

## CONTRA ATAQUE

Para além da questão da ocupação do espaço de forma equilibrada e aberta é muito importante a rapidez do 1º passe, da condução em drible, da corrida dos jogadores sem bola e das decisões nas zonas próximas do cesto.

Por isso o jogador que deve receber o 1º passe – o base – deve procurar cumprir vários procedimentos:

	<p>Deve estar pronto para:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.<ul style="list-style-type: none"><li>● Participar no ressalto defensivo – na zona indicada – ou receber o 1º passe dirigindo-se para essa zona e receber em movimento.</li></ul></li><li>2. Após a recepção deve:<ul style="list-style-type: none"><li>● Conduzir o drible pela zona assinalada e ter visão de passe longo – não passar sem sup. numérica.</li><li>● Procurar o máximo de velocidade.</li><li>● Ultrapassar defs.</li></ul></li><li>3.<ul style="list-style-type: none"><li>● Verificar as posições dos comp.</li><li>● Não perder superioridade</li><li>● Seleccionar a melhor opção</li></ul></li><li>4.<ul style="list-style-type: none"><li>● Atrair adv. para 1x1</li><li>● Um drible para ult. defensor</li><li>● Eventual necess. de paragem</li><li>● Opções – meter ou falta</li><li>● Não fazer violação ou TO</li></ul></li></ol>
--	--

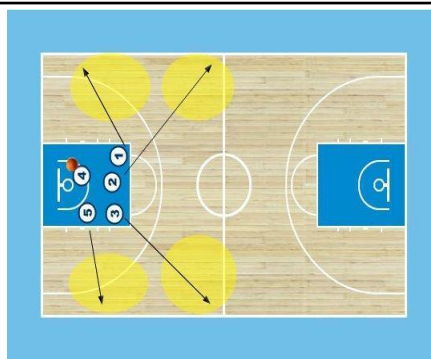
Os restantes jogadores devem:

- Correr da forma mais rápida possível e atravessar o 1/2c antes do base – 3'' para atravessar o 1/2c e 5'' para chegar aos 3p;
- Correr com intenção de se posicionarem para proporcionar uma boa opção de finalização;
- Finalizar sem drible ou com o máximo de um;

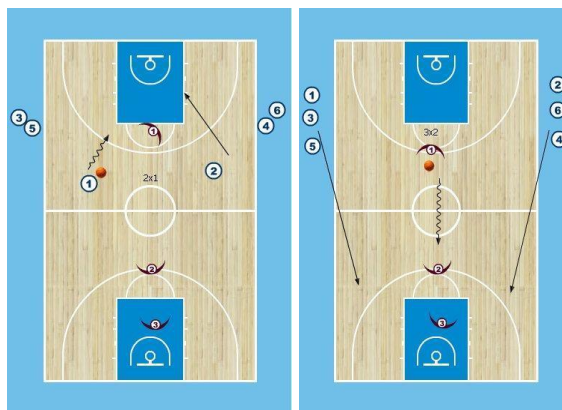
Organização:

- Só determinar papéis eventualmente mais tarde
- **Cesto sofrido** – Colocar a bola em jogo o mais rapidamente possível pelo jogador que está mais próximo da bola. Passe para o corredor lateral, no prolongamento da LII para o jogador que estiver em melhor condição para o fazer. 2 jogadores mais avançados, após recuperação da bola, ocupam corredores laterais.
- **Após ressalto defensivo** – Se o ressalto é longo e para a zona central o jogador que o ganha pode sair em drible. Após um ressalto curto ou lateral, procurar uma linha de passe lateral livre. No caso de esta não estar fechada, o jog. que esteja no corredor lateral procura recepção no meio (ressaltador pode usar o drible para melhorar ângulo de passe).
- **Pressão ao condutor** – procurar linha passe Id contrário ou sair em drible para passar ou iniciar o ataque.
- **Ao lançamento adv.** – 2 jogs mais adiantados podem não bloquear\* e sair imediatamente nos corredores laterais.
- **Extremos no mesmo corredor** – se os dois estão à frente da bola o mais adiantado corta. Se um está atrasado em relação à bola corta por trás desta e muda de corredor.

