Preparatoria: LA llamada de abajo-por-tres; repítela semanal en el juego de 2 minutos.



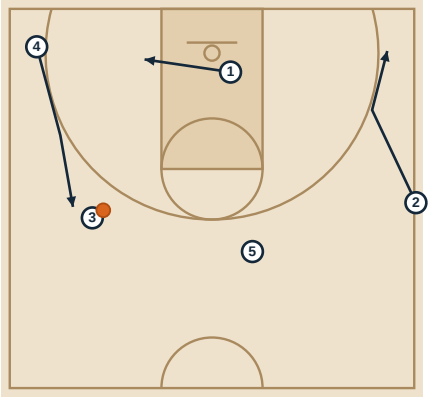
1. Abre exactamente como Winner — 5 pantalla ciega, 1 se clava al aro. La defensa lo escauteó; se hunden a quitar la bandeja. Bien. Ese es el plan.



2. El volteo: 5 pivota su pantalla ciega en un FLARE, y el tirador flota por él lejos de cada defensor en rotación.



3. El skip por arriba — plano y fuerte — a un tirador alejándose del balón con la defensa dos pasos hacia el aro que le dijeron proteger.



4. Recibe y tira de tres. ¿Cubierto? 4 subió al lado débil y la mirada swing-swing llega con :08 — nunca un solo tiro cuando el reloj permite dos. Ciclo completo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

SITUACIÓN ESPECIAL · JUEGO DE RELOJ

Delay — Proteger la Ventaja

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

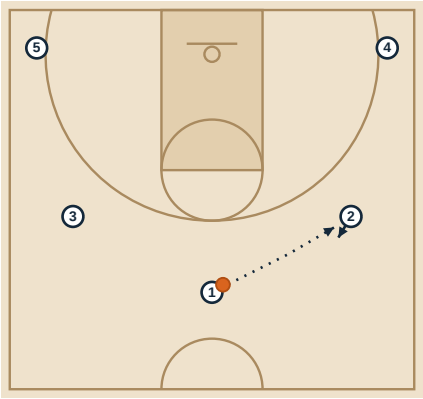
Arriba por seis con dos minutos es donde se pierden los partidos — así que el delay se instala como una ofensiva, no se improvisa como un pánico. Espaciado cinco afuera a todo lo ancho, entregas de mano encadenando de lado a lado, y una sola regla sobre tiros: bandejas y tiros libres, nada más. La defensa debe faltear o apostar; cualquiera de las dos termina el partido a nuestro favor.

Cuándo usarla: Protegiendo ventaja dentro de 2:00 (sin reloj de tiro) o desangrando hacia un último tiro (con reloj). También el marco para practicar ser presionado sin un bote de rescate.

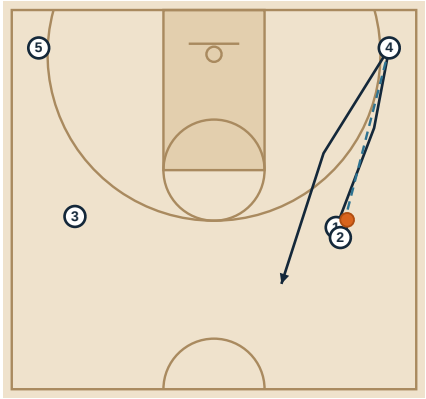
Puntos de enseñanza

- Espaciado ANCHO: esquinas profundas, entregas en los slots — un intento de robo debe viajar, y viajar faltea.
- Solo existen dos tiros: la bandeja sin marca y el tiro libre. Todo lo demás es una pérdida que elegimos.
- Entrega, no pases, bajo presión: el DHO protege el balón con dos cuerpos.
- La puerta atrás es la trampa: sobremarca el tejido y el portón se abre — esa bandeja congela partidos.
- Los mejores manejadores terminan el partido CON el balón; por eso practican tiros libres cansados.

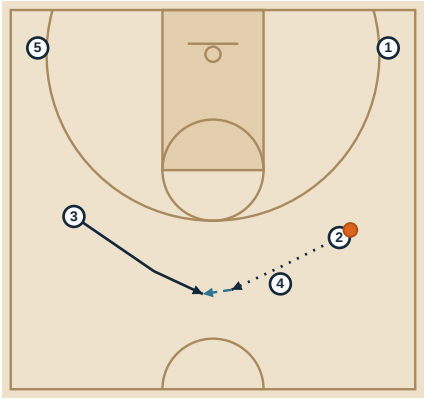
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Instálalo como «keep-away con reglas» — gana más partidos de secundaria que cualquier jugada. **Preparatoria:** Paquete completo con la lectura de puerta atrás y la alineación de tiros libres del juego de faltas.



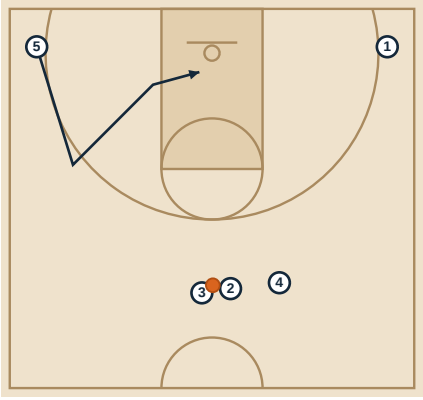
1. Cinco afuera, todo lo ancho, y el tejido comienza: 1 bota al ala y entrega. El reloj es nuestro compañero ahora.

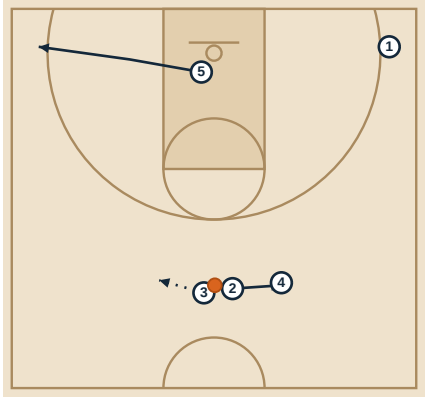


2. Entrega uno — y 1 pasa de largo a la esquina mientras la esquina sube al slot. El espaciado nunca muere; los segundos sí.



3. El tejido al otro lado: bote-hacia, entrega dos. Cada intercambio son dos cuerpos protegiendo el balón — y seis segundos más que se van.





4. La trampa se dispara sola: el siguiente objetivo sube, lo sobremarcan — y el portón de la puerta atrás se abre. El ÚNICO tiro que tomamos arriba por seis es esta bandeja.

5. O sigue tejiendo: las entregas encadenan, las esquinas profundas, y la defensa debe elegir entre faltear a nuestros mejores tiradores de libres o ver morir el reloj. Ciclo completo — así las ventajas se vuelven victorias.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

Menú de Situaciones Especiales

Situación	Señal	Plan
Necesito triple, menos de :10	**WINNER-3**	Winner de banda con la pantalla ciega aplanada en flare para el mejor tirador; la seguridad sube para la segunda mirada.
Cancha completa, :03 o menos	**HOME RUN**	El mejor pasador saca; 5 pantalla al velocista en media cancha; 2 corre para la recepción, 3 espera el palmeo en el aro.
Arriba 3, última posesión	**FALTA / CAMBIO**	Decisión en el tiempo fuera: faltear a :05 antes del tiro, o cambiar todo sin faltas. Todos lo saben antes del saque.
Proteger ventaja, 2:00	**DELAY**	5-Out extendido, keep-away de entregas. Atacar solo bandejas y descargas de un pase de más.
Bloqueo en tiro libre	**WALL**	Los de la pintura contactan con dos manos al soltar; el guardia más cercano vigila el rebote largo; sprint al outlet.

PLAYBOOK 07

Ejercicios de Enseñanza

El motor de enseñanza detrás de cada sistema de este playbook: cada ejercicio diagramado con fases, armado y estándares. Los de ofensiva construyen los motions, los de defensa el Tiburón y la Pack Line, y los de presión Havoc y la calma para vencerlo.

