



Secretaría General para el Deporte
Instituto Andaluz del Deporte

Departamento de Formación
formacion.iad.ctcd@juntadeandalucia.es

Código curso 200715101

JORNADAS INTERNACIONALES DE BALONMANO 2007

Las ayudas defensivas

Juan A. Moreno Rodríguez
Responsable técnico de la Fundación Ademar de León
Málaga
22 y 23 de junio

A background image of a handball match. A player in a white jersey is in the center, holding a handball. He is surrounded by several players in red jerseys who are attempting to defend against him. The scene is captured in a dynamic, action-oriented shot.

Las Ayudas Defensivas: La Clave del Éxito en las Defensas Abiertas

Juan Antonio Moreno Rodríguez

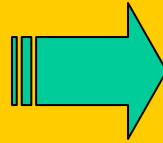
X JORNADAS INTERNACIONALES DE BALONMANO
MÁLAGA 22 y 23 JUNIO 2007



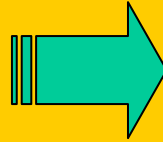
Instituto Andaluz del Deporte
CONSEJERÍA DE TURISMO, COMERCIO Y DEPORTE

INTERPRETACIONES DE LA DEFENSA

RESPECTO
AL BALÓN

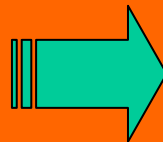


EVITAR
EL GOL

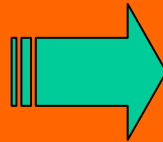


RECUPERAR
EL BALÓN

RESPECTO
AL ESPACIO



LUCHA POR EL
ESPACIO PROPIO



CONQUISTA
ESPACIAL

CONCEPTO DE LA DEFENSA

(Antón J.A., 2002)

OBJETIVOS GENERALES

-Evitar Gol.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Impedir Construcción ofensiva
- Anular, evitar, retrasar la finalización próxima a mi portería.
- Impedir, dificultar finalización con éxito

PRINCIPIOS GENERALES

- Recuperación del balón
- Impedir progresión balón y adversarios
- Protección Portería

PRINCIPIOS ESPECÍFICOS

- Reducción nº de errores.
- Ayuda Mutua.
- Respeto disciplina táctica
- Mantenimiento puestos
- Distribución equilibrada de espacios
- etc.

INTENCIONES TÁCTICAS DEFENSIVAS

- Recuperación de Balón.**
 - *Lineas de Pase, Interceptación, Desposesión
- Provocar Errores Ofensivos.**
 - *Disuasión, Acoso, Incertudumbre, Faltas At.
- Provocar Espacios de Juego Ineficaces.**
 - *Posiciones de Base, Orientaciones, Disuasiones
- Ayudas Defensivas.**
 - *Cobertura, Doblaje

MEDIOS TÁCTICOS

- Cambio Op., Contrabloqueo, Deslizamnto,...

SISTEMAS de JUEGO

INTERPRETACIÓN CONCEPTUAL DE LAS AYUDAS DEFENSIVAS

LA AYUDA COMO PRINCIPIO

(Antón, 2002)

- Ayuda Mutua
- Actitud de Apoyo
- Protección
- Colaboración
- Disposición

LA AYUDA COMO RESPUESTA

(Laguna, 96)

- Ayuda previa al Error.
Fortalecen situaciones
- Ayuda ante el Error.
Superación Compañero

LA AYUDA COMO MEDIO TÁCTICO

(Claude Bayer, 92)

- Procedimiento de solución ante un problema ofensivo determinado.

Cubrir + Doblaje
(Cobertura)

JUSTIFICACIÓN el ENTRENAMIENTO ESPECIAL de las AYUDAS DEFENSIVAS en las DEFENSAS ABIERTAS

La D.A. Siempre lleva la Iniciativa

La D.A. genera amplios Espacios

La D.A. tiene un gran desgaste físico

La D.A. requiere gran calidad Tec-Tac

La D.A. exige Disciplina y Solidaridad Táctica

La D.A. intenta defender sin Faltas

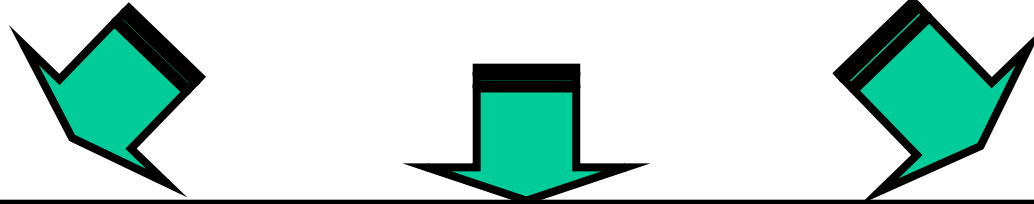
La D.A. desarrolla un juego muy dinámico

La D.A. necesita concentración Psicológica

**i POSIBILIDAD
ERROR i**

El Error se asume como parte de la D.A.

