

---

## LOS PRINCIPIOS DE JUEGO DEFENSIVOS

Son todas aquellas ideas, normas y acciones que debe manifestar cada jugador, cada bloque y todo el equipo, cuando el rival tiene el balón, con el objetivo de recuperarlo o despojarlo de él.

El objetivo principal de todas estas acciones individuales, con el compañero, en grupo, y colectivas es evitar que el rival nos convierta goles, por lo cual sería primordial que la recuperación del balón se realice lo antes posible, en conjunto y lo más lejos de nuestra área o propio arco.

Todo el dominio corporal, todas las acciones físicas, técnicas, reglamentarias y psicológicas orientadas a impedir que el rival pueda tener el balón, construir juego o finiquitar y todo ello apoyado y

Sustentado en los principios de juego defensivo, que facilitarán esta ardua labor.

## **Los principios de juego defensivos: “El equipo rival con el balón”**

### **1.- Ubicación**

Saber ubicarse, estar en el lugar propicio para intervenir con éxito. La ubicación debe ser la mayor virtud de los defensas, pues al estar bien situados estarán en óptimas condiciones para anticipar o realizar cualquier otra acción defensiva con éxito.

### **2.- Anticipación defensiva**

Es intuir y salir rápida y sorpresivamente. Es llegar al balón antes que el atacante e interceptar el balón que le había sido jugado a este por un compañero.

### **3.- Marcación**

Ganar el duelo para despojar del balón o quedarse con él. Es la actitud y movimiento que manifiesta el defensor frente al atacante, con el objeto de quitarle el balón, impedir que lo juegue de manera cómoda o retardar la jugada a través de una óptima posición basal impidiéndole que avance. Al tener marcado a su atacante el defensor tendrá varias ventajas pero la principal es que se evitará el duelo, pues es muy difícil que le jueguen el balón a su jugador si él está ahí, apegado a él.

### **4.- Saber retroceder**

Saber retroceder de manera rápida y fluida, hacia la dirección que el rival conduzca el balón.

Es tener un amplio y óptimo dominio del cuerpo, especialmente del juego de piernas, que le permitirá mantener el equilibrio y salir en la dirección correcta.

Es saber pararse bien frente al rival que tiene el balón y poder a través de sus movimientos, gestos y actitudes controlar la situación o apoderarse del balón.

### **5.- Saber barrerse**

Saber ir al piso, utilizar bien el quite deslizante, elegir el momento oportuno para realizar esta acción, con éxito asegurado, pues de lo contrario hombre en el suelo es un hombre menos. Saber ir al piso para despojar del balón al rival o recuperarlo, a través de un enganche.

### **6.- Coberturas**

Cubrir al compañero que está en duelo tratando de quitar el balón. Estar siempre ubicado para poder intervenir en dicha jugada, más aún si el compañero ha sido superado.

Cubrir además un espacio en su zona defensiva que ha dejado un compañero, que fue a la marcación de otro rival. Crear el hábito de que cada vez que un defensor es superado, este debe ir a tomar otra ubicación útil.

### **7.- Despejar hacia las orillas**

Toda acción que signifique despejar o alejar el peligro de nuestra área, deberá realizarse con la intención clara y definida de lanzar el balón lejos y hacia los costados; ojalá siempre aéreo, pero si la situación lo permite, jugar dicho balón hacia los costados a un compañero que está ubicado sobre las bandas para salir jugando.

### **8.- No golpear al rival por la espalda**

Enseñar que lo correspondiente en este caso es controlar al rival evitando que se de vuelta, obligándolo a ir hacia su campo, pero sin tener contacto físico agresivo por la espalda del rival y menos aún si este atacante está en contra de la línea de fondo o de banda.

**10.- Permanente actitud de vigilancia**

Se refiere al estado constante de concentración del jugador, durante todo el partido en general y en la jugada en que él está involucrado como defensa, mantenerse atento a lo que sucede con el ataque rival y con el jugador que el debe en ese instante anular, tenerlo siempre vigilado y controlado.

**11.- Provocar el fuera de juego**

El provocar el fuera de juego pasa por el conocimiento que el jugador tiene de esta regla, y como coordinadamente la última línea defensiva la utiliza como elemento defensivo. Esto requiere convicción, complemento y sincronización de movimientos de todo el bloque defensivo y de un arduo trabajo.

**12.- Cubrir y proteger a su arquero**

Es la actitud física y mental de proteger a su arquero del atacante rival que viene al rebote. Es estar desconfiando de su arquero que se le puede soltar el balón o que puede golpear en uno de los postes.

---

**13.- Retardar la jugada rival**

Cuando se está atacando y hay defensores comprometidos y se pierde el balón, inmediatamente quien este mas cerca del rival que recuperó el balón debe ir encima de el, atacarlo, presionarlo para que no juegue el balón o avance. Es aguantar, mantener al atacante en una posición de espera, para que el bloque defensivo se reorganice lo más rápido posible.

**14.- Mantener un equilibrio en el sector defensivo**

Consiste en mantener como mínimo una igualdad numérica, en relación al equipo atacante. Debemos aceptar que el equipo atacante trate de romper este equilibrio, razón por la cual debemos estar atentos a mantenerlo y si es posible, siempre tener un defensor mas.

### **15.- Control estricto de los rivales en el área propia**

Se refiere a que las marcas deben ser muy estrechas en el área propia, pues el rival se encuentra cerca de nuestro arco en posesion del balón. **Ningún atacante libre, la marca debe ser a presión.**

### **16.- Despojar del balón al rival en el momento del control**

En el momento del control, el atacante está preocupado del balón, toda su atención esta puesta en esta acción lo cual debe ser aprovechada por el defensa. En el momento en que el balón toma contacto con el cuerpo del rival, en ese preciso instante, el defensor debe caerle y despojarlo del balón al despegarse de su cuerpo.

### **17.- Impedir que el rival realice pases centros y tiros al arco (Bloqueo)**

En nuestro primer cuarto de cancha el rival rematará al arco o atacará por las puntas intentando realizar pases centros, por lo cual, todo el bloque defensivo debe atacar al poseedor del balón, presionarlo al máximo para impedir estas dos acciones.

### **18.- Intercepción**

Consiste en interrumpir la trayectoria del balón, que ha sido jugado por un atacante rival hacia uno de sus compañeros. Para realizar esta importante acción, es preciso estar muy concentrado y atento a las acciones del juego e intuir las acciones defensivas.

### **19.- Reconversión de ataque a defensa**

Tener una correcta actitud y movimiento en el preciso instante en que se pierde el balón, saber reaccionar acertadamente en el mismo