

# PRESENTACIÓN

Con los presentes vídeos se pretende ofrecer a los profesionales de la educación física y el deporte y, en particular, del balonmano un instrumento audiovisual de apoyo a la metodología del proceso de enseñanza-aprendizaje, basados en las intenciones técnico-tácticas individuales de los jugadores con relación a la función (rol) que desempeñan (atacante, defensor o portero). Por su claridad de exposición y simplicidad en el tratamiento de los contenidos constituye un material audiovisual didáctico, ameno y de fácil comprensión que se dirige principalmente a los formadores de este juego deportivo colectivo (y otros afines), pero que puede ser utilizado por todas aquellas personas interesadas en él desde los distintos ámbitos de intervención profesional.

Los objetivos de la siguiente colección de vídeos tienen un marcado carácter didáctico, y son:

- Facilitar la comprensión de los elementos de la estructura funcional del balonmano.
- Facilitar el proceso de formación en balonmano de jóvenes en edades comprendidas entre los 10 y 16 años, principalmente.
- Ser utilizado por los profesionales en su labor docente como instrumento audiovisual en los distintos ámbitos deportivos (clubes, escuelas, federaciones, etc.).
- Contribuir a la formación de los distintos profesionales de la enseñanza de los juegos deportivos colectivos.

La colección está formada por tres vídeos en formato VHS donde el contenido, basado en las intenciones técnico-tácticas individuales de los distintos roles, se distribuye en cada uno de ellos de la siguiente forma:

- Vídeo I: Intenciones técnico-tácticas individuales ofensivas del atacante sin balón (ASB) y del atacante con balón (ACB).

- Vídeo II: Intenciones técnico-tácticas individuales defensivas del defensor del atacante sin balón (DASB) y del defensor del atacante con balón (DACP).
- Vídeo III: Intenciones técnico-tácticas individuales del portero (P).

Este documento pretende tan solo dejar constancia del guión original completo junto a las situaciones diseñadas para la grabación, ya que en algunos casos las limitaciones temporales de las imágenes obligaron a recortar algunos fragmentos o explicaciones, que consideramos interesantes para la correcta interpretación de las mismas por parte de los posibles receptores de este trabajo.

Para finalizar, debemos excusarnos con los usuarios de la versión traducida al idioma español, ya que la versión original fue montada en el idioma gallego lo que nos impidió, debido a la complejidad técnica, traducir la mayoría de créditos y cuadros al idioma español, si bien creemos que no representarán ningún obstáculo para la completa comprensión del contenido de la presente colección de vídeos.

## INTRODUCCIÓN

Este trabajo versa sobre las intenciones técnico-tácticas individuales, tanto defensivas como ofensivas. La idea inicial partió de los estudios realizados por la escuela francesa (Bayer, 1986 y 1987; Pinaud, 1993, 1994 y 1998; Bonnet, 1988) y por el resto de escuelas de su área de influencia, como España (Lasierra, Ponz y Andrés, 1992; Lasierra, 1993; Espar, 1992, 1993 y 1998) y Portugal (Graça y Oliveira, 1994), y dentro del marco teórico de las corrientes globalista y cognitivista-estructuralista por constituirse éstas, en nuestra opinión, como unas de las más adecuadas para la enseñanza y aprendizaje de los juegos deportivos colectivos (Seirul-lo, 1993<sup>a</sup> y 1993<sup>b</sup>).

El planteamiento se centra en la formación del jugador de balonmano desde la perspectiva de las intenciones técnico-tácticas individuales, desarrolladas por los distintos roles identificados desde la praxiología motriz (Hernández Moreno, 1984 y 1994; Lasierra, 1993; Hernández Melián, 1999). Estos roles son:

- Atacante con balón (ACB)
- Atacante sin balón (ASB)
- Defensor del atacante con balón (DACP)
- Defensor del atacante sin balón (DASB)
- Portero (P)

Aunque dentro de cada rol hay unos componentes técnicos individuales, los contenidos son primordialmente tácticos individuales, existiendo de este modo unos nexos de unión entre la técnica y la táctica individual.

Las razones por las que nos centramos en las intenciones técnico-tácticas tuvo su punto de partida en las teorizaciones de Lasierra et al. (1992) que optaron por “un modelo centrado en el desarrollo de las intenciones tácticas, incidiendo sobre la adaptación inteligente de los elementos técnicos a la situación de juego”. Según dichos autores, la técnica es “un recurso que favorece la consecución de unos objetivos superiores centrados en el aprendizaje de unas intenciones tácticas y, por tanto, es más adecuado hablar de la programación de las intenciones tácticas individuales”. La técnica

y la táctica individual hacen un tratamiento de un mismo elemento desde perspectivas diferentes. Por tanto, no podemos desligar el entrenamiento técnico de un elemento respecto de la elección y adaptación de este gesto a una situación de entrenamiento táctico. En consecuencia, dos ideas fundamentales (Lasierra et al., 1992):