EJERCICIO DE MOTION · 5-OUT

Ejercicio — Corta y Rellena 5v0

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

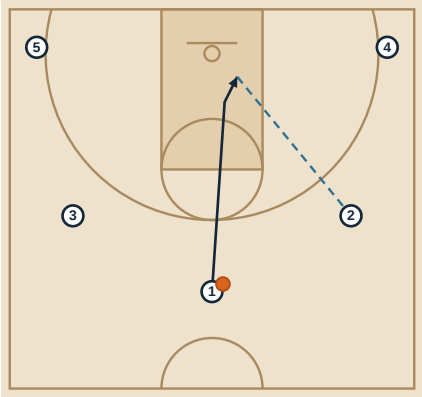
La repetición diaria que construye el motor del 5-Out: cinco jugadores, sin defensa, reloj de 20 segundos — pasa, corta en 45, rellena, repite. El estándar: cinco rondas LIMPIAS (cortes duros, rellenos instantáneos, recepciones listas) antes de que muera el reloj. Si no se cumple, se repite.

Armado: Cinco jugadores en los lugares del 5-Out, un balón, coach en la línea de fondo con conteo de 20 segundos. Rotar grupos; los que pierdan el conteo de rondas limpias recogen balones.

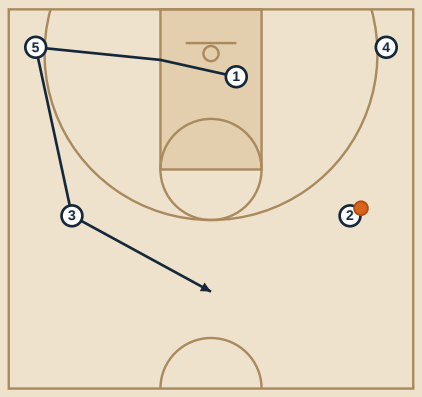
Puntos de enseñanza

- Califica el CORTE, no el pase — cortes a velocidad de juego con manos listas o la repetición no cuenta.
- Los rellenos arrancan antes de que el cortador despeje el carril — el espaciado nunca duerme.
- Cada recepción aterriza en postura lista de frente al aro; recepciones planas reinician el conteo.
- El coach canta «¡negado!» al azar — ese pase se vuelve lectura de puerta atrás en pleno ejercicio.
- Hazlo competitivo: grupo contra grupo en rondas limpias. Los estándares vencen a los minutos.

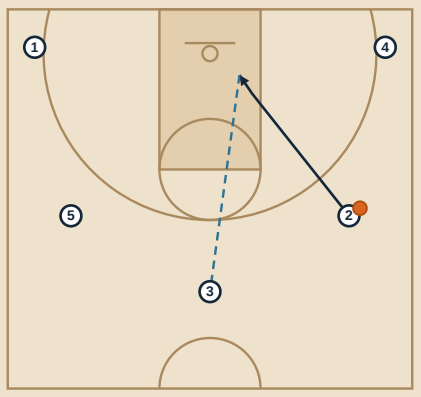
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Primero 3v0 en tres lugares. **Secundaria 11–13:** 5v0 completo con el canto de negado. **Preparatoria:** Agrega un cazador: un defensor caza un corte al azar por ronda.



1. Ronda uno: pasa y corta en 45 a máxima velocidad — las manos del cortador van arriba y listas todo el camino.



2. La ola de rellenos: el lado débil rota un lugar ANTES de que el cortador despeje — si un lugar queda vacío un tiempo, la ronda no cuenta.



3. Reversa y repite al otro lado — mismo estándar, nuevo cortador. Cinco rondas limpias en 20 segundos o se repite. Este ejercicio ES la ofensiva.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE MOTION · EN VIVO

Ejercicio — 3v3 Sin Bote (Cutthroat)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

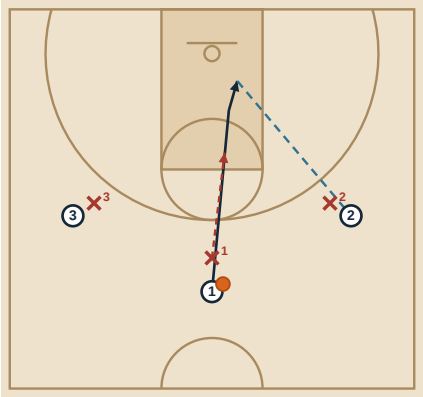
El mejor maestro de motion del basquetbol: tres contra tres, juegos a 5, y el balón nunca puede tocar el piso. Sin bote, la ÚNICA forma de anotar es cortar fuerte y pasar a tiempo — los hábitos del 5-Out emergen por fuerza, no por discurso.

Armado: Tres equipos de tres. La canasta se queda, la parada rota a la defensa. La restricción de la semana se suma encima (toque de pintura primero, mínimo 3 pases, etc.).

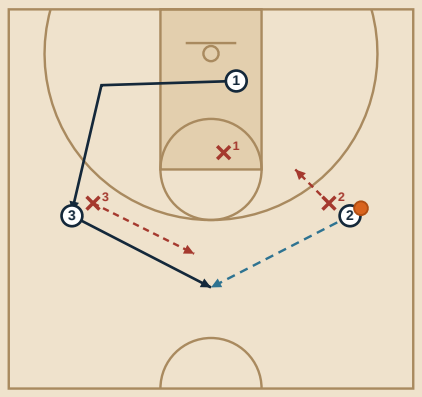
Puntos de enseñanza

- Corrige el espaciado entre repeticiones, nunca durante — deja que la restricción enseñe.
- La canasta solo cuenta tras corte o pase de más — los tiros de héroe te rotan afuera.
- La defensa debe hablar en cada intercambio o la parada no cuenta.
- Rotaciones rápidas: el tercer equipo nunca espera más de una posesión.
- Esta es la semilla de todo: 5-Out, puertas atrás, rellenos — todo vive aquí.

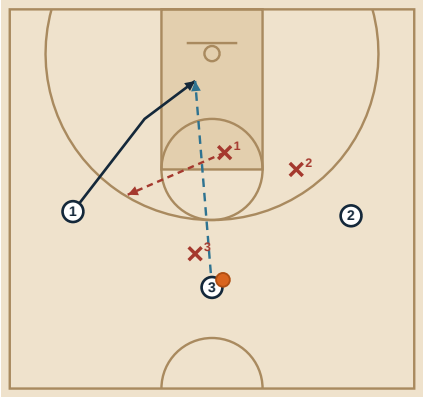
Adaptación por edad: Infantil 7–10: EL juego central — cada práctica. **Secundaria 11–13:** Agrega la restricción semanal. **Preparatoria:** Defensa con cambios permitidos — fuerza las lecturas de slip.



1. Sin bote: 1 pasa y corta — literalmente no puede hacer otra cosa. Ese es el punto.



2. Rellena y mueve: 3 reemplaza al cortador en la punta, el balón sigue. La defensa salta al balón en cada pase o muere por puerta atrás.



3. La lectura premiada: niega el swing y la puerta atrás es automática — bandeja, punto, la defensa rota afuera. Juegos a 5, el ganador se queda.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE MOTION · ENTREGAS

Ejercicio — Cadena de Entregas

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

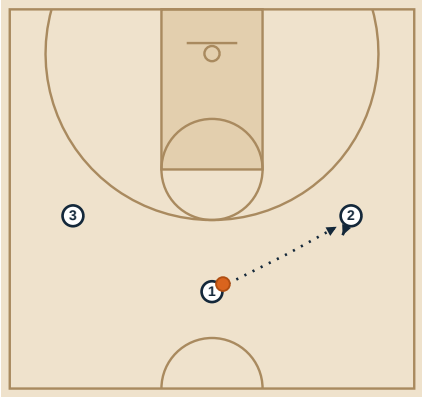
Tres jugadores, un balón, sesenta segundos de entregas de mano continuas a lo ancho — el tejido que construye la capa DHO del 5-Out y el juego de Delay en una sola repetición. El estándar: entregas cadera con cadera a máxima velocidad, receptor cuesta abajo en cada intercambio.

Armado: Tres jugadores a lo ancho del arco (ala–punta–ala), un balón. Sesenta segundos continuos; cuenta los intercambios limpios. Rota tríos; registra el récord del día.

