Módulo 1: Análisis plano micro
1. Análisis plano micro

El objetivo fundamental dentro del análisis del plano micro (análisis individual y de relaciones de colaboración cortas) será obtener recursos que sean de aprendizaje para los jugadores y que les permita modificar algunas de sus conductas e incorporar nuevos comportamientos de juego. Todo lo analizado en este nivel también puede servir para evaluar a nuestros propios jugadores y obtener información acerca de los hábitos de juego de nuestros rivales.

Sin embargo, la intervención individual del jugador es, en gran parte, espontánea (emerge en función de los constreñimientos de juego). El hecho de analizar esos comportamientos espontáneos que emergen para solucionar problemas de juego nos permite "conceptualizarlos", reconocer sus criterios de éxito y, desde ahí, poder convertirlos en hábitos a partir del entrenamiento. Estas soluciones espontáneas analizadas no solo serán incorporadas por los jugadores que las manifestaron en competición, sino que el hecho de haberlas "conceptualizado" y analizado sus criterios de éxito nos permitirán compartirlas con el resto del equipo, de modo que cualquier jugador podrá incorporarlos.

La observación de cómo los jugadores aprovechan determinadas ventajas a partir de sus comportamientos espontáneos, emergentes en función de los constreñimientos del juego (específicos de cada situación del juego) nos permite obtener recursos micro para ofrecer a nuestros jugadores. Resulta fundamental no limitarse a la observación de jugadores propios y rivales, sino poner el foco en jugadores de "referencia", del más alto nivel, debido a su gran capacidad para tomar decisiones en el campo de manera intuitiva.

Para la obtención de estos recursos micro, orientaremos el análisis a dos niveles diferentes: los roles funcionales y las demarcaciones.

Los **roles funcionales** son compartidos por todos los jugadores, independientemente de su demarcación específica: cualquier jugador puede desarrollar un rol funcional, según cómo pueda colaborar con el juego colectivo de su equipo en cada situación de juego. Dentro de los roles funcionales, ya sea en momento con balón (MCB) o momento sin balón (MSB), distinguimos los siguientes:

- MCB. Poseedor: jugador en disposición de balón (determina espacios de fase dimensionados).
- MCB. Receptor inmediato: jugador en disposición de recibir balón desde el actual poseedor.

- MCB. Receptor mediato: jugador que no puede recibir desde poseedor, pero al que le puede llegar la circulación.
- MCB. Fijador: jugador que trata de anular o retardar la intervención del rival sobre la ventaja que se construye.
- MCB. Compensador: jugador sin intervención directa sobre la circulación que se comporta para equilibrar una pérdida eventual.
- MSB. 1º defensor: jugador en disposición de defender a poseedor (determina espacios de fase dimensionados).
- MSB. 2º defensor: jugador en ayuda, ofrece cobertura al primer defensor y defiende a receptores inmediatos cercanos.
- MSB. 3º defensor: jugador intermedio o alejado que ofrece cobertura colectiva (al 2º o 1º) y vigila a los oponentes.
- MSB. Superado: defensor superado por línea de balón que defiende desde atrás y prepara el contraataque.

Las demarcaciones específicas están determinadas según el sistema de juego que se emplee. Muchas de ellas se repiten en distintos sistemas de juego y, pese a que las relaciones que se puedan establecer no son las mismas si el sistema de juego cambia, existen elementos comunes a dominar dentro de la demarcación (en cualquiera de los sistemas en los que esa demarcación exista).

No es lo mismo ser delantero centro (P9) en un 1.4.4.2 que en un 1.4.3.3 o un 1.3.5.2 con doble pivote y mediapunta: las relaciones que el/los P9 puedan establecer cambian (presencia o no de mediapunta, único P9 o colaboración entre dos P9s, etc.). Sin embargo, el hecho de ser P9 implicará el dominio de muchas situaciones comunes que no dependen del sistema de juego empleado. Distinguimos las siguientes demarcaciones:

- P2: lateral derecho. Generalizamos P2 a la demarcación de lateral (que también incluiría al P3 como lateral izquierdo).
- P4: central derecho. Generalizamos P4 a la demarcación de central (que también incluiría al P5 como central izquierdo).
- P6: mediocentro. Incluye al mediocentro único (por ejemplo, 1.4.3.3) y a los dos jugadores que conforman el doble pivote (por ejemplo, 1.4.2-3.1). Cabe aclarar que el análisis conceptual posterior tiene como referencia al mediocentro único. Si se utiliza doble pivote, se podrán tener también como referencia conceptos asociados a la demarcación de interior (P8).
- P7: extremo derecho. Generalizamos P7 a la demarcación de extremo (que también incluiría a P11 como extremo izquierdo).

- P8: interior. Incluimos como P8 a los interiores de ambos costados. En caso de doble pivote hablaríamos de P6s, pero con conceptos comunes con la demarcación P8.
- P9: delantero centro. Incluimos como P9 al punta único (por ejemplo, 1.4.3.3) y al doble punta (por ejemplo, 1.4.4.2).
- P10: mediapunta. Demarcación muy específica del sistema de juego empleado (por ejemplo, 1.4.2-3.1).

Con el objetivo de poder profundizar a nivel conceptual, durante el presente trabajo no se brindarán detalles acerca de los distintos roles funcionales, sino que se pondrá el foco en las nociones referentes a las distintas demarcaciones. Para ello se utilizará el concepto de **fundamentos individuales por demarcación** (FIDs) de los autores Sans y Frattarola, 2017. Se recogerán por demarcación conceptos que podemos asociar a las mismas, definidos de la forma más concreta posible para poder profundizar sobre las distintas demarcaciones específicas.