LA AYUDA DEFENSIVA

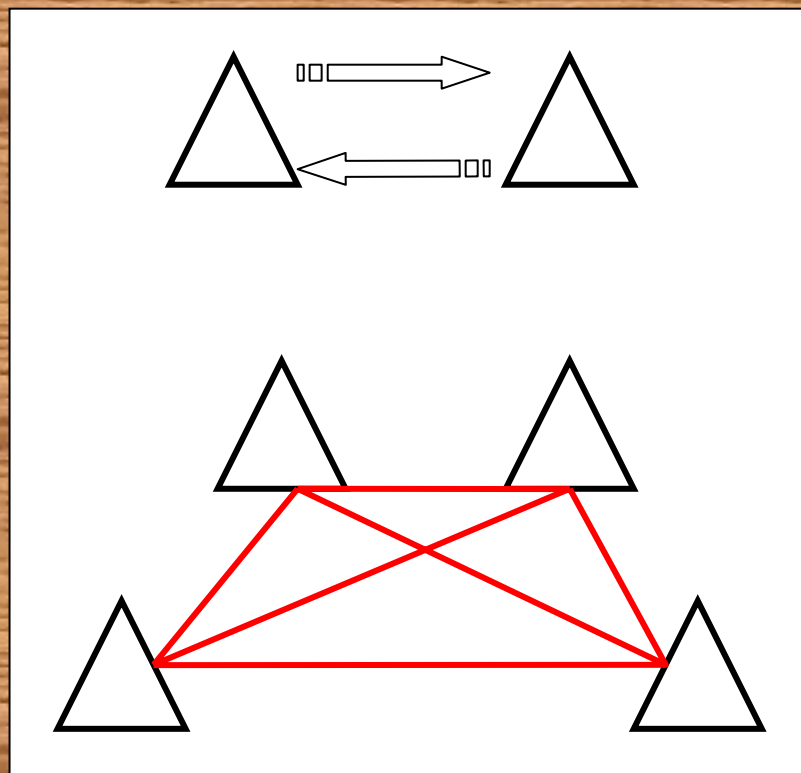


ACOMODACIÓN DE LAS REDES DE COMUNICACIÓN.
RESPUESTAS ADAPTATIVAS AL ESPACIO GENERADO
DEFENSA DEL ESPACIO, NO DEL JUGADOR

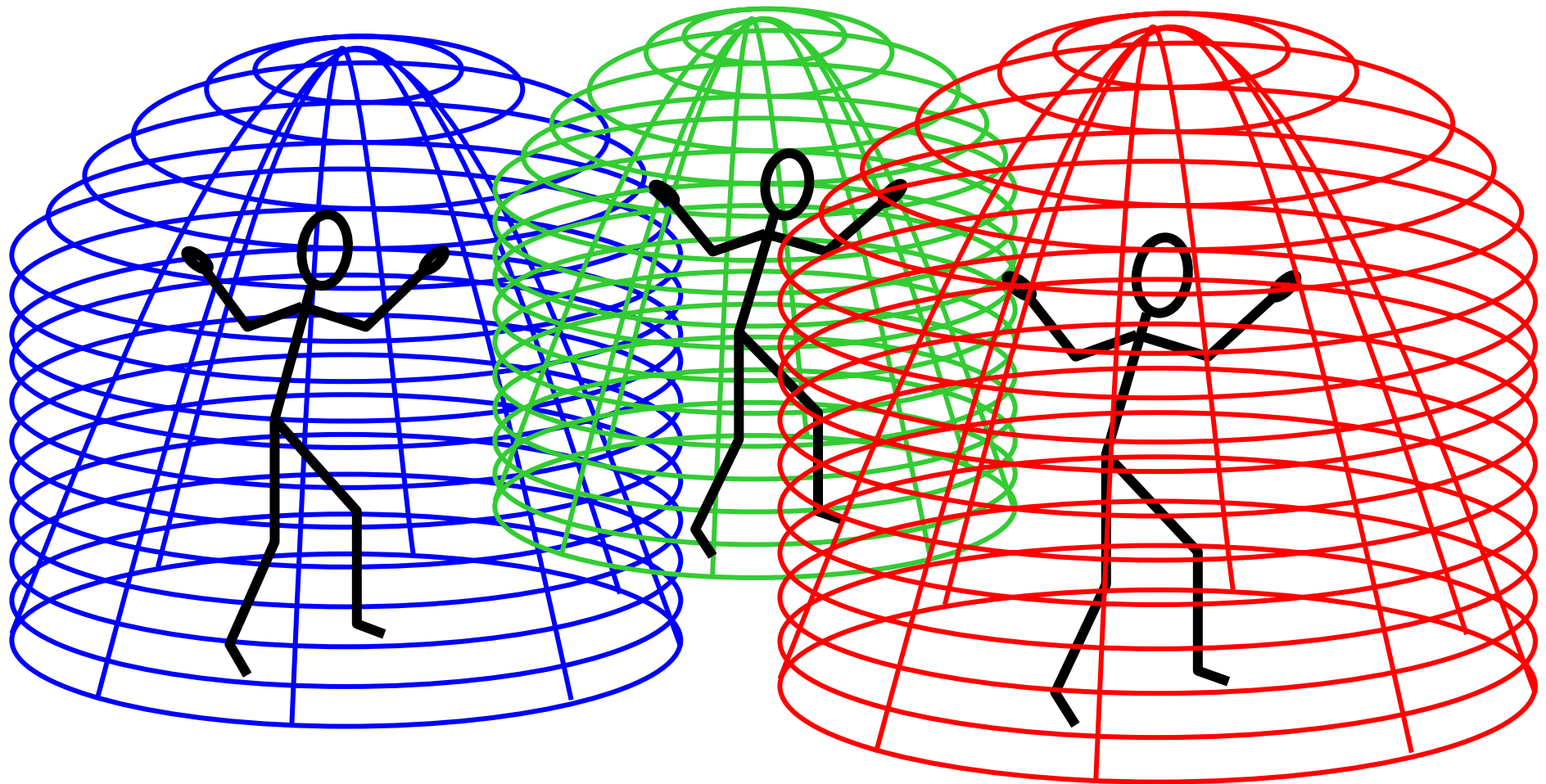


CADENA DE AYUDAS

REAJUSTE de las REDES DE COMUNICACIÓN



RESPUESTAS ADAPTATIVAS AL ESPACIO GENERADO DEFENSA DEL ESPACIO

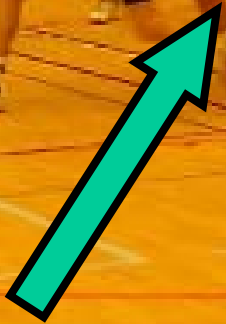




Los jugadores en ataque buscan las fisuras de los espacios colectivos de acción en el sistema.



