

**16 – 17
JUNHO
2018**

Auditório
Agostinho
da Silva
Universidade
Lusófona

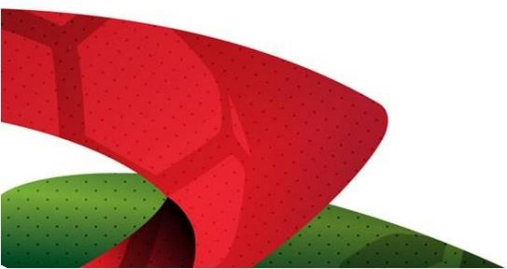
CONGRESSO TÉCNICO CIENTÍFICO DE ANDEBOL

*15 anos a formar
treinadores de andebol*

LAS PRESIONES DEFENSIVAS. LA DEFENSA EN ANTICIPACION

Lisboa, 16 de Julio 2018

Ponente: Ambros Martín



INTRODUCCION



- De jugador a entrenador.
- De Estella a Győr .
- El “Dream Team” .



EL DREAM TEAM

PRESIÓN INMEDIATA

ACERCA DE LA DEFENSA



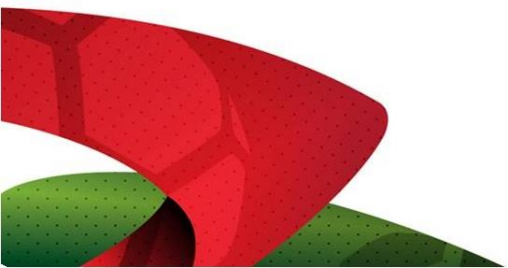
- La defensa gana campeonatos.
- La defensa iguala presupuestos
- La defensa consigue goles .
- La defensa evita defensas contrarias
- La defensa esconde y disimula debilidades.
- La defensa estimula y desarrolla el talento.

OBJETIVOS DE LA DEFENSA

- Recuperar el balón
- Evitar que realicen situaciones preparadas y marcadas
- Complicar e impedir la circulación del balón en zona de peligro
- Obligarles a lanzar en las peores condiciones
- Presión psicológica sobre el rival

DESVENTAJAS DE LA DEFENSA

- No tiene el balón
- Desconoce la acción de los atacantes
- Debe "reaccionar" ante ello
- El reglamento condiciona su actuación



VENTAJAS DE LA DEFENSA



- El ataque está condicionado por el balón.
- Actitud vs aptitud
- La defensa puede condicionar la actuación del ataque y de sus atacantes.
- El reglamento.



VIDEO

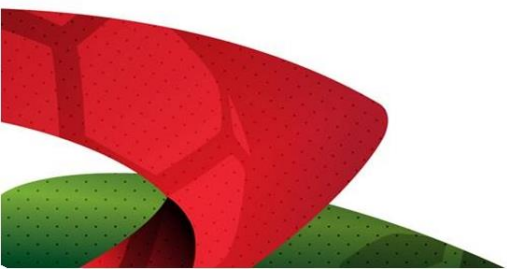
15

CONGRESSO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 anos a formar
treinadores de andebol



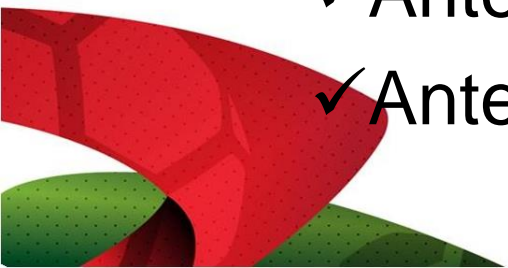
ELABORACION DE UN SISTEMA DEFENSIVO

- El balón.
- Los atacantes.
- El espacio o zona de peligro
- Los compañer@s
- Los conceptos y su utilización.