1.2. Fundamentos individuales por demarcación (FIDs)

P2. MSB. Fundamentos individuales por demarcación

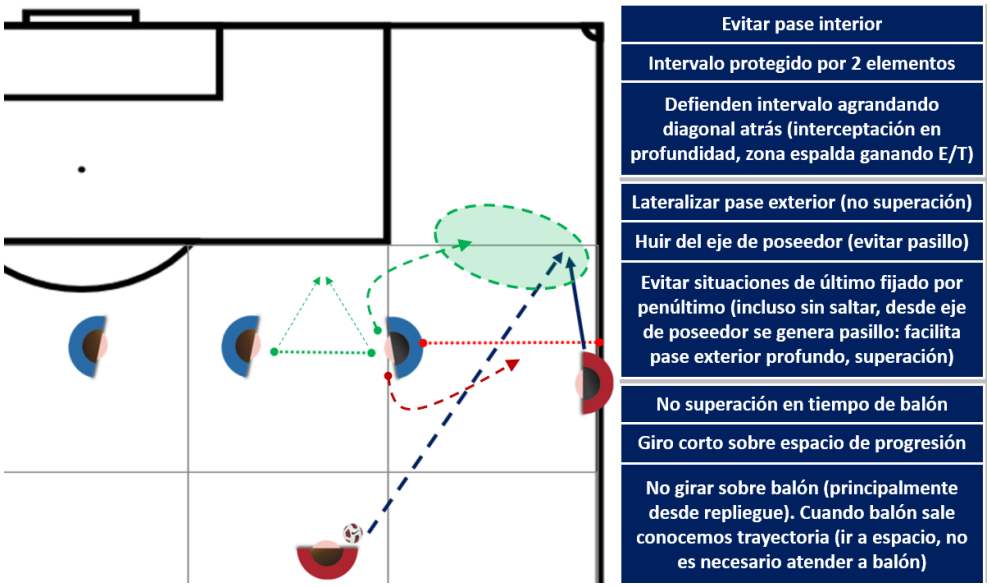
- Como último defensor no ha de avanzar hacia el penúltimo atacante (porque si el defensor no gana la disputa, el último atacante recibe solo en el pasillo exterior y puede sacar centro con facilidad).
- Defensa de pared:
    - priorizar la atención sobre el posible receptor de balón (no fijar toda la atención solo sobre el balón)
    - evitar giros
    - intervenir según perfil previo de frenada
    - el contexto ganador o perdedor del duelo está determinado sobre la conquista del espacio a espalda.
- Salir del eje del poseedor penúltimo (evitar ser fijado en anchura por penúltimo, pese a no avanzar y que el último tenga tiempo para sacar un centro cómodo) para dificultar el pase filtrante (interior, a través del intervalo) y pasante (por fuera del intervalo). Situarse en el mismo eje que el poseedor permite que el pase pasante sea más profundo (se amplía el pasillo para el pase).

- Perfil enfrentado (P2 está orientado hacia adentro, de cara a P4)

- proteger intervalo interior junto a P4
- disuadir pase por dentro, dirigiendo el pase hacia intervalo P2-Banda
- atender a altura de línea defensiva (fuera de juego)
- controlar al par.
- evitar coincidir posicionalmente en el eje del poseedor
- dominar giro corto.

- Dominio de giros:
  - dominar giro corto sobre el espacio de juego sin mirar balón ante un pase a zona ciega o pase largo, es decir, si el pase va hacia mi izquierda entonces giro sobre mi derecha y viceversa.
  - mirar balón ante conducción en duelo 1c1.

Figura 1: Fundamentos individuales por demarcación de P2 (MSB)



Fuente: Elaboración propia.

- Defensa de dobladas junto a P7/P8, 2c2:
  - por fuera o exterior:
    - cambio de oponente (intercambio par con el compañero),

        - información relevante proviene del jugador que llega a defender a poseedor
    - por dentro o interior:
        - deslizamiento (cada jugador sigue a su par, sin cambio de oponente)

- Defensa doblada exterior 1c2
    - deslizamiento corto hacia no poseedor del balón (finta defensiva) y retorno a defensa del poseedor del balón si no hay pase inmediato.
    - valorar inhabilitar a no poseedor.
- Tensión defensiva como opuesto cuando el balón se encuentra en el carril contrario (vigilancias)
    - control del par
    - defensa de 2º palo
    - evitar escapada (que no me ganen la posición desde fuera)
    - cierre opuesto
- Ajustes como 2º defensor complementando intervención (disuadir o conceder, distancia de relación con par) de 1º defensor (P2-P7).
- Ajustar distancia de cobertura con compañero P7 para conceder o no ciertos pases.
- Defender carreras del rival:
    - situándose cerca del posible receptor para evitar que reciba el pase o disuadirlo.
    - perseguir al adversario y valorar retornar a la línea en caso de proximidad de un compañero defensor.
- Evitar ser quien marque la altura de la última línea defensiva, ya que probablemente habilite espacios interiores sobre los que no puedo intervenir.
- Defensa del área como opuesto (dominio de zona del 2º palo, control del par para evitar anticipación en zona de remate, marcaje a referencia, priorizar cercano a eje longitudinal sin marca al estar ubicado en una zona de remate más peligrosa).
- Salto a recepción exterior intermedia (trayectoria disuasoria, maximizarse, reconocer cobertura, etc.).
- Evitar que nos ganen la posición desde fuera, estando bien orientado para controlar al rival (usualmente P7) que viene desde el exterior.

- Ganar retornos (evitar que rival acceda al espacio liberado, chocar tras salto, frenar lateralizado, etc.).
- Volver a estar dentro del bloque defensivo (normalmente ocupando posiciones interiores).
- Adelantar mi posición en caso de salto a impar de P7 rival defendiendo en intermedia (me ha de permitir saltar a impar y controlar mi par a mi espalda)
- Desplazar mi posición hacia un lado en caso de salto de compañero colindante defendiendo en intermedia (en el área priorizar control sobre el más interior por ser el más peligroso)