Cesto sofrido;  
Ressalto defensivo;  
Interceção de um passe;  
Recuperação de bola com  
o adversário em drible  
Finalização


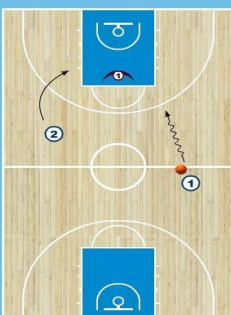
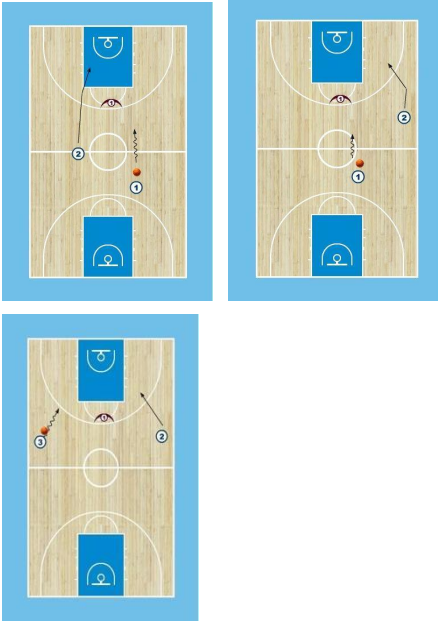


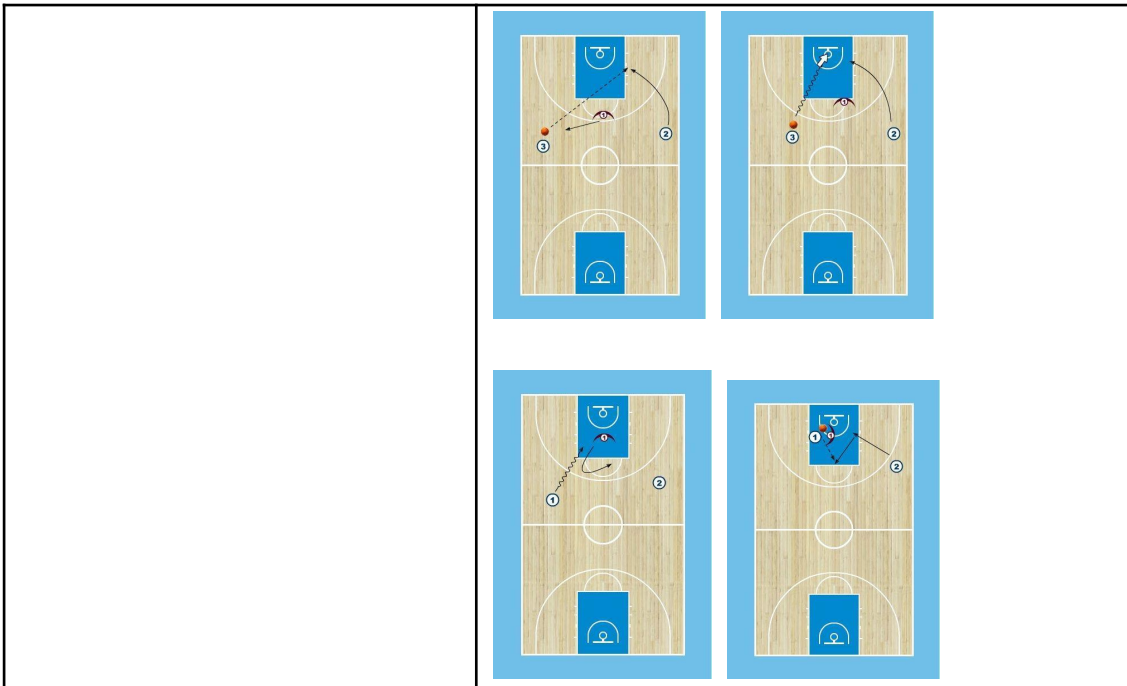
Superioridade numérica



## Finalização em superioridade numérica

### 2x1

<p>Proximidade do cesto – defensor vs atacante</p>	
<p>Distância entre atacantes</p>	
<p>Linha de penetração e Linha de passe</p>	



