

DEFINICION: Podemos definir la táctica como todas aquellas acciones y movimientos que realiza un equipo, tanto en ataque como en defensa, con y sin balón, para tratar de imponerse al adversario mientras el balón se encuentra en juego.

Cuando hablamos de la táctica debemos analizarla teniendo en cuenta sus principios fundamentales. En un primer lugar debemos diferenciar claramente los principios tácticos ofensivos y los principios tácticos defensivos.

- Los **principios defensivos** son todas aquellas acciones y movimientos que pueden realizar los jugadores del equipo que no se encuentra con posesión del balón. El objetivo que se perseguirá a través del desarrollo de estos principios será contrarrestar al equipo adversario y evitar que éste pueda conseguir gol.
- Los **principios ofensivos** son todas aquellas acciones y movimientos que pueden realizar con y sin balón los jugadores del equipo que se encuentra con la posesión del balón. El objetivo que se perseguirá a través del desarrollo de estos principios será sorprender al equipo adversario y conseguir marcar gol.

Otro aspecto fundamental que hay que abordar con profundidad cuando hablamos de táctica es el de los "**sistemas de juego**" empleados por cada equipo y que normalmente estará en función de las características de los jugadores que componen la plantilla.

El conocimiento teórico de los aspectos anteriormente mencionados es de importancia vital para el entrenador de fútbol a la hora de dirigir a un equipo dentro de la competición, pero no sólo con esto será suficiente. El aspecto más importante que debe trabajar, aprender y mejorar todo entrenador es el traslado de todos estos conceptos al propio desarrollo del juego, es decir; la aplicación práctica de la táctica.

Para ello el entrenador deberá profundizar en el desarrollo de los principios ofensivos y defensivos a través del sistema de juego, para consiguiendo un **reparto de funciones por parte de los jugadores** y **una organización** del equipo a lo largo del partido que tengan como objetivo una mejora en el rendimiento competitivo del equipo.

DEFINICION: Rápida forma de ataque con características especiales que requiere: previo robo de balón, velocidad de ejecución, gran verticalidad y participación activa de pocos jugadores

CLASES DE CONTRATAQUE

- **A:** Directo.
- **B:** "2ª Oleada".

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- **Velocidad + Progresión.**
- Partir de una buena organización defensiva para la recuperación del balón.
- Ocupación y aprovechamiento de espacios libres.

- Pocos contactos / toques con el balón.
- Pocos jugadores interviniendo activamente en la jugada (pudiendo participar un mayor número de forma pasiva).
- No dar tiempo al repliegue ni la organización defensiva.
- Efectividad de los balones diagonales.
- Sincronizar el pase con la carrera del compañero.
- Coordinación de desmarques (desmarques diagonales para evitar fueros de juego).

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Marcar gol.
- Sorprender a la defensa contraria.
- Aprovechar los espacios libres existentes.
- Equilibrar la posible superioridad técnica del equipo contrario.
- No arriesgar defensivamente.
- Aprovechar velocidad de nuestros jugadores ofensivos.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Utilización de desdoblamientos en nuestro juego de ataque.
- Velocidad y orden en los repliegues.
- Gran presión al poseedor / lanzador del balón.
- Coberturas y permutas defensivas.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (CAMBIOS DE RITMO)

DEFINICION: Son aquellas acciones en las que se alterna fundamentalmente la velocidad del juego, complementada con el cambio de dirección de movimientos. El objetivo es superar la oposición directa del contrario. Puede ejecutarla el jugador con o sin balón.

CLASES DE CAMBIOS:

- A: Individual.
- B: Colectivos.

ASPECTOS IMPORTANTES DE LA EJECUCIÓN:

- Individual:
 - Alternar velocidad y lentitud en la conducción.
 - Alternar dirección de la carrera.
 - Alternar superficies de contacto.
 - Acompañar con engaños y fintas.
- Colectivos:
 - Alternancia de juego corto / largo y lento / rápido.
 - Acciones lentas en su iniciación y rápidas en su finalización.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Aprovechar y ocupar los espacios libres.
- Superar posiciones de uno o varios adversarios (incluso toda una línea).
- Desgaste físico del adversario.
- Desorientar / desequilibrar el orden defensivo del equipo contrario.
- Sorprender en las posiciones de finalización.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Coberturas y permutas.
- Temporizaciones defensivas (repliegues rápidos).
- Reducir los espacios libres.
- Pressing sobre el poseedor del balón.
- Amagar la entrada sin ejecutarla pero sin permitir la progresión.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (ATAQUE)

DEFINICION: Son todas las acciones que realiza el equipo que se encuentra en posesión del balón con el objetivo de marcar gol. Es fundamental tanto la participación activa (con balón) de los jugadores como la intervención indirecta (acciones sin balón) de estos.

