

# Iniciació a l'handbol

**Número 8**

*Editado por Ana M<sup>a</sup> Ferri Caruana en Valencia*

*Número 8 de 10*

*Año: 2023*

# TEMA 8

## LA DEFENSA INDIVIDUAL I EL SEU ATAC

### ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. LA DEFENSA INDIVIDUAL
  - 2.1. Característiques fonamentals
  - 2.2. Avantatges e inconvenients
3. LA DEFENSA ZONAL
  - 3.1. Característiques fonamentals.
  - 3.2. Avantatges e inconvenients
4. DEFENSA EN SITUACIONS ESPECIALS: En superioritat o en inferioritat
5. BIBLIOGRAFÍA

## 1. INTRODUCCIÓ

Un sistema de joc defensiu és una forma d'entendre l'organització o tàctica defensiva de l'equip, que afecta el posicionament, desplaçaments i intervencions de tots els jugadors d'aquest. En funció de les restriccions que plantejem podem parlar de diferents sistemes de joc amb defensa individual, com per exemple, defensa individual pressionant a tot el camp, o defensa pressionant a la meitat de camp pròpia.

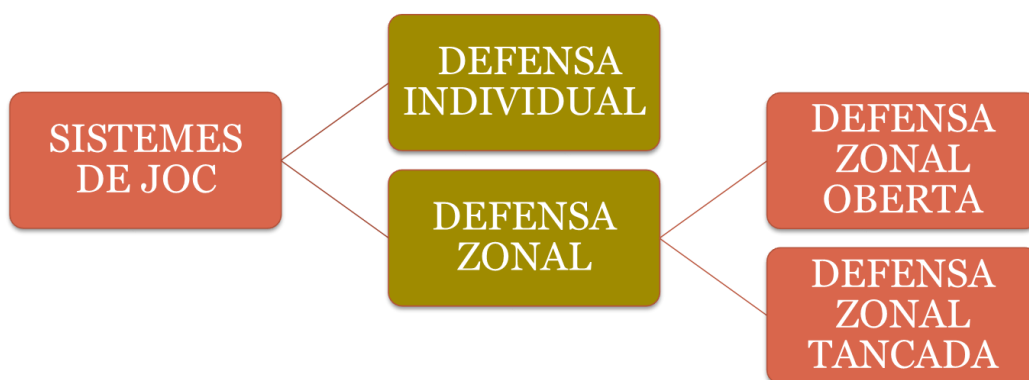
Els sistemes defensius en Handbol, generalitzant i llevat d'excepcions puntuals, s'han regit històricament sota uns patrons rígids forçats per la configuració del terreny de joc, la defensa dels espais prohibits (àrea de porteria), la distància de l'eventual eficàcia dels llançaments i les zones de major o menor verticalitat respecte a la porteria. Aquests "patrons bàsics" han teledirigit la formació tradicional dels jugadors per al desenvolupament de les tasques dirigides a evitar o dificultar els llançaments dels atacants des d'espais de més a menys compromís i perillositat. Ha privat ja que la dupla d'objectius prioritaris com ara "evitar penetracions dels atacants als espais props a l'àrea de porteria "així com" el dificultar llançaments des d'espais perillosos ". En un segon pla de les accions defensives es contempla com a objectiu evitar "el pas de la pilota cap a porteria si s'ha consumat el llançament".

És important tindre en compte que el joc en defensa evoluciona i ha de progressar encara més en la direcció d'obrir camins per a una major creativitat; "Intuir i interpretar el joc d'atac per anticipar en defensa" s'ha de considerar punt de partida i principi obligat a la formació tàctica individual amb la finalitat de recuperar la pilota, provocar errors tècnics dels atacants, provocar faltes d'atac, evitar exclusions a les tasques defensives, trencar el ritme de joc del rival. Tenir tot això a la vista en les etapes de formació de jugadors és imprescindible en un escenari a més en el qual tots els jugadors joves sensibilitzin totes les tasques defensives, alternant objectius i espais de joc i alhora respectar la premissa de concedir igualment atenció especial a la situació de la pilota. Aquest procés formatiu s'ha d'entendre al marge de qualsevol sistema defensiu (Román Seco, 2016).

Durant molts anys diversos autors han estat plantejant la necessitat de iniciar els nens / es que comencen a jugar a handbol en defenses individuals (Antón, 1990; Torrescusa,

1991). Per a García Herrero (2000) l'administració per part dels entrenadors d'aquest sistema no es ha desenvolupat considerant els objectius generals plantejats per aquests autors, deixant de tenir valor formatiu per a quedar-se a situacions de poca transferència al joc real. Per això, reconeix el valor de les defenses individuals però considera la necessitat d'introduir en el procés formatiu altres defenses (zonals obertes) amb major transferència al joc (Román Seco, 2016).

**Figura 1. Els sistemes de joc defensius**



## **2. LA DEFENSA INDIVIDUAL**

En la defensa individual els defensors defensen per tot el camp, una volta han passat del mig camp o en alguna senyal, cadascú al seu parell. S'utilitza en els primers períodes de formació (benjamins i alevins), en les altres categories es fa servir com a defensa pressionant per provocar errors en situacions concretes de partit (minuts finals perdent, etc ...)