- *La técnica necesaria como soporte de la táctica.*
- *La técnica subordinada a la táctica.*

Por otro lado, Espar (1998) afirmaba que el aprendizaje-entrenamiento de la táctica individual durante la etapa de formación confiere a la técnica individual su aspecto de lógica motriz, que satisface sus expectativas de éxito inmediato, canalizando los objetivos de acción en determinados programas de actuación. La actuación de un jugador de juegos deportivos colectivos comprende muchas acciones con un objetivo diferenciado en cada una. A cada objetivo de acción le llamamos intención táctica. Así, “conociendo la adecuación técnica y los condicionantes de espacio y tiempo, podemos pasar de un juego instintivo y principalmente basado en reacciones a un juego intencional fundamento en la anticipación”.

Estos vídeos están dirigidos al jugador iniciado cuyas acciones presentan un cierto grado de iniciativa e intencionalidad articulada en el espacio y en el tiempo, y soportada por una técnica específica. En resumen, creemos más acertado utilizar el término intención técnico-táctica individual, el cual debería constituir el punto de referencia básico para estructurar una secuencia de aprendizaje de las acciones individuales en los juegos deportivos colectivos.

En el ámbito metodológico, el primer paso fue la revisión bibliográfica de los estudios e investigaciones realizadas sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje en los juegos deportivos colectivos, junto con la identificación de las intenciones técnico-tácticas individuales propias del balonmano. El siguiente paso fue la elaboración de un guión para cada uno de los vídeos, el cual se sometió a la crítica de diversos expertos que lo enriquecieron con sus aportaciones. Posteriormente, y siempre en función del guión, se diseñaron las acciones que pretendíamos filmar para, finalmente, plasmar la explicación oral de las intenciones correspondientes a cada uno de los roles sobre las imágenes grabadas con nuestras actrices y actores de edades comprendidas entre 12 y

18 años, para a continuación realzar y reafirmar lo expuesto con imágenes de partidos televisados con jugadoras/es profesionales en situaciones reales (principalmente: JJOO, Campeonatos del Mundo, Campeonatos de Europa y Liga Asobal).

## **1. INTENCIÓNES TÉCNICO-TÁCTICAS INDIVIDUALES OFENSIVAS DEL ATACANTE SIN BALÓN (ASB) Y DEL ATACANTE CON BALÓN (ACB)**



## 1.1. INTRODUCCIÓN

Las intenciones técnico-tácticas individuales ofensivas se basan en la idea del desmarque, bien se produzca con posesión o no del balón. Según Lasierra et al. (1992) “la intención táctica individual fundamental de un atacante sin balón es realizar un desmarque sin balón para poder recibirla”. A nuestro juicio y en relación al concepto en que se fundamentan, el desmarque es al marcaje como el ataque es a la defensa. En consecuencia, debemos pensar que, con o sin balón, el jugador busca con sus acciones superar el marcaje de su defensor aplicando unas intenciones u otras, en función de los contenidos coordinativos implícitos en cada uno de los dos roles.

En el momento en que el ASB lo recibe se convierte en ACB, seguidamente puede intentar la progresión con balón habilitando sus intenciones posteriores (fijar, fintar, pasar o lanzar).

Ante un marcaje en proximidad trataremos de desmarcarnos con balón para progresar, mientras que ante un marcaje a distancia primero progresaremos para luego tratar de desmarcarnos. En ausencia de marcaje, la actuación debe centrarse en la progresión hacia el objetivo (Lasierra et al., 1992).

Como criterio, y aunque conceptualmente responden a la misma filosofía con un idéntico objetivo final, utilizaremos el término *desmarque* cuando nos refiramos al ASB, cuya idea de superación de la acción defensiva se traducirá en el ACB normalmente bajo la intención de fintar.

## 1.2. ROL DE ATACANTE SIN BALÓN

### 1.2.1. Desmarque

El desmarque podríamos definirlo como la acción sorpresiva que persigue la ocupación de un espacio eficaz para nuestros objetivos antes que el defensor, eludiendo su marcaje y teniendo en consideración los demás elementos del juego.

Dicha intención se puede realizar estando próximo o alejado del oponente. Además, exige un dominio de los desplazamientos con cambios de dirección y de ritmo, para variar las intenciones dependiendo de la respuesta del defensor.

