

Iniciació a l'handbol

Número 9

Editado por Ana M^a Ferri Caruana en Valencia

Número 9 de 10

Año: 2023

TEMA 9

ELS SISTEMES DEFENSIUS ZONALS OBERTS: LA DEFENSA EN DOS LÍNIES I EL SEU ATAC. EL CONTRAATAC I LA SEUA DEFENSA.

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. ELS SISTEMES DEFENSIUS ZONALS OBERTS
 - 2.1. Característiques fonamentals
 - 2.2. Avantatges e inconvenients
 - 2.3. Sistemes defensius 3:3, 3:2:1 i 4:2
 - 2.3.1. Defensa 3:3
 - 2.3.2. Defensa 3:2:1
 - 2.3.3. Defensa 4:2
3. EL CONTRAATAC I LA SEUA DEFENSA
 - 3.1. Definició i Fases
 - 3.2. El contraatac a partir de la defensa en dues línies
 - 3.3. Construcció de la defensa en dues línies davant contraatac.
4. BIBLIOGRAFÍA

1. INTRODUCCIÓ

En aquest tema es va a tractar el sistema defensiu zonal obert. Les seues característiques fonamentals i els avantatges e inconvenients de estos sistema defensiu. Posteriorment explicarem d'una forma més detallada els sistema defensiu oberts més utilitzats en l'actualitat. Per finalitzar, explicarem què és un contraatac i les seues fases. També ens centrarem en el contraatac a partir de la defensa en dues línies i en la construcció de la defensa en dues línies davant contraatac.

2. ELS SISTEMES DEFENSIVS ZONALS OBERTS

La defensa zonal és una forma d'entendre l'organització o tàctica defensiva, que afecta el posicionament, desplaçaments i intervencions de tots els jugadors de l'equip. En funció de les restriccions que plantejem podem parlar de diversos sistema de joc amb defensa zonal oberta o tancada. La defensa zonal oberta es caracteritza perquè col·loca els jugadors defensors organitzats en diverses línies de joc, permetent l'existència d'espais lliures entre línies i entre jugadors (ex. 3:3 o 3:2:1) . La defensa zonal tancada es caracteritza perquè col·loca a tots o la majoria dels jugadors en una sola línia defensiva, reduint-se l'espai entre línies i entre jugadors. (ex. 6:0 o 5:1) .

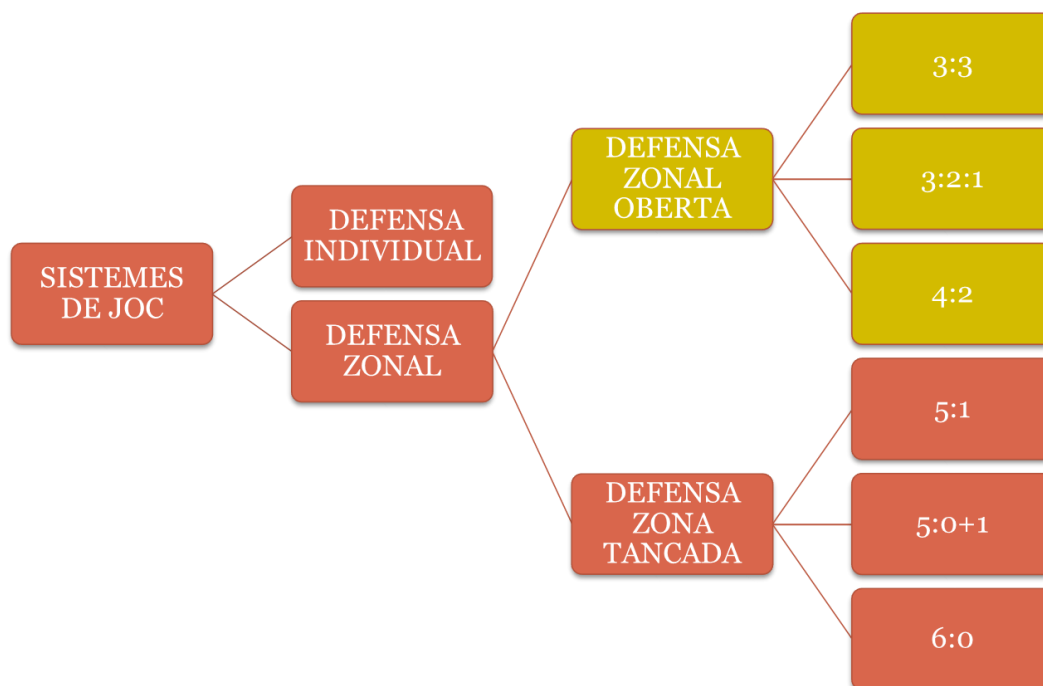


Figura 1. Els sistemes de joc defensius

2.1. Característiques fonamentals.

La defensa zonal és una forma d'organització del joc de tot l'equip en defensa, caracteritzada perquè:

- Cada defensor s'encarrega de la protecció d'una determinada zona de l'espai de joc.
- La ubicació espacial dels jugadors depèn de la zona assignada.
- Es reduïxen els espais entre jugadors

2.2. Avantatges i inconvenients.

Els principals avantatges de la defensa zonal són:

- Permet jugar més equilibrat (posició de base i desplaçaments) .
- Afavorix la iniciació a les ajudes defensives (doblatge) .
- Afavorix la iniciació al marcatge a distància.

