



Continuamos com as publicações dos intervenções técnicas, que o treinador Mário Barros teve durante os Campos MVP 2010.

A semana passada apresentamos a tema “ [Leitura de jogo](#) ”. Hoje vamos publicar a continuação denominada “Ocupar espaço e jogar sem bola”.

OCUPAR ESPAÇO E JOGAR SEM BOLA

Todos os desportos definem uma área de jogo. Assim, toda e qualquer acção se desenvolve num espaço com limites bem definidos, fora dos quais esse jogo não faz sentido.

Por outro lado, em função das tácticas utilizadas, fomenta-se a criação de espaços livres através das acções dos jogadores que visam favorecer a concretização final (1c0, 1c1...) ou restringir (“traps”, bloqueios defensivos...) as acções ofensivas.

Jogar sem bola é a forma mais simples de libertar espaços; utilizar esses espaços de forma racional e equilibrada será sempre o ponto de partida para o desencadear de qualquer iniciativa.

Em qualquer sistema ofensivo o ideal seria que todos os jogadores estivessem sempre em constante movimento, sem aglomerações, a não ser quando se pretende efectuar bloqueios cuja finalidade será sempre, na sua sequência libertar espaços para permitir penetrações para lançamento ou assistência.

Ocupação de espaços

Escrito por Planeta Basket
Quinta, 30 Setembro 2010 09:25

A ocupação racional do espaço ajuda à leitura do jogo. Utilizar esse espaço de forma equilibrada será sempre o ponto de partida para a elaboração de qualquer plano de acção. Podem-se usar vários dispositivos tácticos (1.2.2, 2.2.1, 2.3, 1.3.1 ou 1.4) mas, mantêm-se sempre as mesmas noções quanto aos espaços privilegiados.

É a alternância entre o jogo directo (interior) e o jogo indirecto (periferia) que torna o ataque eficaz.

O 1c1 sem bola, também, tem uma dimensão colectiva quando liberta espaços no corredor directo ou castiga as ajudas defensivas tornando as recuperações mais difíceis.

Por isso é importante manter a defesa ocupada quer do lado da bola quer do lado da ajuda e aproveitar todo o espaço para tornar a ajuda mais arriscada e menos pressionante a defesa.

Aumentando as distâncias nas recuperações diminuem as ajudas e forçam-se as rotações defensivas.

As movimentações dos jogadores sem bola visam vários objectivos tais como:

Desmarcações, fixar a defesa, equilibrar o ataque, ocupando bem os espaços livres e favorecer as acções do atacante com bola.

Como ensinar na formação: Aumentar o espaço ou reduzir jogadores?

Pode ver o artigo completo em pdf, [aqui](#) .