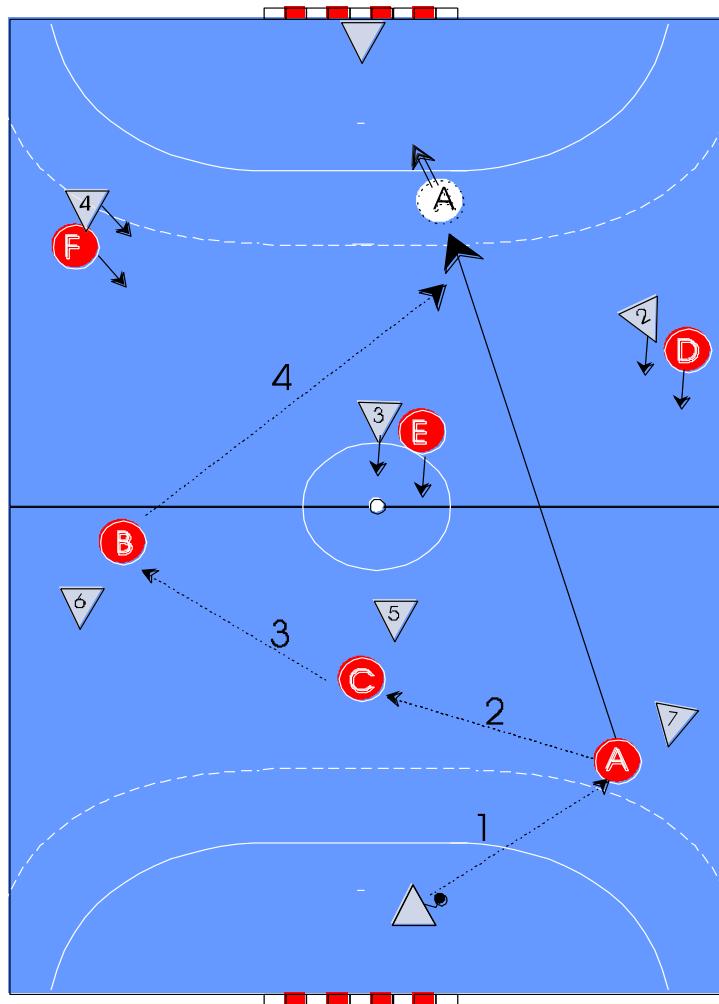
El desmarque se producirá con éxito si:

- Conseguimos cierta ventaja sobre el defensor y recibimos el balón.
- Hay un alejamiento del defensor de su zona de actuación.



Desmarque al espacio libre

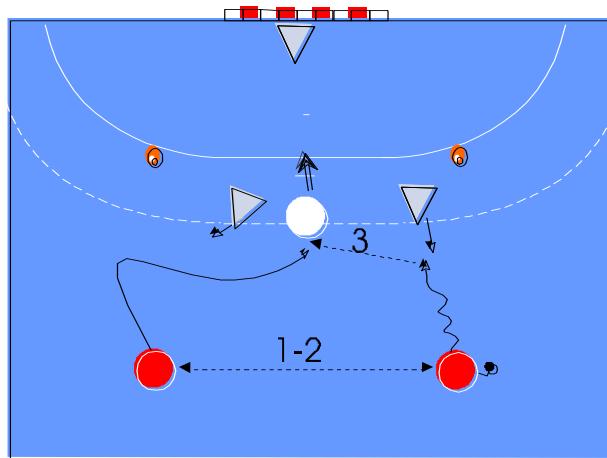
La primera situación diseñada representa esta intención técnico-táctica (ver gráfico y foto adjunta). En ellas se produce un inicio de contraataque con proximidad defensiva mediante acciones de desmarque.



El desmarque se producirá en función de la situación inicial del defensor (más o menos equilibrada) y del objetivo que persigue el atacante. Así, podemos encontrarnos con distintos tipos de desmarque (VVAA, 1991):

- *Directo*, en el que se buscará la penetración debido a que el defensor se encuentra desequilibrado.
- *Con cambio de dirección*, cuando el desequilibrio del defensor no es tan grande, lo favorecemos y buscamos con una trayectoria inicial en otra dirección.
- *Como respuesta a una acción eficaz de un compañero*, encuadrándolo dentro de la táctica colectiva en forma de progresiones sucesivas.

En el ejemplo diseñado que aparece continuación, se observa una situación ficticia de dos contra dos en zona central donde prima la ocupación del espacio libre alejándose de la acción del defensor para recibir el balón en óptimas condiciones y poder efectuar el lanzamiento con comodidad.



También podemos diferenciarlos con relación a los parámetros de profundidad y amplitud. En este contexto, y en las primeras etapas de aprendizaje, es beneficioso y esclarecedor para el niño vivenciar y asimilar la diferencia entre los desmarques de apoyo a un compañero y los de profundidad, cuya finalidad es la búsqueda del objetivo (Espar, 1992 y 1993).

La petición del balón está íntimamente ligada a la intención técnico-táctica individual de desmarque; uno se desmarca para poder recibir el balón que ha pedido. Es más, Bayer (1986) llegó a afirmar que “la primera intención táctica en ataque es la petición del balón, alrededor de la cual se articulan las demás intenciones tácticas”. En este sentido, podemos entender que este concepto sería el sumatorio entre desmarque y recepción del balón.

El desmarque precede por tanto a la solicitud del balón, donde el ASB debe percibir el espacio libre. Esta captación de información exige por parte de este una descentralización perceptiva respecto al balón, para propiciar la búsqueda de esas zonas donde solicitar el balón.

