

# TECNIFICACION TECNICOS

## TEMPORADA 2001/2002



Gipuzkoako Eskubaloí Federakuntza  
Federación Guipuzcoana de Balonmano



## EL JUEGO COLECTIVO OFENSIVO

### Búsqueda de soluciones en profundidad

Ponente: Manuel CADENAS

Con estas líneas voy a tratar de resumir las ideas expondré en la parte práctica de mi intervención. El juego en profundidad se ha convertido en una filosofía o una forma de interpretar el ataque. Cuando hablo de una filosofía de juego, no solamente trato de hacer una declaración de intenciones; todo concepto teórico se tiene que transformar en hechos a través de los ejercicios de entrenamiento. Por eso lo más importante de esta ponencia es interpretar la esencia del juego de nuestro equipo.

.Wix\*:\*:iii™AAA

→/: 00 00000000 " 0000

## Eí juego en profundidad

El balonmano está en continua evolución, no solamente por la mejora de la condición física que tienen los jugadores y que redundan en el aumento de la velocidad del juego; también ha influido el cambio en las reglas del juego (fundamentalmente el saque de centro después de gol). Este hecho unido a la utilización de distintos sistemas de juego según el tipo de jugadores que forman el equipo, me obliga como entrenador a buscar soluciones permanentes a los continuos cambios. Buscar nuevas fórmulas para atacar con eficacia las cada vez mejores defensas es algo que me apasiona como entrenador, es una motivación que cada año me lleva a modificar detalles en esta concepción del ataque. Paralelamente al juego, nuestras ideas cambian condicionadas siempre por la máxima de encontrar el máximo rendimiento a nuestro juego.

La máxima expresión del juego en profundidad son las situaciones de uno contra el portero que se producen en el contraataque. Aunque es de sobra conocido que nuestro éxito se halla en una buena defensa y la rentabilización de la misma efectuando rápidos contraataques; ahora voy a hacer referencia solamente a la búsqueda de soluciones desde zonas próximas a la línea de seis metros en el ataque posicional.

Esta concepción del ataque no discrimina la posibilidad de lanzamiento a distancia; siguiendo un principio de alternancia, intentamos combinar el juego a distancia con el juego en profundidad. La renuncia de cualquiera de las dos opciones, supondría un ajuste de la defensa rival y la consecuente pérdida de eficacia del ataque.

## ¿Porqué le damos tanta importancia?

- Es uno de los caminos más eficaces que nos brinda el balonmano para conseguir gol, el lanzamiento con oposición da la oportunidad de intervenir al defensor con la consecuente disminución de eficacia para el atacante.
- Según las estadísticas acumuladas oficiales de ASOBAL, se lanzan en orden de eficacia:
  - 1º. Contraataque.
  - 2º. Penaltis.
  - 3º. Lanzamientos desde 6 metros (en posicional).
  - 4º. Lanzamientos desde 9 metros.
- Queremos conseguir una "clara ocasión de lanzamiento", esta situación entiendo que en la mayoría de los casos tiene que ser en profundidad; aunque dependiendo del tipo de jugador que tengamos y del puesto específico que ocupa dentro del equipo se pueden hacer matizaciones, así un lateral tiene que interpretar que si llega con una buena trayectoria y "no me salen" debe lanzar (supuestamente eso es una buena zona de eficacia). En cualquier caso el jugador siempre tiene que lanzar cuando verdaderamente ha apreciado que tiene muchas posibilidades de marcar.
- Otro motivo que me ha llevado a defender esta filosofía de juego es el hecho de no disponer, salvo excepciones, de grandes lanzadores en el equipo; aunque también le dedicamos bastante tiempo en el entrenamiento a la mejora del lanzamiento exterior. No obstante tratamos de concienciar a nuestros lanzadores para que busquen igualmente la solución más próxima.
- Conseguir una clara ocasión de gol, supone elaborar más el ataque (salvo sorpresa por una acción clarísima derivada de un error defensivo); esto requiere una mayor participación de todo el equipo. De esta manera se contrarrestan actitudes egoístas, todos los jugadores se sienten útiles colaborando en la realización del ataque: bloqueando, pasando, fijando, lanzando, etc.
- Derivado de esta forma de interpretar el juego, se producen más situaciones de exclusión y de siete metros, ventajosas cualquiera de las dos.
- El hecho de jugar cerca de la defensa, exige valentía para afrontar las situaciones de contacto con el oponente; "hay que ser valiente" y en las penetraciones tenemos ocasión de demostrarlo.

