

## RECUPERAÇÃO DEFENSIVA

### **1. Objetivos da transição Ataque – Defesa (Recuperação defensiva)**

Se a chave de um contra-ataque radica na velocidade de execução do primeiro passe, após o ressaltado, ...

- a. Parar ou retardar a saída do 1º passe CA:  
Pressionar o ressaltador;  
Dificultar (impedir) a receção da bola aos demais jogadores.

### **2. Regras, prioridades e conceitos**

3 «prioridades táticas»:

- a. Não permitir contra-ataques diretos (lançamentos fáceis).
- b. Pressionar o jogador com bola, o diretor do contra-ataque, sem nunca ser ultrapassado.
- c. Não permitir ao adversário por em pratica a sua transição ofensiva ou jogadas marcadas.

### **3. Responsabilidades individuais**

- a. Jogadores próximos da tabela, ir ao ressaltado ofensivo.
- b. Jogador próximo da bola defende (pressiona) jogador com bola. Não correr para trás.
- c. Após o 1º passe, recuperar para a linha da bola ou ligeiramente para trás.
- d. Quem está mais longe da bola recupera para trás e defende quem está mais próximo do cesto.

### **4. Reações à perda da posse da bola**

- a. Comunicar (Bola/fica).
- b. Evitar recuperar para o adv. direto.
- c. Não dar espaço / tempo.

### **5. Quando temos de fazer recuperação defensiva**

- a. Por TO.
- b. Perca de ressaltado.
- c. Cesto marcado.