Mentres que els principals inconvenients de la defensa zonal són:

- Pot portar a passivitat en la defensa.
- Pot dificultar excessivament l'atac en la iniciació.

- Pot portar a una especialització precoç en llocs específics. Per a evitar aquests inconvenients podem plantejar defenses zonals obertes la disposició de la qual depèn del final de l'atac i amb responsabilitat individual dins de l'espai assignat.

A continuació parlarem més detalladament de cada un dels sistemes zonals oberts més emprats.

2.3. Sistemes defensius 3:3, 3:2:1 i 4:2

A continuació explicarem els sistemes defensius oberts que més s'utilitzen.

2.3.1. El sistema 3:3

La defensa 3:3 es considera un sistema de joc obert i és adequat utilitzar-ho en etapes d'iniciació. Es col·loquen tres jugadors en la segona línia defensiva (centrals i laterals) i tres jugadors en la primera línia defensiva (extrem i pivot).

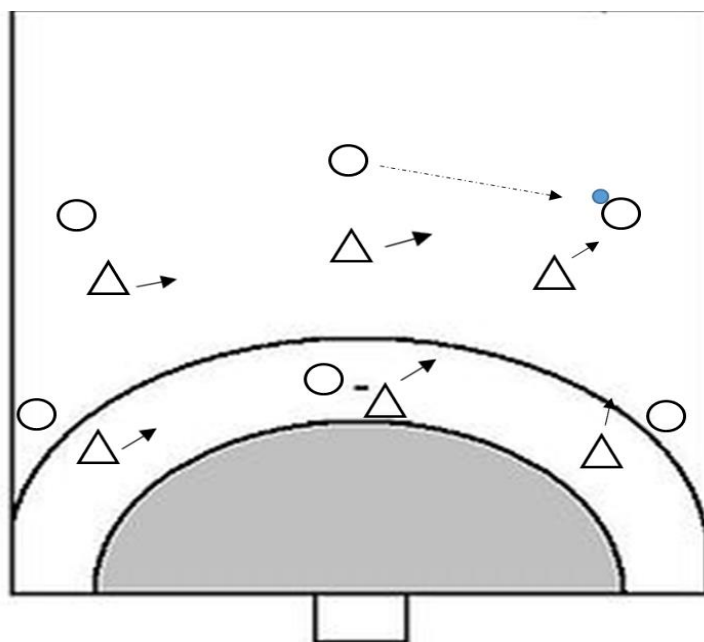


Figura 2: Disposició espacial dels jugadors en la defensa 3:3

Els jugadors no es limiten a la defensa en un lloc estipulat. A més, les característiques definitòries del sistema són propícies perquè este s'utilitze en altres situacions. La defensa 3:3 ajuda a millorar i desenrotllar la defensa en línia de passe com a base al perfeccionament dels altres continguts tecnicotàctics individuals i col·lectius.

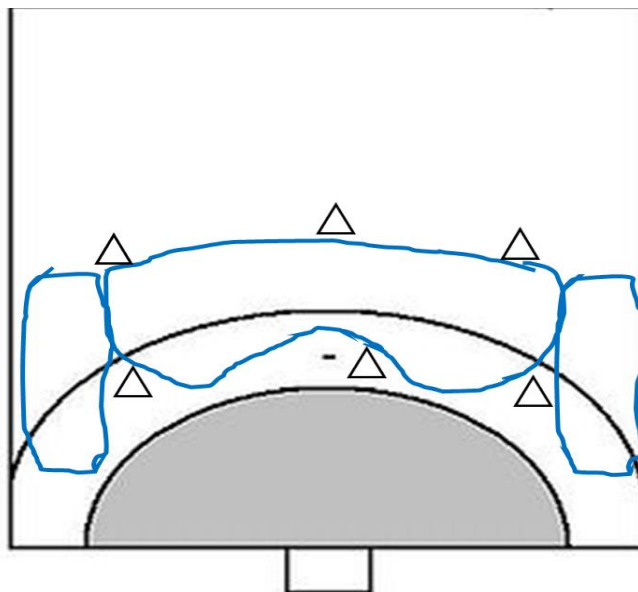


Figura 3: Zones desprotegides en la defensa 3.3.

Segons els autors Oliver J. i Sosa P. (2006), la defensa zonal en dues línies 3: 3, té les següents característiques:

1) Defensa zonal:

Els jugadors i jugadores defensaran una zona, delimitada en profunditat i amplada pel tècnic esportiu. Per tant, com a norma general, davant l'abandonament de el lloc específic, per part d'un atacant, bé per circulació d'extrem o per desdoblament de 1a línia, el defensor acompanyarà l'atacant, i al produir-se un encreuament, es realitzarà el corresponent canvi d'oponent, mantenint-se la zona.