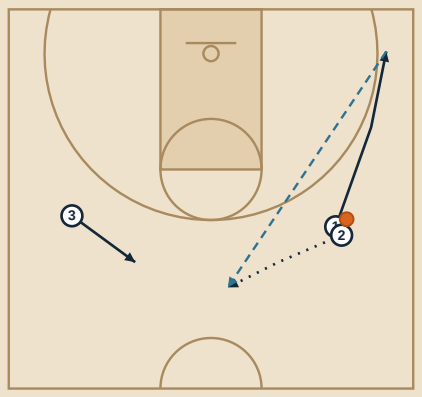
Puntos de enseñanza

- Bota HACIA tu compañero — una entrega estirada es una pérdida en espera.
- Cadera con cadera: el intercambio es una pantalla; luz entre cuerpos es repetición fallida.
- El receptor ataca cuesta abajo dos botes antes de que arranque la siguiente cadena — simula la amenaza.
- Ojos arriba en cada intercambio: el coach muestra dedos, los jugadores cantan el número.
- Agrega un defensor perseguidor en la semana dos — la lectura de keep aparece sola.

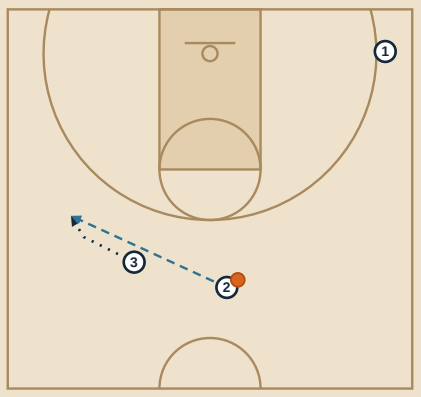
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Paso de caminata → trote, agarre y tiempos primero. **Secundaria 11–13:** Máxima velocidad con el conteo de dedos. **Preparatoria:** Perseguidor más lectura de keep/slip cantada en vivo.



1. 1 bota HACIA el ala — 2 entra en arco al intercambio, cadera con cadera, y la lleva cuesta abajo dos botes.



2. La entrega — y la cadena sigue: 2 ataca, 1 pasa de largo, 3 sube al siguiente punto de intercambio.



3. Intercambio dos, otra dirección — sesenta segundos de esto y el tejido vive en las piernas, no en los apuntes. Cuenta repeticiones limpias; vence al de ayer.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO 4-OUT · JUEGO DE POSTE

Ejercicio — Entrada al Poste y Corte Laker

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

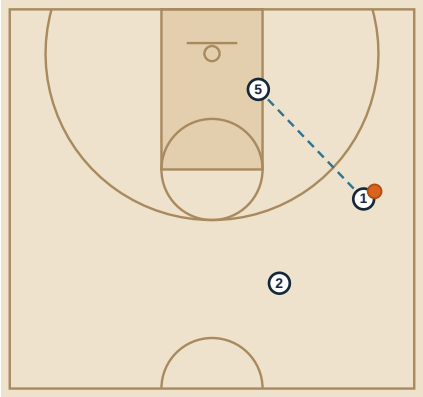
El juego de dos que hace correr al 4-Out-1-In: entrada del ala al poste, corte Laker por el hombro, definición o reemplazo. Diez repeticiones por lado, ambos lados, en cada práctica con grandes — el poste aprende a pasar desde la multitud, el ala aprende el corte que produce bandejas gratis.

Armado: Fila en el ala, un poste en el bloque del lado del balón, coach reboteando. Entrada → corte Laker (bajo, por el hombro) → el poste conecta al cortador o anota. El cortador se reemplaza por la esquina débil; sigue el próximo.

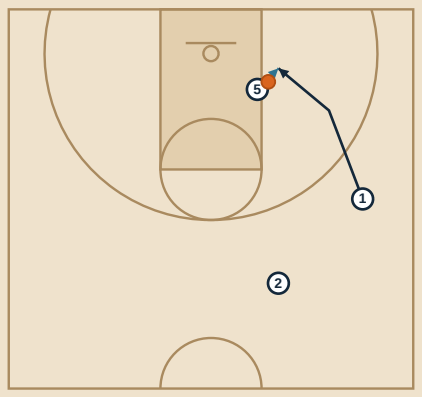
Puntos de enseñanza

- Alimenta el poste con pase picado entrando o por arriba — entradas flojas matan la repetición antes de empezar.
- El corte ROZA el hombro del poste — alto o bajo, pero pegado; los cortes anchos no enseñan nada.
- El poste lee en vivo: conecta al cortador, o anota en un bote si el coach grita «¡tarde!»
- El cortador corre a reemplazarse por el lado débil — el espaciado es parte de la repetición.
- Registra encestes del equipo por cada 10: entradas que terminan en puntos, no solo pases completados.

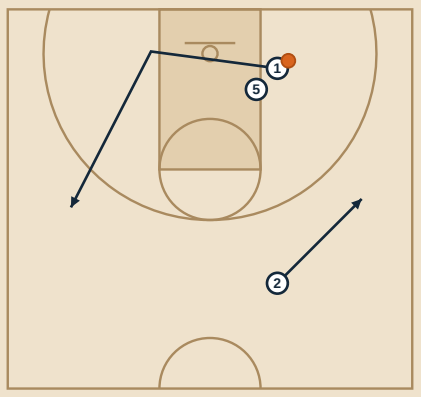
Adaptación por edad: Infantil 7–10: — **Secundaria 11–13:** Camina primero la lectura del hombro. **Preparatoria:** Agrega un defensor de poste vivo cada tercera repetición.



1. Entrada: paso hacia el pase, a la mano objetivo del poste lejos de la presión.



2. El corte Laker — rozando el hombro del poste, por abajo, manos listas. El poste lee y entrega.



3. Define, y reemplázate por el lado débil mientras el siguiente ala sube. Diez por lado, ambos lados, cada semana que existan los grandes.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO 4-OUT · TIRO

Ejercicio — Tiro de Adentro-Afuera

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

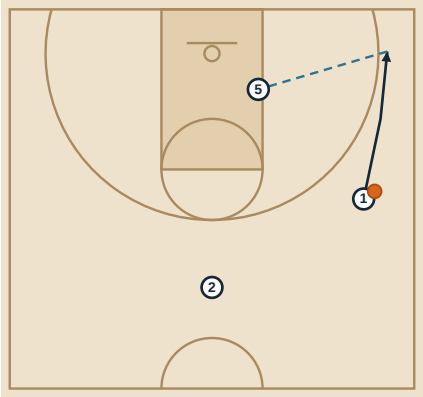
El mejor triple del basquetbol es el que primero toca la pintura. Alimenta el poste, REUBÍCATE mientras la defensa colapsaría, recibe la descarga, tira tiros de juego a velocidad de juego. El ejercicio califica la reubicación tan duro como el tiro.

Armado: Tirador en el ala, poste en el bloque, reboteador abajo. Entrada → reubicación (subir, deslizar o esquina — el coach la canta) → descarga → tiro. Dos minutos por tirador, registra encestes.

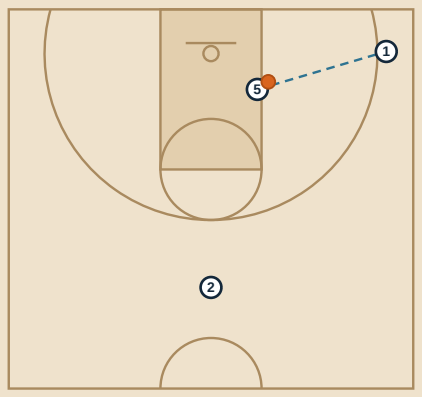
Puntos de enseñanza

- La reubicación ES el ejercicio: muévete en cuanto aterrice la entrada, al lugar que abriría el colapso.
- Recibe listo: pies puestos en el aire, tiro en ritmo — la ventana de la descarga dura medio segundo.
- El poste aguanta un conteo de dos antes de descargar — simula la llegada del doble.
- Rota las llamadas: subir, deslizar, esquina — los tiradores deben ser dueños de los tres aterrizajes.
- Califícalo: encestes de 20, publicados en la pizarra. Ejercicios de tiro sin marcador son calentamiento.