P2. MCB. Fundamentos individuales por demarcación

- Tras recibir en pasillo exterior, desde apoyo de progresión:
    - control dinámico (en movimiento) y conducción en sentido contrario (fuera-dentro) respecto a la carrera de retorno del jugador rival (dentro-fuera)
- Doblada exterior, tras fijación de mi compañero penúltimo al último rival, 2c1, situación a llegar ganando la esquina, etc.
- Doblada interior entre central-lateral para recibir a espalda de línea defensiva. En caso de no recibir balón, movilizar al rival hacia fuera, facilitando la conducción fuera-dentro de mi compañero poseedor del balón. Ajustar mi posición posteriormente para ofrecer apoyo y garantizar equilibrio en caso de pérdida de balón.
- Alternar ataque de intervalo exterior con intervalo interior según la respuesta rival (posible ajuste con perfil exterior). Desde doblada exterior.
- Dar en salida o ataque con pared: es avanzar en el instante de dar el pase y atacar la frenada del 1° defensor, acelerando mientras el defensor frena, para atacar en velocidad al contrapié del rival.
- Pasar y salir: es avanzar tras dar el pase (pero no inmediatamente) dando tiempo al 1° defensor de girarse sobre balón (esta acción se puede utilizar en contextos donde el defensor ha frenado de forma equilibrada y no se lo puede atacar en velocidad al contrapié).
- Ofrecer pared interior, tras relación o pase en dirección fuera-fuera con P7, y recibir con presión de defensa rival (probablemente la recepción sea de espaldas).
- Control de balón abierto, paralelo a la línea lateral, amenazar con pase fuera-fuera para modificar acoso y facilitar relación o conducción hacia el pasillo interior.

- Controlar el balón hacia la línea lateral amenazando con realizar un pase hacia mi compañero situado en el mismo pasillo exterior (extremo), provocando la modificación del acoso/presión del defensor (esto provocará que cubra el pase por el extremo), facilitando el pase o la conducción hacia el interior (diagonal).
- Rupturas a espalda de la línea defensiva, partiendo de estar escondido (diagonal sorpresa).
- Ocupar espacios interiores a la cara o espalda de los defensores del medio campo para recibir balón o para fijar a rivales.
- Orientación para progresar a un toque (pase rápido) durante la basculación del rival (relación fuera-fuera habilitada).
- Escapar (ganarle la posición a determinado rival para llegar antes al espacio a atacar) sobre par (P7 rival) para generar una doble amenaza sobre P2 rival (valorar condiciones de la posesión para no ocasionar una posible pérdida).
- Evitar perder tiempo en realizar un centro (no parar el balón: si se conocen las zonas de remate, no es necesario mirar al área ya que este movimiento implica detener el balón y perder instantes valiosos) (Frattarola y Sans, 2017).
- Dominar el lanzamiento del centro, dirigiendo el balón entre la línea defensiva y el portero, tanto desde la línea de fondo (esquina) como desde 3/4 de campo (pre-esquina).
- Como compensador (en el extremo opuesto a la ubicación del balón y que se prepara para una posible pérdida) ubicarse en 1ª o 2ª línea de la estructura de equilibrio (alineado con los centrales P4-P5 o por delante junto a P6) según estructura de descolgados y oleadas rivales.
- Como compensador (en el extremo opuesto a la ubicación del balón y que se prepara para una posible pérdida) ubicarse en una zona intermedia en altura y anchura (posicionarse en el camino más corto, y en línea balón-portería propia) de múltiple intervención (que evite una escapada de par P7 rival y ofrezca una cobertura a 2º P4, en disposición de ayudar y recuperar en la siguiente línea defensiva, incluso anticiparse al pase a P7 rival, etc.).

P4. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Defensa de rupturas (cortar carrera al mantenerse próximo al potencial receptor; deslizar o perseguir y hacer un retorno a la altura de la línea defensiva controlando la distancia respecto a potencial defensor si no es posible frenar su carrera).

- Cobertura de emergencia a P2 en situación inestable (interrumpir, finalizar la acción, ir al cruce del jugador rival), permanecer en embudo defensivo (línea que une los puntos entre la línea de banda a la altura del medio campo y los palos de portería propia) en situación estable.
- El P4 más alejado de balón ha de estar siempre por detrás para asegurar cobertura.
- Salto a recepción intermedia:
    - evitando giro del receptor de espaldas
    - disuadiendo relación sobre espacio abandonado
- Mantener intervalo P4-P5 reducido para provocar trayectorias de adentro hacia afuera (proteger pasillo central).
- Temporización situación inestable (1c2) desde zona intermedia, evitar saltos por delante de la línea defensiva y permanecer en pasillo central (hasta distancia eficaz de lanzamiento del rival).
- P4 más cercano al balón defiende 1º palo. Reconocer los momentos y las distancias para ofrecer cobertura a P2 o cerrar dentro ocupando 1º palo.
- Romper la línea defensiva para defender al poseedor del balón y así evitar o tapar un tiro en los últimos 20 o 25m, colaboración con el portero para tapar la portería. Valorar distancia eficaz de lanzamiento.
- Reconocer posibles rematadores en defensa de la propia área (marcar el *timing* de los últimos 20m y mantener un perfil diagonal al balón).
- El 1º P4 marca la altura de la línea defensiva mientras el balón se encuentra en el pasillo exterior y valora escalonamiento (escalón de cobertura) o alineación (misma altura, línea de 4 totalmente alineada) con P2 1º defensor.
- 2º P4 corrige como jugador alejado, equilibra la línea defensiva en función de intervención de 1º P4 (líder de la línea).
- Ante compañero (1º P4) que avanza a defender recepción en zonas intermedias, 2º P4 equilibra la línea defensiva con cobertura en distinto eje que 1º P4.
- Salto disuasorio a espacios intermedios para negar pase interior (sin amenaza sobre espacio liberado), tras reconocer equilibrio en línea.
- Ganar retornos (evitar que el rival acceda a un espacio liberado, contener tras avanzar a espacios intermedios, frenar lateralizado, etc.).

- Proteger al portero luego de un tiro (y no luego de un rechazo) y evitar un remate en una 2ª acción (anticiparse a rematadores).
- Volver a estar dentro del bloque defensivo si nos superan (normalmente ocupando posiciones interiores)
- Adelantarse de la posición actual (ubicarse en una demarcación cercana debido a la desocupación de ese espacio por parte de un compañero colindante) en anchura tras adelantamiento largo o en profundidad de P2 (contexto de presión alta).
- Evitar el marcaje con contacto pecho con espalda del rival ante recepciones de espaldas para evitar giro facilitado gracias a dicho contacto (separarse previo a generarse la recepción, empujando o chocando, para desestabilizar y controlar la acción).