CLASES DE ATAQUE:

- Combinado: “todos aquellos que buscan llegar a la portería contraria por el lugar del campo más adecuado, el cual implica la intervención de todo el equipo”.
- Directo: “aquel que busca llegar a la portería contraria en el menor tiempo posible. Se basa en el pase largo efectuado por los jugadores de primera línea sobre los puntas”.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Control del juego con profundidad (la posesión sin profundidad resulta poco efectiva).
- Apoyos y desmarques constantes, para ofrecer diferentes soluciones al poseedor del balón.
- Alternancia del ritmo de posesión / combinación (dependiendo fundamentalmente de la zona).
- Máximo número de participantes (con y sin balón).
- Variar las acciones, alternancia de acciones (juego corto / largo, interior / exterior...).

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Gran objetivo MARCAR GOL a través del control del juego ofensivo.
- Búsqueda de posiciones favorables al remate.
- Mantener la posesión y por consiguiente la iniciativa ofensiva en nuestro poder.
- Imponer un ritmo de juego favorable a nuestro equipo.
- Desgaste físico y moral del adversario.
- Intentar que el contrario salga de posiciones defensivas cerradas.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Presión sobre el adversario poseedor para robar el balón cuanto antes.
- Reducción de espacios; presión total, repliegue, juntar líneas defensivas.
- Agresividad defensiva constante.
- Velocidad en las acciones y movimientos defensivos.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (DESMARQUE)

DEFINICION: Es la acción de escapar de la vigilancia o marcaje de los jugadores contrarios cuando un compañero de nuestro equipo tiene el balón

CLASES DE DESMARQUE:

- **Desmarque de Ruptura:** Todos los que suponen progresión de espacio hacia delante.
- **Desmarque de Apoyo:** Cuando el receptor se acerca hacia el poseedor del balón.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Lo más importante es elegir el momento justo y oportuno
- Recibir el balón en movimiento.
- No perder de vista el balón.
- Ocupar los espacios libres.
- El que corre es más visible que el que grita

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Situarse en posición que permita recibir el balón (anular marcaje del adversario).
- Crear espacios libres para los compañeros.
- Dar alternativas al poseedor del balón.
- Sorprender al oponente.
- Anticiparse al juego y provocar situaciones de remate.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Coberturas y permutas entre los defensores.
- Reducir al máximo los espacios defensivos.
- Atención y constante visión del balón-hombre marcado.
- Ocupación de zonas peligrosas para nuestro equipo.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (DESDOBLAMIENTO)

DEFINICION: Acción ofensiva con carácter defensivo entre 2 jugadores que consiste en intercambiar sus posiciones permitiendo cubrir los espacios libres dejados al sumarse al ataque.

CLASES DE DESDOBLAMIENTO:

- **A:** Normalmente son más comunes en jugadas con posiciones en la BANDA; Laterales o Carrilero, en busca del centro.

- **B:** Por el CENTRO son incorporaciones más en busca del remate.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Debe ser un intercambio de posiciones que permita atacar a cualquier jugador del equipo sin por ello desequilibrar el posicionamiento del equipo
- Las distancias adecuadas..
- Tener iniciativa pero con control.
- Hay que quedarse en una distancia que permita ver la jugada y apoyarla al mismo tiempo.
- Coordinación entre hombres de diferentes líneas.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Ocupación racional del terreno de juego.
- Evitar contraataques ante una eventual pérdida del balón.
- Apoyar la jugada y dar soluciones al poseedor del balón.
- No desequilibrar el sistema empleado.
- Mantener la distancia entre líneas.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Ocupación rápida de espacios ofensivos tras robo.
- Presión al poseedor.
- Acumulación de jugadores atacantes.
- Marcaje zonal.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (ESPACIOS LIBRES)

DEFINICION: Son aquellas zonas del campo que se encuentran libres de presencia de contrarios.

