



Federación Española de Rugby

Dirección Técnica Nacional

Sesiones de Trabajo

Selecciones Territoriales

Este documento pretende ser una herramienta de trabajo y reflexión que sirva de guía para el trabajo de selección y desarrollo de jugadores a nivel territorial

Justificación

Realizar un buen trabajo de selección y formación entre los 15 y 18 años es fundamental para el desarrollo del rugby en España, ya que va a permitir el desarrollo de una base amplia de jugadores de elite que se van a incorporar a las distintitas Selecciones Nacionales y a los mejores Clubs de España.

Las federaciones territoriales juegan un papel esencial dentro del proceso de formación y selección de los mejores jugadores dentro de su ámbito actuación. La proximidad geográfica permite realizar un trabajo continuo de calidad con los jugadores con mayor potencial que debe redundar positivamente tanto en los Clubs de origen como en la Selección Nacional. Este trabajo complementa y refuerza el realizado en sus clubs y sirve de plataforma para el que deben realizar las diferentes Selecciones Nacionales.

Los entrenadores de las federaciones territoriales que trabajan con estas edades tienen ante sí un reto apasionante y difícil. Ellos hacen posible la evolución de esas jóvenes promesas y les ayudan a crecer como personas, como deportistas y como jugadores en un contexto que, en muchas ocasiones, no pueden tener en el día a día de sus clubs.

Este documento está basado en un trabajo de la Federación Francesa de Rugby para sus centros territoriales de menores de 15 años. Su objeto es definir con claridad los objetivos del trabajo en estas edades y establecer unos contenidos básicos a desarrollar. No se trata de un libro de recetas ni de un molde que encorsete el trabajo de los entrenadores territoriales. Nada más alejado de su intención. Tan solo pretende ser una herramienta, una guía a partir de la cual cada uno puede quitar y poner, modificar a su antojo, para diseñar por sí mismo sus sesiones de trabajo que contribuyan al proceso de selección y formación de jugadores.

Los entrenadores de las Selecciones Territoriales son los principales responsables de estos procesos de selección y formación. De su compromiso, buen hacer y conocimiento depende en gran medida el futuro del rugby en España y, sobre todo, el que los jóvenes jugadores con los que trabajan desarrollen todo el potencial que poseen.

Objetivo

Estas sesiones persiguen un doble objetivo:

1. Por un lado pretenden contribuir al **proceso de formación de los jugadores** dentro del ámbito de trabajo de sus respectivas selecciones territoriales.
2. Por otro, quieren ser una herramienta que facilite el **proceso de detección y selección de talentos** a nivel territorial.

Contribuir al proceso de formación

Las sesiones están fundamentalmente **dirigidas a la formación general del jugador** y no hacia la preparación de un equipo para competir. Lógicamente, estas sesiones se pueden desarrollar al principio del periodo de trabajo con grupos más o menos amplios de jugadores y van a ayudar a los jugadores a conocer mejor el juego y a desarrollar unas referencias comunes para la **circulación de jugadores y balón en ataque y en defensa** así como para la **actuación eficaz en el punto de encuentro**.

Cuando los jugadores se enfrentan a situaciones de aprendizaje debidamente ajustadas a su nivel de competencia, en un entorno diferente al que están acostumbrados habitualmente (compañeros, adversarios, entrenadores), se ven obligados a elevar su nivel de activación mental y a realizar sus acciones con una mayor intensidad. Compartir estas situaciones de aprendizaje con nuevos compañeros o adversarios les ayuda a ser conscientes de su nivel y suponen una importante **motivación**.

Las situaciones propuestas, que en algunas ocasiones van a ser nuevas para los jugadores, son un punto de partida para explorar sobre el juego y generar la inquietud y el deseo de mejora en los jugadores.

Contribuir al proceso de detección y selección de talentos

Estas sesiones suponen un entorno excelente para facilitar la **observación y evaluación** de los jugadores.

Lo ideal sería poder contar con varios entrenadores, e incluso poder grabar las sesiones, para poder realizar una **evaluación cruzada y objetiva** de los jugadores. Los miembros del comité técnico de la Federación Territorial disponen de un contexto privilegiado para **formar las Selecciones Territoriales**.