2) Defensa d'ajudes:

Els jugadors i jugadores hauran d'iniciar en els mitjans tàctics grupals de la cobertura i el doblatge o ajuda per acabar dominant-los. En aquest tipus de defenses obertes els errors tenen una més fàcil solució a través del doblatge. Igualment hem de començar a pensar que des de la mateixa manera que s'abandona el lloc específic en atac es pot, igualment, abandonar-ho en defensa. És per tant una defensa d'ajudes, una "defensa solidària".

3) Defensa ofensiva:

La proposta permet treballar associadament els mitjans tàctics grupals defensius actius, com ara la defensa a l'imparell, la flotació o el dos contra un. Però sobretot la filosofia d'aquest model és la d'impedir l'organització tàctica grupal de l'equip contrari, no deixar-los jugar ordenats, escurçar el temps de decisió, que sempre estiguin incòmodes, pressionats, etc.

Segons estos autors, el plantejament, la filosofia i les explicacions sobre aquest sistema defensiu 3: 3 zonal amb molta profunditat es pot explicar, ensenyar i entrenar a través de 10 passos o decàleg. Aquesta es la seua proposta:

RESPONSABILITATS INDIVIDUALS

Defensor Jugador sense Pilota

Són aquelles responsabilitats que el jugador o la jugadora ha de complir i on no necessita cap tipus de coordinació amb els seus companys o companyes. No es tracta de dir que cadascú defensa pel seu compte. La idea és que ha de complir la seva part de treball dins de l'òptica de la tècnic-tàctic individual.

1. No anar a buscar a l'oponent
2. En el pot assetjar
3. Assetjar sense cop franc
4. Valorar perillositat de l'oponent

Defensor jugador amb pilota

4. Valorar perillositat de l'oponent
5. Meitat de camí (marcatge / ajuda)
6. Valorar assetjar
7. Pilota a zona pivot
- Pivot a 6 metres

- Pivot fora (8 / 10metres)

RESPONSABILITATS GRUPALS

S'anomenen aixina ja que per complir-les els jugadors han de relacionar-se amb els seus companys a través dels mitjans tàctics grupals defensius. Fonamentalment s'utilitzaran els mitjans tàctics grupals reactivos⁵, encara que els mitjans actius són molt recomanats.

8. Davant encreuaments i circulacions d'extrems

9. Davant desdoblaments de 1a línia

RESPONSABILITATS COL·LECTIVES

Entenem el terme col·lectiu quan tots els jugadors intervenen en una acció, mentre que anomenem grupal a aquelles intervencions realitzades pels membres d'un equip coordinadament, però en grups petits, normalment 2 o 3 jugadors.

10. Errors i Ajudes

Respecte al errors y ajudes, possiblement aquest principi i mig tàctic col·lectiu defensiu, presenta un major protagonisme en aquest tipus de defensa. Tots entenem que una defensa profunda genera més i més espais lliures per a ser ocupats pels atacants. Per tant la necessitat de cobrir aquests espais si són ocupats pels contraris i, sobretot, si són ocupats com a conseqüència d'errors dels jugadors defensors. L'única solució a un error és que un company busqui una solució, i aquesta solució es la ajuda.

2.3.2. Defensa 3:2:1

La defensa 3:2:1 és segurament el sistema de defensa més entretingut, però també és una condició molt exigent, ja que el defensor no només ha de prestar atenció al seu propi atacant, sinó també estar preparat per ajudar els seus companys d'equip que estan més prop per cobrir el seus jugadors atacants.

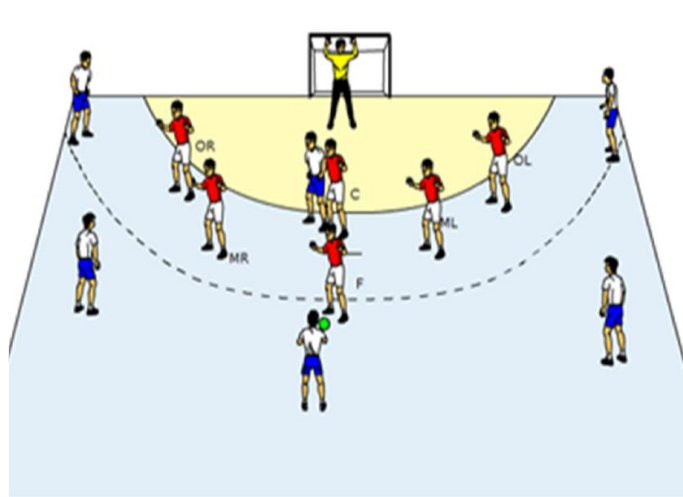


Figura 4: Defensa 3:2:1. 2016 EHF "Rinck" Convention Open Master Coach and Licensing Course(Marco Sibila)

A causa de la defensa que es molt ofensiva, els atacants estan pressionats tot el temps, el que pot destruir el seu joc bàsic i obligar-los a fer una errada en el pase o passades llargues, que obre la possibilitat d'un contra atac.

