

## Os “cinco abertos” com e sem interior

Escrito por Nuno Tavares  
Segunda, 07 Maio 2018 00:00

---



Todos os esquemas táticos são válidos, desde que sejam adequados às capacidades dos atletas em questão, no entanto os esquemas também devem proporcionar um caminho para o que é o basquetebol a médio longo prazo

e não só o sucesso imediato.

O esquema “cinco abertos” é um esquema tático muito usado e até instaurado em Portugal para os escalões de sub14. É um esquema que assenta na sua base em passes e cortes com aclaramentos para os cantos após o corte para o cesto que procede o passe.

Tal como referi no início, todos os esquemas são válidos mas também sou da opinião que todos os esquemas devem ter uma progressão de dois aspectos: dar uma progressão do que é o basquetebol a médio longo prazo e construir mecanismos aos atletas (ofensivos e defensivos) de modo a que estes possam progredir tecnicamente ao mesmo tempo que os conceitos táticos individuais/colectivos começam a aparecer.

Na minha experiência, os cinco abertos sem a referência interior é um conceito que não serve os escalões de formação de iniciação, por tratar-se de um esquema tático que, numa fase muito inicial poderá ter algum sucesso mas que não representa o basquetebol que se joga mas para a frente na sua etapa de formação/pré-competição.

Os “cinco abertos” sem referência interior, em termos defensivos provoca uma defesa muito central na linha cesto-cesto, parada e com as tão conhecidas “ajudas profundas” que acaba por ser a tal “zona” que se defende nestes escalões. Este tipo de ataque faz também com que as defesas, paradas, deixem os atacantes livres na zona do perímetro de 3 pontos, fazendo com que a distância entre estes e os atacantes sejam tão grande que o próprio defesa “recusa” a fazer o “close out” dando o tiro longo aos atacantes. Com a nova moda dos 3 pontos, a escolha por este lançamento de atletas com 12/13/14 anos, numa percentagem muito elevada, não é a

## Os “cinco abertos” com e sem interior

Escrito por Nuno Tavares  
Segunda, 07 Maio 2018 00:00

---

melhor opção devido à ainda pouca capacidade técnica de lançamento.

A referência interior, em termos defensivos, provoca uma atenção muito maior ao jogo devido ao facto de existir um atacante perto do cesto, não só na responsabilidade individual de quem o defende mas também na construção dos princípios do lado da ajuda e nas rotações defensivas.

Com isto não estou a dizer que, ao acontecer, não se tem que ensinar os “close outs” aos defesas e não incentivar alguns atletas a lançar de 3 pontos quando estes estão sozinhos, mas a realidade do nosso basquetebol não é esta certamente.

Em termos ofensivos, os “cinco abertos” sem referência interior, embora tenha aspectos positivos, tem um aspecto negativo que penso que é muito relevante, ou seja, a própria ausência da referência interior.

O basquetebol, embora com todas as mudanças que têm ocorrido nas últimas décadas, tem sempre tido uma referência interior, que assume uma grande importância. Ter um esquema que não assuma a tal referência interior faz com que em termos atacantes não se perceba as noções de espaço perto do cesto, sendo que com o chegar a escalões superior e seniores, essa referência é fundamental!

À primeira vista, uma área restritiva tão aberta e com tanto espaço incentiva os aspectos do 1x1 mas, ao mesmo tempo, faz com que não se tenha as noções de jogar com algum de costas para o cesto ou de “atrair” o defesa para assistir um colega perto.

A referência interior tem uma série de aspectos positivos, começando logo por introduzir o jogo de costas para o cesto, que não tem que ser feito necessariamente pelo jogador mais alto mas sim aquele que tiver mais aptidão para tal ou até por todos, dando a este jogador as noções de espaços reduzidos, tomadas de decisão rápidas, trabalho de pés, entre outras.

Mas não só existe benefícios ao jogador interior, a referência dentro faz com que se trabalhe dois aspectos muito importantes na técnica e tática individual/colectiva: o passe e o trabalho

## Os “cinco abertos” com e sem interior

Escrito por Nuno Tavares  
Segunda, 07 Maio 2018 00:00

---

sem bola do lado do jogador interior e do lado oposto.

O passe é um fundamento que cada vez mais é esquecido e de uma importância extrema, o passe interior (devido um pouco ao facto de sermos um país de jogadores mais baixos) é algo cada vez menos desenvolvido em termos técnicos, faz pouco e faz-se mal.

Todo o trabalho táctico individual e colectivo à reacção ao passe interior faz com que os atletas entendam, não só como se mover mas quando se mover.

Com este artigo não estou a dizer que os “cinco abertos” sem referência interior não tem valias, claro que têm, aquilo que defendo é que uma referência interior já nos escalões de sub14 traz todos os aspectos dos tradicionais “cinco abertos” juntando algo que faz parte do basquetebol e que é tão importante para o desenvolvimento dos atletas a médio longo prazo.

Não é preciso termos jogadores altos para termos referências interiores, é preciso começar sim a implementar as referências para percebermos quais os atletas que tem mais capacidade para o fazer, até porque podemos ter um atleta de 1,60 m com uma capacidade inata para jogador dentro e um jogador com 1,80 m sem nenhuma capacidade de o fazer, nos escalões de sub14.

Nuno Tavares  
+351 968 341 414  
nfbrr@sapo.pt  
M&M