CLASES DE ESPACIOS LIBRES :

- Ya generados por la propia disposición táctica o sistema empleado.
- 2. Creados y ocupados por movimientos de los jugadores en diferentes acciones.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Sucesión a seguir: CREAR-OCUPAR-APROVECHAR.
- Crear: Arrastrar al marcador.
- Ocupar: Desplazándose un compañero.
- Aprovechar: Llega el balón a la zona en condiciones de ser jugado.
- Es importante el engaño.
- Velocidad de ejecución.
- La coordinación entre compañeros de los desmarques.
- Clara visión del terreno de juego.
- Sacrificio.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Facilitar los Cambios de Orientación = Cambiar el sentido del juego.
- Desorientar / descolocar al contrario y combatir los marcajes.
- Dar fluidez y amplitud al juego ofensivo.
- Movilidad y profundidad.
- Apoyos constantes.
- Buscar posiciones favorables en el juego ofensivo.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Repliegues intensivos = Menos espacios útiles para el adversario.
- Marcajes zonales + Espíritu colectivo defensivo + Comunicación entre defensas.
- Anticipación defensiva, ocupar los espacios antes que el contrario.
- Velocidad en las basculaciones (desplazamiento lateral) colectivas.
- Hombre libre.
- Buena ocupación racional = equilibrio defensivo.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (CAMBIOS DE ORIENTACIÓN)

DEFINICION: Son todas aquellas acciones que suponen un cambio de trayectoria y dirección del balón, en las que se persigue enviarlo a zonas alejadas de la situación actual.

CLASES DE CAMBIO DE ORIENTACIÓN:

- **A:** Directo (mediante pase largo).
- **B:** Mediante circulación o combinación de pases.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Buen dominio técnico del pase largo.
- Rápida circulación de la pelota.
- Buen dominio control-pase.
- Búsqueda de amplitud de espacios en ataque.
- Velocidad de ejecución en las acciones, no permitiendo recolocarse a la defensa contraria.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Aprovechamiento de los espacios libres creados.
- Crear situaciones de remate a gol.
- Amplitud en ataque.
- Descolocar y hacer moverse a la defensa contraria.
- Buscar espalda a los adversarios.
- Estirar horizontalmente las líneas contrarias para crear espacios interiores.
- Dotar a nuestro juego de versatilidad y diferentes posibilidades de juego.
- Participación de mayor nº de jugadores.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Defensa en zona.
- Pressing al poseedor del balón.
- Repliegue colectivo intensivo.
- Velocidad en la basculación defensiva.
- Temporización defensiva obligando a un juego más lento del contrario.

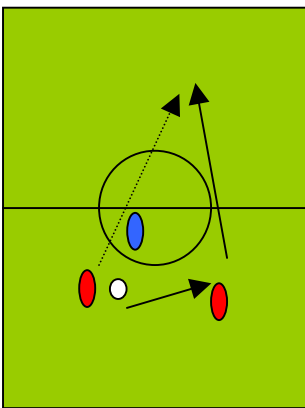


PRINCIPIOS OFENSIVOS (PAREDES)

DEFINICION: Es la combinación rápida de entrega y devolución del balón entre 2 o más jugadores desbordando a uno o varios adversarios. Generalmente se produce mediante un solo contacto.

CLASES DE PAREDES:

- **A:** Posiciones ofensivas en busca de generar espacios libres y conseguir rematar.
- **B:** Posiciones más retrasadas; superar al contrario.



Ejemplo de una situación de dos contra uno en línea de medios, resuelta con una acción de pared simple.

Modo de Ejecución

- 1- El poseedor del balón se encuentra presionado, pero con opciones de jugar sobre el apoyo en amplitud del compañero.
- 2- El atacante no poseedor del balón ofrece un apoyo desde la amplitud con línea de pase clara para la recepción.
- 3- El jugador que ha iniciado la acción, después de jugar con el compañero, realiza un movimiento de desmarque posibilitando la devolución al primer toque del compañero.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Observar / tener en cuenta posiciones de los contrarios
- Apoyo cercano al poseedor del balón.
- Buscar el balón y no sólo esperarlo.
- Cambio de ritmo en la ejecución.
- ¡Velocidad de ejecución!
- Dominio / toque de balón.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Superar a jugadores contrarios.
- Salir de la presión.
- Crear espacios libres / abrir defensas cerradas.
- Generar posibles remates.
- Combatir el marcaje al hombre.
- Mantener la posesión.
- Imprimir velocidad al juego.
- Facilitar la progresión por el terreno de juego

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Marcajes férreos; anticipación.
- Manteniendo distancia en la entrada para no vernos superados (tener ventaja).
- Coberturas, pudiendo ver la jugada de cara, posibilitando un corte.
- Reducir espacios entre líneas.
- Hombre libre.
- Densidad defensiva.
- Gran pressing al poseedor.