### **2.1. CARACTERÍSTIQUES FONAMENTALS**

Les característiques fonamentals de la defensa individual són:

- Cada defensor s'encarrega del marcatge d'un oponent.
- La ubicació espacial dels jugadors depèn de la situació dels atacants.

Per Espar (2001), hi ha diferents formes d'assignar els aparellaments:

- Criteri nominal: Cada jugador sap a priori de qui es va a encarregar quat estigui en defensa. L'avantatge d'aquesta forma d'assignació és que els aparellaments estan igualats. El principal inconvenient rau en què pot donar-se un retard en el marcatge si després de l'atac la situació de tots dos jugadors és llunyana.
- Criteri de proximitat: Cada jugador s'encarrega de marcar al jugador més proper de l'equip contrari un cop acabi la fase d'atac del propi equip. El principal avantatge és que el retard en el marcatge és mínim, per la proximitat dels jugadors. els seus principals inconvenients són la possibilitat que es produeixin aparellaments desiguals i la possibilitat de existeixi error en la assignació, que poden quedar algun jugador desmarcat.

En la defensa individual s'utilitza la basculació i el doblatge com a mitjans tàctics simples. També s'utilitza com a principal mitjà tàctic bàsic de col·laboració el lliscament.

Hi ha diferents rols, i intencions tàctiques associades, per als defensors.

- Davant atacant amb pilota (ACB), ha de: Evitar la penetració, robar el pilota i evitar la passada.
- Davant atacant sense pilota (ASB), ha de:
  - Dissuadir
  - Interceptar la passada i
  - Ajudar (doblegar) al seu company defensor del ACB si ha estat superat.

## **2.2. AVANTATGES E INCONVENIENTS**

Seguint a Martin (1992), els principals avantatges de la defensa individual són:

- No forma jugadors especialistes en llocs específics.
- Desenvolupa el concepte de defensa activa.
- Millora la conducta individual en l'1 x 1.
- Simplifica la conducta defensiva dels jugadors.

Per a García Herrero (2000), els principals inconvenients de la defensa individual són:

- És difícil observar un adequat marcatge i control de l'oponent (amb excepció d'accions properes a 6 m.), ja que en haver de defensar tant espai el jugador no té temps ni d'adoptar la posició de base, ni de equilibrar-se en les accions defensives, ni d'orientar-se correctament respecte al seu oponent.
- L'alta exigència física impedeix poder mantenir-la durant un període de temps llarg. A partir d'un temps el jugador tendeix a col·locar-se en "flotació" defensiva o directament s'inhibeix de les seves responsabilitats defensives.
- És complicat realitzar correctament les ajudes (doblatge defensiu).

A causa de que la disposició dels jugadors en defensa pot quedar molt allunyat i al fet que la individualització sistemàtica de la defensa pot conduir a confondre el jugador en el sentit que arribi a pensar que el veritablement important no és evitar el gol de l'equip contrari sinó evitar el gol de l'oponent assignat.

### **3. 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 plantegem podem parlar de diferents sistemes de joc amb defensa zonal oberta o tancada. La defensa zonal oberta es caracteritza perquè col·loca als jugadors defensors organitzats en diverses línies de joc, permetent l'existència de 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 de els jugadors en una sola línia defensiva, reduint-se el espai entre línies i entre jugadors. (Ex. 6: 0 o 5: 1).

#### **3.1. CARACTERÍSTIQUES FONAMENTALS.**

Per Antón (2002), 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 redueixen els espais entre jugadors.

### **3.2. AVANTATGES I INCONVENIENTS.**

Els principals avantatges de la defensa zonal són:

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

Mentre que els principals inconvenients de la defensa zonal són:

- Pot dur a passivitat en la defensa.
- Pot dificultar excessivament l'atac en la iniciació.
- Pot portar a una especialització precoç en llocs específics

Per evitar aquests inconvenients podem plantejar defenses zonals obertes la disposició depèn del final de l'atac i amb responsabilitat individual dins l'espai assignat.

### **4. DEFENSA EN SITUACIONS ESPECIALS**

Com situació especial ens referim tant a les superioritats defensives com a les inferioritats. Les superioritat defensiva té diverses opcions, alguns equips decideixen mantenir el seu sistema defensiu, mentre d'altres en funció del jugador exclòs transformen la seva defensa, p.e. jugant 6 × 6 defensen 6: 0 però en defensar en superioritat defensen 5: 1.

Pel que fa a la defensa en inferioritat els equips tendeixen a realitzar una defensa 5: 0, normalment l'exterior de la zona contrària a la pilota defensa el 1 × 2, d'aquesta manera a la zona de pilota es pot aconseguir igualtat entre nº d'atacants i defensors.

Una altra variant defensiva menys vista és la defensa 4: 1 en ser més profunda i comptar amb un jugador menys en la 1a línia defensiva hi ha més possibilitats de llançaments des 6m.

## 7. BIBLIOGRAFIA<sup>[1]</sup><sub>SEP</sub>

- 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.
- 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.
- 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.
- Antón, J.L. (2002). Táctica grupal defensiva. Granada: Grupo Editorial Universitario.