LOS TRES AYUDAN
ABANDONANDO PARCIALMENTE AL SUYO

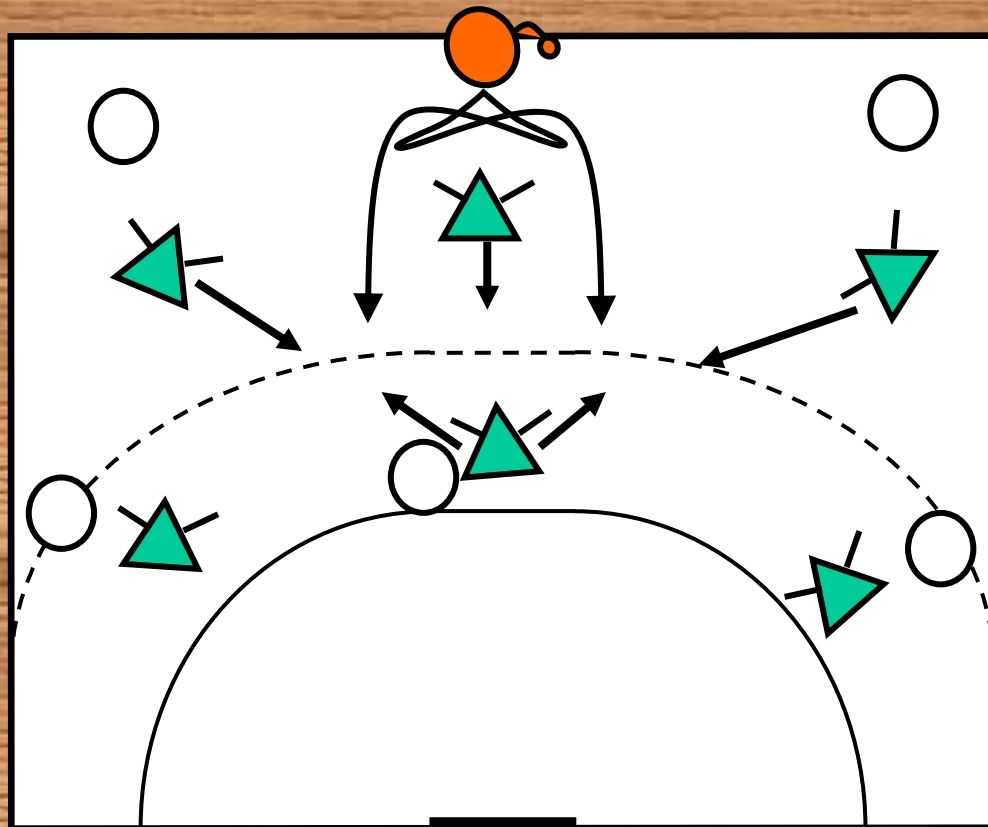


EL AVANZADO FALLA



AYUDAS DEFENSIVAS

FALLA EL AVANZADO



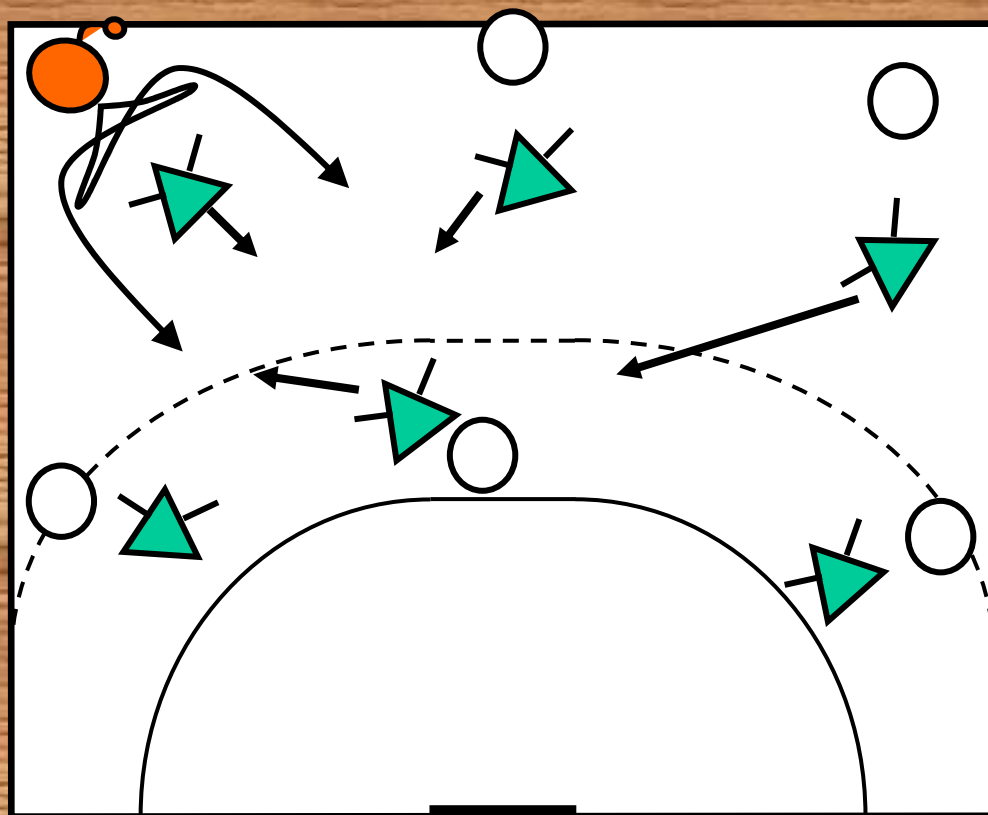
CADENA de AYUDAS

AYUDAS DEFENSIVAS			
ERROR DEL AVANZADO			
A	DOBLAJE	RESPONSABILIDAD	
1	LATERAL de ese lado	CENTRAL	
2	CENTRAL	LATERAL	
3	AVANZADO superado	LATERAL de ese lado	PIVOTE (Por Delante)
B	DOBLAJE	RESPONSABILIDAD	
1	CENTRAL	CENTRAL	
2	LATERAL L. contrario	AVANZADO superado	PIVOTE (Por Delante)
3	EXTREMO L. contrario	EQUILIBRA ESPACIOS	

¡ FALTA TÁCTICA !

AYUDAS DEFENSIVAS

FALLA EL LATERAL



CADENA de AYUDAS

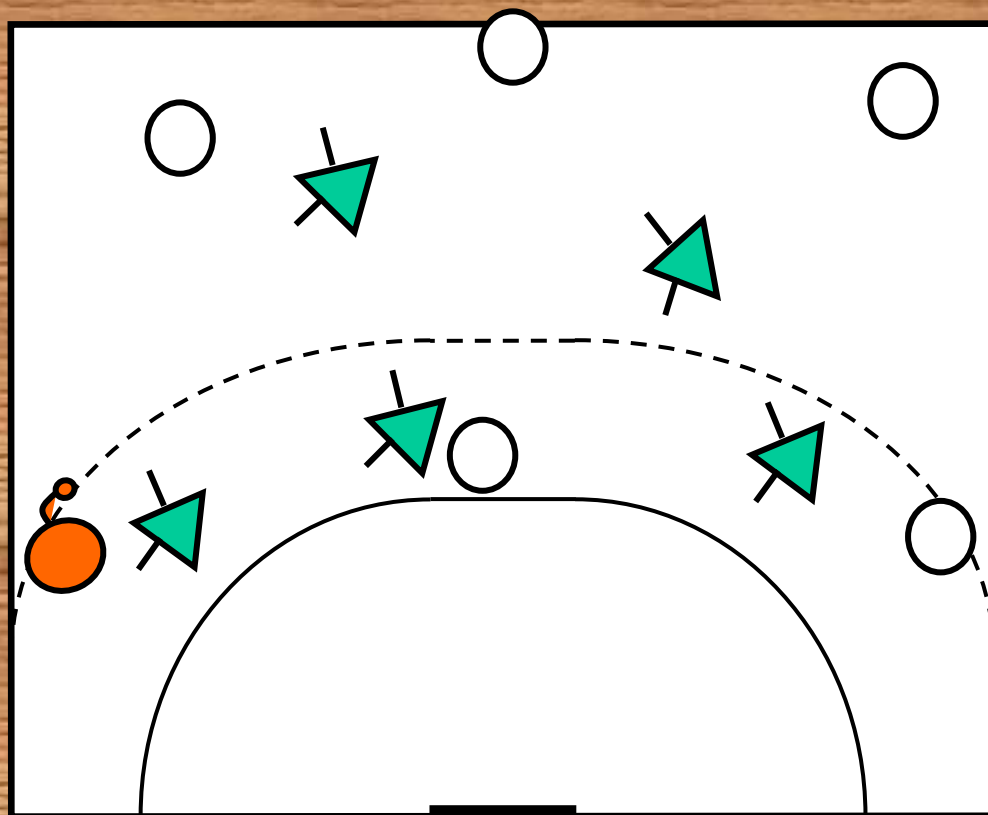
AYUDAS DEFENSIVAS			
ERROR DEL LATERAL			
A	DOBLAJE	RESPONSABILIDAD	
1	CENTRAL	LATERAL	
2	AVANZADO	LATERAL Superado	PIVOTE (Por Delante)
3	LATERAL L.contrario	EXTREMO L.contrario	EQUILIBRAN ESPACIOS
B	DOBLAJE	RESPONSABILIDAD	
1	AVANZADO	LATERAL	
2	CENTRAL	CENTRAL	
3	LATERAL Superado	PIVOTE (Por Delante)	

¡ FALTA TÁCTICA !

