Introdução: Ao longo dos tempos a defesa foi evoluindo e acompanhando o progresso técnico e táctico do ataque.

O que hoje se vê é o resultado de um longo processo de transformação na relação ataque-defesa.

Nos primórdios do basquetebol a defesa era anárquica, intuitiva e desorganizada, um pouco à semelhança do que acontece agora quando as crianças se iniciam na modalidade.

Assiste-se a seguir a uma fase na qual se desenvolve a responsabilidade individual (defesa estrita) e se cria o princípio da colocação do defensor na linha atacante-cesto.

O posterior aperfeiçoamento do ataque tornou mais notórias as fragilidades defensivas e, então, os defensores modificaram a sua posição no terreno, aproximando-se da bola (defesa de ajuda) e passando a controlar em simultâneo a movimentação da bola e do seu adversário directo (visão periférica).

Posteriores alterações das regras (tempo de ataque, linha dos 3 pontos) contribuíram também para que a defesa se tornasse mais agressiva e, então, surgiram os 2x1 (“traps”) e as rotações defensivas.

PRINCIPIOS DEFENSIVOS

Na defesa, todo o jogador tem uma responsabilidade individual e colectiva.

Responsabilidade individual na defesa do adversário directo e colectiva na ajuda aos colegas em dificuldades.

Em muitas ocasiões podemos mesmo afirmar que a verdadeira defesa começa quando nos antecipamos às intenções do ataque.

Compete aos treinadores dar a informação necessária sobre a equipa adversária que possa ajudar os jogadores a controlar ou mudar o ritmo de jogo, dificultar e surpreender o ataque do adversário, produzir jogo ofensivo a partir da defesa.

No lado oposto da bola os defensores colocam-se na linha cesto-cesto em posição aberta para a bola.

Nas penetrações em drible pela linha final a ajuda deverá (se a situação o permitir) vir do jogador interior; os jogadores exteriores organizam as ajudas da ajuda.

Os defensores colocados no lado da ajuda deverão avaliar que tipos de ajuda poderão dar (fintar a ajuda, trocar de marcação, ajudar, não ajudar e reduzir as soluções de passe).

O ponto crítico desta estratégia é a da escolha entre recuperar ou trocar.

Nas penetrações em drible as ajudas devem vir sempre do lado oposto à bola pelo defensor mais próximo da bola e da linha final. Não há ajudas e recuperações no lado da bola, quando muito pode haver uma finta de ajuda para dissuadir o ataque e evitar a fixação de dois defensores pelo atacante com bola. As fintas de ajuda permitem criar dúvidas no espirito dos atacantes e impedir as penetrações em áreas próximas do cesto. Sendo a penetração pela zona central aquela que mais perigo traz à defesa é importante que todo o atacante seja desviado para a linha lateral.

AJUDAS E RECUPERAÇÕES

A defesa é um trabalho de equipa com responsabilidade individual. Isto significa que devemos estar atentos não só às movimentações do nosso adversário directo como também a todas as situações de ataques produzidas pelos outros jogadores rivais.

A responsabilidade começa por ser individual mas, a chave do sucesso de uma defesa de equipa será sempre um trabalho metódico de ajudas e recuperações.

A ajuda serve para retomar o equilíbrio ao produzir-se um desajuste defensivo e a recuperação para regressar à normalidade defensiva inicial.

Ideal será nunca se produzir uma situação que implique ajuda, sermos auto suficientes na defesa do nosso oponente directo mas, isto é praticamente impossível num jogo de basquetebol.

Com o progresso dos jogadores no 1x1 e nos lançamentos longos, o velho conceito da ajuda e recuperação tornou-se menos eficaz pois o atacante na linha dos 3 pontos alargou o jogo obrigando os defensores a maiores deslocamentos nas recuperações.

Os limites do conceito - AJUDAR - RECUPERAR

Cada vez menos, hoje em dia, os treinadores usam a opção defensiva “ajudar-recuperar”, porque com esta forma de ajuda a defesa não chega a pôr problemas aos atacantes; com efeito, na ajuda muitas vezes resulta o atraso do defensor na recuperação do seu adversário directo e transforma-se numa verdadeira fixação de dois defensores pelo atacante com bola.