La petición de balón hay que realizarla en carrera para:

- Facilitar la recepción del balón en condiciones óptimas, con el fin de conservarlo para encadenar las intenciones propias del ACB: fijar, fintar, pasar o lanzar.
- Evitar o anular las posibilidades de intervención de los defensores.



Desmarque al espacio libre con petición de balón

## 1.3. ROL DE ATACANTE CON BALÓN

### 1.3.1. Fijar

También denominada *movilizar* (Bayer, 1986 y 1987), constituye la intención técnico-táctica individual que realiza el jugador con balón con el objetivo de atraer a su oponente directo, para después encadenar las siguientes intenciones. Primero debe proteger el balón, para posteriormente intentar la progresión con balón y la finta. Sin embargo, ante un acoso por parte de su defensor tratará de fintar para progresar, mientras que ante un control a distancia primero progresará para después tratar de fintar a su oponente. En ausencia de control o acoso, la actuación debe centrarse en la progresión hacia el objetivo.

El ACB debe captar información sobre la situación del portero, de su defensor, y de sus compañeros y adversarios tratando de tenerlos a todos ellos dentro de su campo visual. Debe avanzar hacia la meta cuando tenga el camino libre, de no tenerlo hay que crear peligro al defensor atrayendo su atención para fintar o pasar. Para ello, debe:

- Tener siempre el brazo preparado para pasar o lanzar.
- Proteger el balón del defensor en todo momento.

Normalmente, el ACB se puede encontrar con las siguientes situaciones a las cuales deberá responder:

- Si hay espacio libre buscará la penetración y el lanzamiento.
- Si este espacio no es suficiente hay que obligar al defensor a cerrarlo, atrayendo su atención, fijándolo, para crear otro nuevo espacio beneficioso para nosotros o para un compañero.
- Fijar a más de un adversario es el ideal que debe perseguir todo jugador para beneficio del juego colectivo del equipo.



Fijación de los defensores lateral y exterior para finalización por el extremo

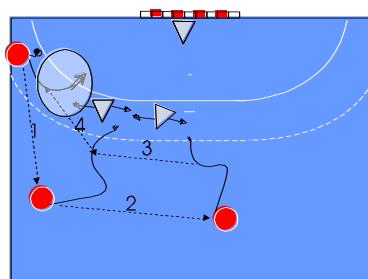
En todo momento el ACB debe llamar la atención de un defensor, salvo que se encuentre un compañero mejor situado en cuyo caso se debe producir un pase, o si el camino hacia portería está libre (en este supuesto, los ejemplos más claros se dan en la fase de contraataque). Esta intención se realiza de forma dinámica, procurando conseguir una distancia óptima de enfrentamiento para proteger el balón con eficacia y, a la vez, permitir la captación de otras informaciones sobre los compañeros, adversarios, colocación del portero, etc.

Una buena fijación facilitará las siguientes intenciones técnico-tácticas individuales:

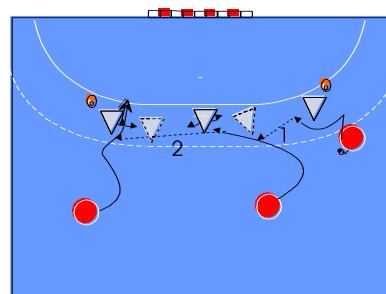
- Fintar con mayor eficacia y con un mejor manejo del balón.
- Pasar con mayores posibilidades al crearse espacios más amplios cerca de nuestro oponente.
- Lanzar lo más cerca posible de la portería (desde seis metros sería lo ideal).

Las tres situaciones que presentamos ilustran esta intención técnico-táctica del ACB:

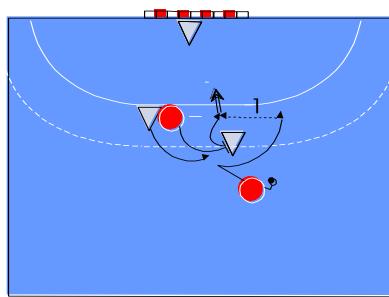
- La primera de ellas representa una serie de fijaciones sucesivas hacia el extremo izquierdo atrayendo la atención defensiva del exterior izquierdo con el objetivo de crearle un espacio libre al extremo para que lance con comodidad.



- La segunda, en zona central, permite la penetración del lateral con lanzamiento, aprovechando la ventaja que le proporcionan sus compañeros al fijar a su defensor directo.



- Por último, incluimos una fijación para un segunda línea (el pivote), el lateral fija a su oponente directo creando un espacio libre para el desmarque del pivote respecto de su defensor y una recepción mucho más cómoda para el lanzamiento.