P4. MCB. Fundamentos individuales por demarcación

- Apoyo de continuidad (cuando se encuentra más retrasado) situándose más hacia adentro que el defensor para que, una vez que reciba el balón, evitar presión inmediata de dicho defensor (tendrá que girar para presionar).
- Apoyo de progresión (cuando se encuentra más adelantado) si se dispone de espacio por delante para amenazar a la 2ª línea de presión defensiva.
- Ajustar el ancho, valorando la distancia que lo separa de su compañero poseedor para:
    - ampliar el recorrido de la 1ª línea de presión defensiva
    - mantener las líneas de pase interiores, exteriores y diagonales al lado débil (ubicación en pasillo interior).
- Cerrar por dentro (eje), realizando una cobertura ante pérdida del balón.
- Reconocer cuándo repetir un pase para modificar el contexto, percibir el entorno, reajustar la ubicación, etc.
- Modificar mi orientación durante la conducción para variar las trayectorias de presión de rivales y crear nuevas las líneas de pase con compañeros.
- Realizar fintas de pase para abrir intervalos y facilitar pases interiores.
- Mantener la conducción a un ritmo adecuado para fijar un oponente sin quedar expuesto ante una amenaza de progresión (chocarse o atropellar)

- Conducción horizontal de P4 hacia 2º P4 colindante para movilizar (arrastrar) a rival (normalmente P9), coordinando con apoyo de portero para, de este modo, aprovechar los espacios interiores generados.
- Conducción hacia la zona impar (atraer y/o arrastrar) para liberar algún receptor concreto y gestionar la presión que mantenga abierta la vía de comunicación con un auxiliar (directa o indirecta).
- Conducción hacia el intervalo para generar estrechez (atraer oponentes) y facilitar recepciones a los costados de los oponentes o abrir pasillos de pase de progresión.
- Encadenar intención táctica de fijación con superación en conducción si así lo requiere la respuesta defensiva rival.
- Adelantarse a oponentes cercanos para limpiar o alargar recorridos de basculación que mantengan algunos intervalos abiertos (progresión interior).
- No adelantarse a oponentes cercanos para que cada recepción frene basculaciones y de esta manera acceder a lado débil con mayor ventaja, permitiendo apoyos de progresión de compañeros colindantes (si existe un pasillo para pase por delante).
- Como compensador (gestión de descolgados, es decir jugadores del equipo rival ubicados por delante del balón en su fase defensiva y que pueden convertirse en jugadores peligrosos ante una posible perdida, con su respectiva transición ofensiva) marcar a los rivales en el camino corto (1° central marca y 2° central ofrece cobertura en camino corto).
- Como compensador:
    - Ante robo en pasillo exterior: marcar con ½ cuerpo interior (promover salida por dentro, evitando salida por fuera)
    - Ante robo en pasillo interior: marcar con ½ cuerpo exterior (promover salida por fuera, evitando salida por dentro)

Figura 2: Gestión de descolgados: Marcaje en camino corto, vigilancias en intermedias en lado débil

Fuente: Elaboración propia.

P6. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Proteger la línea defensiva:
    - reducir distancia para evitar recepciones en plataforma (espacio entre línea de medios y línea defensiva).
    - evitar recepciones que permitan enfrentar a la línea defensiva con ventaja (disputas P4).
    - compensar posible pérdida.
- Fusiones en línea defensiva (intervalo P4-P5 o P4-P2) en situaciones de línea incompleta debidas a:
    - P4 se encuentre fuera del embudo defensivo (línea que une los puntos entre línea de banda a altura de medio campo y los palos de portería propia)
    - excesivas distancias en los intervalos
    - corte desde 2ª línea de algún rival (deslizamiento y fusión)
- Defensa en zonas intermedias delante-detrás (hacernos grandes):
    - ampliando espacio individual de intervención
    - percibiendo y controlando la zona ciega (espalda)
- Trayectorias diagonales de retorno o de ajuste sobre el espacio (tras recepciones del rival a su espalda, evitando superación mediante una

buena trayectoria de retorno). Ser capaz de defender el espacio y las recepciones a su espalda.

- Adelantar mi posición (ubicarse en una demarcación cercana, tanto en anchura como en profundidad, si un compañero colindante desocupa ese espacio) a línea defensiva de mediocampistas rivales, tras avance repentino de un elemento de la misma, presionando la 1ª línea de construcción rival (dominar el espacio intermedio liberado, defender en zonas intermedias delante-detrás y controlar la propia espalda).
- Defensa de llegadas de 2ª línea rival y punto de *penalti* en defensa de área (control de referencias previo a centro lateral, cortar carreras, etc.).
- Basculaciones y coberturas a interiores, sin perder pasillo central (no conceder recepciones fuera-dentro que enfrenten la línea defensiva con la llegada de la 2ª línea rival a zonas de remate).
- Evitar escapadas del rival (ganar posición a determinado rival, generalmente el propio par, para llegar antes al espacio a atacar). Para esto debe respetar el triángulo defensivo entre par y portería, atender al balón y al par, cortar carreras, etc.
- Duplicar la intervención sobre el poseedor entre líneas, de espaldas y con marca (2c1 defensivo donde roba el que llega primero). Trayectorias de retorno inmediatas al pase interior filtrado.

P6. MCB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Dominar transformaciones de línea donde se encuentra, en inicio y costados (salida de 3, salida en L) para enfrentar la 1ª línea de presión y prepararse para la pérdida. Es decir, bajando a una posición entre P4 y P5 o a sus costados para salida de balón.
- Aparecer delante de la línea de presión:
    - provocando avances del rival
    - ampliando espacio en:
        - base (entre 1ª y 2ª línea de presión)
        - plataforma (a espaldas de 2ª línea de presión)
- Saber jugar en intervalos (espacios entre rivales):
    - Aparecer entre intervalos para estrecharlos.
    - Superar línea cuando se mantienen abiertos (girar).
    - Facilitar el apoyo de progresión de P4 al costado.