Assim, vários treinadores começaram a trabalhar as trocas defensivas em, pelo menos, três defensores e a obrigar o ataque a fazer mais um passe para alcançar uma boa oportunidade de lançamento.

Objectivo da defesa é conseguir que o adversário tenha de adoptar soluções diferentes e com menos probabilidades de êxito do que as suas opções habituais.

Para o conseguir a defesa utiliza com frequência as ajudas e as rotações defensivas tendo em conta que vai obrigar o ataque a reagir a essa pressão defensiva.

A grande mudança defensiva nos últimos anos foi comprometer mais jogadores na reacção defensiva (segundas ajudas).

Os preliminares da rotação defensiva - “ajuda quem ajuda”.

O exemplo mais típico da primeira ajuda, seguida da segunda ajuda é quando o defensor é ultrapassado numa penetração em drible ou porta atrás pela linha final.

Habitualmente há a necessidade de recorrer a segunda ajuda que é aquela que se realiza sobre o defensor que fez a primeira ajuda; esquecer a segunda ajuda é erro grave que deita por terra o trabalho inicial.

Todas estas situações de risco são muito motivantes para os jovens, particularmente nas defesas em todo o campo mas, sem nunca perder de vista que o mais importante é dominar os fundamentos mais elementares. Será ilusório pensar-se em ganhar quando se aprende só a gerir situações de rotura.

Observação

É o progresso dos jogadores que impõe novas formas de jogo mas, novas combinações defensivas nunca resultarão com jogadores de nível fraco. Antes de aprender a solucionar as situações em que a defesa está em apuros, é mais importante implementar os melhores

fundamentos defensivos.

Os princípios básicos a respeitar são os seguintes:

1. O 1x1 com bola ou sem bola é o melhor exercício; quanto menos vezes a defesa for batida menos necessidade há para recorrer à ajuda ou à troca de marcação;
2. As ajudas ou rotações defensivas terão de ser mais eficazes que os movimentos de ataque; os olhos muito concentrados na bola para poder interceptar um passe e o corpo perpendicular à trajectória do jogador que penetra;
3. Tacticamente, o objectivo dos defensores é transformar uma situação de inferioridade no 1x1 numa situação de superioridade numérica, deixando livre por um momento o jogador atacante mais afastado da bola. Isto obriga o ataque a fazer pelo menos 2 ou 3 passes seguidos para impedir o êxito da rotação defensiva.

É necessário então:

- Aprender as múltiplas trocas de jogadores como por exemplo na penetração em drible do atacante com bola;
- Aprender a assumir o risco nas situações quando se é ultrapassado e a bola se aproxima da zona próxima do cesto ou quando se faz 2x1 sobre um atacante em dificuldade e em seguida se procede a uma rotação defensiva;
- Intervir no momento exacto na coordenação das rotações para não deixar alguém livre;
- Provocar exigências superiores no plano técnico, táctico ou físico;
- Motivar os defensores através das suas acções nos roubos de bola;
- Obrigar o ataque a uma melhor leitura de jogo e a mais um ou dois passes.

Em todos os casos compete aos treinadores determinar a funcionamento e sentido das rotações defensivas, decisões que decorrem das características e da estratégia defensiva da equipa. Será possível assim determinar as estratégias a seguir nos casos de penetração do atacante com bola, nos bloqueios directos, nos bloqueios ao bloqueador, nos cortes, nas defesas pressionantes todo o campo ou em jogadas especiais das equipas adversárias.

Porquê realizar rotações?

Para fazer face a momentâneas situações de inferioridade numérica da defesa, como por exemplo nas penetrações dos atacantes com bola.

Para tornar a defesa mais ofensiva através de oportunas decisões de risco como por exemplo contra um adversário enfraquecido que está a ser dominado pelos defensores através do 2x1, ao qual se segue uma rotação defensiva.

Para alterar ritmos de jogo através de defesas mais pressionantes.

Para obrigar os atacantes a fazer um ou dois passes a mais e a ter de ler a defesa para poder criar uma melhor oportunidade de lançamento.