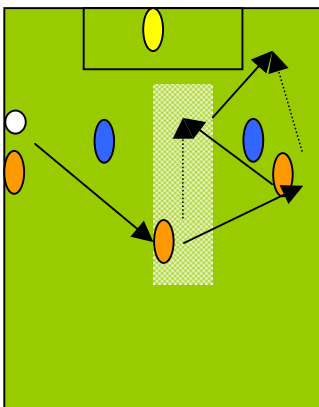
PRINCIPIOS OFENSIVOS (APOYOS)

DEFINICION: Acción de facilitar alternativas y soluciones favorables al poseedor del balón, realizando movimientos y ocupando diferentes posiciones.

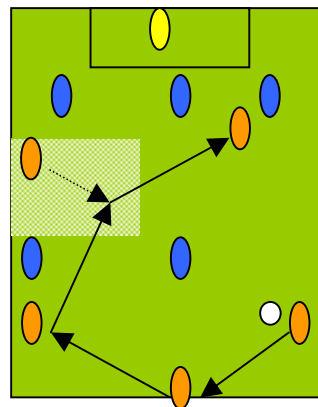
CLASES DE APOYOS:

Dependen fundamentalmente de la dirección y distancias: A, B, C, D.

- **A:** En profundidad.
- **B:** Lateral.
- **C:** Diagonal.
- **D:** Frontal o delante del poseedor.



Acción Básica de movimiento en apoyo



Ejemplo de acción de apoyo abriendo ángulo y manteniendo la visión

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Crear, ocupar o aprovechar espacios libres.
- No perder en ningún momento la visión del balón.
- Tomar como referencia a los contrarios y al balón.
- Buscar un apoyo seguro.
- Lograr una posición ventajosa.
- Tener pensada la jugada posterior antes de recibir el balón.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Dar ayuda y soluciones al poseedor del balón.

- Propiciar el juego de combinación y colectivo.
- Facilitar la creatividad al poseedor del balón al tener más posibilidades.
- Mantener el control de juego y la posesión de la pelota.
- Superar la presión del equipo contrario.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Presión constante al poseedor.
- Lograr superioridad numérica defensiva.
- Distribución racional de los espacios en defensa.
- Zona del balón muy poblada.
- Juntar líneas / reducir espacios.
- Repliegues.
- Marcajes férreos al hombre.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (AYUDAS PERMANENTES)

DEFINICION: Son todas aquellas soluciones favorables que se le presentan al poseedor del balón, por sus compañeros de equipo, en cualquier momento y circunstancia. (“máximo número de jugadores realizan un apoyo”)

Por lo tanto, se pretende que jamás pueda faltar ayuda a un compañero, o, por lo menos, colaboración efectiva y constante.

La movilidad de los hombres sin balón, en forma de apoyos, desmarques, etc, es básica en este principio para favorecer la continuidad de la jugada.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (CONSERVACIÓN DEL BALÓN)

DEFINICION: La conservación del balón y el control del juego se manifiestan por las reiteradas acciones que se realizan sin perder la posesión del mismo, desplegándose y maniobrando el equipo que las manifiesta, sin otra acción aparente (en la mayoría de los casos) que las de disponer de la iniciativa y, lógicamente, del balón.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (RITMO DE JUEGO)

DEFINICION: Se manifiesta cuando se mantienen, desde principio hasta final del partido, unos esfuerzos y acciones que no sufren durante su desarrollo ningún cambio aparente en cuanto a su intensidad.



PRINCIPIOS OFENSIVOS (VELOCIDAD EN EL JUEGO)

DEFINICION: La definimos como todas las acciones rápidas realizadas por los jugadores de un equipo, con golpes de balón precisos y oportunamente orientados.

DEFINICION: La progresión en el juego la definimos como todas aquellas acciones realizadas por un equipo, llevando o enviando el balón, en sentido perpendicular a la portería adversaria.

“La progresión podrá ser más o menos rápida, pero se debe manifestar claramente”

- **PROFUNDIDAD DE ATAQUE**, no consiste sólo en atravesar el centro del campo, sino llegar al área contraria en disposición de remate con varios jugadores.
- **AMPLITUD DE ATAQUE**, utilizando, en el juego ofensivo, toda la anchura del terreno de juego, es decir, jugar por las bandas.
- **MOVILIDAD CONSTANTE DE LOS JUGADORES**, para intentar que el desequilibrio entre el ATAQUE propio y la DEFENSA contraria sea mínimo, y si no es posible alcanzar la superioridad numérica al menos lograr un cierto equilibrio numérico.