Las situaciones de aprendizaje que se proponen facilitan el descubrimiento de los jugadores con más talento.

Contenidos

Preámbulo

Estas sesiones suponen un primer paso en el proceso de selección y formación en las diferentes territoriales. La observación de los jugadores en acción en las diferentes situaciones de juego propuestas va a permitir a los entrenadores una intervención pedagógica para ayudar al proceso de mejora de los jugadores.

Es necesario definir previamente un marco de observación que permita desgranar los comportamientos característicos de los jugadores en las diferentes fases del juego.

Para interpretar estos comportamientos es necesario situarlos en relación a nuestra concepción del juego, del jugador, y del aprendizaje.

El juego

1. Nuestra concepción del juego

El rugby es un deporte colectivo de combate en el que se enfrentan y evitan dos equipos que luchan y se desplazan respetando las reglas para marcar.

El combate es la esencia del juego. La circulación del balón y de los jugadores puede hacer el combate más eficaz y más económico.

Esta concepción tiene en cuenta las características del rugby de alto nivel, así como sus posibles evoluciones. No obstante, deja lugar a la creatividad permanente de los jugadores y de los entrenadores.

- **Principios Fundamentales:** Atacantes y defensores se atacan mutuamente **avanzando** (individual y colectivamente) en contacto y en los espacios libres de manera organizada. Atacantes y defensores **avanzan y aseguran la continuidad del movimiento que avanza** para modificar la relación de fuerzas a su favor.
Las modificaciones en la relación de fuerzas debe ser analizada en el plano de colectivo total, en el plano de colectivo parcial y en el plano individual. Estos enfrentamientos determinan situaciones de equilibrio, de desequilibrio favorable y de desequilibrio desfavorable en función del número de jugadores, de su posicionamiento o del potencial de los jugadores involucrados momentáneamente en la misma acción.

- **Principios de acción:**

- **Crear movimiento** en un marco de referencia de circulación de jugadores para **oponer la dimensión fuerte de mi equipo a la dimensión débil del adversario** para poder ganar más fácilmente los enfrentamientos colectivos e individuales.
- **Pre-actuar.** Es decir, **jugar con el adversario** (teniendo en cuenta el espacio y el compañero) **antes de jugar con el balón.**
- **Ganar el balón, manipular a la oposición, conservar el balón o recuperarlo.**

- **Situaciones tácticas y situaciones estratégicas**

- Los movimientos del balón, el movimiento de los compañeros y de los adversarios en su distribución por el espacio, la toma de iniciativa de un compañero (portador del balón) o del adversario directo del portador del balón constituyen **referencias y señales** que el jugador debe aprender a reconocer para comunicarse, desplazarse, luchar o jugar con el balón de una manera eficaz. De este modo el jugador puede cumplir las tareas correspondientes a su **rol** momentáneo. Estas tareas obedecen a las **reglas de acción**. Esto es el principio de la construcción de un **referencial de juego** en el que los jugadores van a buscar, en pleno movimiento, la información que necesitan para dar respuesta a los problemas encontrados en las **situaciones tácticas** y que suponen la movilización de los recursos necesarios para la realización de la tarea. Este tipo de situación se produce fundamentalmente en las fases de movimiento general y en las fases de fijación rápidas.

- Cuando el movimiento de los jugadores y del balón no es significativo, los jugadores carecen de referencias validas para *guiar* su desplazamiento, se hace necesario recurrir a los **sistemas** para que cada uno pueda cumplir con las tareas relativas a su puesto y responder de este modo a los problemas planteados por las **situaciones estratégicas**.

Estos sistemas, que se pueden apoyar sobre reglas de acción específicas, vienen a completar y refinar el **referencial de juego**: el anuncio de los sistemas por el líder supone una **elección** hecha a **priori** antes del lanzamiento o relanzamiento del juego.

2. Los comportamientos observados con mayor frecuencia

- **Asegurar la continuidad del movimiento que avanza**

Atacantes y defensores **avanzan o ayudan a sus compañeros a avanzar** de manera organizada en el contacto, o en los espacios libres, **para marcar o para modificar la relación de fuerzas a su favor** en las tres grandes fases del juego.