AYUDAS DEFENSIVAS

**FALLA EL CENTRAL
INFERIORIDADES N^{IC}AS**

CADENA de AYUDAS



AYUDAS DEFENSIVAS

ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES N^{IC}AS

A

BALÓN EN EL EXTREMO

	PUESTO	RESPONSABILIDAD
	EXTREMO	EXTREMO
	LATERAL	PIVOTE
	AVANZADO	LATERAL
	LATERAL L.Contrario	Equilibra Espacios
	EXTREMO L.Contrario	Equilibra Espacios

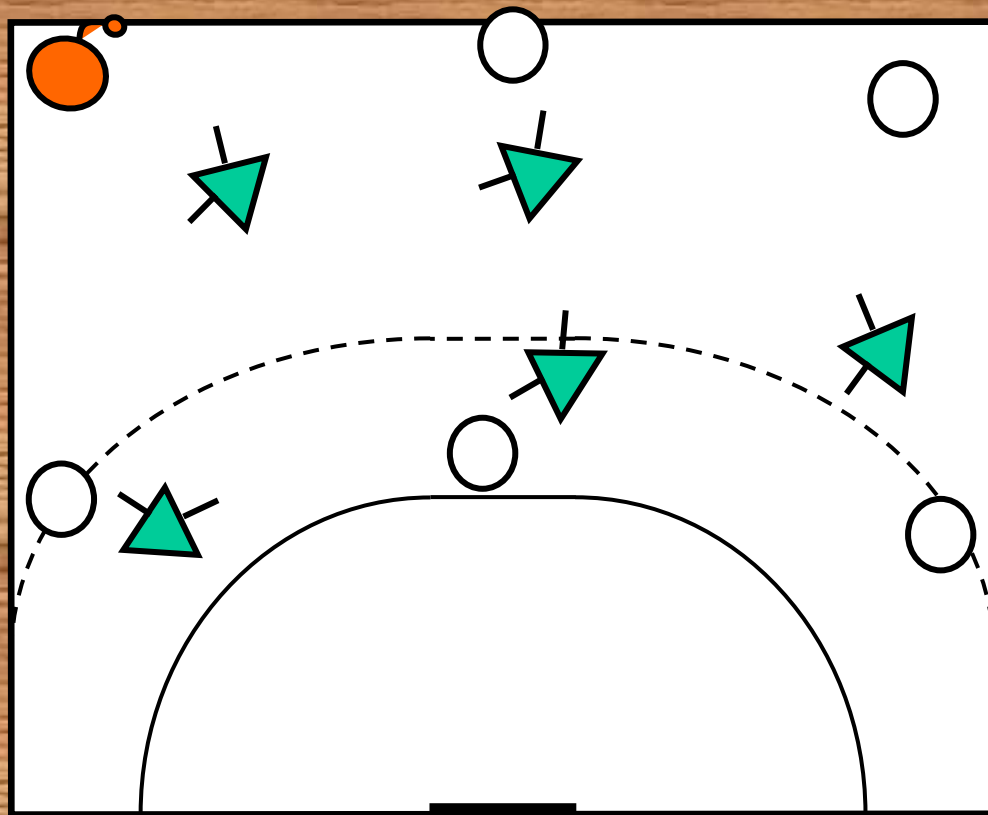
1- FORZAR IGUALDADES

2- ¡ FALTA TÁCTICA !

AYUDAS DEFENSIVAS

**FALLA EL CENTRAL
INFERIORIDADES N^{IC}AS**

CADENA de AYUDAS



AYUDAS DEFENSIVAS

ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES N^{IC}AS

B

BALÓN EN EL LATERAL

	PUESTO	RESPONSABILIDAD
	EXTREMO	EXTREMO
	LATERAL	LATERAL con Balón
	AVANZADO	CENTRAL
	LATERAL L.Contrario	PIVOTE
	EXTREMO L.Contrario	Equilibra Espacios

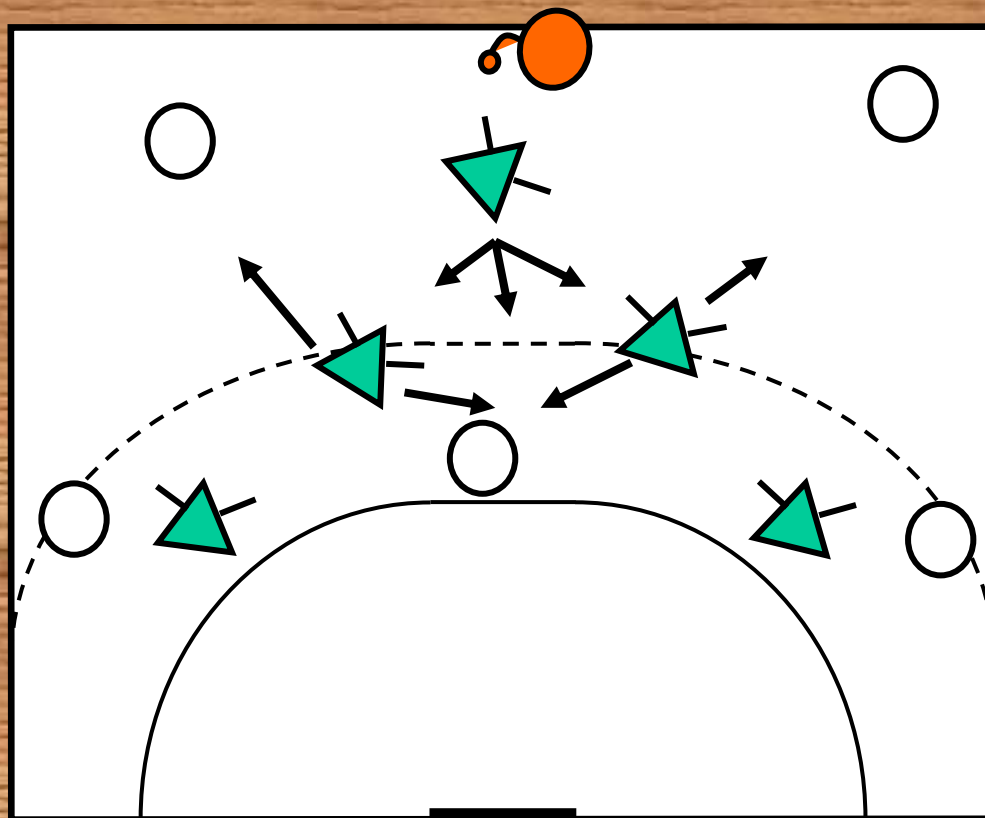
1- FORZAR IGUALDADES

2- ¡ FALTA TÁCTICA !

AYUDAS DEFENSIVAS

**FALLA EL CENTRAL
INFERIORIDADES NICAS**

CADENA de AYUDAS



AYUDAS DEFENSIVAS

ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES NICAS

C

BALÓN EN EL CENTRAL

PUESTO

RESPONSABILIDAD

EXTREMO IZDO.

EXTREMO

LATERAL IZDO.

LATERAL-PIVOTE

AVANZADO
(Ofrece Espacios)

CENTRAL con balón

LATERAL DCHO.

Equilibra Espacios

EXTREMO DCHO.