- Aparecer entre 1ª y 2ª línea de presión (a espaldas de 1ª línea):
    - aumentando la distancia con línea de medios
    - facilitando giro
    - facilitando la recepción dinámica (jugar a llegar) vs estática (jugar a estar)
- Ofrecer cobertura ofensiva en el campo del rival y priorizar la protección, a nuestros compañeros P4 y P5, de cara a una posible pérdida.
- Reconocerse como ayuda fijando, atrayendo y/o arrastrando a adversarios y, de este modo, generar mayor espacio y tiempo a:
    - siguientes receptores (despejar el espacio)
    - recepciones bajas de jugadores que descienden (generalmente P8)
- Esconderse detrás del intervalo para fijarlo mediante ascenso de posición (movimiento de la cara a la espalda de líneas o rivales) facilitando relaciones horizontales en 1ª línea de construcción (principalmente aquellas que sobrepasan la colindante con pase diagonal ligeramente hacia atrás).
- Repetir pase con P4 para:
    - modificar posibilidades de progresión (tras fijar al rival)
    - alterar ángulos de pase (modifica ubicación de rivales y compañeros)
    - ganar tiempo y que P4 cambie ubicación
- Avanzar apareciendo a espalda de los rivales (ascenso) provocando:
    - modificaciones en el perfil defensivo del rival
    - persecuciones de la carrera de desmarque
    - habilitar pase filtrante interior a través del intervalo (defensor orientado hacia fuera con dificultad para intervenir)
- Ofrecer líneas de pase diagonales a 1ª línea de construcción (1as líneas de pase diagonales, 2as líneas de pase más frontales respecto al eje de poseedor).

P8. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Defensa de dobladas junto a P2 (2c2):
    - por fuera o exterior:

        - cambio de oponente (intercambio par con el compañero)
        - información relevante de P8 que llega desde dentro a defender a poseedor
    - por dentro o interior:
        - deslizamiento (cada jugador sigue a su par, sin cambio de oponente)
    - situaciones inestables (P7 no llega a la ayuda de P2)

- Cobertura a P7 (1º defensor) evitando trayectorias fuera-dentro del rival y valorando:
    - Escalonamiento con P7 por delante
    - Alineación con P7 a misma altura

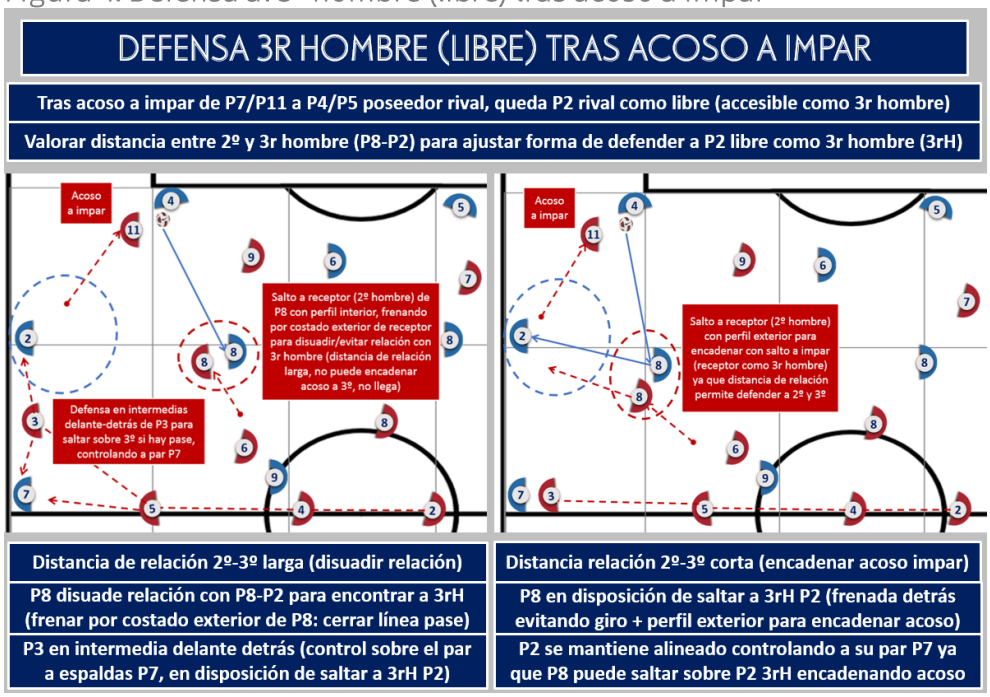
Figura 3: Interacción entre 2° defensores y 1° defensor

Fuente: Elaboración propia.

- Cobertura a P2 en situaciones estables en último tramo (P4 en embudo, defensa de área). No es necesario escalonar, se puede ofrecer una cobertura alineada respecto al P2 que avanza (y se escalona respecto a línea defensiva).

- Adelantamientos hacia elementos de 1ª línea de construcción rival luego de que éstos hayan superado o se hayan distanciado de la 1° línea de acoso (1ª línea de presión defensiva). Realizar adelantamientos frontales.
- Intervenir sobre P2 luego de que este supere (desborde o recepción) a mi compañero P7 (solo si nuestro sistema no posiciona P2+P7 en pasillo exterior). Mantener el control sobre nuestro par tras la presión a impar (par de P7 superado).
- Defensa en zonas intermedias delante-detrás (hacernos grandes):
    - ampliando espacio individual de intervención
    - percibiendo y controlando la zona ciega (espalda)
- Defensa de 3º hombre libre (P2) tras presión de compañero P7/11 a P4/5 rival:
    - Si la distancia P2-P8 rival es LARGA:
        - salto que disuada relación dentro-fuera (P8-P2) frenando por el costado exterior en la presión a P8.
    - Si la distancia P2-P8 rival es CORTA:
        - Presión a P8 (evitar giro)
        - encadenar con presión a P2 disuadiendo relación fuera-dentro P2-P8 (repetir pase)

Figura 4: Defensa al 3° hombre (libre) tras acoso a impar



Fuente: Elaboración propia.