- **Integración en el juego de movimiento**

En ataque, el **portador del balón** intenta siempre pasar antes de ser cogido por el adversario. Entra en *duelo* directo cuando él decide, o juega al pie en función de la defensa próxima. Tiene en cuenta a sus compañeros cercanos y los utiliza, pero no suele **desmarcarse antes de recibir el balón**, ni apoyar inmediatamente una vez que ha pasado el

balón. Tampoco suele orientarse correctamente en el caso de no tener éxito en el duelo con el adversario.

Los **compañeros cercanos** están normalmente atentos a utilizar el balón, pero sin haber intentado previamente desmarcarse o colocarse en una posición que les permita recibir avanzando. No se involucran inmediatamente en las **tareas de conservación** en el caso de haya contacto ni en sus roles defensivos en caso de que haya pérdida de posesión.

Los **compañeros lejanos** no se sienten involucrados en absoluto en el juego.

En defensa, el **adversario directo del portador del balón** suele tener en cuenta las acciones de los atacantes cercanos. Tiene problemas en *descentrase* del balón, aunque a veces **colabora** con sus compañeros para elegir entre placar o barrer.

Los **defensores cercanos** se suelen integrar en el dispositivo defensivo, son capaces de **suplir** los fallos de organización colectiva y de **recuperar** el balón si se presenta la oportunidad, pero no suelen estar mentalizados para iniciar rápidamente un **contraataque** sobre la recuperación.

Los **defensores lejanos** no se sienten involucrados y, a menudo, se ven sorprendidos en el caso de que el equipo en ataque consiga una penetración del dispositivo defensivo o juegue al pie. También se ven sorprendidos si hay una recuperación y un compañero inicia un contraataque.

Ni atacantes ni defensores suelen integrarse en un plan referenciado de circulación de jugadores.

- **Gestión de contactos y de luchas**

Los jugadores deberían tener superados los problemas relacionados con el combate cuerpo a cuerpo. No obstante, pudiera ser que todavía nos encontremos con algún jugador que no los haya superado, ya sea por una formación inicial que no haya prestado atención a esta dimensión o por una tardía incorporación a la práctica del rugby.

Dado que el plan de circulación de los jugadores no está asimilado, el jugador no suele dar sentido a su rol en los puntos de encuentro y en las fases colectivas de conservación o recuperación.

- **Organización para las conquistas y los lanzamientos de juego**

La falta de análisis de un contexto de competición **hace difícil que el equipo identifique y juegue sobre sus puntos fuertes en ataque o en defensa.**

Dado que no existe en un momento inicial un plan de circulación de jugadores, los **sistemas** propuestos no son significativos para el jugador.

La lectura de juego en pleno movimiento no está plenamente desarrollada, por lo que **es difícil para los jugadores “salir” del sistema.**

Cuando el análisis del contexto es satisfactorio, el plan de circulación de jugadores está suficientemente integrado, y los recursos perceptivos están suficientemente desarrollados, vemos que la falta de **organización colectiva** y de **técnica específica** son los factores que limitan los sistemas puestos en marcha durante fases de la conquista y de lanzamiento.

- **Respeto de las reglas**

Las reglas fundamentales son conocidas y respetadas, las reglas relativas a las fases de fijación deberían ser conocidas por todos aunque algunos jugadores todavía no las acaban de integrar, las reglas complementarias van a ser descubiertas progresivamente con la profundización sobre las fases ordenadas.

El jugador

Los recursos del jugador

A medida que el jugador va creciendo, el juego se hace más exigente. Para responder mejor a los problemas encontrados en las **situaciones tácticas y estratégicas**, el jugador debe aprender a actuar rápidamente de manera pertinente. Para ello debe (i) reconocer con prontitud las situaciones de juego, (ii) determinar sus intenciones en base al conocimiento del juego que tiene, (iii) buscar la información del entorno que necesita para tomar una decisión y (iv) ejecutarla correctamente. **Debe aprender a percibir, juzgar, decidir y actuar cada vez más deprisa y de manera pertinente.**

Su toma de conciencia de la situación, sus intenciones, sus percepciones de los elementos significativos y su respuesta no deben ser alteradas o escondidas por el miedo físico al contacto o por una excesiva sensación de dominio físico.