### 1.3.2. Fintar

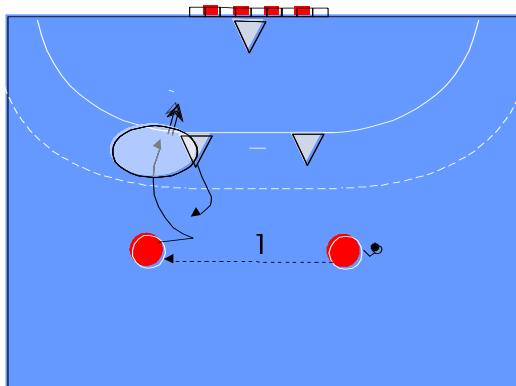
En algunas ocasiones esta intención ha recibido la denominación de *maniobrar* (Bayer, 1986 y 1987). La finta se efectúa para superar al defensor y consiste, básicamente, en un intento de engaño al partir nuestra acción con una finalidad encubierta. En este sentido, Bayer (1986) se refería a este intención diciendo que consiste en “disfrazar su verdadera intención, apuntando una acción y encadenando otra distinta”. Por otro lado, Espar (1992 y 1993) la definió como la intención que “pretende superar al defensa en el uno contra uno para mejorar las condiciones de lanzamiento o fijar a otro adversario”.



Finta de giro del lateral ganando el espacio entre las dos defensoras (lateral y central)

Antes de fintar se debe buscar el espacio libre, ya que si éste existe, no sería necesaria la fijación ya que podría progresar hacia la portería. El ACB debe percibir la distancia que le separa del defensor, así como si se encuentra desequilibrado para actuar en el momento preciso. Si el defensor nos cierra el espacio habría que fintar para

superarlo y aprovecharnos de ese nuevo espacio creado. La calidad de la finta depende de la fijación, cuanto mejor sea esta, más efectiva resultará la finta.



En la anterior situación de dos para dos el ACB logra desmarcarse del defensor, gracias a una finta (derecha-izquierda) crea un espacio que gana para realizar un lanzamiento.

Básicamente, podemos utilizar tres formas de engaño diferenciadas en cuanto a su soporte coordinativo. Estas son:

- De desplazamiento (engaño mediante una trayectoria falsa)
  - De pase (engaño mediante un supuesto pase)
  - De lanzamiento (engaño mediante un amago)



### Finta de brazo

El jugador atacante con balón podrá encadenar las intenciones de fijar o fintar mediante el bote de balón. Aunque algunos autores lo consideren una intención, nosotros entendemos que es un medio para avanzar y no es un fin en sí mismo, por tanto no podemos considerarlo como una intención.

El bote de balón podrá utilizarse cuando:

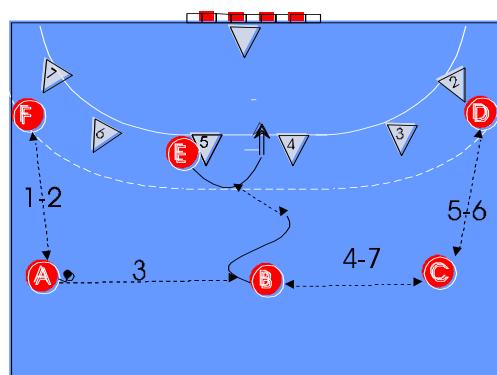
- La distancia a cubrir por el jugador es superior a tres pasos.
- Ante la obligatoriedad de jugar el balón (evitar retención) o cuando no hay un compañero desmarcado.
- Para realizar un ajuste espacial.

Dentro de los tipos de bote la gran mayoría tendrán una trayectoria oblicua, siendo su máxima expresión la progresión en velocidad sin oponentes próximos. El jugador ACB también podrá realizar cambios de dirección botándolo. Esta utilización está justificada cuando va progresando en bote y necesita variar su dirección inicial, en función de una mejor orientación a portería o por la acción de superación de un oponente. Hay que considerar necesario el dominio del bote con ambas manos y el cambio de mano botando el balón.

En el ataque posicional no deberíamos utilizar el bote antes de agotar el ciclo de pasos porque reduciríamos nuestras posibilidades de ganar espacio y maniobrabilidad. Debe dominarse todo tipo de desplazamientos para conseguir la máxima eficacia en cada momento.

### 1.3.3. Pasar

El pase es la intención técnico-táctica individual de comunicación e interacción con un compañero mediante el balón. Está destinado a favorecer la siguiente acción del equipo.

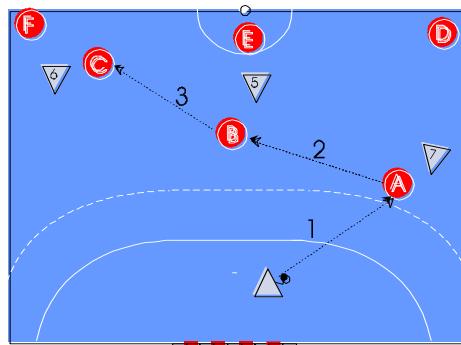


La anterior situación representa una típica situación en ataque posicional de juego real de movimiento de balón entre todos los puestos mediante pases con el objetivo de dificultar la defensa.