- Duplicar la intervención sobre el poseedor entre líneas de espaldas y con marca (2c1 defensivo, roba el que llega primero). Trayectorias de retorno inmediatas a pase interior filtrado.

P8. MCB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Apoyos y desmarques en sentido contrario a la basculación o presión del rival para:
    - generar separación entre adversarios
    - construir ventajas dinámicas (contrapié)
- Apoyos y desmarques interiores hacia intervalos de línea defensiva:
    - iniciar desde espaldas de línea de medios en plataforma
    - ganar la posición a par y atacar espalda de línea defensiva en ventaja posicional
- Asomarse por el lado débil de la defensa para recibir al costado de línea de presión y superar mediante el control dinámico o el siguiente pase.
- Ocupación del costado de la 1ª línea de presión (salida en L respecto a P4s, es decir hacia la izquierda y luego adelante).
- Recepciones dinámicas en plataforma para enfrentar la línea defensiva (predesmarque para buscar superioridad dinámica, control dinámico, etc.).
- Situarse en plataforma (entre línea de medios y defensores) para:
    - ser receptor mediato (tras más de un pase)
    - cortar a intervalo cuando el balón está en pasillo exterior
- Situarse en la línea central del medio campo para recibir de cara a la línea de medios y ampliar plataforma (por vigilancia o por avances a sus recepciones).
- Reconocerse 3º hombre en aproximación (llevar a cabo una recepción dinámica, superar la línea de medios o grupo de rivales a partir de la trayectoria de aproximación para recibir como 3º hombre, eliminar rivales a partir de la propia carrera de recepción, etc.).
- Recibir balón de cara a la línea de presión para devolver pase en beneficio de 3º hombre, tras fijar o atraer a par del 3º. La secuencia sería:
    - Compañero me pasa balón (1º pasa a 2º)
    - Yo repito pase con compañero (2º pasa a 1º)

- Compañero encuentra a 3º beneficiario (1º pasa a 3º)

- Descenso: Encadenar apoyo de progresión (hacia adelante eliminando rivales) con apoyo en continuidad (sin eliminar rivales) para recibir el balón de frente:
  - descender línea de presión, pasando de la espalda a la cara de una línea
  - o descender línea de balón, situándose por detrás de este.
- Ascenso: Encadenar apoyo de continuidad con apoyo de progresión para recibir el balón de cara en progresión:
  - ascender hacia zona de sombra, desde atrás hacia delante y recibir a espaldas de línea de presión
  - abrir intervalo lejos de los defensores de la siguiente línea y recibir de frente a la progresión y de forma dinámica
- Aparecer a los lados (zonas menos densas, con más espacio y tiempo) para:
  - fijar y/o atraer rivales
  - reconocer saltos de línea de presión posterior y:
    - girarse y progresar
    - encontrar 3º hombre en progresión
    - generar ventajas para los próximos en intervenir
- Conducciones horizontales que permitan mantener intervalos abiertos (generando dudas en los saltos) para:
  - filtrar con pase interior
  - superar con pared (pase hacia adelante a compañero y desplazamiento en la misma dirección para recibir de frente)
  - tras pase horizontal, realizar desmarque para superar rivales.
- Control dinámico (en movimiento) hacia atrás, tras recibir con el par o la línea a la espalda para:
  - alargar movimiento del defensor (atraer y/o arrastrar) y ampliar el espacio a su espalda
  - o facilitar el giro propio si el defensor no sigue cerca
- Como compensador, atender a ubicación de P7 y al despliegue de P2 para quedarse por detrás de balón y ofrecer una cobertura ofensiva que nos prepare ante una posible pérdida (triángulos de equilibrio).

P7. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Defensa de dobladas junto a P2 (2c2):
    - Cambio de Oponente cuando es por fuera o exterior (intercambio par con el compañero)
    - Deslizamiento cuando es por dentro o interior (cada jugador sigue a su par, sin cambio de oponente)
- Fusiones en línea anterior (usualmente línea defensiva)
    - en lado fuerte o activo que implica una cobertura a P2
    - o en lado débil o pasivo que busca completar la línea.
- Disuadir progresión (fuera-fuera) o fuera-dentro como 1º defensor (junto con intervención complementaria del 2º defensor P8 o P2 generalmente)
- Evitar escapada de P2 rival (respetar el triángulo defensivo: entre par y portería, atención balón-par).
- Cobertura en pasillo interior a compañero P2 que avanza a posible recepción del rival en zona intermedia o baja (trayectoria retorno).
- Como último defensor no ha de avanzar a defender al penúltimo atacante (valorar el ancho y el enfrentamiento de líneas). Excepciones:
    - presión por zona ciega (por fuera de campo visual del oponente)
    - salto a impar (inhabilitando a par)
    - situación estable de línea defensiva
- Avance hacia a impar (P4) mediante una trayectoria maximizada que disuada la relación con el jugador abandonado (P2), introduciendo fintas defensivas.
- Presión por zona ciega (sorprende por fuera del campo visual rival a P6, P8 o incluso a P4 rival) sobre recepción de pase horizontal en pasillo interior o central (presión o entrada en sorpresa).
- Avance anticipado (activarse antes de que salga el balón, moverse antes del pase) como opuesto para disuadir o evitar relaciones sobre lado débil (campo rival).
- Duplicar la marca sobre el balón (roba el que llega primero, tiene más accesible el balón para la entrada y el robo) tras recepción exterior de espaldas por presión de P2.
- Defensa junto a P2 (2c2) tras pase fuera-fuera en progresión y situados en bloque bajo:

- ofrecer cobertura o mantener par
- valorar perfil de exteriores rivales para:
    - dirigir hacia centro forzado profundo (rival con desborde)
    - dirigir continuidad fuera-dentro (rival con capacidad de centro)

P7. MCB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Redondeo (hacia fuera desde pasillo interior, hacia dentro desde pasillo exterior) para atacar espalda de línea defensiva con poseedor abierto o para huir de su eje.

