

# TÉCNICA INDIVIDUAL DEFESA

# Jogo individual na defesa

---

- Intenções Técnico-Táticas Individuais
  - Defesa do atacante com bola (DASB)
  - Defesa do atacante sem bola (DACB)
  - Guarda-Redes

# Defesa do atacante com bola

---

- Colocado na linha de remate
- Controlo à distância
  - Perigo do atacante
  - Maior distância
    - Bloco
  - Menor distância
    - Orientado ao ponto forte

# Defesa do atacante sem bola

---

- Controlo à distância
- Corte de linha de passe
  - Intercepção
  - Dissuadir a recepção
- Cobertura dos colegas
  - Dobrar colega batido no 1x1

# Guarda-redes

---

- Controlar o portador da bola
- Tentar a intercepção da bola
  - Defesa
- Fintar o rematador
- Dissuadir pela colocação

# Guarda-redes

---

- Controlo do portador da bola
  - Deslocamentos e colocação em função de...
  - Posição que permita rápida intervenção
- Defesas
  - Técnicas específicas
  - Usar a maior superfície do corpo
  - Amortecer a bola para lançar CA
- Fintas
  - Colocação e oferta de espaços

# Controlo à distância do portador da bola

---

- Manter a linha de remate vigiada
  - Orientar para o ponto forte do ACB
- Capacidade de realizar
  - Deslocamentos
  - Paragens
  - Dissociar acção dos braços do tronco: bloco
- O controlo deve ser mais estreito quando o ACB esteja na sua zona de finalização

# Pressionar

---

- Utilização do tronco para impedir as intenções do ACB
- Utilização dos deslocamentos para continuar a manter pressão sobre o ACB, quando finta
- Braços podem ser usados para o desarme do passe ou do drible
- Vigiar o ponto forte do ACB ou zona central campo
  - Neutralizar se entra na zona de perigo ou pode executar um passe decisivo



# Controlo do não portador da bola

---

- Responsabilidade individual por um atacante
- Descentrar a atenção do jogo, prestando atenção ao opositor directo
- Realiza-se desde a posição básica defensiva
  - Percepção da bola e opositor directo
- Referência à linha de remate
- Extremar de atenção quando a bola está a um passe de distância

# Dissuasão

---

- É a intenção táctica que impede a recepção da bola do nosso adversário directo
- Ocupação da linha de passe
- Actuação muito perto do ASB
- Importante manter a actuação pois passador e receptor podem modificar anterior linha de passe
- Utiliza-se quando o atacante tem mais recursos que o defesa ou na marcação ao pivot

# Intercepção

---

- Aspecto destacado do jogo
  - Revela a agressividade da defesa
- Passes mais fáceis de interceptar são os longos
  - Há mais tempo para avaliar a trajectória da bola
  - Deve ser o mais perto possível do receptor
- Timing
  - Capacidade de deslocamento do defesa
    - Chegar cedo: não há passe
    - Chegar tarde: liberta o caminho até à nossa baliza

# Cobertura

---

- Soma das individualidades e distintas opções de colaboração entre os jogadores
- Manter a proximidade para reduzir o tempo para ajudar
- Ao diminuir a distância entre os defesas, estes protegem a zona onde está a bola

# Dobragem

---

- É a continuação lógica da cobertura
- Substituir um companheiro ultrapassado no 1x1
- Ao actuar transforma-se em DACB
  - Utiliza o bloco em linha de remate
  - Pressiona o ACB, se este está muito perto
- **IMPORTANTE**
  - Neutralizar o ACB, porque a SN está conquistada