

Este ejercicio está pensado para trabajar sobre la percepción y toma de decisiones defensivas mediante la mejora de la comunicación entre los jugadores.

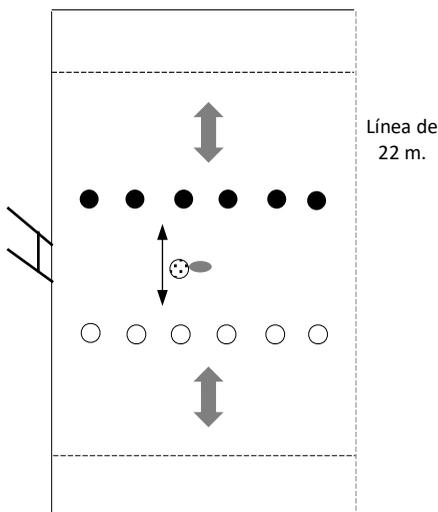
Organización

Organizar un partido entre dos equipos de 6 contra 6, dentro de la zona de 22 metros, jugando a lo ancho del campo. Las líneas de ensayo son las líneas de 5 metros de lateral.

Desarrollo

Inicialmente los dos equipos enfrentados en el centro del campo, separados por una distancia de 10 metros y el entrenador con un balón en medio de ambos.

El entrenador se mueve por el terreno de juego en sentido longitudinal, obligando a los dos equipos a mantener la misma disposición inicial. En un momento dado, el entrenador da el balón a uno de los dos equipos para que jueguen.



El entrenador debe controlar el ritmo de juego para que cuando el balón se detenga (placajes, puntos de encuentro, etc.), se obligue a los defensores a recolocarse y a recuperar y mantener la concentración defensiva.

Factores clave

- Cada defensor debe gritar y señalar a su par atacante, manteniendo su colocación defensiva individual al interior del mismo, con buenos apoyos en el suelo y ligeramente agachados.

Variantes

- Inicialmente los defensores se desplazan juntos y a la señal del entrenador deben organizarse en defensa.
- Actividad sin balón. Cada atacante lleva un escudo y a la señal del entrenador éstos deben correr en dirección a la su zona de marca, intentando escapar de su defensor quien debe bloquearle. El entrenador puede sustituir el bloqueo por placajes eliminando el escudo si lo desea.
- Cada atacante con un balón. El lanzamiento de la actividad es igual a la inicial, el entrenador se mueve por el terreno de juego en sentido longitudinal mientras que los defensores deben mantener la organización defensiva. En un momento dado, el entrenador grita el nombre de un atacante que avanza corriendo y será placado por su par defensivo. Atacantes y defensores se recolocan, con el punto de placaje como referencia, ante la nueva situación señalando cada defensor a su atacante.

La actividad continúa volviendo a moverse el entrenador inmediatamente después del placaje y recolocándose los jugadores hasta que se grite el nombre de un nuevo atacante, o bien jugando desde el placaje como una situación de juego

real, en este último caso los atacantes sueltan su balón al gritar el entrenador el primer nombre del atacante.