- Pasar el balón en salida o ataque de pared es arrancar en el instante del pase y atacar la frenada del 1° defensor, acelerando mientras el defensor frena para atacar el contrapié.
- Pasar el balón y salir es arrancar tras el pase (no inmediatamente) dando tiempo al 1° defensor para girarse sobre balón (se puede utilizar en contextos donde defensor ha frenado de forma equilibrada y no se le puede atacar el contrapié).
- Ruptura diagonal interior (intervalo central-lateral) ante perfil exterior de par y defensa en proximidad.
- Encadenamiento de desmarque de apoyo (finta de recepción) con desmarque de ruptura (a espacio ampliado con el desmarque anterior)
- Atacar al 2º palo o corregir movimientos de ocupación de zonas de remate como opuesto (ataque de área).
- Pie de apoyo paralelo a la línea de fondo para sacar centro en situaciones forzadas (pie de apoyo como punto de mira dirigido a la zona de envío del centro, rotación de cadera desde pie de apoyo).
- Timing es aparecer en plataforma para:
    - una posible recepción dinámica
    - un posible despliegue de P2 (establecer quién inicia P7 ó P2)
- Recepciones dinámicas en plataforma (predesmarque para buscar superioridad dinámica, control dinámico, etc.) que permita enfrentar la línea defensiva con ventaja.
- Fijaciones a últimos defensores en anchura valorando distancia (zona intermedia para acercarse y suponer amenaza, anchura si rival

se siente amenazado). No hay fijación sin amenaza, el hecho de ubicarse en máxima amplitud puede provocar que el rival ignore al jugador en anchura si el balón está del lado contrario. Acercarse para ser percibido, provocar amenaza y, desde ahí, separar al defensor ampliando el espacio interior.

- Como último, fijaciones y bloqueos a rivales penúltimos situados en anchura. Esto favorece condiciones de doblada exterior.
- Conducción desde fuera hacia dentro en dirección a 2º P4 (no apuntar ni atacar a P2 par y 1º defensor o a 1º P4, porque facilita coberturas; atacar a 2º P4 genera mayor incertidumbre, también sobre 1º P4 que duda si avanzar o permanecer).
- No perder instantes en la realización del centro (no parar el balón si se conoce las zonas de remate, no es necesario mirar, ya que este movimiento implicará perder instantes) (Frattarola y Sans, 2017).
- Dominio de lanzamiento del centro entre la línea defensiva y el portero, tanto desde línea de fondo (esquina) como desde 3/4 de campo (preesquina). Suelen ser situaciones donde el espacio entre la línea defensiva y el portero es amplio y los rematadores tienen ventaja posicional y dinámica al atacar de frente.

P10. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Sumarse a la 1ª línea de presión para poder defender en mayor anchura, convirtiéndola en línea de 2 o 3 elementos (transformación de línea).
- Fusiones: es introducirse en los intervalos de líneas defensivas anteriores (más atrasadas) para:
    - sumar un elemento más en dicha línea
    - conseguir anchura y reducir distancias de basculación
    - provocar que el rival circule por detrás del bloque
    - recuperar jugadores eliminados previamente

P10. MCB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Reconocer avances de elementos de la línea defensiva e intervalos ampliados por P9s y P7s para atacarlos desde 2ª línea mediante cortes.
- Recepciones dinámicas en plataforma (predesmarque para buscar superioridad dinámica, control dinámico, etc.).
- Desmontarse: salirse de las líneas de interceptación rivales y de las líneas de pase de los compañeros más cercanos al poseedor,

aprovechándose de su campo visual. El que se desmonta (corrige su ubicación) es el alejado al balón. (Etxarri, 2012).

- Situarse en plataforma (entre línea de mediocampistas y defensores) para:
    - ser receptor mediato (tras más de un pase)
    - cortar a intervalo cuando el balón está en pasillo exterior
- Cortes con fintas sobre intervalos (generando dudas en el intervalo defensivo) para que se amplíe el espacio de ataque luego del primer movimiento.
- Llegadas de 2ª línea que corrijan movimientos de primeros rematadores (complementar ocupación en zonas de remate).
- Frenarse en situaciones de centro lateral forzado para ajustar el *timing* de cara a una posible 2ª jugada (1ª jugada para primeros rematadores).

P9. MSB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Fusiones: es introducirse en los intervalos de líneas anteriores (más atrasadas) para:
    - sumar un elemento más en dicha línea
    - conseguir anchura y reducir distancias de basculación
    - provocar que el rival circule por detrás del bloque
    - recuperar jugadores eliminados previamente (poco frecuente)
- Trayectorias de presión maximizadas para llevar la iniciativa y disuadir relaciones significativas (principalmente con P6).
- Iniciador de presiones: sus acosos sirven como impulso de presión que activa a todo el bloque defensivo (reconocer situaciones óptimas de presión para activar al resto de defensores, cambio de ritmo defensivo).
- Dividir la circulación del rival para evitar que cambie de sentido (desactivar el lado débil y forzar la salida por el lado fuerte).
- Reconocer situaciones de presión al portero rival poseedor con trayectorias de acoso que disuadan (eviten, cierren) cambios de sentido en la circulación (a lado contrario) e inviten o provoquen pases controlados (en disposición de presionar).
- Como jugador superado por el rival, evitar relaciones hacia atrás que cambien el sentido de la circulación o saquen el balón de la zona de presión (ubicación en zonas intermedias, ocupación de líneas de interceptación, liberación de cara a posible robo).

- Como jugador superado por el rival, volcarse sobre lado fuerte y dar salida o continuidad ante un posible robo forzado (por el pasillo exterior y presionar tras pérdida, provocar despejes, etc.).
- Como jugador superado por el rival, habilitarse lo más rápido posible (regla del fuera de juego) para intervenir de forma inmediata ante el recupero del balón. Esto es fundamental luego de una pérdida (estar habilitado a un posible robo tras una pérdida).
- Evitar quedar fijado de forma aislada (sin coberturas cercanas) o quedar fácilmente eliminado. En esos casos donde las distancias de relación con compañeros sean largas, priorizar la defensa de espacios (de progresión).