La defensa ha de estar molt atenta ja que hi ha molt espai darrere d'ella. Per tant succeeix que una errada en la comunicació de la defensa pot produir que un extrem o un lateral es desmarque per darrere d'ella, atacar la zona mitjana i fer gol. En la zona central només hi ha un defensor, el qual ha de cobrir el pivot. Haurà de triar bé per cobrir el pivot o l'extrem/lateral. Si cobreix l'extrem/lateral, el pivot serà lliure. Si cobreix el pivot, l'extrem/lateral serà lliure.

Especialment els xiquets els agrada la defensa 3:2:1, porque es divertida. Ells volen ser on la pilota és, i sembla natural per a ells jugar algun tipus de defensa 3:2:1, però com el sistema de defensa exigeix una gran disciplina, és un sistema una mica arriscat per als joves jugadors.

Avantatges de la defensa

1. Alta agressivitat envers els jugadors laterals que no poden realitzar (o están limitats) els llançaments des de distància;

2. Favoreix determinats tipus de porters amb habilitats adequades per als llançaments realitzats des de la posició d'extrem, pivote o de la penetració a través de la defensa;
3. Transició més ràpida de la defensa al contraatac en cas de guanyar la pilota, així els jugadors marquen gols més fàcils i més sovint en atac ràpid;
4. Interrupció ràpida dels atacs dels adversaris (quan intenten tenir una bola fluida) sobretot contra equips que volen marcar gols amb un llançament des de distància.

El problema d'aquesta formació de defensa és el transformació d'atac en una jugada amb dos pivots. Fins i tot quan un dels atacants simplement corre perquè crea grans problemes. En aquest cas, els defensors han de canviar una mica per combatre el moviment i tasques si volen mantenir l'eficiència de la defensa.

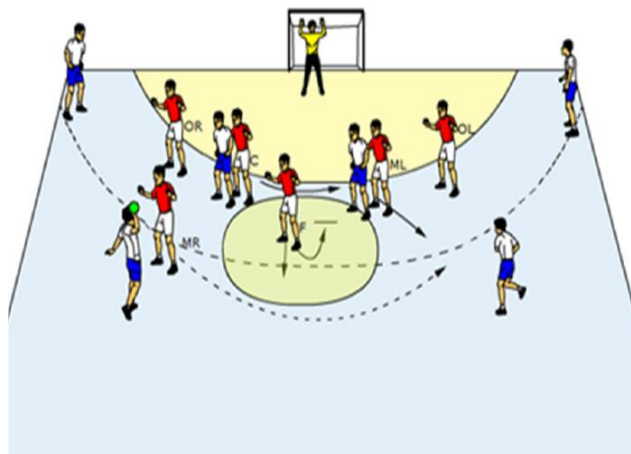


Figura 5: Col·laboració entre defensors per evitar la passada al pivot. (2016 EHF "Rinck" Convention Open Master Coach and Licensing Course, Marco Sibila)

Els tipus de defensa 3:2:1

La defensa 3:2:1 es pot jugar de forma ofensiva o defensiva, però a més d'això hi ha diversos altres tipus, és a dir, el tradicional, la iniciativa i l'anticipativa.

Sota una defensa tradicional, la regla és que el defensor cobreix els atacants que corren en línia cap endavant i es col.loquen enfront de la trajectòria de l'atacant.

Sota una defensa amb iniciativa, el defensor ha d'intentar forçar l'atacant a una direcció predeterminada, per exemple forçar l'atacant cap a l'exterior del camp. Indicant que el defensor està llest per cobrir a l'interior de l'atacant veurà una possibilitat d'atacar a l'exterior, que és exactament el que el defensor tenia en ment i està preparat per a això. La defensa amb iniciativa pot ser utilitzada quan els atacants de la primera línia tracten de buscar el centre en un intent de llançar a porteria, o quan els extrems no són bons tiradors o si es vol que el joc d'atac es realitzi en aquest costat, on els oponents no són tan bons.

Quan es fa la defensa anticipativa es tracta de cobrir la línia de pase de la pilota en un intent de robar o crear una situació pressionat per al jugador, que té la pilota. Aquí hi ha 2 formes de robar la pilota:

1. Quan la pilota es llença des dels extrems cap al centre de la pista.
2. Quan la pilota es passa als extrems.

La 1ª possibilitat sorgeix quan l'extrem és situa pràcticament al córner i vol tornar la pilota al jugador lateral. Aquí el jugador defensa lateral s'avança cap endavant i roba la pilota. La 2ª possibilitat sorgeix quan el jugador lateral ataca i vol passar a l'extrem. Si el jugador exterior està a punt, hi ha la possibilitat de robar la pilota de nou.

Assignacions de defensa:

General:

El defensor es mou a prop de l'atacant quan té o està a punt d'aconseguir la pilota. No obstant això, s'ha de tenir cura de no allunjar-se molt de la zona de defensa, ja que la defensa estarà molt oberta i serà impossible tornar a temps per ser ajudat per un

company d'equip. Quan l'atacant passa la pilota, el defensor es mou en diagonal cap enrere i està llest per a ajudar el seu company d'equip. Les mans s'eleven a l'altura de les espatlles o als costats per mostrar als atacants, que no hi ha espai per a un tir de lluny o una penetració.