DEFINICION: Son aquellas acciones realizadas exclusivamente para ralentizar el juego y obtener una ventaja temporal. Se pueden realizar tanto ofensivamente como defensivamente.

CLASES DE TEMPORIZACIONES:

- **A:** Ofensiva.
- **B:** Defensiva.
- **C:** Individual.
- **D:** Colectiva.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

Ofensiva:

- Protección y seguridad con el balón.
- Elegir una zona poco peligrosa para mi equipo.
- La mejor temporización es aquella en la que la sucesión de pases es muy larga y sin riesgo defensivo.
- Apoyos continuos al poseedor del balón.

Defensiva:

- No abusar de las interrupciones y hacerlas con el balón en juego.
- Realización de faltas tácticas.
- Aguantar las entradas y dar tiempo a la organización defensiva de -los compañeros.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

Ofensiva:

- Conservar un resultado favorable dejando que transcurra el tiempo.
- Dar tiempo a que se produzca un apoyo o un desmarque de un compañeros.
- Cambiar / Romper el ritmo de juego del adversario.

- Permitir la recuperación física del equipo tras una acción de esfuerzo y serenar el juego.
- Esperar incorporación al ataque del equipo.
- Dar tiempo a salir del fuera de juego a un compañero.
- Intentar que el contrario salga de posiciones defensivas muy cerradas.

Defensiva:

- Conservar un resultado favorable dejando que transcurra el tiempo.
- Permitir la recuperación física del equipo tras una acción de esfuerzo.
- Posibilitar o permitir la organización defensiva del equipo.
- Romper el ritmo y la progresión de juego del adversario.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

Ofensiva:

- Evitar hacer faltas innecesarias.
- Superioridades numéricas cerca del balón.
- Gran presión al poseedor del balón.
- No favorecer con faltas, despejes irracionales, juego precipitado, falta de concentración en el juego... la temporización del contrario.
- Adelantar nuestras líneas + presión total.

Defensiva:

- No perder la posesión del balón.
- Dar ritmo y velocidad al juego; realización de contraataques.
- Ayudas permanentes al poseedor del balón.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (CARGA)

DEFINICIÓN: Es la acción de choque o empuje de hombros en la disputa entre dos jugadores por la posesión de la pelota.

CLASES DE CARGAS

- **A:** Hombro con hombro.
- **B:** Frontal (sin violencia).
- **C:** Espalda (sin violencia).

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Ha de ser hombro con hombro.
- La prioridad es el balón.
- Procurar proteger la zona buena de acceso al balón.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Hacerse con el control del balón.
- Proteger el balón ante la intervención del contrario.
- No permitir una conducción de balón cómoda del rival.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Hacerse con la trayectoria de desplazamiento buena.
- Cargar todo el peso del cuerpo en el hombro.
- Ser el primero en chocar con fuerza en la disputa.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (VIGILANCIA)

DEFINICION: Es la situación y actitud de defensa sobre ciertos contrarios y zonas, aún estando la pelota en poder del propio equipo.

CLASES DE VIGILANCIA:

- **A:** Al hombre (en córner ofensivo)
- **B:** A la zona (Incorporación de un jugador de banda al ataque o en otra jugada de estrategia ofensiva)

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Visión del balón-contrario vigilado (las dos a la vez).
- Comunicación para evitar la desorganización en la incorporación al ataque.
- Precaución equilibrada.
- Evitar que coarte y condicione la creatividad y juego ofensivo del equipo.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Situaciones:
- Córners a favor.
- Faltas.
- Contraataques masivos.
- Incorporaciones de defensas al ataque.
- Evitar desequilibrio defensivo del equipo.
- No dejar que los impulsos ofensivos dificulten la percepción del concepto global del juego.
- Evitar el contraataque.
- Organización y ocupación racional defensiva.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Gran movilidad y velocidad ofensiva.
- Amagos y cambios de dirección.
- Ocupar espacios libres
- Relevos posicionales.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (REPLIEGUE)

DEFINICION: Son los movimientos de retroceso que realizan los jugadores de un equipo tras perder la posesión del balón con el fin de cerrar espacios y organizarse defensivamente.