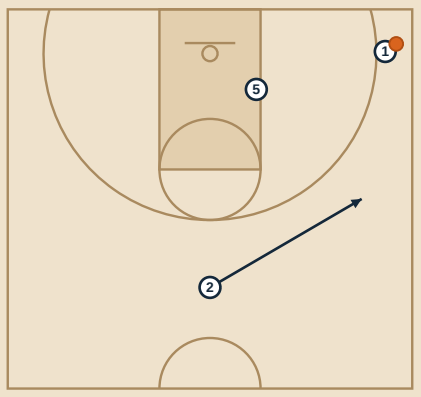
Adaptación por edad: Infantil 7–10: — **Secundaria 11–13:** Primero reubicación fija (solo subir). **Preparatoria:** Agrega un defensor cerrando a sprint en la descarga.



1. Alimenta el poste — y en cuanto aterriza, empieza el trabajo: reubícate adonde abriría el colapso.



2. El poste aguanta el conteo de dos (el doble viene llegando) — y la descarga, a la mano externa del tirador.



3. Tiro de juego, velocidad de juego, calificado. Veinte por tirador, rota, publica los números. Adentro-afuera es un hábito antes que una jugada.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO PISTOL · OFENSIVA TEMPRANA

Ejercicio — Adelanta y Persigue a Cancha Completa

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

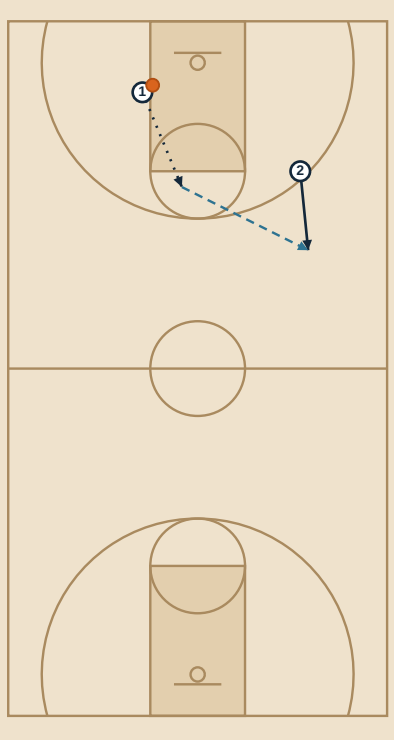
La repetición de dos que instala toda la serie Pistol: adelanta el balón en movimiento, persigue tu propio pase hacia la entrega de vuelta, define en el aro lejano — y de regreso con los roles cambiados. Cada repetición son los primeros seis segundos de nuestra ofensiva.

Armado: Parejas, un balón, cancha completa. 1 se autoalimenta del tablero o del coach, adelanta a 2 corriendo el carril del ala, persigue hacia la entrega, define. El viaje de vuelta cambia los roles. Cuenta definiciones por pareja en dos minutos.

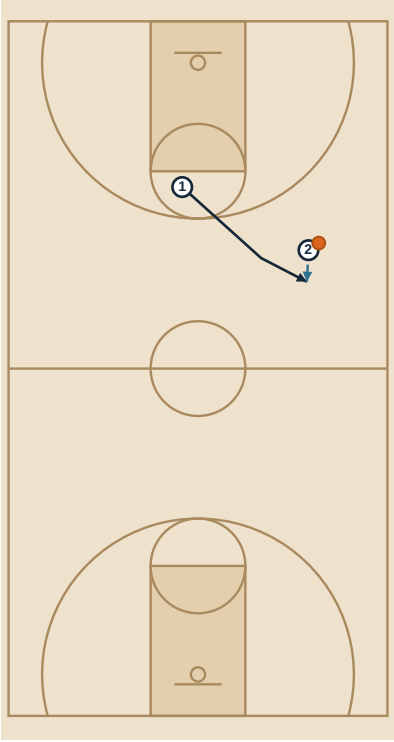
Puntos de enseñanza

- El adelanto se tira TEMPRANO y a la ventana por delante del corredor — nunca atrás.
- Persigue a sprint: la entrega es una pantalla en movimiento; un trote la vuelve pérdida.
- Entrega cadera con cadera, receptor cuesta abajo al instante — dos botes máximo al aro.
- Define a través de escudos en el bloque en la semana dos.
- La presión del tiempo lo hace real: las parejas compiten por definiciones en dos minutos.

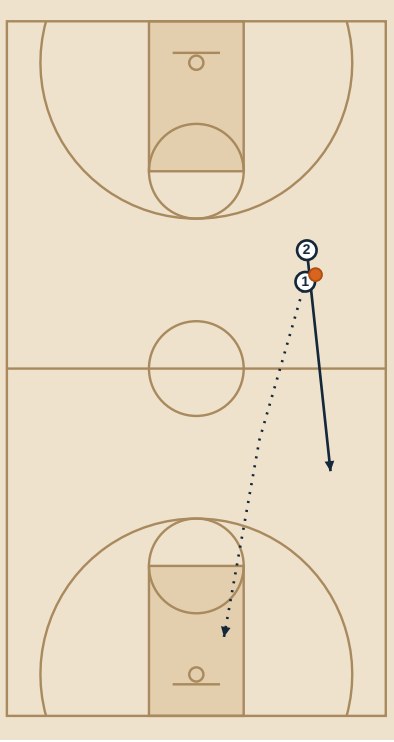
Adaptación por edad: Infantil 7–10: — **Secundaria 11–13:** Enseña adelanta-y-persigue antes de que exista llamada de Pistol. **Preparatoria:** Agrega al grande que llega: ventanas completas del Pistol de tres.



1. Empuja tras el rebote — y adelanta TEMPRANO, a la ventana por delante del ala que corre.



2. Persigue tu propio pase a sprint — la entrega aterriza cadera con cadera, pantalla en movimiento a máxima velocidad.



3. Cuesta abajo, dos botes, define en el aro lejano — y de regreso con roles cambiados. Dos minutos, cuenta definiciones, publica el marcador.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO VS ZONA · DECISIÓN

Ejercicio — Espacio 1v2

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

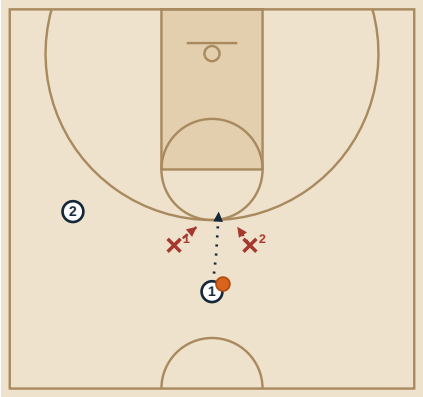
La máquina de decisiones de la ofensiva de zona: un botador ataca la costura entre dos defensores con un tirador esperando al lado débil. Penetra para anotar — y en el instante en que AMBOS defensores se comprometen, la descarga. Una lectura, repetida hasta ser reflejo.

Armado: Botador en la punta, dos defensores cuidando la costura (vivos desde la línea del slot), tirador en el ala débil. El botador ataca el espacio; anota si lo toma uno, descarga si lo toman dos. Rota los cuatro puestos.

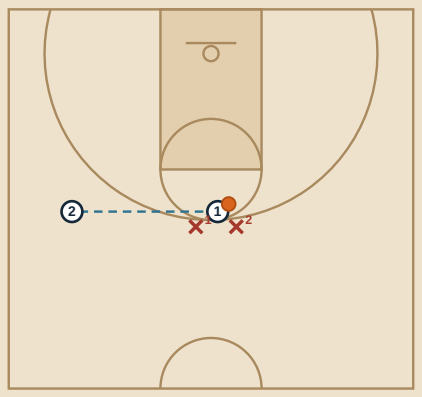
Puntos de enseñanza

- Ataca para ANOTAR — un drive que no amenaza nada no pellizca a nadie.
- La lectura es binaria y tardía: un defensor = define, dos = descarga. Decide en el segundo paso, no antes.
- Descarga desde el pie interno, a la mano externa del tirador.
- Los defensores juegan vivos — están haciendo sus repeticiones de pellizco a la vez.
- Cinco decisiones por turno, rota; las lecturas erradas cuestan al grupo una ida y vuelta.