Quan l'extrem té la pilota:

El jugador exterior cobreix l'extrem a l'interior per evitar que circule cap a l'interior i passe al pivot. Si l'extrem va a la part lateral del camp, es pressiona en la mesura del possible cap a fora forçant l'extrem a disparar des d'una posició difícil (àngul de tir disminuït), facilitant així la parada del porter.

Si l'extrem tracta de circular a l'interior, s'haurà d'aturar a temps amb l'ajuda del defensa lateral, que estarà llest. L'altra defensa dels jugadors és defensiva i el jugador defensa lateral de l'altra banda s'haurà mogut cap endins per fer la defensa més compacta.



Figura 6: La posició bàsica del jugador en la defensa de la zona 3: 2: 1 quan la pilota la té el jugador extrem.(2016 EHF "Rinck" Convention Open Master Coach and Licensing Course, Marco Sibila)

Quan el jugador lateral té la pilota:

La tasca dels defensors laterals és cobrir l'atac evitant els llançaments a porteria del lateral, les seues penetracions i les passades al pivot.

Bàsicament els laterals dret and esquerre ajuden als jugadors exteriors si l'extrem penetra al centre; l'avançat ajuda als laterals si la primera línia atacant penetren pel centre i els laterals ajuden al defensor avançat si l'atacant central penetra entre ell i els defensors de l'avançat. Els exteriors haurien d'ajudar els defensors laterals quan es vegin obligats a ajudar a l'avançat. I finalment el defensa central intenta corregir la situació en línia dels extrems atacants.

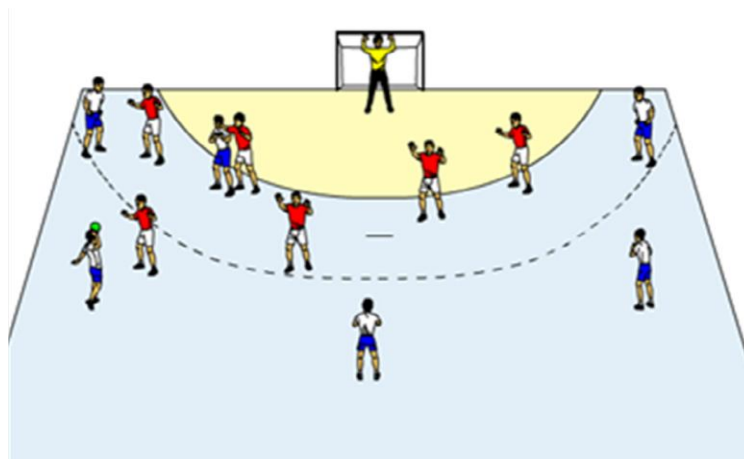


Figura 7: La posició bàsica del jugador en la defensa de la zona 3: 2: 1 quan la pilota està en possessió del jugador lateral (2016 EHF "Rinck" Convention Open Master Coach and Licensing Course, Marco Sibila)

Quan el jugador central té la pilota:

El defensa avançat cobreix el jugador central que ataca i ha d'evitar passes a objectiu, trencant i passant al pivot.

Si el central sobrepassa a l'avançat, el defensa lateral ha d'eixir a l'ajuda i fer-se càrrec del central. Els extrems es mouen cap a l'interior i els laterals es mouen diagonalment cap endins.

Quan la pilota es passa al pivot:

Això no és desitjable ja que la tasca principal del defensa central és evitar aquesta situació a més de liderar la defensa. El defensa central ha de tractar d'estar entre el pivot i la pilota o almenys, estar llest per llançar la pilota fora abans que el pivot pugui atrapar-la.

Si el pivot es mou darrere del defensa lateral no és absolutament necessari per al defensa central seguir-lo, ja que la defensa estarà oberta per a una ruptura dels jugadors atacants per la zona mitjana. El avançat ha d'informar l'exterior sobre el perill perquè pugui ajudar, quan el defensa lateral és ofensiu i només intervenir si el lateral ataca la pilota es passa a l'extrem atacant del mateix costat.

2.3.3. Defensa 4:2

Qualsevol estudi del sistema defensiu 4:2 és tremendament interessant, tant per la dificultat que comporta implementant-lo correctament i per les variacions aparegudes al llarg de la història recent.

Com el seu nom indica, bàsicament consisteix a situar 4 defensors a la primera línia i dos a la segona defensiva.

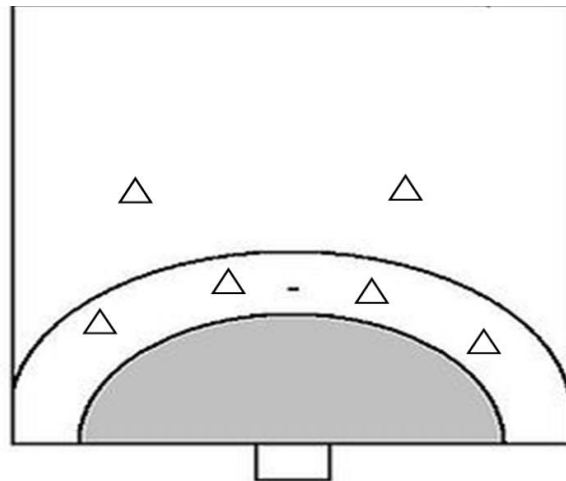


Figura 8: Disposició dels jugadors en la defensa 4:2

En principi, es tracta d'un sistema de zones, que proporciona a tota l'estructura una profunditat simètrica i la fa molt sòlida. És una construcció zonal dissenyada per proporcionar la profunditat que requereixen les zones dels laterals i el central (a través de les dues parts) davant els jugadors, de manera que és més fàcil marcar els seus companys atacants.