CLASES DE REPLIEGUES:

- 1: Individual.
- 2: Colectivo.
- R. Intensivo: 1/2 campo propio.
- R. Medio: medio campo

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Juntar mucho las diferentes líneas, tan importante como los espacios por delante y por detrás, son los ENTRE.
- Mantener primero las zonas centrales, en diagonal casi siempre hacia abajo.
- Ejecución rápida y veloz.
- Complementar con gran presión al poseedor del balón, para cortar los posibles pases en profundidad.
- ¡Colectivo! El individual sólo es efectivo en casos concretos, lo adecuado es colectivo y coordinado.
- Línea defensiva: fuera de juego.
- No perder la visión del balón al realizarlo.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Minimizar los espacios defensivos y recuperar posiciones defensivas tras la pérdida de la posesión del balón.
- Favorecer las ayudas y coberturas.
- Crear espacios libres delante para montar el contraataque.
- Evitar los contraataques contrarios.
- Dificultar la combinación de pases en el campo propio.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Velocidad en nuestro juego ofensivo; CONTRAATAQUE.
- Progresión y profundidad en los envíos y pases.
- Creación de espacios libres.
- Gran cantidad de apoyos.
- Cambios de orientación para mover y abrir a la defensa contraria



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (PRESIÓN)

DEFINICIÓN: Es la acción de asedio o acoso sobre el equipo contrario (sobre uno, varios o la totalidad de los contrarios), con el fin de arrebatarse la posesión del balón o provocar un error en su juego.

CLASES DE PRESIÓN:

- | | |
|----------------|---------------|
| 1: Individual. | A: Intensivo. |
| 2: Línea. | B: Medio. |
| 3: Colectivo. | C: Banda. |
| | D: Total |
| | E: ½ Campo |

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Ha de ser colectivo y coordinado entre las diferentes líneas del equipo para que realmente sea efectivo.
- Especial atención en los marcajes y actitud de tensión.
- Achicar espacios hacia el balón y entre las líneas del equipo.
- ¡Gran condición o preparación física!
- Realizarlo en zonas cuanto más restringidas y con menos posibles salidas al poseedor.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Recuperación rápida del balón.
- Romper el inicio del juego ofensivo del contrario.
- Evitar el control del juego por parte de los adversarios.
- Obligar a la improvisación o precipitación del adversario.
- No dejar combinar pases a los jugadores contrarios.
- Provocar el fuera de juego.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Ayudas permanentes al poseedor del balón.
- Paredes.
- Desplazamientos largos de balón complementados con desmarques de ruptura.
- Pases hacia atrás para realizar cambios de orientación y romper el offside.
- Buscar la superioridad numérica ofensiva.
- Preparar salidas y soluciones posibles en cuanto a movimientos.
- Cambios de ritmo constantes.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (MARCAJE)

DEFINICIÓN: Son todas aquellas acciones que se realizan sobre los contrarios para evitar que reciban el balón o si ya lo poseen no puedan utilizarlo eficazmente. Se reconoce normalmente como la acción de "cubrir" al adversario.

CLASES DE MARCAJES:

- **A:** Marcaje al hombre.
- **B:** Marcaje zonal
- **C:** Marcaje Mixto

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Tomar como referencias la posición del balón y del contrario con respecto a la portería.
- Cuanto más cercana sea la jugada a nuestra área debe ser más férreo.
- Evaluar el conjunto de la situación de juego y no sólo a su adversario directo.
- Anticipación, fuerza y concentración.
- Orientación correcta respecto al contrario y al sentido de la jugada.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Evitar que el contrario reciba el balón.
- Si recibe el balón, que lo haga en las peores condiciones posibles.
- Anular el juego ofensivo del contrario.
- Reducir capacidad de maniobra del contrario.
- Dotar de una organización defensiva al equipo.
- Impedir que nos marquen gol.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Alternancia de desmarques de ruptura y apoyo.
- Buscar la espalda (escapar de la visión) del marcador.
- Realización de fintas y movimientos de engaño antes de recibir el balón.
- Buscar los espacios libres entre defensores o líneas de estos.
- Realizar movimientos diagonales.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (MARCAJE AL HOMBRE)

DEFINICION: Cada defensor marca directamente a un contrario previamente asignado por el entrenador.

CARACTERÍSTICAS:

- Intenta evitar que el contrario marcado reciba el balón.
- Las asignaciones son claras y las responsabilidades de cada defensor directas.
- La efectividad está directamente relacionada con la fuerza y contundencia de la intervención.
- Importancia de disponer de un hombre libre.
- Crece la responsabilidad individual.
- Combatividad de los defensores.

VENTAJAS:

- Adversario (en cabeza) presencia continua de un defensor.
- Dificultad por parte del atacante para recibir el balón.
- Simplicidad de explicación y acciones.
- Concentración en un juego de su atención y esfuerzo.