El pasador estará mediatizado por:

- Las intenciones del receptor.
- La necesidad de facilitar los encadenamientos en las acciones del futuro receptor.
- A la presencia o no de adversarios.

A continuación se ilustra una situación de ataque en el que el pase se hace imprescindible para poder progresar sin utilizar el bote.

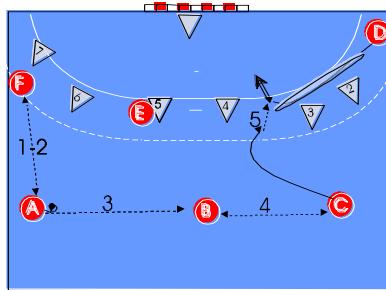


Hay que pasar en el momento adecuado, dependiendo de los defensores, y cuando el receptor pida el balón. Para realizar el pase habrá que conseguir un equilibrio dinámico, así como una disociación brazo-tronco y muñeca-dedos para que se produzca con la mayor eficacia y precisión.

El ACB podrá pasar estático o en movimiento. Esta intención se utilizará en los siguientes casos:

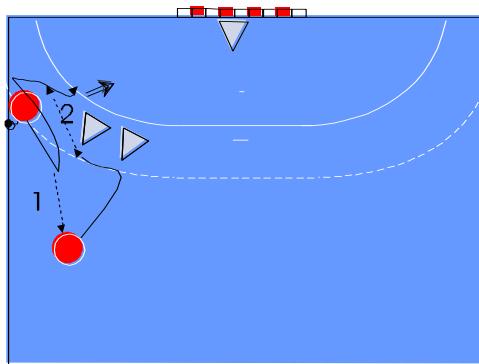
- Cuando la portería contraria esté demasiado lejos y no sea preciso fintar al adversario, por ejemplo en el contraataque.
- Cuando el defensor se opone de una manera eficaz a la finta.

- Cuando un compañero se halla en posición ventajosa, desmarcado y suponga un peligro para la defensa.
- Para preparar el ataque o conservar el balón en las acciones colectivas del ataque.



El pase representado en la anterior situación del gráfico es muy oportuno porque, aprovechando el descuido de la defensa, el extremo derecho se desmarca y el lateral, observándolo perfectamente, realiza una trayectoria de aproximación para atraer la atención y poder hacer el pase con éxito.

También se pueden producir situaciones como la representada a continuación, cuando en un juego de dos para dos entre un lateral y un extremo, el pase del lateral sorprende por lo inesperado y le proporciona al extremo la ventaja suficiente para lanzar con éxito .



Cuando se produce el pase, el balón tendrá que llegar al compañero receptor en las mejores condiciones posibles sin ser interceptado, hay que facilitar el trabajo del compañero que recibe.

Todo lo mencionado debe dominarse tanto en el juego en amplitud entre la primera línea y extremos, como en profundidad entre la primera línea y el pivote.

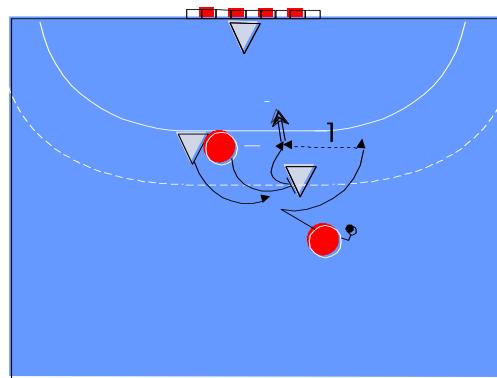
En el primer caso, el pase debe ejecutarse cuando la atracción del defensor sea máxima, antes de que éste evite el mismo o reduzca su eficacia mediante desequilibrios o contactos. La atracción del defensor por parte de los laterales se hace, si cabe, más importante y necesaria para las penetraciones de los extremos aumentando así su ángulo de lanzamiento.

En el caso del pase al pivote, el jugador con balón debe descentrar su atención de la portería antes del lanzamiento para poder realizar un pase a un jugador desmarcado en seis metros. También en este caso sería positivo atraer la atención del defensor para hacer un pase al pivote, así éste podrá jugar un uno contra uno en un espacio amplio y cercano a seis metros, lo que implicaría un grave peligro para la defensa, sobre todo si el pivote domina sus desplazamientos específicos con balón. Ante a la dificultad de realizar un pase al pivote desmarcado por la presencia de un defensor en la línea de pase, hay que dominar una gran variedad de pases (picados, entre las piernas del defensor, etc.) y éste debe recepcionarlos con eficacia.



Pase en salto al pivote

Tanto en la situación del gráfico como la foto adjuntos representamos un pase a pivote, que suele ser el atacante que puede conseguir mejores posiciones y posibilidades de cara a conseguir un gol.



#### 1.3.4. Lanzar

El lanzamiento a portería es la acción técnico-táctica individual con la que se culmina el juego de ataque. Encontrar la situación ideal para el lanzamiento a portería y superar al portero es la conducta básica del juego ofensivo, supone el éxito o fracaso de todas las acciones técnico-tácticas previas al mismo, siendo en consecuencia la conducta que más trascendencia tiene en el juego.