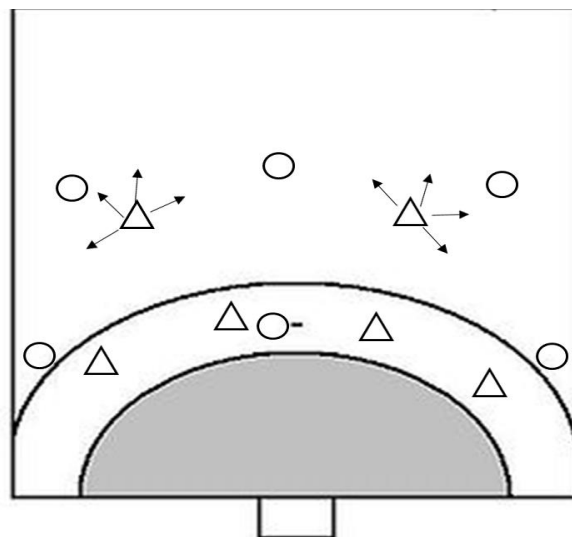


Figura 9. Moviments dels dos jugadors avançats en defensa

La principal tasca d'aquests jugadors avançats és prevenir els tirs de llarga distància des de la 1a línia ofensiva i dificultar la circulació de la pilota.

Tanmateix, el seu enfocament inicial en la defensa de zones individualitza les tasques de tots els defensors, a causa de la distància relativa produïda entre ells i la dificultat que comporta els lliscaments i els canvis d'oponent.

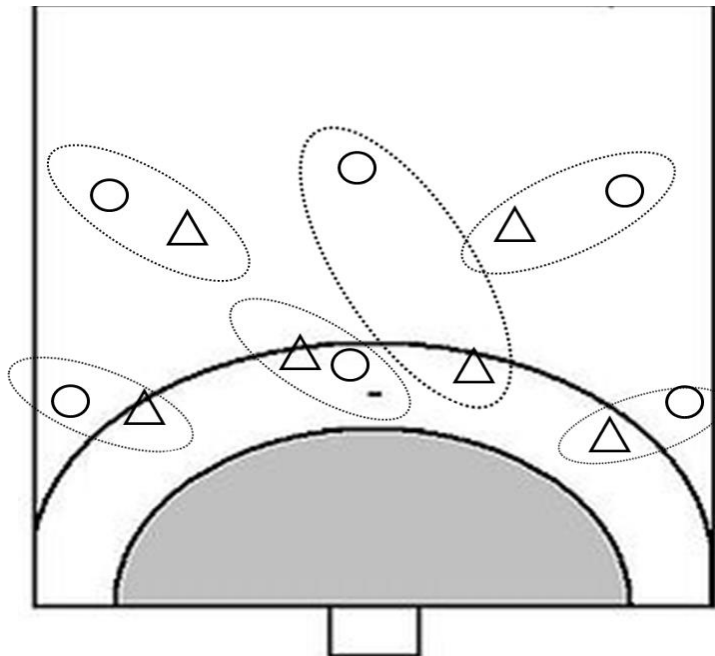


Figura 10: La divisió bàsica de les responsabilitats

S'han alternat els tres mètodes descrits (4-2 zonals, 4-2 mixtos totals i 4-2 barrejats parcials) els nostres dies, no només a l'antiga Txecoslovàquia, sinó a tot el món i són aplicats segons les característiques i l'enfocament de cada equip. Tot i això, hem de reconèixer que, en general, són més acceptats al seu país d'origen que a altres llocs, on són menys populars, o més aviat només utilitzat en ocasions específiques en situacions de superioritat numèrica que impliquen 6 contra 5 o situacions en què es necessita un resultat ràpidament etc.

2 Sistema defensiu a tot el món. Aquests són els següents:

Els dos jugadors avançats fan una defensa individual als seus respectius laterals atacants.