El jugador debe ser capaz de cooperar (**recursos afectivos y de relación** con los demás).

El jugador debe ver y reconocer la situación de juego en la que tiene que actuar (**recursos perceptivos y decisionales**), el gesto realizado debe ser lo suficientemente eficaz (**recursos técnicos**, polivalencia gestual) y ejecutado con la velocidad y fuerza necesarias (**recursos físicos**)

Todos estos factores son interdependientes y constituyen el conjunto de recursos solicitados en todo acto táctico. El desarrollo de estos recursos lleva al jugador a una espiral de progreso, siempre y cuando movilizemos y desarrollemos al mismo tiempo sus habilidades mentales.

El aprendizaje

Los jugadores de rugby actúan en situaciones en las que **el riesgo potencial es constante**. Para que puedan participar en la actividad en las mejores condiciones posibles, todas las medidas de seguridad deben ser tenidas en cuenta, creando un clima de aprendizaje que preserve su integridad física y psicológica.

El Clima de Aprendizaje

Nuestra forma de entender el proceso de enseñanza-aprendizaje del rugby es como un largo viaje en el que el educador va guiando al jugador por una serie de experiencias rugbísticas. A lo largo del viaje, gracias a las experiencias y a compartir con sus compañeros y educador dichas experiencias, los jugadores se van apropiando de los conocimientos necesarios para mejorar su juego.

A través de un dialogo permanente, el educador ayuda a **que el jugador encuentre el sentido a los juegos, a las situaciones pedagógicas y ejercicios** por los que va transitando. En este viaje, el educador, va seleccionando las experiencias por las que el jugador necesita pasar, le va facilitando la información que cree necesaria, pero sobre todo, le va haciendo preguntas para que sea el propio jugador el que, a través de la reflexión sobre lo que está experimentando en las situaciones de aprendizaje, construya su propio conocimiento.

La idea fundamental es que **el jugador aprende mediante la acción y mediante la reflexión sobre la acción**: jugando y pensando en las cosas que ha hecho o debería haber hecho mientras jugaba.

Para la promover la reflexión, el educador debe propiciar un entorno positivo basado en la mutua confianza. Por este motivo, Las relaciones entre **jugadores y educador** son de gran importancia, ya que van determinar el marco de actuación en el que se va producir el aprendizaje. Este marco se rige por una serie de normas de funcionamiento acordadas por todo el grupo.

La cohesión grupal debe basarse en un elevado nivel de exigencia reciproca entre los jugadores y los educadores, que demanda a ambas partes un **compromiso de calidad permanente**.

El jugador no es simplemente un consumidor del rugby conocido y transmitido por su educador. Gracias a la participación activa (experimentación y reflexión sobre la experimentación) va modificando sus esquemas de conocimiento y de movimiento para progresar. Para ello es necesario que sea plenamente consciente de lo que se hace en las sesiones de entrenamiento y de lo que se pretende conseguir. Esto requiere **compartir el proyecto de juego y la información teórica necesaria** de una manera bien estructurada y adaptada a su nivel de maduración y conocimiento. De este modo, el jugador puede realizar un aprendizaje significativo: comprender el significado de las cosas que hace y aprende.

La Metodología

Nuestra metodología consiste presentar el rugby utilizando fundamentalmente situaciones pedagógicas en las que siempre está presente la naturaleza contextual del juego: compañeros, adversarios y balón. La idea fundamental es **ir de lo simple a lo complejo** y de lo **general a lo particular**, siguiendo una rotación del ámbito prioritario de trabajo: afectivo-relacional, perceptivo-decisional, técnico, físico, etc.

El trabajo metodológico-pedagógico no sólo se centra en la optimización del rendimiento, también debe tener en cuenta el desarrollo de la personalidad. Queremos formar en primer lugar personas, después deportistas, y finalmente jugadores de rugby.

El educador debe trabajar para desarrollar los recursos del jugador (tácticos, técnicos, físicos, estratégicos, mentales, ..) proponiendo situaciones de aprendizaje en el que cada uno de los recursos se movilizarán progresivamente, dando prioridad momentánea a cada uno de los ámbitos de trabajo.