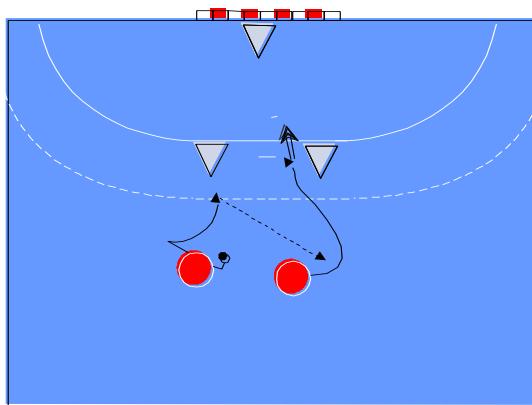
Como principios fundamentales a cumplir por el ACB en la ejecución del lanzamiento (Bárcenas y Román, 1991), podríamos destacar los siguientes :

- El lanzamiento debe realizarse en el momento oportuno, es decir, cuando las circunstancias del juego sean favorables; por ejemplo, cuando el lanzador esté solo ante el portero o cuando haya algún defensor delante pero existan trayectorias libres que permitan el lanzamiento.
- Debe ejecutarse con la adecuada rapidez para que suponga un acto sorpresivo para el defensor y el portero. Para ello, habrá que lanzar en el mínimo espacio de tiempo de ejecución y que el balón recorra la trayectoria escogida en un mínimo tiempo.

- Debe lanzarse en la dirección y altura consideradas idóneas en cada momento, que dependerán de los espacios libres entre los defensores y de la situación y actuación del portero.
- El lanzamiento debe ser variado, tanto en su ejecución como en la dirección y altura elegidas, siempre en función de los defensores, evitando el bloqueo, no debe ser fruto de ideas ya prefijadas.



Lanzamiento en penetración



Los dos lanzamientos representados anteriormente (foto y gráfico) son realizados en profundidad, lo cual ofrece mayores garantías de éxito puesto que el único oponente sería el portero.

El lanzamiento va encadenado a la acción de fintar sobre el portero al que hay que batir, engañar. El jugador ACB asociará la intención de lanzamiento a la de acierto;

no lanzar sólo porque la situación de juego sea propicia, sino que hay que lanzar para marcar.

#### **1.3.4.1. Primera línea**

Para realizar un lanzamiento desde media-larga distancia, específico de la primera línea ofensiva tendremos en cuenta:

- Buscar el camino adecuado para lanzar
- Debe dominar gran variedad de lanzamientos.
- Tendrá que lanzar en muchas ocasiones entre dos adversarios, al existir un hueco en la defensa pero difícil de acceder a él mediante la penetración.
- Lanzar por encima de la defensa en suspensión y en salto evitando el blocaje del balón.
- Para que exista una mayor eficacia en el lanzamiento habrá que mejorar la carrera de impulso (variando la longitud, orientación y el número de apoyos), así como una mejora de la potencia y de la coordinación para la impulsión y suspensión.



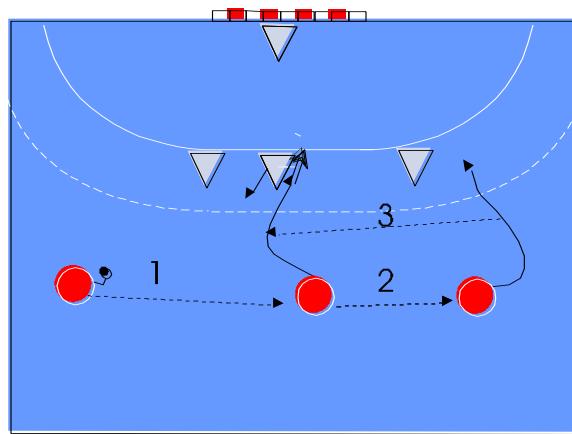
Lanzamiento desde 9 m. ante intento de blocaje.

Este tipo de lanzamientos que podemos observar en la foto anterior es realizado desde nueve metros, esto supone una mayor dificultad para superar a los defensores que pueden acosar o intentar el bloqueo del balón disminuyendo los ángulos y trayectorias de lanzamiento.

En los lanzamientos en salto se busca la máxima profundidad hacia la meta, aprovechando al límite la distancia que nos ofrece el defensor. Mientras que los lanzamientos en suspensión se realizan adquiriendo máxima altura y buscando la sorpresa en el mismo, tanto para el defensor como para el portero.

Por otro lado, el lanzamiento en apoyo es también típico de los jugadores de primera línea. Se realiza en contacto con el suelo y su finalidad es sorpresiva para la defensa, ya que se realiza con mayor rapidez y la intención de lanzar parece más engañosa. Se utilizará el lanzamiento en apoyo cuando exista un hueco entre los defensores, y al atacante no le dé tiempo a buscar la penetración por ese espacio.