EXTREMO

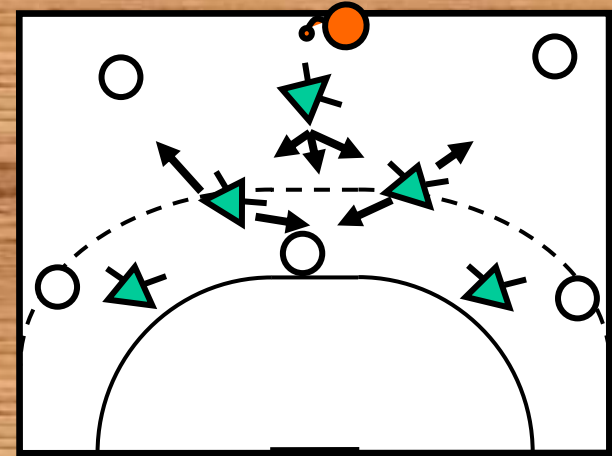
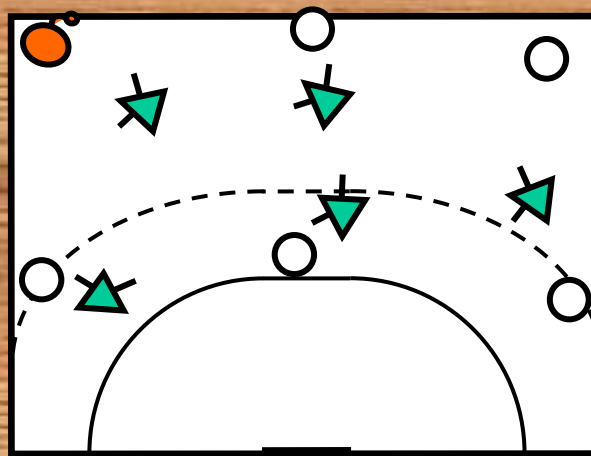
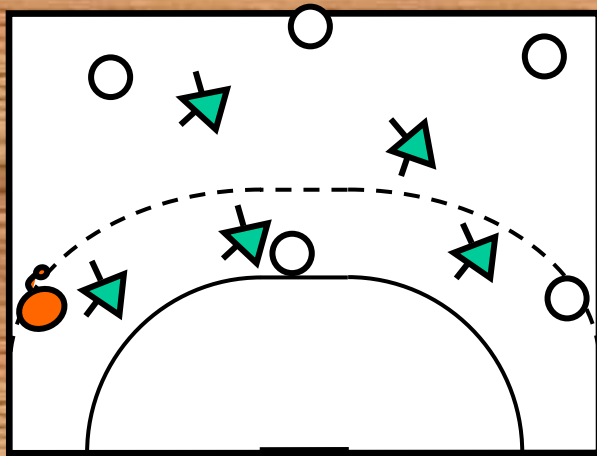
1- FORZAR IGUALDADES

2- ¡ FALTA TÁCTICA !

AYUDAS DEFENSIVAS

- ANTE ERROR DEL CENTRAL
- INFERIORIDAD NUMÉRICA

DISTINTAS POSIBILIDADES DE INICIO



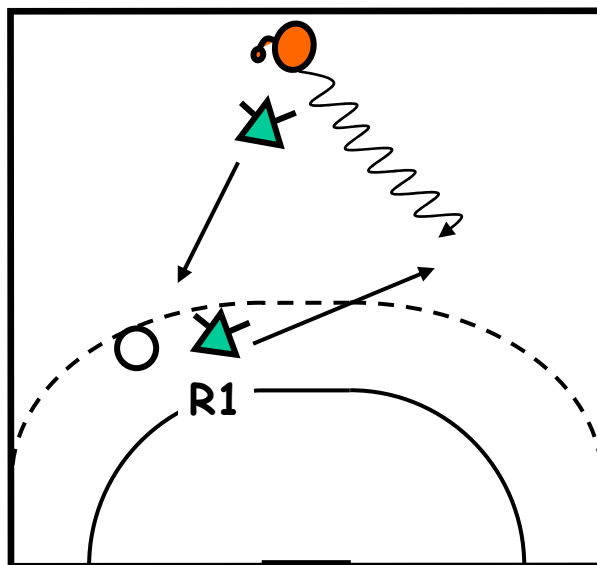
AYUDAS DEFENSIVAS		
ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES <small>NICAS</small>		
A	BALÓN EN EL EXTREMO	
	PUESTO	RESPONSABILIDAD
	EXTREMO	EXTREMO
	LATERAL	PIVOTE
	AVANZADO	LATERAL
	LATERAL L. Contr	Equilibra Espacios
	EXTREMO L. Contr	Equilibra Espacios

AYUDAS DEFENSIVAS		
ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES <small>NICAS</small>		
B	BALÓN EN EL LATERAL	
	PUESTO	RESPONSABILIDAD
	EXTREMO	EXTREMO
	LATERAL	LATERAL con Balón
	AVANZADO	CENTRAL
	LATERAL L. Contrario	PIVOTE
	EXTREMO L. Contrario	Equilibra Espacios

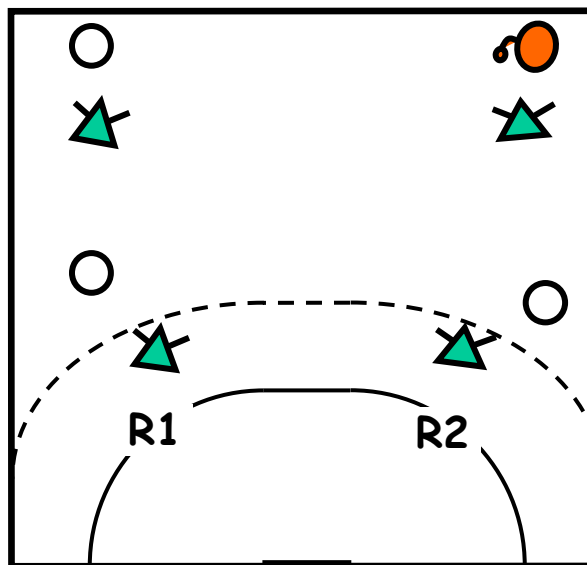
AYUDAS DEFENSIVAS		
ERROR DEL CENTRAL-INFERIORIDADES <small>NICAS</small>		
C	BALÓN EN EL CENTRAL	
	PUESTO	RESPONSABILIDAD
	EXTREMO IZDO.	EXTREMO
	LATERAL IZDO.	LATERAL-PIVOTE
	AVANZADO (Ofrece Espacios)	CENTRAL con balón
	LATERAL DCHO.	Equilibra Espacios
	EXTREMO DCHO.	EXTREMO

PROGRESIÓN METODOLÓGICA en la INICIACIÓN A LAS AYUDAS

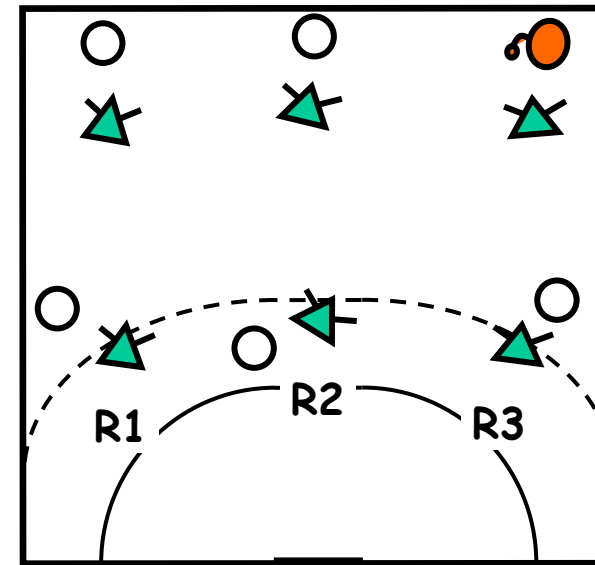
ALEVIN 1°



ALEVIN 2°



INFANTIL



SI ALGUIEN ES SUPERADO

- Fijar 1 Responsable.
- Zonas poco profundas.
- Carácter Rotatorio.
- El Superado asume al jugador del Compañero

- Fijar 2 Responsables.
- Zonas poco profundas.
- Carácter rotatorio.
- El Superado asume al jugador del Compañero

- Fijar 3 Responsables.
- Zonas poco profundas.
- El Superado asume al jugador del Compañero
- Añadir Responsables en distintas líneas.