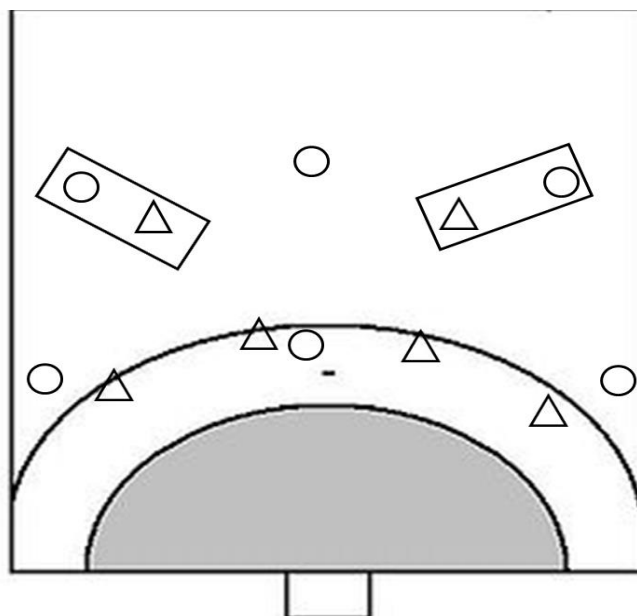


Figure11: 4-2 Defensive System – total mixed

El 4:2 parcialment mixed consisteix en els jugadors més avançats fent un marcatge individual als seus parells, mentre que altres ho fan per zona.

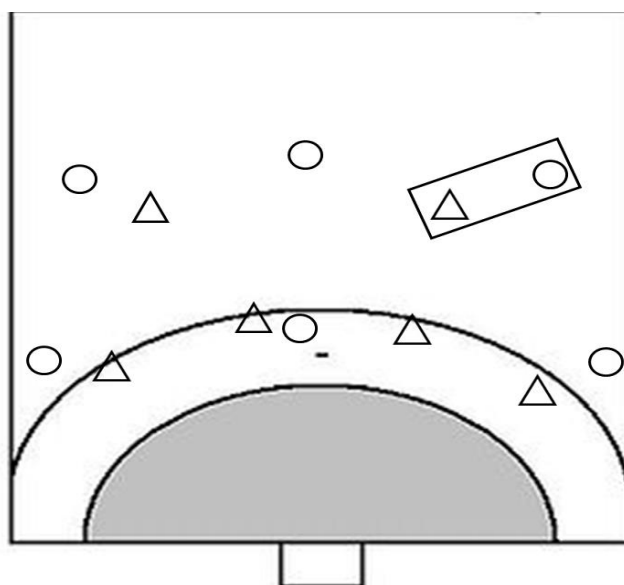


Figure 12: Sistema defensiu 4:2 – parcialment mixta A

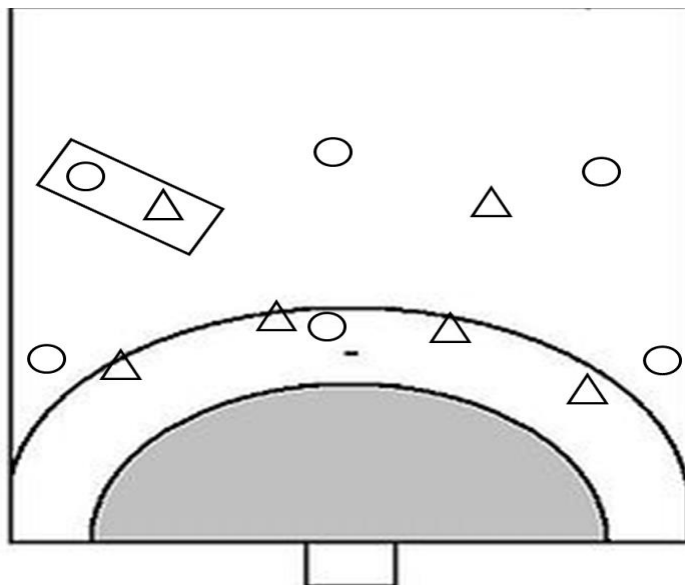


Figure 13: Sistema defensiu 4:2 – parcialment mixta B

3. EL CONTRAATAC I LA SEUA DEFENSA

3.1. Definició i Fases

Els esports d'equip, com l'handbol, es divideixen en diferents fases (ofensives, defensives i de transició) en funció de la possessió de la pilota. Els equips canvien la manera de jugar en funció de quina etapa es troben, el resultat del joc o les seves estratègies. Durant la transició ofensiva, els equips poden utilitzar una estratègia anomenada contraatac per assolir ràpidament la meta i els atacs dels adversaris amb el seu sistema de defensa imposat. L'ús d'aquesta estratègia podria determinar significativament el resultat del joc i diferenciar els guanyadors i els perdedors del joc. Podem definir el contraatac com la forma de joc de l'equip per la qual, després de recuperar la pilota, intenta arribar a la porteria contrària i aconseguir gol abans de que l'equip contrari aconseguixi organitzar la seva defensa.

Amb un contraatac ben aconseguit s'obté:

- Objectius fàcils i poc exigents per als recursos.
- La moral de l'equip del rival cau per la forma ràpida d'aconseguir gol.

Un contraatac inclou 3 etapes:

Etapa 1: atac ràpid amb 1 o 2 jugadors

Aquí sol ser un jugador que atrapa una mala passada i avança sol a la porteria dels adversaris o per dos jugadors que es combinen per mitjà d'una o varies pasades per llançar finalment a porteria. També pot ser una passada llarga del porter o del seu company d'equip. És molt important que l'etapa 1 es realitzi a un ritme alt i exigeix jugadors molt ràpids amb una tècnica excel·lent. Com que els jugadors del contraatac solen eixir corrent cap al camp contrari quan l'oponent fa un llançament, és important que no se fiquen els uns junt als altres, ja que el porter tindrà menys opcions de fer la passada de contraatac.