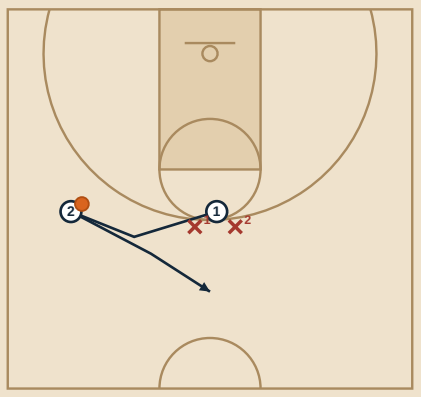
Adaptación por edad: Infantil 7–10: — **Secundaria 11–13:** El ejercicio central de preparación vs zonas. **Preparatoria:** Agrega un tercer defensor rotando a la descarga — ahora es descarga-swing.



1. Ataca la costura a velocidad de juego — un drive REAL para anotar. Los dos defensores deben decidir.



2. Ambos comprometidos — esa es la lectura. Descarga desde el pie interno al tirador esperando.



3. El tiro sube y todos rotan un puesto: botador a tirador, tirador a defensa. Cinco decisiones por turno — la lectura se vuelve reflejo.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO VS ZONA · DEFINICIÓN

Ejercicio — Alto-Bajo Rápido

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

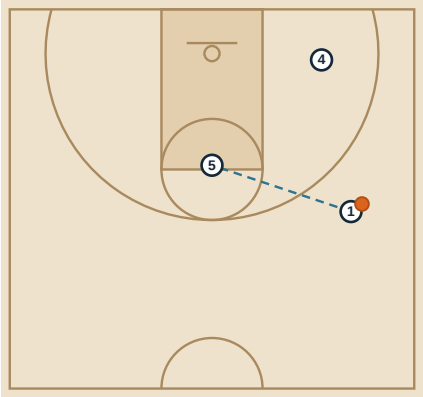
El mata-zonas de dos hombres repetido en crudo: entrada al poste alto, alto-bajo instantáneo al rincón corto clavándose al aro, definición entre tráfico. Dos minutos por pareja, cambio de trabajos a la mitad — cada grande aprende ambos extremos de la peor pesadilla de la zona.

Armado: Alimentador en el ala, uno en el poste alto, uno en el rincón corto, coach con escudo bajo el aro. Entrada → alto-bajo → definición contra el escudo. Dos minutos, cambio, cuenta encestes.

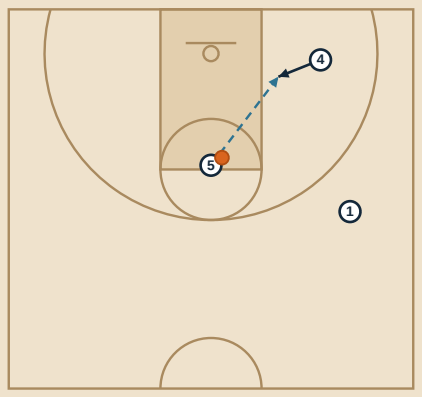
Puntos de enseñanza

- El poste alto recibe ENCARANDO — el giro y la mirada son un solo movimiento.
- El rincón corto se clava CON la recepción, no después: la ventana es el parpadeo de la defensa.
- Tira el alto-bajo picado o globo según sienta — la presión del escudo decide.
- Define alto del tablero a través del contacto; mentalidad de canasta y falta.
- Rota un defensor vivo por el escudo en la semana tres.

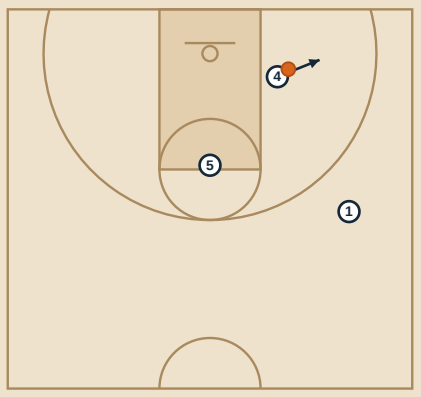
Adaptación por edad: Infantil 7–10: — **Secundaria 11–13:** Solo presión de escudo. **Preparatoria:** Defensor bajo vivo; agrega la descarga cuando adelante.



1. Entrada al poste alto — manos objetivo, a tiempo. La recepción encara el aro en un movimiento.



2. Alto-bajo YA: el rincón corto se clava al lado del aro con la recepción y el balón lo encuentra por la ventana.



3. Define a través del escudo, reinicia, otra vez — dos minutos, cambio de trabajos, cuenta encestes. La pesadilla de la zona, producida en masa.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE DEFENSA · PACK LINE

Ejercicio — Cierre 1v1

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

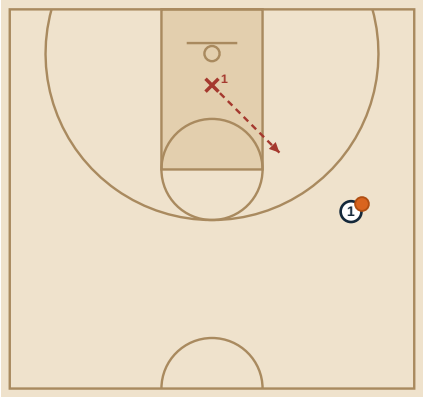
La repetición que construye nuestro ADN de cierres: el defensor rueda el balón desde abajo del aro, corre su cierre, y juega la posesión en vivo hasta parada o canasta. Corto, con pasitos, mano alta — quita el drive primero, exactamente como exige la Pack Line.

Armado: Defensor bajo el aro con el balón, ofensiva en el ala. Ruédalo fuerte, corre el cierre (sprint dos tercios, pasitos el último tercio), 1v1 en vivo hasta parada o canasta. El que pierde se queda en defensa.

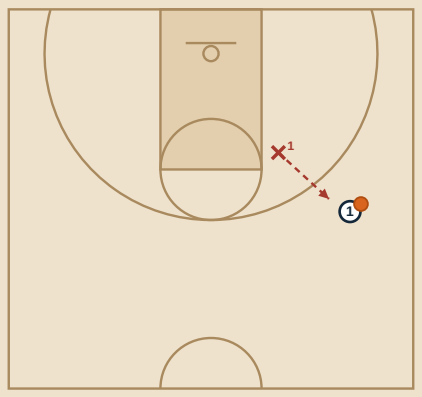
Puntos de enseñanza

- Sprint dos tercios, PASITOS el último tercio — llegar a toda velocidad es una invitación al rebase.
- Cierre CORTO: quita el drive primero; disputa los tiros tarde y alto.
- La mano alta sigue el scouting: tirador = mano arriba, penetrador = cuerpo abajo.
- Tras la parada: termina con bloqueo de rebote aunque no haya tiro — los hábitos se encadenan.
- Lleva el marcador en voz alta; la defensa se gana la salida.

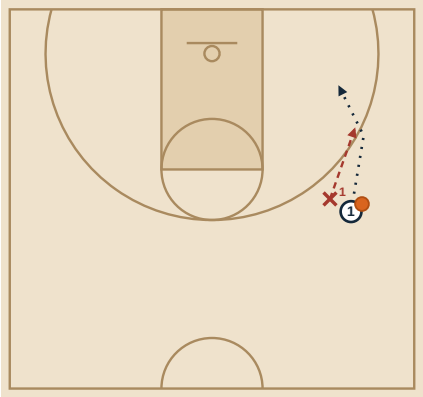
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Primero deslizamientos a paso de caminata. **Secundaria 11–13:** El arrancador defensivo diario. **Preparatoria:** Agrega el segundo cierre: descarga a un coach en la esquina, re-cierre.