PLANIFICACIÓN de las AYUDAS DEFENSIVAS

EJEMPLO de MICROCIclo SEMANAL del PERIODO de COMPETICIÓN

ASPECTOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
PREP. FIS.	TRABAJO DE FUERZA GENERAL	Trabajo de FUERZA ESPECÍFICA	Trabajo de FUERZA EXPLOSIVA	Circuito de RESISTENCIA ESPECÍFICA	
TECNICO-TÁCTICOS	<p>* <u>Tec-Tac.Defensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Posiciones de Base -Lineas de Pase en Espacios Generales -Interceptaciones. -Desposesiones. (Juegos de Pases) -Orientaciones Generales defensivas 	<p>* <u>Tec-Tac.Defensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Lineas de pase en Espacios Concretos. -Interceptaciones -Acoso. -Disuasión. (Juegos de Pases) -Orientaciones en Espacios Específicos 	<p>* <u>Integración Tec-Tac Defensiva-Ofensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Lineas de Pase Especf -Orientaciones Especf. -Interceptaciones. -Responsabilidades Defensivas. (Tareas en Esp.Esp.) (Circulcns, Desdoblmts) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> + CONTRAATAQUE </div>	<p>* <u>Las Ayudas Defensivas</u> Espacios Específicos.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px auto; width: 60px;"> Cobertura + Doblaje </div> <ul style="list-style-type: none"> -Laterales -Laterales-Avanzado -Central-Laterales -Avanzado-Extremos -Centr-Lat.-Avanz. 	<p>* <u>Tec-Tac.Ofensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Superioridades -Puntos de Apoyo -2x1 -3x2 -4x3 -5x4 -Táctica de Juego Ofensiva. (IniciadoresTácticos) -Juego 7x7 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> Con y Sin Pivote </div>

RESUMEN CONCLUSIONES

NUESTRO "MODUS LUDENDI" SE SUSTENTA EN NUESTRA FORMA DE VER EL MUNDO, NUESTRA FORMA DE SER.

LAS D.A. EXIGEN UN PROCESO DE FORMACIÓN DE BASE SIN EL CUAL ES COMPLEJA LA ADAPTACIÓN A UN CAMBIO DE MODELO.

LAS D.A. EXIGEN UNA PREPARACIÓN FÍSICA ESPECÍFICA Y UNOS REQUERIMIENTOS TEC-TAC ESPECIALES.

LA DEFENSA ABIERTA NO SE COMPRENDE SIN LA INICIATIVA TÁCTICA CONSTANTE DEL DEFENSOR.

EL ERROR DE LOS JUGADORES SE ASUME COMO PARTE DEL RIESGO QUE SUPONE LLEVAR LA INICIATIVA.

EL ENTRENAMIENTO DE LAS CONSECUENCIAS DEL MODELO ELEGIDO DEBE SER COHERENTE CON EL PROPIO MODELO DEFENSIVO.

EL COMPORTAMIENTO DE NUESTROS JUGADORES DESPUES DE LOS ERRORES COMETIDOS ES EL FUNDAMENTO DE LAS AYUDAS.

LA INICIACIÓN A LAS AYUDAS DEFENSIVAS DEBEN INCLUIRSE EN EL CONTENIDO METODOLÓGICO DE LAS CATEG. DE BASE.

LAS AYUDAS (Principio, Respuesta ó Medio) SON LA CLAVE DEL ÉXITO DE LAS D.A. Y DEBEN FORMAR PARTE DE UN LUGAR PRIVILEGIADO EN NUESTRA PLANIFICACIÓN

PLANIFICACIÓN de las AYUDAS DEFENSIVAS

EJEMPLO de MICROCIclo SEMANAL del PERIODO de COMPETICIÓN

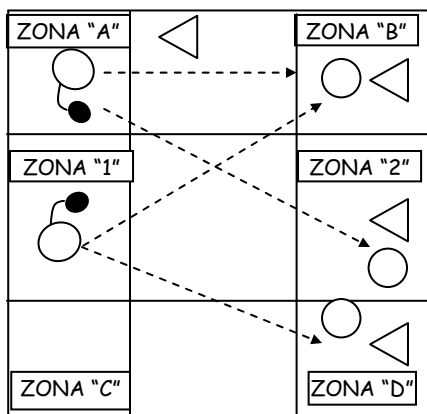
ASPECTOS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
FÍSICOS	TRABAJO DE FUERZA GENERAL	Trabajo de FUERZA ESPECÍFICA	Trabajo de FUERZA EXPLOSIVA	Circuito de Resistencia Específica	
TÉC-TAC	<p>* <u>Tec-Tac.Defensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Posiciones de Base -Lineas de Pase en Espacios Generales -Interceptaciones. -Desposiciones. <p>(Juegos de Pases)</p> <p>-Orientaciones Generales defensivas</p>	<p>* <u>Tec-Tac.Defensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Lineas de pase en Espacios Concretos. -Interceptaciones -Acoso. -Disuasión. <p>(Juegos de Pases)</p> <p>-Orientaciones en Espacios Específicos</p>	<p>* <u>Integración Tec-Tac Defensiva-Ofensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Lineas de Pase Especf -Orientaciones Especf. -Interceptaciones. -Responsabilidades Defensivas. <p>(Tareas en Esp.Esp.)</p> <p>(Circulcns, Desdoblmts)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> + CONTRAATAQUE </div>	<p>* <u>Las Ayudas Defensivas</u></p> <p>Espacios Específicos.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 5px auto; width: fit-content;"> Cobertura + Doblaje </div> <ul style="list-style-type: none"> -Laterales -Laterales-Avanzado -Central-Laterales -Avanzado-Extremos -Centr-Lat. -Avanz. 	<p>* <u>Tec-Tac.Ofensiva</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Superioridades -Puntos de Apoyo -2x1 -3x2 -4x3 -5x4 -Táctica de Juego Ofensiva. <p>(Iniciadores Tácticos)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> Con y Sin Pivote </div>

X JORNADAS INTERNACIONALES DE BALONMANO

	Sesión Nº	1	Fecha	22-06-07	Instalaciones/Material	
OBJETIVO GENERAL						
Lugar	TEC-TAC COLECTIVA DEFENSIVA					
MALAGA	OBJETIVOS ESPECIFICOS					
Grupo de Trabajo	➔ Las Ayudas Defensivas (Cobertura + Doblaje) - Espacios específicos Individuales y Colectivos de ocupación. - Orientaciones individuales y colectivas. - Responsabilidades.				ESPACIO 40 X 20 BALONES PETOS CONOS	
ENTRENADOR						
JUAN A. MORENO RODRÍGUEZ						

TAREAS	NOTAS
---------------	--------------

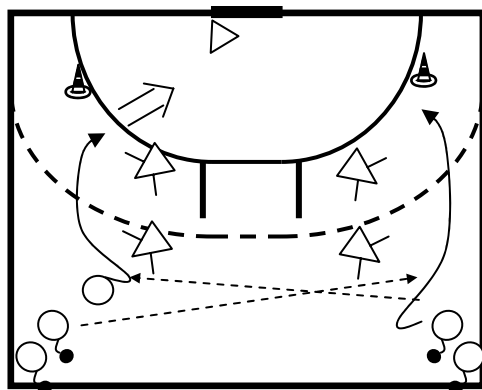
1.- CALENTAMIENTO + JUEGO DE LOS "10 PASES".