L'etapa 1 tàcticament es pot utilitzar quan:

1. L'equip de la defensa té jugadors, que són capaços d'anticipar-se i robar la pilota sense fallar en la defensa.
2. El porter és capaç de controlar la pilota ràpidament i fer una passada llarga i precisa.
3. Els oponents tarden molt a tornar a les seves posicions de defensa.
4. El rival torna d'esquenes al contraatac.
5. Els adversaris están cansats.

Etapa 2: atac ràpid amb 3 o més jugadors

Per utilitzar l'atac de la fase 2 amb exit, l'equip ha de tindre diversos jugadors ràpids, que tinguen una bona tècnica. Aquests jugadors participen a l'etapa 2. Per això hi ha jugadors, que poden recopilar eventuais pilotes de contra i assegurar que els jugadors atacants no estiguin en línia. Com a principi, la pilota ha de ser enviada de manera obliqua en un contraatac, però a la fase final pot ser un avantatge poder passar la pilota cap enrere a un jugador de la segona onada, que després pugui llançar a porteria. A la fase 2 hi ha d'haver profunditat i amplada en l'atac, de manera que la pilota pugui ser enviada per davant dels defensors, que podrien haver tornat a la defensa

L'etapa 2 es pot utilitzar tàcticament en les mateixes condicions que l'etapa 1. Més encara es pot utilitzar quan l'etapa 1 és inútil, ja que ningú no està en condicions de rebre una passada llarga. La norma bàsica per a l'atac de la fase 2 és que els jugadors, que no estan en possessió de la pilota, sempre intenten buscar una posició on puguin rebre la pilota en relació amb els defensors i el que té la pilota.

Etapa 3: joc bàsic organitzat

Si l'equip no té èxit amb l'atac de la fase 2, es redueix el ritme fins que la resta d'atacants estiguin al seu lloc i es comenci el joc bàsic ordinari.

3.2. El contraatac a partir de la defensa en dues línies

La forma d'organitzar el contraatac a partir de la defensa en dues línies depèn del jugador que recupera la pilota i de la direcció de la passada i orientació que aquest té en el moment de la intercepció d'aquest.

Distingim tres situacions bàsiques:

- Quan un jugador de 2a línia intercepta una pilota durant una passada lateral o cap davant: En aquest cas es planteja una progressió directa d'aquest jugador fins a la porteria de l'equip contrari.
- Quan un jugador de 1a línia intercepta una pilota durant una passada lateral o cap davant: en aquest cas es recomana una passada en profunditat a un jugador de 2a línia.
- Quan un jugador de 2a línia intercepta una pilota passada cap enrere: Es recomana la realització d'una passada de suport a jugador de 1a línia i posterior passada en profunditat.

3.3. Construcció de la defensa en dues línies davant contraatac.

L'organització d'aquesta defensa s'ha de caracteritzar perquè els jugadors de

cadascuna de les línies defensives no estan determinats prèviament, sinó que es col·loquen en funció de la seva disposició en l'atac en el moment de perdre la pilota.

- Els jugadors que es trobaven en 2n línia ofensiva intenten dificultar l'1r passí de contraatac.
- Els jugadors que es trobaven en 1º línia ofensiva intenten aturar el avanç de el jugador amb pilota.

4. BIBLIOGRAFÍA^[1]_{SEP}

- Guzman Luján, JF. (2007). Apuntes de Balonmano: Una propuesta teórico-práctica.
- Oliver, J.F. y Sosa, P.D. (1996) Balonmano. Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes. Madrid.
- Oliver, J.F. y Sosa, P.D. (2006). El sistema defensivo 3:3, introducción a las defensas zonales. "V Encontro Nacional de Professores de Handebol das Instituições de Ensino Superior Brasileiras", celebrado en Aracajú (Sergipe) Brasil, organizadas por la Confederación Brasileira do Handebol.
- Guía de trabajo para la formación en balonmano. Programa de Tecnificación grupo femenino. Oliver Coronado y cols. Real Federación Española de Balonmano (2009).
- Antón, J.L. (1998). Balonmano, táctica grupal ofensiva: Concepto, estructura y metodología. Madrid: Gymnos.
- Espina JJ. Historical, tactical and structural analysis of the 4:2 defensive play system in handball. J. Hum. Sport Exerc. Vol.8, No. Proc3, pp. S578-S590, 2013.
- Román Seco, Juan de Dios (2016). Evolucion del juego en defensa en balonmano: hacia las defensas alternativas como concepto. E-Balonmano, Revista de Ciencias del Deporte.
- Sibila, M (2016) EHF "Rinck" Convention Open Master Coach and Licensing Course. (<https://members.ehf.eu/community/activities/download.ashx?reason=ehfcanFile&id=2347>)
- Antón, J.L. (2002). Táctica grupal defensiva. Granada: Grupo Editorial Universitario.