## Algunas normas o exigencias

- En principio la idea es jerarquizar las opciones, dar prioridad a una posibilidad sobre otra, así y salvo excepciones podemos establecer el siguiente orden:
  - 1º agotar las posibilidades de solución en profundidad:
    - juego con el pivote,
    - penetraciones de la primera línea,
    - intervención de los extremos con buen ángulo de lanzamiento.
  - 2º buscar el lanzamiento a distancia.
- Tener paciencia hasta encontrar el momento oportuno para realizar la acción definitiva. Las acciones que conllevan riesgo de algún tipo (pases, lanzamientos a distancia, lanzamientos con poco ángulo, situaciones de uno contra uno, etc.) que en el inicio del ataque no se ejecutan, sí se pueden realizar a medida que avanza el tiempo de posesión: "más tiempo de posesión, más ofensivos somos".
- Variedad de exigencias o matices según los sistemas defensivos, así como características propias y del contrario., En el juego de superioridad numérica seis contra cinco, tendremos que poner los jugadores adecuados para finalizar en penetración.
- Otro aspecto importante es mejorar la calidad individual en cada entrenamiento como jugador en todos los sentidos: físico para entrar con fuerza y velocidad, técnico para encadenar la recepción en carrera con un nuevo pase o el lanzamiento, táctico para ser capaz de elegir la mejor opción o crearla, y por supuesto psicológico para que no suponga una responsabilidad encontrarse sólo ante el portero con la obligación de meter gol.
- » Que los jugadores tenga un conocimiento claro de cómo deben actuar en cada situación. Para ello trabajamos no sólo en la cancha, también desde una perspectiva teórica mediante el video, realizando un análisis tanto individual como colectivo.

## Qué estamos consiguiendo

- En la temporada 1999/00 fuimos el segundo equipo que menos goles realizó desde nueve metros, sin embargo fuimos los segundos máximos goleadores y los segundos también en diferencia de goles. Esa misma temporada tuvimos los siguientes registros relativos a la eficacia:

Contraataque	178/254	74%
6 metros	330 / 483	68%
9 metros	166/330	50%
7 metros	79/120	66%
global	763/1187	64%

- Del análisis de la competición, observamos que efectivamente estamos consiguiendo más situaciones de penalti y exclusión a nuestro favor que años anteriores en los que no insistíamos tanto en el trabajo de profundidad.
- Todos los jugadores tienen su parte de responsabilidad en el ataque, lo que favorece el espíritu de colaboración entre todos los componentes del equipo.
- Son acciones de riesgo y valentía, acciones que motivan nuestro espíritu luchador.
- Intentamos mejorar las situaciones de lanzamiento en caída, en tanto en cuanto hemos observado que jugadores que en otros equipos no realizaban nunca este dominio, cuando han empezado a ponerlo en práctica han mejorado su nivel de juego.

# EJERCICIOS BÁSICOS

1-

PENETRACIONES SUCESIVAS (6m).  
UN PASE, MISMA DIRECCIÓN.  
NO BOTE // UN BOTE

2-

CRUCE CENTRAL - LATERAL.  
MISMAS VARIABLES/PUNTAS.

3-

PENETRACIONES SUCESIVAS  
Ⓢ SÓLO BLOQUEA // Ⓢ PUEDE RECIBIR  
1 PASE // 2 PASES ; CON // SIN BOTE

4-

DESPUES DE UN CRUCE  
MISMAS VARIABLES/PUNTAS.