- Se trata de conseguir un nº determinado de puntos (no necesariamente 10, se ajustará al nivel de los grupos).
- Los puntos son los pases que se consiguen de zona a zona.
 - Puntúan las zonas desde las esquinas a las esquinas de enfrente.
 - Puntúan las zonas desde las Zonas del Centro (1 y 2) a las esquinas de enfrente.
 - Puntúan desde las Esquinas a las Zonas del Centro de enfrente.
 - Más posibilidades
- Variantes
 - Los jugadores deben cambiar de zona cada vez que se consigue un punto.
 - Si no se recepciona correctamente en el pase de punto, cambio de manos.

➔ Tareas para los grupos que no consigan recuperar la pelota antes de que se hagan los 10 pases. (Flexiones ó abdominales ó saltar un banco ó lanz. con balón medicinal, etc. Si ninguno de los equipos logra el nº de puntos, los dos grupos realizan las tareas.

2.- CALENTAMIENTO Y TRABAJO CON EL PORTERO



- Lanzamientos arriba: Al Corto.
- Lanzamientos abajo: Al Corto
- Lanzamientos libres arriba o abajo: Al Corto.
- Lanzamientos libres arriba o abajo: Al Largo
- Lanzamientos libres: Con Blocaje del 2º Defensor
- Lanzamientos libres: Con Desequilibrio del 2º Defensor

Los Lanzamientos en las Defensas Abiertas, son siempre desde zonas muy próximas al área de 6 m., pero si la defensa se hace correctamente, no siempre los atacantes llegan orientados de manera cómoda hasta el Lanzamiento. Este hecho reduce las posibilidades de localización y variación de tiro. De esta forma el calentamiento al Portero se hace desde una perspectiva tecnico-táctica similar a una situación de juego real, con las distintas posibilidades que se pudieran dar.

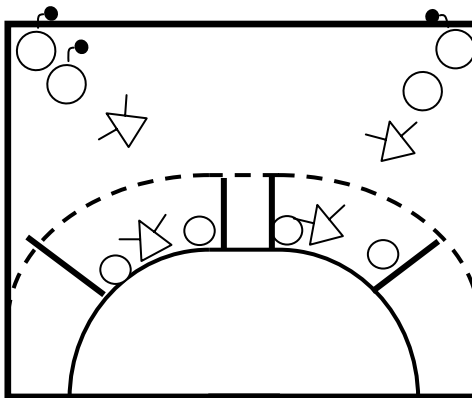
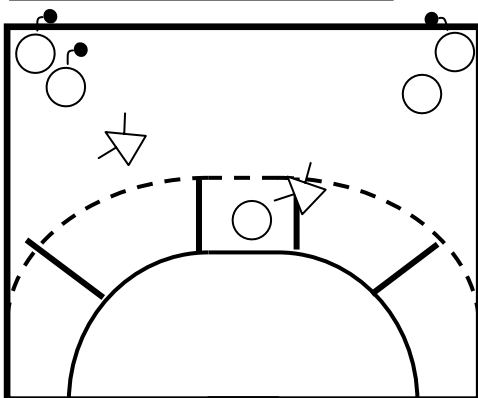
Los defensores ofrecen un espacio ineficaz para el Lanzador y le obligan a orientaciones incómodas. A partir de ahí Lanzamientos al Portero.

TAREAS

NOTAS

3.- TRABAJO DE AYUDAS DEFENSIVAS EN ESPACIOS ESPECÍFICOS

ERROR DEL AVANZADO CENTRAL Y DEFENSOR CENTRAL



LATERAL - LATERAL

Los laterales intentan defender inicialmente el 1x1. En cuanto el pase se realiza comienza la Cadena de Ayudas.

-El Lateral Derecho disuade a Pivote para asumir después la responsabilidad defensiva de su lateral.

-El Lateral Izdo. Cuando su oponente ha dado el pase debe ir a defender al Pivote

LATERAL - CENTRAL

Los laterales intentan defender inicialmente el 1x1. En cuanto el pase se realiza o decide penetrar comienza la Cadena de Ayudas.

-El Lateral y Central Drchs disuaden el pase.

-El Central Izdo. Cuando su oponente ha dado el pase debe ir a defender al Pivote de su lado Drcho y el Lat.Izdo en líneas de pase y disuasión a su Lateral atacante

ATENCIÓN A LA CORRECCIÓN

-Siempre la iniciativa es del defensor.

-Ocupación de espacios específicos.

-De orientaciones específicas.

-Intenciones Tácticas:

*Forzar Igualdades Numéricas

*Recuperación de balón.

*FALTAS Tácticas

-Responsabilidades espaciales en función del balón y del desarrollo de las acciones atacantes.

-Ayudas ante los errores que se puedan cometer individual y colectivamente.

- Los pivotes se desplazan únicamente por el espacio que están ocupando.

-Se trata de hacer 3 defensas correctamente (interceptaciones, errores atacantes provocados, faltas en ataque, FALTAS Tácticas,...)

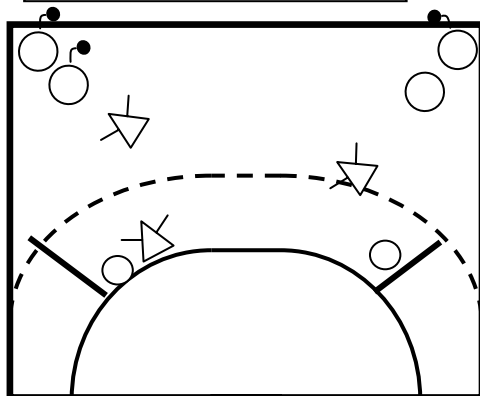
-Los atacantes deben impedir la interceptación.

-Si los defensores logran el contrataque, esos atacantes iniciales hacen tareas: Flex, abdominales, saltos, lanzamientos de bm, etc.

INCIDENCIA EN:

- Orientaciones.
- Disuasiones.
- Líneas de pase.
- Faltas en ataque. (adopción posición base)
- Ayudas en la superación a un compañero.
- La necesidad de una FALTA Táctica ante debordamiento del compañero: situación límite.
- Intensidad en las acciones

ERROR DEL DEFENSOR CENTRAL



LATERALES - AVANZADO

El Avanzado se orienta parcializando el juego en ese lado buscando la Igualdad Numérica.

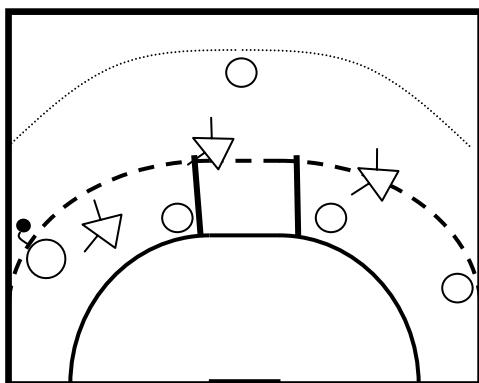
El Lat.Izdo. disuade el pase a su Pivote.

El Lat.Dcho. disuade el pase a su Pivote y presta atención a su Lateral.