INCOVENIENTES:

- Fallo Individual = mucho riesgo.
- Requiere espíritu de solidaridad.
- Condición física óptima necesaria.
- Frena la iniciativa del juego.
- Fuera de zona y puesto: arrastres y movimientos.
- Bajo juego ofensivo de los defensores.

COMBATIR / CONTRARESTAR:

- Mucho movimiento y desmarque de ruptura / Jugar sin balón.
- Sacar de zona al defensor y buscar zona o punto más débil.
- Crear + Aprovechar espacios libres.
- Poco tiempo balón en el poder del jugador: combinaciones rápidas.

DEFINICION: Aquel en el que se delimitan las zonas del campo y cada defensor es el responsable de una de ellas, cuando el balón o un contrario entra en ella y también de la ayudas a las adyacentes.

CARACTERÍSTICAS:

- El equipo se divide en diferentes líneas escalonadas
- Fomenta y propicia el trabajo colectivo.
- Posibilita la anticipación y el contraataque posterior.
- Se ocupan los espacios más peligrosos.

VENTAJAS:

- Ocupación racional del campo.
- Organización buena (siempre bien colocados) para la jugada posterior.
- Gran posibilidad de ayudas y coberturas.
- Se mantienen las zonas naturales de los jugadores.

INCOVENIENTES:

- Requiere una buena coordinación y comunicación entre los diferentes componentes del equipo.
- Puede generar desequilibrio cuando 2 jugadores adversarios ocupan la misma zona.
- Requiere jugadores con buen sentido táctico del juego.

COMBARTIR- CONTRARESTAR:

- Buscar la superioridad numérica en determinadas zonas.
- Posible pasividad de los jugadores más alejados del balón.
- Crear incertidumbre ocupando zonas entre 2 jugadores.
- Ocupar espacios entre líneas.
- Desmarque de apoyo en defensa en línea.
- Circulación rápida del balón y cambios de orientación.

DEFINICION: Tipo de marcaje en el que cada jugador, partiendo de su posición en el campo, se empareja con el contrario que entra en su zona y le marca hasta el final de la jugada ó hasta que finalice la peligrosidad de la acción que pueda realizar dicho jugador.

CARACTERÍSTICAS:

- Se trata de anular al atacante más peligroso en ese momento en la jugada.
- Se realiza siempre que el jugador estime oportuno que el abandonar su zona para marcar a un contrario sea eficaz para neutralizar el juego del rival.
- La clave es el peligro de gol no el balón ni un contrario específico.

VENTAJAS:

- Se dota de gran poder de decisión a los jugadores, lo que les hace más partícipes del juego.
- La referencia defensiva es clara (zona o jugador de mayor peligro para nuestra portería).
- Se impone el componente de la inteligencia por encima de la condición física.

INCOVENIENTES:

- La efectividad defensiva depende casi exclusivamente de la toma de decisiones de los defensores.
- Es necesario un gran espíritu de sacrificio para no escatimar esfuerzos.
- En muchas ocasiones los jugadores abandonan sus posiciones naturales.

COMBARTIR- CONTRARESTAR:

- A mayor movilidad y mayor cambio posicional mayores dudas se crearan en los defensores.
- La utilización de jugadores entre líneas crea gran incertidumbre.
- Combinaciones cortas o búsqueda de la espalda de los defensores al ser muy difícil la utilización del fuera de juego en dicha defensa.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (COBERTURA)

DEFINICION: Son el conjunto de posiciones y movimientos que permiten a los defensores ayudar a un compañero que puede ser desbordado tanto por un contrario como por el balón.

CLASES DE COBERTURAS:

- **A:** Sobre un compañero.
- **B:** Sobre una línea completa.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- El realizador de la cobertura ha de estar más cerca de su propia portería que el compañero.
- Visión constante de: BALÓN-CONTRARIO (atención a la jugada).
- Concentración en los movimientos de los adversarios.
- Velocidad de movimientos.
- Decisión y contundencia en las acciones.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Evitar la facilidad de superación de líneas concretas.
- Colaboración y trabajo defensivo colectivo.
- Solidez y fortaleza defensivas.
- Reducción de espacios libres.
- Complemento del marcaje.
- Equilibrio y superioridad numérica defensiva.
- Ofrecer ayuda y seguridad.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Superioridad numérica ofensiva.
- Abrir al máximo los espacios = Distancias más largas.
- Ocupar posiciones entre líneas (entre el jugador que hace la cobertura y la espalda de la línea ayudada).
- Desmarques diagonales y veloces.
- Apoyos tras la primera acción (superación de adversario o de línea).
- Cambios de orientación impidiendo llegar al jugador que efectúa la cobertura.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (PERMUTA)

DEFINICIÓN: Es el movimiento del jugador desbordado de ocupar la posición del compañero que le ha hecho la cobertura.