5-

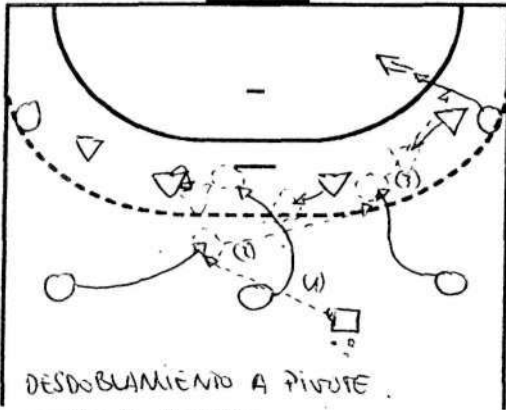
PENETRACIONES SUCESIVAS  
MISMA DIRECCIÓN.  
5 PASES // 3 PASES.  
SIN BOTE // UN BOTE

6-

CRUCE, BENEFICIARIO DECIDE  
MISMAS VARIABLES/PUNTAS.

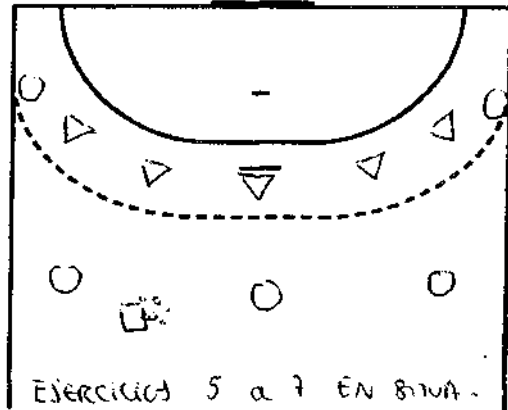
## EJERCICIOS BÁSICOS

7-



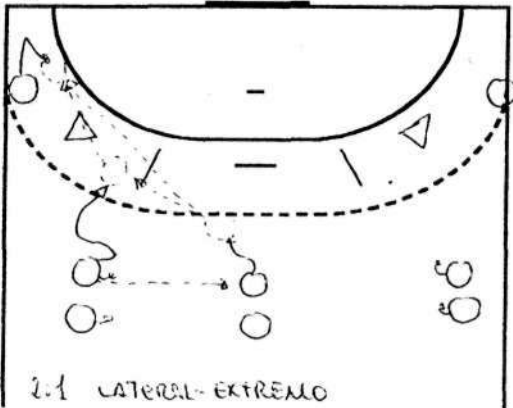
DESDOBLAMIENTO A PIVOTE.  
RECEPTOR DECIDE.  
MISMAS VARIABLES/PAUTAS.

8-



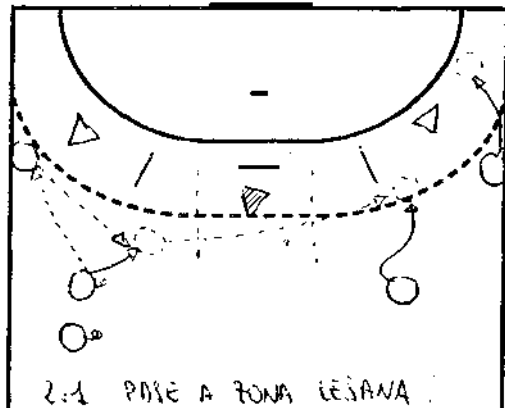
EJERCICIO 5 a 7 EN 8MA.  
CON 5:5.

9-



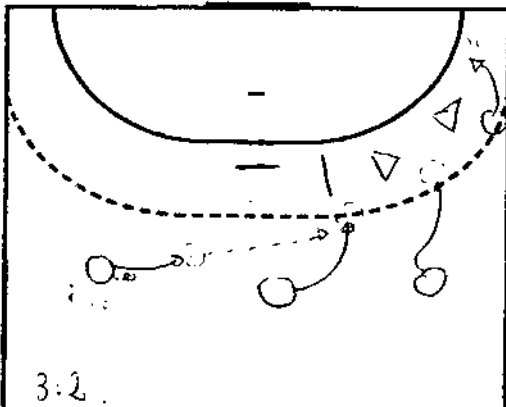
2:1 LATERAL-EXTREMO  
NO BOTE.  
2 PASES // 1 PASE.