1. Ruédalo FUERTE — el sprint del defensor arranca en cuanto el balón deja sus manos.



2. Pasitos en el último tercio: cortos, rápidos, mano alta, cuerpo listo para deslizar. Llega equilibrado o te rebasan.



3. En vivo hasta parada o canasta — el drive forzado al fondo hacia una ayuda que no existe, así que contener lo es todo. El que pierde se queda. La Pack Line se construye un cierre a la vez.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE DEFENSA · PIES

Ejercicio — Zig-Zag + Sombra

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

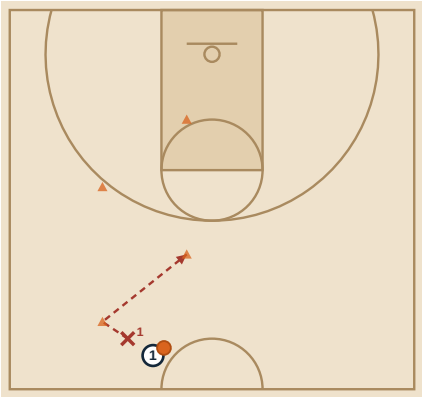
El ejercicio de pies más viejo del basquetbol porque nada lo ha vencido: desliza de cono a cono subiendo la línea del carril, drop-step en cada vuelta, nariz detrás de las rodillas — y luego agrega un botador vivo y HAZLE SOMBRA por la misma ruta. Pies primero, luego pies bajo presión.

Armado: Cuatro conos en zig-zag subiendo el carril lateral. Ronda uno: solo deslizamientos, drop-step en cada cono. Ronda dos: un botador ataca la ruta a media velocidad, el defensor hace sombra. Ronda tres: en vivo, el defensor debe voltear al botador al menos dos veces.

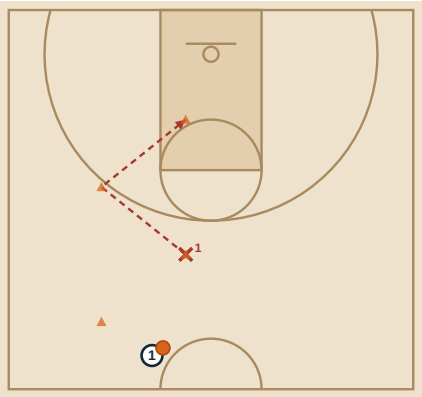
Puntos de enseñanza

- Nariz detrás de las rodillas, palmas arriba, espalda recta — la postura es todo el ejercicio.
- Nunca cruces los pies: el drop-step gira las caderas, los pies quedan separados.
- Fase de sombra: medio cuerpo adelante, pecho al hombro del lado del balón.
- La fase viva se califica por GIROS — mínimo dos cambios de dirección forzados.
- Treinta segundos duros vencen a tres minutos flojos. Rota rápido.

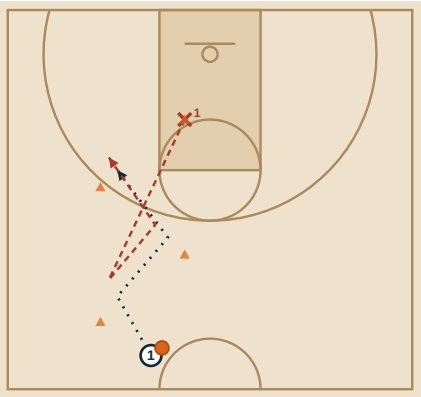
Adaptación por edad: Infantil 7–10: Solo rondas uno y dos. **Secundaria 11–13:** Las tres rondas. **Preparatoria:** Cierra con zig-zag vivo a cancha completa.



1. Ronda uno — solo deslizamientos: cono a cono, drop-step en cada vuelta, nariz detrás de las rodillas todo el camino.



2. Sigue subiendo: cada cono es un giro de cadera, nunca un cruce. La postura aguanta o la repetición se reinicia.



3. Ahora la sombra: el botador vivo ataca la misma ruta, el defensor va medio cuerpo adelante y fuerza dos giros. Pies primero — luego pies bajo fuego.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO TIBURÓN · COMUNICACIÓN

Ejercicio — Empareja y Canta (Shell del Tiburón)

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

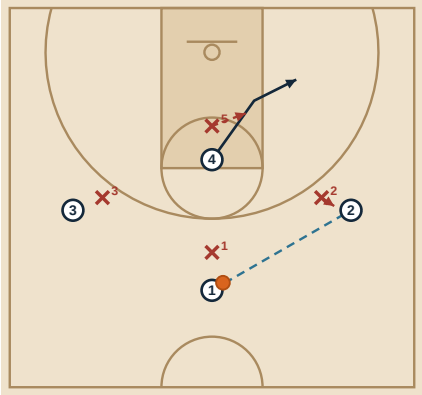
El Tiburón 3-2 vive o muere por el relevo de emparejamiento — así que este shell repite solo eso. La ofensiva solo puede cortar y pasar; la defensa solo puede emparejar y CANTAR. Sin tiros, sin robos, hasta que el gimnasio escuche cada intercambio. Lo ruidoso es el estándar; el basquetbol llega después.

Armado: Cuatro ofensivos en el arco, cuatro defensores en forma de Tiburón. La ofensiva pasa y manda cortadores a la señal del coach. Cada cortador debe relevarse entre zonas con canto («¡MÍO!» / «¡TUYO!»). El coach mata cualquier repetición que quede muda.

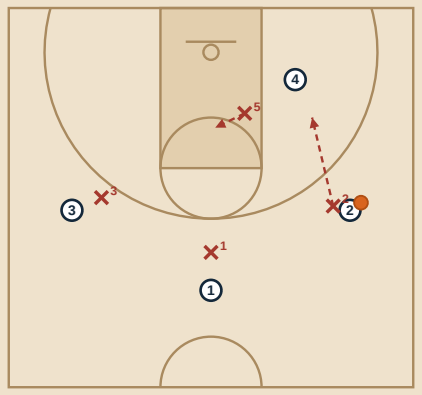
Puntos de enseñanza

- El canto llega ANTES de que el cortador cruce zonas — cantos tardíos son cantos nulos.
- Persigue una zona, entrégalo: perseguir dos zonas rompe todo el caparazón.
- El defensor que recibe apunta Y habla — dos señales, cero ambigüedad.
- El silencio detiene el ejercicio al instante. Reinicio, misma ofensiva.
- Se gradúa a vivo solo con diez intercambios seguidos ruidosos y limpios.

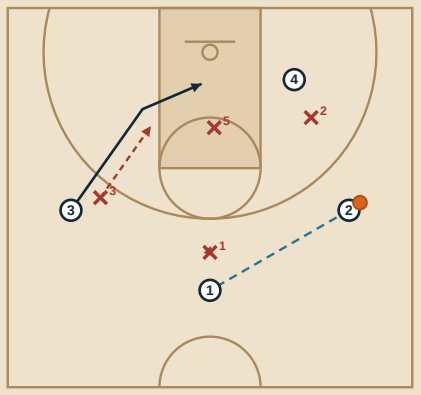
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: EL ejercicio de instalación de las reglas de emparejamiento. **Preparatoria:** Arrancador diario en semanas de Tiburón; agrega final vivo tras diez limpios.



1. La ofensiva lo mueve, y el coach manda al primer cortador — el único trabajo de la defensa: emparejar y CANTAR.



2. El relevo: persigue una zona — «¡TUYO!» — y la última línea lo toma. Apunta Y habla; dos señales, cero ambigüedad.



3. Siguiente cortador, otro lado, mismo estándar. Diez intercambios ruidosos seguidos ganan una posesión viva. El Tiburón es un idioma antes que una defensa.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO TIBURÓN · ROTACIONES

Ejercicio — Recuperación tras Trampa

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

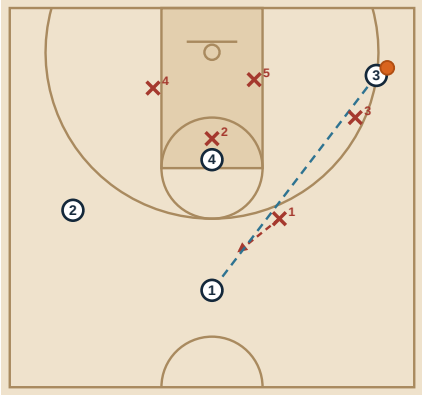
Las trampas fallan en la recuperación, no en la trampa — así que este ejercicio repite SOLO la parte fea: el coach saca el balón de una trampa armada, y la defensa debe re-emparejarse por completo en dos pases. La regla calificada: recuperar POR la pintura, tomar el lugar MÁS CERCANO, nunca perseguir a «tu» hombre.