Hay que dominar la coordinación del lanzamiento con el ciclo de pasos, pudiendo lanzar en cualquier fase para sorprender al defensor o al portero; por ejemplo, el lanzamiento en apoyo a pie cambiado. Los lanzamientos en rectificado, también típicos de los jugadores de primera línea, buscan igualmente evitar al defensor en su salida o engañarle para lanzar por un espacio no esperado.



En este lanzamiento en apoyo, ilustrado en el gráfico anterior, el atacante a aprovechado la precipitación de su defensor y ha lanzado sorpresivamente cuando su trayectoria no lo indicaba así en un principio.

#### **1.3.4.2. Segunda línea**

Dentro de los lanzamientos desde seis metros, típicos de la segunda línea ofensiva en ataque posicional, el ACB deberá buscar en el lanzamiento:

- Aumentar (abrir) el ángulo de tiro, sobre todo los extremos.
- Realizar una finta sobre el portero antes del lanzamiento con la finalidad de:
  - Sorprenderlo lanzando rápido.
  - Esperar el fallo.
  - Provocar el fallo engañándolo.

Desde posiciones más cercanas a portería, seis metros, el jugador además de proteger el balón antes del lanzamiento sólo tiene que superar al portero, y puede que la situación o posición de éste aconseje un tipo de lanzamiento con poca potencia, pero con una trayectoria que se aleje de las posibilidades de intervención. En este tipo de casos puede ser aconsejable que la ejecución del lanzamiento no sea rápida sino retardada, en función de la observación del portero y de su actuación buscando la eficacia.

Los jugadores de segunda línea, pivote y extremos, vigilarán el no pisar la línea de área de portería, tanto en la recepción del balón como en los desplazamiento previos al lanzamiento. Otro aspecto a cuidar por ambos son las caídas, las cuales deben dominarse para que no intercedan en el tiempo dedicado a la preparación y ejecución del lanzamiento.

##### **1.3.4.2.1. Extremo.**

Teniendo en cuenta su ubicación en el terreno de juego, el puesto de extremo es el que tiene a priori un menor ángulo para el lanzamiento. Esto debe compensarlo con una buena coordinación y gran capacidad de salto, buscando una mayor verticalidad,

saltando alto y lejos para acercarse al máximo a la portería, y abriendo en lo posible el ángulo de tiro. La impulsión se realizará hacia el punto de siete metros para después reorientarse. La protección del balón cobra todavía mayor importancia cuando al buscar mayor ángulo expone el balón ante los defensores. A todo ello, se une la dificultad de orientar correctamente el cuerpo frente a la meta para buscar mayor verticalidad (ver foto).



Lanzamiento del extremo

Debido a que el portero saldrá más de la portería de lo habitual, para cerrarle el ángulo, tendrá que dominar otros recursos coordinativos en el lanzamientos (paráolas, efecto en el bote, liftados, etc.) aprovechando al máximo los espacios libres. La observación del portero y el intento de éste por disuadirle se hacen aquí todavía más evidentes. La búsqueda de un mayor ángulo de lanzamiento conducirá, en muchas ocasiones, al desequilibrio y, por tanto, a una caída.

#### 1.3.4.2.2. Pivote

El lanzamiento más típico desde el puesto específico de pivote es en caída con o sin salto. En la práctica la proyección no es completamente frontal a portería sino diagonal, con objetivo de lograr mayor ángulo de tiro.

En este caso se cumplen los mismos principios que para cualquier otro jugador. Habrá que intentar desmarcarse en el espacio libre, sobre todo en el creado entre el ACB

y su defensor, para recibir un posible pase de éste. Los problemas con los que se encuentra el pivote son fundamentalmente de orientación, porque no puede ver la portería al mismo tiempo que recibe el balón. Al recibir debe orientarse de cara a la portería buscando la mayor verticalidad posible con la misma. Debido a la gran proximidad de los defensores tiene que proteger el balón al máximo. Debe poseer en todo momento un gran control del equilibrio, ya que tanto las recepciones como los lanzamientos se harán en situaciones desequilibradas.

#### **1.3.4.3. Siete metros**

En este caso nos encontramos ante un lanzamiento específico y sin oposición. Es un tiro cuya principal característica es la comodidad de ejecución al no estar condicionado por la búsqueda de espacios libres de maniobra o la oposición de unos defensores.

En su ejecución el jugador no puede tocar ni franquear la línea de siete metros antes de que el balón haya salido de su mano, teniendo tres segundos para llevarlo a cabo desde el toque de silbato del árbitro.

El lanzamiento podrá ser sorpresivo o intentando disuadir al portero con fintas de tiro para intentar conocer sus intenciones o engañarle con las nuestras. El balón deberá intentar esconderse lo máximo posible para que el portero tenga la menor información posible sobre las trayectorias de lanzamiento.



Lanzamiento de 7 m.