Una **rotación de los ámbitos de trabajo prioritarios bien estructurada** va a suponer que el jugador entre en una **espiral de progreso** en todos los planos, siempre que el educador sea capaz de crear un clima de aprendizaje que demande y desarrolle las **habilidades mentales** del jugador (motivación, confianza, concentración, ...), condición indispensable para activar y desarrollar los otros recursos (afectivos-relacionales, perceptivos-decisionales, técnicos, físicos, etc)

Los temas de trabajo

Debemos **partir de los problemas reales que tienen los jugadores** a la hora de jugar, partir de sus necesidades. Para ello, vamos a **extraer los temas de trabajo de la observación del juego que en ese momento son capaces de producir los jugadores**. Esos temas van a estar determinados en base a:

nuestra concepción del juego y sus fundamentos,

- Del Movimiento General a las fases Ordenadas
- De la táctica a la estrategia
- De la polivalencia al puesto específico

y se traducirán en términos de **Principio de acción o de Reglas de acción**.

Los Objetivos

Son determinados en referencia a nuestra concepción del **jugador y de sus recursos** y se traducen en términos de ámbitos de trabajo prioritarios.

Las situaciones de aprendizaje

Van del **juego libre** al **ejercicio** pasando por las **situaciones problema**.

La alternancia de experiencias entre situaciones de **colectivo total** y situaciones de **colectivo reducido** es la que va a permitir al educador ayudar a que los jugadores atribuyan sentido al juego y construyan significados compartidos respecto a las diferentes situaciones que se van a encontrar.

Las “vías rápidas” para el aprendizaje

Nuestra concepción del aprendizaje responde a nuestro modelo pedagógico: *“el jugador construye su rugby, el rugby construye al jugador”*.

Se puede y se deben utilizar “vías rápidas” (atajos que generalmente consisten en la repetición/mecanización de movimientos sin llegar a comprender lo que se hace) en lo que concierne al desarrollo de los recursos físicos, la técnica específica necesaria para poner en marcha sistemas de juego o para asegurar la seguridad de los jugadores. Las exigencias de la competición (por ejemplo a principio de temporada) pueden llevar al entrenador a utilizar estas “vías rápidas”. Por ejemplo para el desarrollo de sistemas de juego, la organización preestablecida de desplazamientos de grupos de jugadores por el campo que pueden facilitar las tareas de cada uno.

No obstante, se corre el riesgo de que aparezcan dificultades que pueden provenir de que:

- Los jugadores no disponen de un bagaje suficiente para responder a circunstancias imprevistas del juego cuando surgen.
- Los sistemas elegidos no están en coherencia con los principios o reglas de acción contruidos previamente.

Los objetivos específicos

Salud, seguridad, fidelización, autonomía, creatividad, adaptabilidad,....

- **Garantizar las condiciones de seguridad** responsabilizando al jugador para que haga los ejercicios de educación postural y de preparación al contacto, a los placajes, agrupamientos, meles y touches.
- Promover un **clima de aprendizaje** en el que el jugador disfrute de todas las actividades que se organicen, ya sean entrenamientos, partidos o torneos.
- Organizar las situaciones para que el jugador sea **el principal actor su aprendizaje**.
- **Afinar los objetivos de las categorías precedentes para que el jugador desarrolle** la toma de conciencia del conjunto de elementos que tiene a su disposición para **asegurar la continuidad del movimiento que avanza**.
- Favorecer la toma de conciencia del jugador **sobre los efectos** de sus desplazamientos y de sus acciones de lucha **sobre el disposición espacial del equipo adversario (lo que da sentido al trabajo requerido)**
 - Ayudándole a construir **referencias**.
 - Estableciendo las bases de un **plan de circulación de jugadores** en las fases de movimiento general (en ataque y en defensa).
 - Promoviendo **la toma de iniciativas individuales** en el juego y la respuesta colectiva del resto de jugadores a las iniciativas individuales.