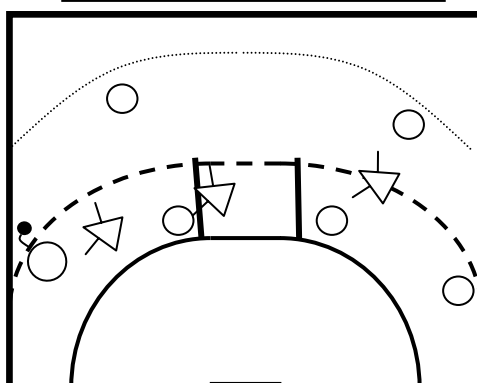
Si hay pase al otro lateral comienzan la Cadena de Ayudas.

El Avanzado prioridad, asumir al Lat.Izd. si no llega el Defensor Lat.Drcho se responsabiliza de su Lateral y el Pivote lo coge el Avanzado (siempre por delante)

ERROR DEL DEFENSOR CENTRAL Y LATERALES



ERROR DEL AVANZADO CENTRAL Y LATERALES



EXTREMOS - AVANZADO CENTRAL

El Extremo Izdo. molesta en el 1er pase inicial e impide pase a Pivote

El Avanzado Disuade el pase al Central y parcialmente al Pivote

El Extremo Drcho Disuade pase a Pivote y equilibra espacios.

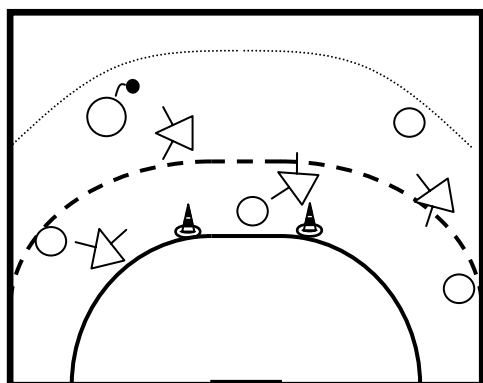
El En cuanto el pase se realiza comienza la Cadena de Ayudas.

El Avanzado juega en ambos espacios

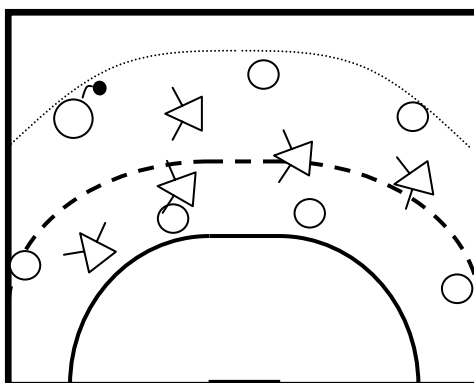
TAREAS

NOTAS

ERROR DEL AVANZADO CENTRAL Y CENTRAL



ERROR DEL DEFENSOR CENTRAL



EXTREMOS - LATERALES

El Lat. Izdo. se orienta parcializando el juego en ese lado buscando la Igualdad Numérica.
 El Lat.Dcho. disuade el pase a Pivote.
 El Extr.Dcho. equilibra espacios.
 En cuanto el pase se realiza comienza la Cadena de Ayudas.
 El Lat.Dcho. abandona al Pivote y asume su responsabilidad.
 El Lat.Izdo. asume la responsabilidad del Pivote (siempre por delante)

EXTREMOS - LATERALES-AVANZADO

El Avanzado se orienta parcializando el juego en ese lado buscando la Igualdad Numérica.
 El Lat.Izdo. disuade el pase a su Pivote.
 El Lat.Dcho. disuade el pase a su Pivote y presta atención al Central y a su Lateral.
 El Extr.Drch. equilibra espacios.
 En cuanto el pase se realiza comienza la Cadena de Ayudas.
 El Avanzado asume su responsabilidad y bascula al otro lado y cogiendo al Pivote (siempre por delante) si el Lat.Drcho. ha subido a marcar a su Lateral.
 El Lateral Izquierdo disuade pase a su pivote y presta atención al Central y a su Lateral

ATENCIÓN A LA CORRECCIÓN

-Siempre la iniciativa es del defensor.
 -Ocupación de espacios específicos.
 -De orientaciones específicas.
 -Intenciones Tácticas:
 *Forzar Igualdades Numéricas
 *Recuperación de balón.
 *FALTAS Tácticas
 -Responsabilidades espaciales en función del balón y del desarrollo de las acciones atacantes.
 -Ayudas ante los errores que se puedan cometer individual y colectivamente.

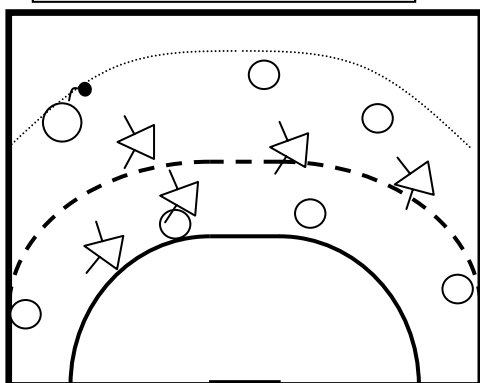
- Los pivotes se desplazan únicamente por el espacio que están ocupando.

-Se trata de hacer 3 defensas correctamente(interceptaciones, errores atacantes provocados, faltas en ataque, FALTAS Tácticas,...)
 -Los atacantes deben impedir la interceptación.
 -Si los defensores logran el contrataque, esos atacantes iniciales hacen tareas: Flex, abdominales,saltos, lanzamientos de bm, etc.

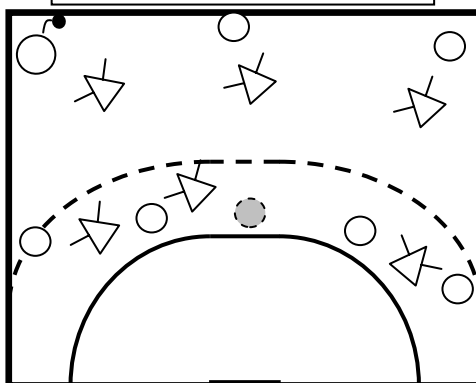
INCIDENCIA EN:

- Orientaciones.
- Disuasiones.
- Líneas de pase.
- Faltas en ataque. (adopción posición base)
- Ayudas en la superación a un compañero.
- La necesidad de una FALTA Táctica ante debordamiento del compañero: situación límite.
- Intensidad en las acciones

ERROR DEL AVANZADO CENTRAL



ERROR POSIBLE DE CUALQUIERA



EXTREMOS - LATERALES-CENTRAL

El Lat.Izdo. se orienta parcializando el juego en ese lado buscando la Igualdad Numérica.
 El Central disuade el pase a su Pivote.
 El Lat.Dcho. disuade el pase a su Pivote y presta atención al Central y a su Lateral.
 El Extr.Drch. equilibra espacios.
 En cuanto el pase se realiza comienza la Cadena de Ayudas.
 El Lateral asume al Pivote (siempre por delante).
 El Lat.Drcho. se responsabiliza secuencialmente del Central, pivote y su Lat.Drcho mientras el Defensor Central bascula.
 El Def.Central Defiende secuencialmente al Central y Pivote cuando salga el Lat.Drcho.

EXTREMOS-LATERALES-CENTRAL-AVANZADO

Se trata de integrar todo el trabajo de Ayudas anterior.
 La superioridad Ofensiva se marca con:
 -Dos pivotes.
 -Dos pivotes y uno central que sólo impide las Basculaciones del Defensor Central, no lanza.
 -Tres pivotes que se mueven libremente y pueden Lanzar.

FINAL.- ESTIRAMIENTOS Y VUELTA A LA CALMA