ASPECTOS BASICOS

- La disposición y localización.
- La actitud: anticipación eficaz.
- La predisposición:
 - ✓ Ante el rival
 - ✓ Ante las acciones del rival
 - ✓ Ante los compañer@s
 - ✓ Ante el error.
 - ✓ Ante el contraataque



VIDEO DISPOSICION

15

CONGRESSO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 anos a formar
treinadores de andebol



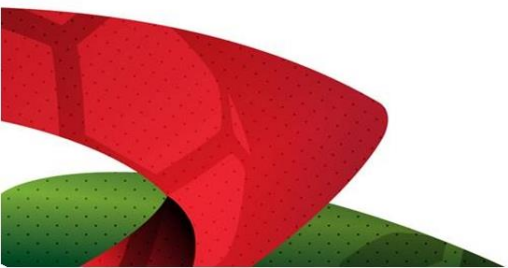
LAS PRESIONES DEFENSIVAS

- Son las acciones o movimientos voluntarios y programados de un sistema defensivo,
- en base a unos criterios previamente establecidos,
- que varía o transforma la defensa original en el transcurso de un ataque
- volviendo a su posición original una vez finalizada la acción.

OBJETIVOS DE LAS PRESIONES DEFENSIVAS



- En nuestro equipo:
 - ✓ Llevar la iniciativa en el juego
 - ✓ Controlar y dominar el ritmo del partido.
 - ✓ Anticiparse a las acciones y jugador@s más peligros@s del rival
 - ✓ Alejar el balón de nuestra portería.



OBJETIVOS DE LAS PRESIONES DEFENSIVAS

- En el equipo contrario:
 - ✓ Generar dudas e incertidumbre en el ataque
 - ✓ Cubrir o reducir espacios o zonas eficaces.
 - ✓ Obligar al ataque a realizar acciones que no tienen preparadas.
 - ✓ Crear presión psicológica por contraataque
 - ✓ Eficaz ante equipos con sistemas cerrados



LAS PRESIONES DEFENSIVAS

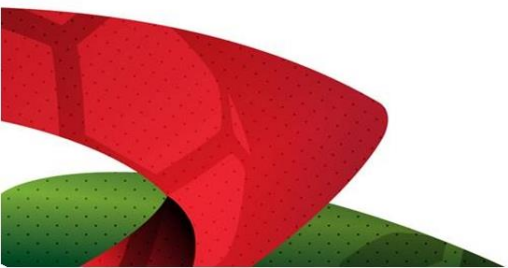
15

CONGRESO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 años a formar
entrenadores de andebol



USO DE LAS PRESIONES DEFENSIVAS

- Como mecanismo principal del funcionamiento de la defensa.
- Como respuesta automatizadas a determinados movimientos del ataque.
- Como factor sorpresa.
- Como parte del sistema de ayudas.



TIPOS DE PRESIONES DEFENSIVAS

- Presiones pares:
 - ✓ preventivas
- Presiones impares:
 - ✓ preventivas
 - ✓ dentro del sistema de ayudas



TIPO PRESIONES

15

CONGRESSO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 anos a formar
treinadores de andebol



ACTUACION DE LOS DEFENSORES

- Imprevisible para los atacantes
- Observación y control de la información
- Provocar la actuación errónea del rival
- Dispuesto para las ayudas
- Capacidad de adaptación



ACTUACION DEL BLOQUE DEFENSIVO

- Imprevisible, no detectable
- Variable según rival, acción y compañeros.
- Funcionamiento mixto.
- Sincronización y coordinación de movimientos
- Predispuesto para la ayudas.



DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA

15

CONGRESO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 años a formar
entrenadores de andebol



DE LA PRÁCTICA AL PARTIDO

15

CONGRESSO
TÉCNICO
CIENTÍFICO
DE ANDEBOL
15 anos a formar
treinadores de andebol





MUCHAS GRACIAS
OBRIGADO

WOMEN'S
EHF
CHAMPIONS
LEAGUE
FINAL4

mediasport Audi flor trad

WOMEN'S
EHF
CHAMPIONS
LEAGUE
FINAL4