CLASES DE PERMUTAS:

- Se realiza como complemento de la previa cobertura de un compañero.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Gran coordinación de movimientos.
- Seguir la jugada tras ser superados.
- Ocupar la zona del compañero más importante o de mayor peligro.
- Espíritu de sacrificio y concentración.
- Saber trabajar en zonas diferentes a las posiciones naturales.
- Mentalización en el juego defensivo colectivo.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Ocupar defensivamente un espacio peligroso.
- Solidez y coordinación defensiva.
- Ocupación racional de zonas defensivas.
- Trabajo colectivo de la defensa.
- Evitar descolocar a toda la línea tras ser un solo jugador desbordado.
- No conceder al adversario espacios libres.
- Reparto de los esfuerzos defensivos

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Gran velocidad de ejecución en la jugada ofensiva.
- Rápidos apoyos al poseedor del balón.
- Cambios de orientación tras superar al primer contrario.
- Evitar ralentizar la jugada y soltar rápido el balón.
- Pases elevados que superen la posición del defensor.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (ENTRADA)

DEFINICIÓN: Es la acción defensiva que se realiza sobre el poseedor del balón con intención de arrebatársela la posesión de este. Supone la acción defensiva más importante.

CLASES DE ENTRADAS:

- **A:** Frontal.
- **B:** Lateral.
- **1:** Momento que recibe el contrario y antes de controlar.
- **2:** Una vez controlada la pelota por el contrario.

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Orientación de cara respecto al balón.
- Anticipación, decisión y contundencia.
- Visión doble: jugador-balón.
- Momento más oportuno: pelota más alejada del adversario, descuido de este y menos protegido.
- Aguantar sin desequilibrarse las fintas y amagos del rival.
- Distancia adecuada dependiendo de características del contrario;
 - Rápido: mayor distancia.
 - Hábilidoso: encima, no dejar recibir.
- Aguantar / temporizar si no existe cobertura o apoyo de compañeros.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Arrebatarse posesión del balón al rival.
- Cortar el avance o ataque del equipo rival, evitar su progresión.
- Obligar a improvisar al jugador poseedor del balón.
- Impedir la combinación entre jugadores del equipo contrario.
- Forzar la pérdida del control del juego del equipo contrario.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Ayudas permanentes al poseedor.
- Velocidad de ejecución de las acciones ofensivas.
- Realización de fintas, amagos y regates.
- Ocupación de espacios libres.
- Realización de paredes y circulación rápida del balón.
- Amplitud del juego de ataque, generando más espacios libres.



PRINCIPIOS DEFENSIVOS (CORTE)

DEFINICIÓN: Es la acción de evitar una combinación de pases del equipo contrario interponiéndose en la trayectoria del balón. Existen dos posibilidades: apoderarse del balón (intercepción), simplemente desviar el balón y evitar la combinación contraria.

CLASES DE CORTES:

- **A:** Interceptación (cortar combinación ofensiva apoderándose del balón).
- **B:** Despeje (interrumpir la combinación del adversario).

ASPECTOS IMPORTANTES EN LA EJECUCIÓN:

- Constante visión del balón y movimientos de contrarios.
- Anticipación y actitud de tensión.
- Velocidad en la ejecución y buscar el balón con fe.
- Control adecuado cuando sea posible apoderarse del balón.
- Despeje contundente en zonas peligrosas para nuestro equipo.

OBJETIVOS / FINALIDAD:

- Evitar el avance y la progresión del equipo contrario.
- Robar la posesión de balón.
- Evitar situaciones peligrosas y de posible remate.
- No dejar que la pelota llegue a espacios libres.
- Hacerse con el balón e iniciar el contraataque.

FORMAS DE CONTRARRESTAR:

- Velocidad y seguridad en los pases.
- Sorpresa y desmarque en el juego ofensivo.
- Muchos apoyos y desmarques para lograr superioridad numérica.
- Amplitud en el juego ofensivo.

Atención: El siguiente artículo ha sido editado mediante la recopilación de diferentes documentos extraídos de Internet, a título gratuito y de libre disposición en Internet. Los conceptos aquí vertidos corren por exclusiva cuenta de los autores y no expresan necesariamente la filosofía o manera de ver el deporte o disciplina por parte de los responsables de futbolsesion.com

www.futbolsesion.com