Armado: Arma una trampa de esquina ya saltada (dos defensores al balón, tres atrás en triángulo). El coach/la ofensiva escapa; la defensa re-empareja. Cualquier recepción abierta dentro del arco en dos pases = punto ofensivo, se repite.

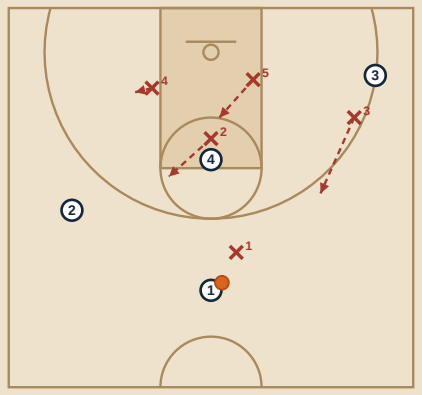
Puntos de enseñanza

- Recupera por la PINTURA — la línea recta a casa también es la línea que protege el aro.
- El lugar más cercano gana: re-empareja a la asignación más próxima, nunca cruces caminos de recuperación.
- El primer pase de salida se concede — corre con el vuelo, empareja con la recepción.
- Estándar de dos pases: a la segunda recepción, cada cuerpo emparejado y la pintura llena.
- Rota la esquina de la trampa cada repetición; ambos lados deben dominar el caos.

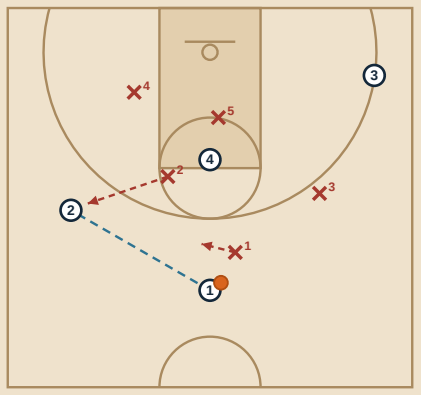
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Camina primero los caminos de recuperación. **Preparatoria:** Diario en semanas de Tiburón; marcador ofensiva vs defensa.



1. La trampa está saltada en la esquina — ahora la parte que lo decide todo: el coach la saca AFUERA.



2. Corre con el vuelo, POR la pintura: los trampeadores se sueltan a los lugares más cercanos, nadie persigue a «su» hombre por la cancha.



3. Segundo pase — y todo emparejado: balón presionado, pintura llena, forma entera. Dos pases es el estándar; una recepción abierta dentro del arco lo repite.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE PRESIÓN · HAVOC

Ejercicio — Técnica de Trampa 2v1

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

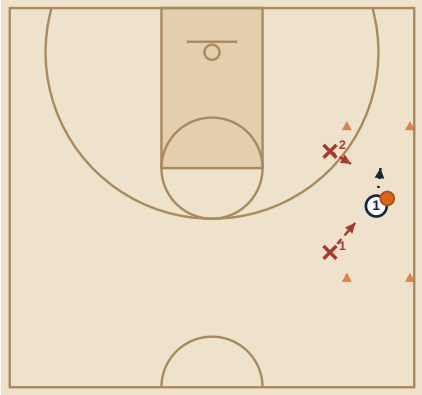
La trampa de Havoc, aislada en un cajón: dos trampeadores contra un botador dentro de un cuadro de conos en la banda. La calificación son las cinco claves de Shaka Smart — sorpresa, ubicación, control, sin faltas, sin grietas — y el único fracaso que importa es el manoteo. Queremos el pase de pánico, nunca el silbato.

Armado: Cajón de conos en la banda (línea de tiros libres extendida a media cancha). El botador vive adentro; los dos trampeadores arrancan afuera y saltan a la llamada del coach o al detenerse el bote. Rondas de 30 segundos, rota.

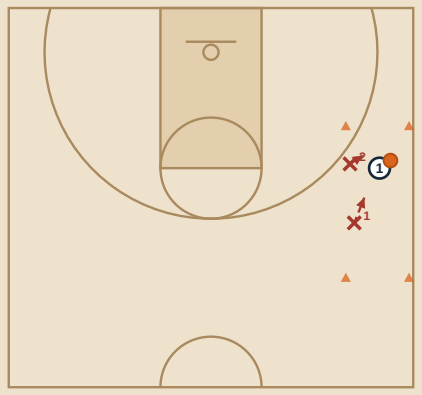
Puntos de enseñanza

- Los pies forman la L, los pechos la pared — la trampa es una cerca, no un asalto.
- Las manos TRAZAN el balón, espejan su altura — nunca lo apuñalan.
- Salta con el bote detenido o el bote por la banda: los disparadores son el maestro.
- Una grieta entre trampeadores = derrota instantánea; ciérrala con pies, no con brazos.
- La victoria es un conteo de cinco o un globo de pánico — celébralos como robos.

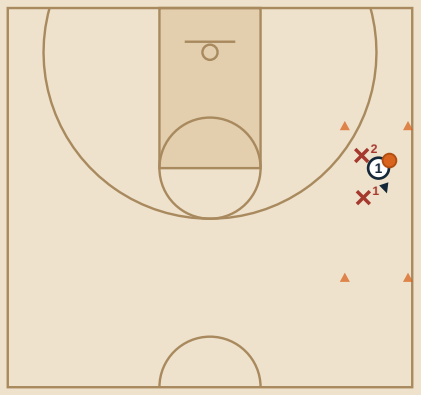
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Primero la versión de contención (sin trampa). **Preparatoria:** Trampa completa; faltas por ronda en cero.



1. El botador vive en el cajón — los trampeadores sombrean y esperan un disparador: el bote por la banda o el bote detenido.



2. SALTA: pies en L, pechos a la pared, manos trazando el balón. La banda es el tercer trampeador — sin manotear, sin grietas.



3. Sostenla: conteo de cinco o el globo de pánico — esa es la victoria. Treinta segundos, rota los tres trabajos. Cero faltas es la única calificación aprobatoria.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO DE PRESIÓN · HAVOC

Ejercicio — Triángulo de Interceptores

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

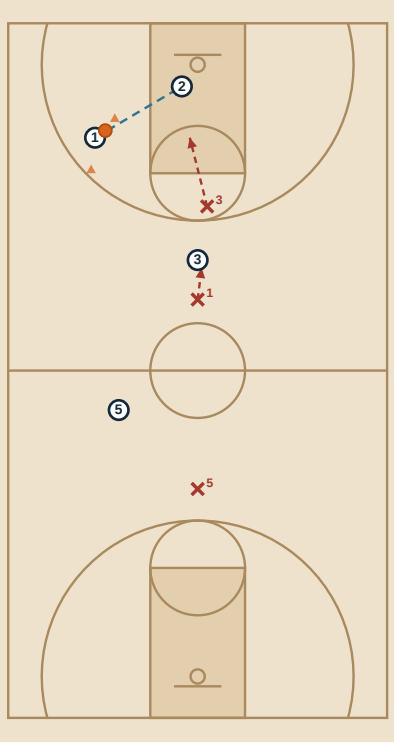
Detrás de cada trampa de Havoc, tres defensores juegan las líneas de pase en triángulo — y este ejercicio repite solo a ellos. Un coach parado «atrapado» tira pases de escape reales; el triángulo rota con el VUELO de cada uno. Los robos nacen del triángulo, no de la trampa: aquí es donde se fabrican.

Armado: Coach con balón en la esquina de la trampa (dos sillas como trampeadores). Tres interceptores en triángulo: salida cercana, medio, profundo. El coach dispara escapes a donde sea; el triángulo rota, el carril más cercano ataca la recepción. Marca intercepciones por cada 10 tiros.