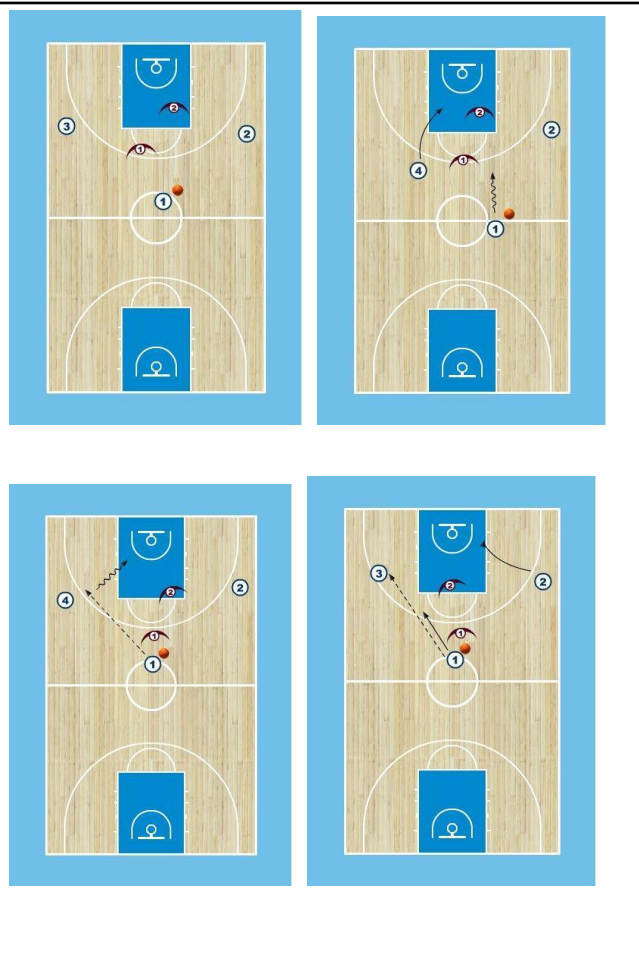
**3x2**

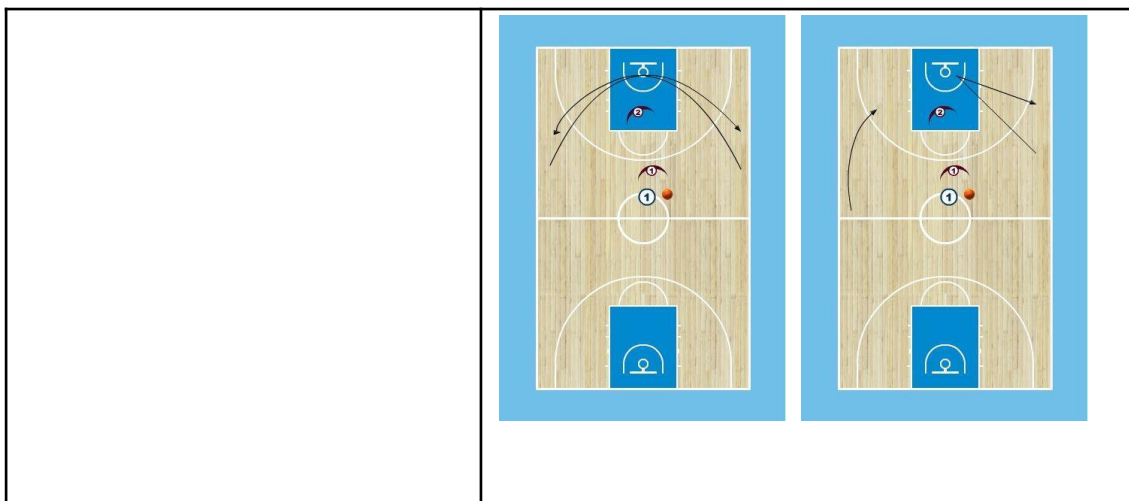
Ocupação de corredores

Linha de penetração livre  
Drible penetrante

Defensor pressiona bola  
Passe para colega livre  
3x2 – 2x1  
Linha de passe de retorno

Corte para cesto





## Exercícios – outros exemplos

	<p><b>1 – Saída</b></p> <p>4 colunas</p> <p>Após ressalto <b>04</b> passa a bola para <b>01</b> e <b>03</b> corre no corredor lateral. <b>01</b> recebe em movimento e dribla para a frente após o que passa a <b>03</b>, que recebe, muda de direcção e finaliza. <b>05</b> ressalta e repete-se o ex<sup>o</sup>.</p> <p>Executar D / E</p>
	
	<p><b>2 – Finalização com oposição</b></p> <p>Ao sinal do T 01 arranca em drible e 02 sprinta para defender. Num 1<sup>o</sup> momento o def. encosta no atacante e só atrapalha o lç., e num 2<sup>o</sup> momento procura ganhar posição de forma activa</p> <p>Quem defende ataca do mesmo lado quem ataca vai defender ao lado contrário.</p>
	<p><b>3 – Finalização 2x1</b></p>
	<p><b>4 – 2x1 / 3x2 TC</b></p> <p>Iniciar com 2x1. O defensor após recuperar a bola inicia 3x2 com os colegas colocados nas linhas laterais. Após o 3x2 quem defende inicia o 2x1. Dos 3 atacantes 2 ficam a defender e 1 ocupa o lugar numa das filas.</p>