10-



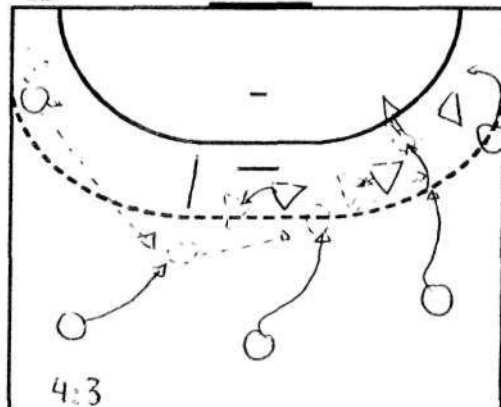
2:1 PASE A ZONA LESANA.  
▲ DIFICULTA EL PASE.  
MISMAS VARIABLES/PAUTAS.

11-



3:2.  
NO BOTE.  
SIEMPRE HACIA FUERA.  
2 PASES // 1 PASE.

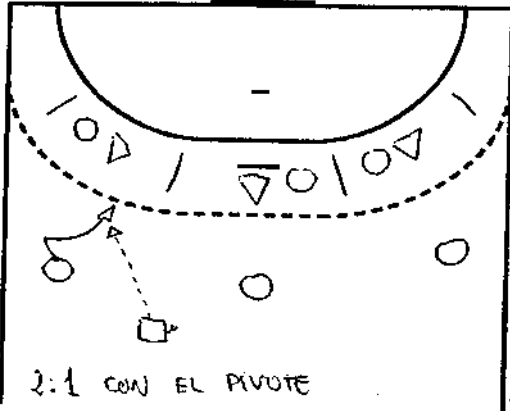
12-



4:3  
MISMAS VARIABLES/PAUTAS  
QUE EL EJERCICIO 11.

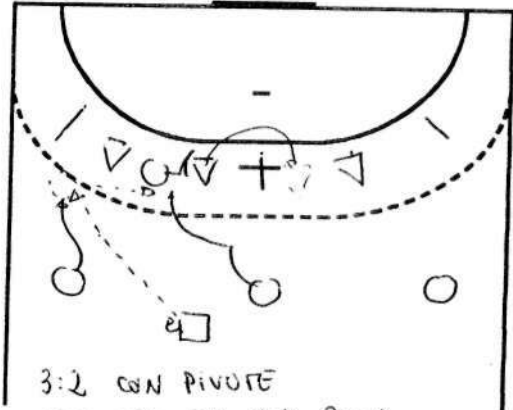
## EJERCICIOS BÁSICOS

13-



2:1 CON EL PIVOTE  
1 PASA // 2 PASA  
CON // SIN DOTE  
⊖ RECIBE // NO RECIBE.

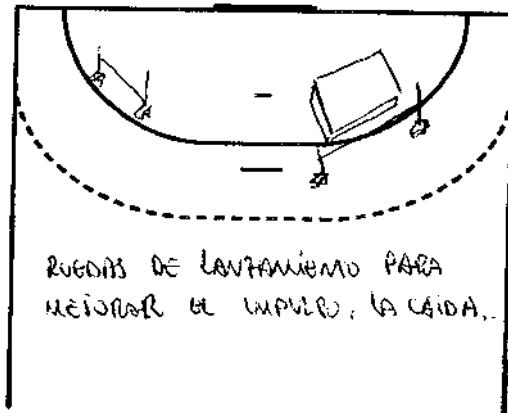
14-



3:2 CON PIVOTE  
CADA VEE EN UNA ZONA.  
MÍNIMA VARIABLE / PASA

OTRAS SITUACIONES :

1:1		LIMITAR DEFENSAS
2:2		MÁS ESPACIOS.
3:3		



RUEDAS DE LANZAMIENTO PARA  
MEJORAR EL IMPULSO, LA CAIDA.