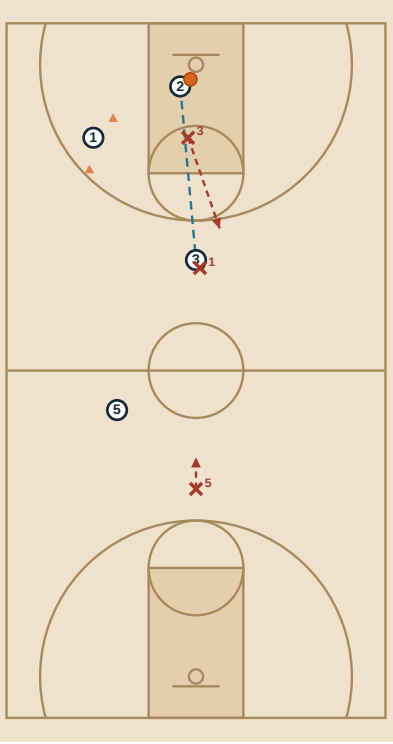
Puntos de enseñanza

- Muévete con el VUELO, no con la recepción — el tiro mismo es el disparo de salida.
- Un carril apuesta, dos aseguran: el triángulo nunca manda dos a un pase.
- El profundo protege el aro primero, siempre — apuesta al último.
- Manos altas en los carriles; los desvíos cuentan como victorias.
- Rota los tres trabajos; tus manos más rápidas viven en el medio.

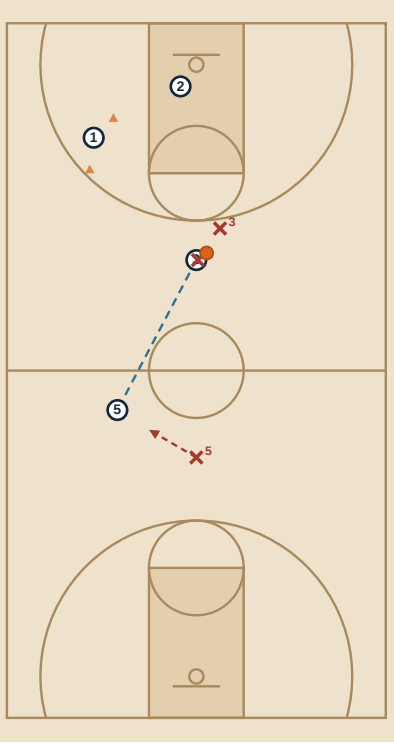
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: — **Preparatoria:** Semanal con la instalación de la presión; registra intercepciones por 10.



1. El coach está «atrapado» entre las sillas — y dispara el primer escape al hombre de salida. El triángulo se mueve con el VUELO.



2. El siguiente tiro caza el medio — el carril que el triángulo asegura dos veces. El más cercano ataca la recepción, el profundo guarda el aro.



3. El balón profundo — la apuesta que aceptamos — y el guardián ya está en casa. Diez tiros, cuenta intercepciones y desvíos. El triángulo es donde se fabrican los robos de Havoc.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón

EJERCICIO VS PRESIÓN · CALMA

Ejercicio — Rompe-Presiones +2/+1

■ **Mira esta jugada animada** — abre el playbook interactivo en lapazbasketball.com/es y presiona Correr en esta jugada.

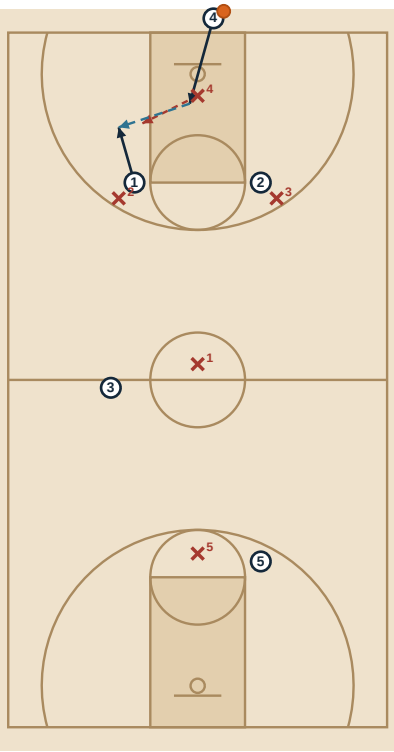
La calma contra la presión se entrena con marcador: los titulares corren el Breaker contra la presión del equipo scout, y todo se califica — +2 por anotar tras romperla, +1 por cruce limpio, punto defensivo por cada pérdida. El rompe-presiones deja de ser teoría el día que empieza a costar sprints.

Armado: Equipo scout en la presión del rival (o nuestro propio Havoc). La ofensiva corre el Breaker 1-4. Marca cada posesión: +2 anotando tras romperla, +1 entrada limpia a media cancha, punto defensivo por pérdida. Primero a 7.

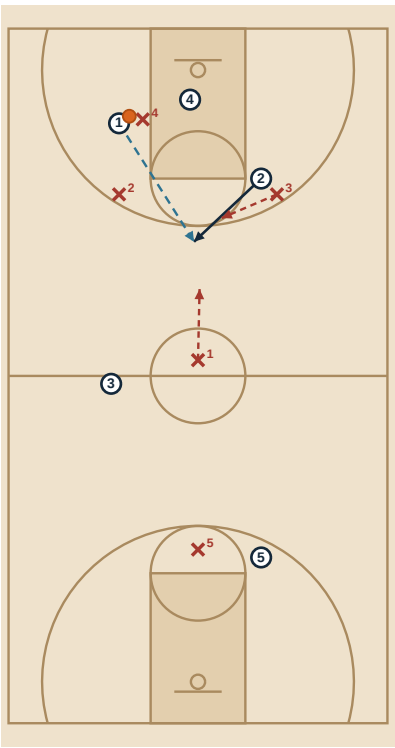
Puntos de enseñanza

- Medio primero, banda segundo, NUNCA una esquina — las reglas son la calificación.
- El sacador acompaña cada entrada como válvula de escape; usarlo es inteligente, no blando.
- Encara el aro en cada recepción antes de botar — la mirada profunda está abierta más de lo que parece.
- Las pérdidas enseñan más fuerte cuando cuestan: los que pierden corren, los que ganan tiran libres.
- Voltea el guion cada semana: nuestra presión contra nuestro rompe-presiones afila ambos lados.

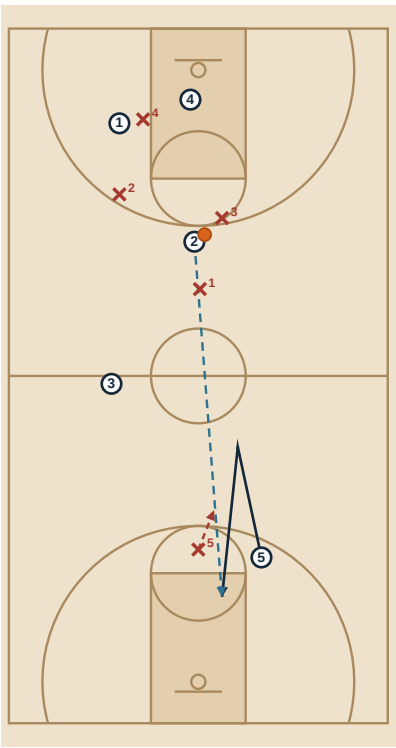
Adaptación por edad: Secundaria 11–13: Repetición semanal central. **Preparatoria:** Contra la presión real del scouting de la semana.



1. Repetición viva: el saque vence al conteo, y el marcador arranca — cada decisión ya tiene precio.



2. Medio primero — el flash vence a la trampa y es +1 en cuanto el balón cruza limpio la mitad.



3. Números adelante: define para +2, o asegura el cruce limpio para +1. Primero a 7 — los que pierden corren, y de pronto todos recuerdan las reglas bajo presión.

Leyenda: flecha sólida = corte · punteada = bote · teal discontinua = pase · teal gruesa con T = pantalla · X roja / roja discontinua = defensa · punto naranja = balón