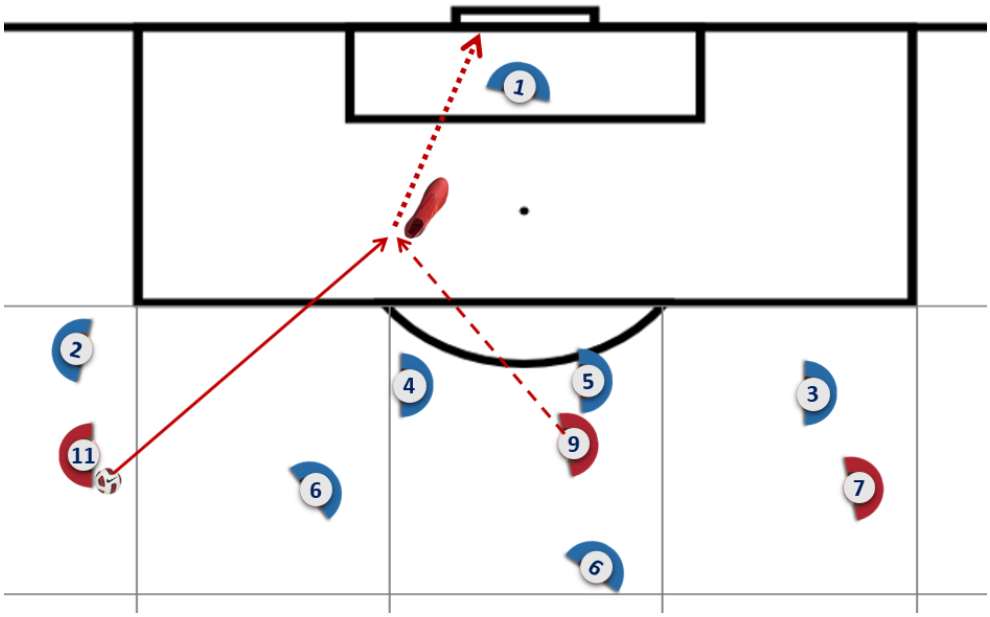
P9. MCB. Fundamentos individuales por demarcación:

- Redondeo: movimiento circular de ruptura alejándose del balón (implica perderlo de vista y confiar en el poseedor-pasador).
- Paralelo: ruptura circular o en forma de L acercándose al balón en 1ª trayectoria (*timing* sin fuera de juego al percibir simultáneamente balón y línea defensiva).
- Encadenamiento de desmarque de apoyo (finta de recepción) con desmarque de ruptura (a espacio ampliado con el desmarque anterior)
- Arrastrar a defensor con movimiento circular de más de 180º para:
    - estar en superioridad posicional ante el defensor
    - sacar al defensor de la línea par-portería (escapada)
- Generar pasillos. Separarse del último (línea incompleta) o alejarse del intervalo y huir del eje de poseedor para que quepa el pase que supera a la línea defensiva:
        - pase pasante (por fuera del intervalo)
        - o pase filtrante (a través del intervalo). Juntándose con el defensor más alejado de los dos para que quepa un pase por dentro.
- Trayectoria frontal de apoyo (línea poseedor-receptor) desde la ubicación fuera de eje de poseedor (diagonal para recepción perfilada). Habitual 2º P9.
- Venir cruzado es realizar el desmarque de apoyo fuera de la línea poseedor-receptor:
    - favoreciendo la recepción perfilada (orientado hacia delante)
    - facilita el encadenamiento con la siguiente acción

- dificultamos que el defensor nos corte la carrera (el defensor no ocupa la línea receptor-portería)
- facilita el desmarque de ruptura posterior a mi pase

- Desmontarse: salirse de las líneas de interceptación rivales y de las líneas de pase de los compañeros más cercanos al poseedor aprovechándose de su campo visual. El que se desmonta (corrige su ubicación) es el alejado al balón.
- Fijar y/o movilizar (atraer y/o arrastrar) desde intervalos atendiendo a movimientos complementarios (otro P9, 2ª línea desde dentro o fuera, etc.).
- Fintas previas al desmarque cuando no hay contacto visual con el poseedor (engañar solo al rival) y ganar espacio en beneficio propio.
- Perfil lateral como alejado o profundo: estar en posición de ataque de espalda (fijar profundidad al suponer una amenaza a la línea defensiva).
- Pie de apoyo en dirección a la portería (mantener el pie de apoyo como punto de mira y apuntarlo a la zona de envío) para facilitar el remate si la trayectoria de desmarque se aleja de portería (luego de atacar de espalda de 1° P4, rematar con pie desde centro lateral y esperar a que llegue el balón con perfil lateral, etc.).

Figura 5: Utilización del pie de apoyo para facilitar remate en situación de desmarque alejándose de la portería



Fuente: Elaboración propia.

- Frenarse después de que el centrador gane el fondo del campo y los defensores sean fijados por la propia portería (ocupar la zona de punto de *penalti* para el pase sea hacia atrás).

- Esconderse (ubicarse fuera del campo visual del rival de modo que no pueda controlar simultáneamente al balón y al oponente):
    - como receptor mediato (a largo plazo, mantenerse a varios pases de recibir, moverse en contra de la jugada)
    - en área para generar superioridad posicional en su intervención (sorprender al no ser vigilado por rivales).
- Atacar el 1º palo si el centrador está forzado (anticiparse al defensor).
- Atacar un posible rechace del portero tras tiro y no tras 2ª jugada (no esperar a que intervenga el portero para activarse).
- Demostrar determinación en los movimientos de ocupación de zonas de remate y mantenerlos tras detectar que el balón lo superará (movilizar rivales, favorecer condiciones de 2ª acción o rechace).

REFERENCIAS

Etxarri, M. (2012). *Fútbol 100 frases al pie*. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.

Frattarola Alcaraz, C. y Sans Torrelles, A. (2017). Los Fundamentos del Juego Colectivo. En *Entrenamiento y competición.* Edición 5. Volumen 1.2. España: MCSport.