- Mejorando las **cualidades gestuales, de equilibrio y de coordinación.**
- Ayudar al jugador responder mejor a los problemas relacionados con **situaciones tácticas** (que se encuentran principalmente en las fases de movimiento general y en las fases de fijación), abordar los problemas relativos a las **situaciones estratégicas** (que se encuentran fundamentalmente en las fases ordenadas) **y sobre todo hacer comprender la estrecha relación entre ambos tipos de problemas.**
 - Proponiendo prioritariamente situaciones en las que prime el ámbito perceptivo y decisional.
 - Mejorando la técnica individual (polivalencia gestual)
 - Abordando las técnicas específicas y las organizaciones colectivas.
- Favorecer la comprensión y utilización de las reglas complementarias cuando sea necesario.

La Planificación de las sesiones de trabajo

Sesión 1:

Mejora del plan de circulación de los atacantes para integrarse más eficazmente en el movimiento.

Sesión 2:

Mejora del plan de circulación de los defensores para integrarse más eficazmente en el movimiento.

Sesión 3:

Mejora de la gestión de las paradas del balón en ataque y en defensa (el juego sobre el placaje o bloqueo del balón)

Sesión 4:

Percepción de los momentos de transformación del juego y perfeccionamiento técnico de las formas de juego.

Sesión 5:

Mejora del juego desplegado y en penetración y Talleres técnicos

Sesión 1:

Mejora del plan de circulación de los atacantes para integrarse más eficazmente en el movimiento ofensivo.

Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar		
Situación 1	Objetivos	Reglas de acción
Circulación de jugadores 8 vs 8 – 12 vs 12	Ayudar a los jugadores a identificar y a apropiarse de las referencias para la circulación en ataque	Portador: Avanzo y hago avanzar al compañero mejor situado mediante pases antes de ser bloqueado. Si entro en contacto, me organizo (cabeza, hombros, caderas) para conservar el balón y hacerlo disponible a mis compañeros. No Portador: Si estoy al exterior del PB (el balón se acerca a mí), yo me desmarco. Si estoy al interior del PB (el balón se aleja de mí), apoyo al portador del balón y me sitúo en su espalda (eje) o a su interior. Si el PB es cogido con el balón intervengo inmediatamente para ayudar a conservar y a reutilizar el balón. Defensores: Impido lo más rápidamente posible avanzar a los adversarios. Si estoy cerca del PB le placo. Si estoy alejado del PB me informo sobre su situación, la de mis compañeros y la de los adversarios, me hago cargo de uno de ellos, y busco avanzar rápidamente junto a mis compañeros.
Situación 2	Juego de relevos 6 vs 6, 8 vs 8	Ser capaz de: - avanzar y hacer avanzar a un compañero - apoyar al portador del balón - oponerse eficazmente al portador del balón y a sus apoyos - placar eficazmente Para Todos: Tomar la iniciativa. Portador: Avanzo con el balón en los espacios libres. Antes de que no pueda avanzar más me organizo para hacer avanzar a mi equipo, paso a un compañero que está detrás de mí y que puede continuar el avance. Si entro en contacto, me organizo para conservar el balón, me giro hacia mis compañeros. Si voy al suelo dejo el balón hacia mi campo. No portador: Me coloco detrás del PB para poder recibir el balón, empujar o proteger (piernas flexionadas, espalda derecha, cabeza elevada) para continuar el avance. Oponente directo: Me coloco enfrente del PB, para llevarlo al suelo o sacarlo fuera, me agacho, le cojo por la cintura y cierro las piernas para ir al suelo con el portador. Oponente en apoyo: Me recoloco, de modo tal que pueda ser oponente directo (estar enfrente) de futuros portadores del balón.
Situación 3	2 vs 1+1	Ser capaz de: - hacer avanzar al compañero desmarcado - asegurar el apoyo después de haber pasado el balón - ser eficaces a partir de un punto de encuentro - de cuadrar defensivamente y placar al portador del balón Portador: Avanzo lo más derecho posible, tomo información visual de los adversarios y de mi compañero, hago avanzar a mi compañero antes de ser bloqueado y voy deprisa en su apoyo. Si voy al contacto me organizo para mantener el balón vivo. No portador: Apoyo a mi compañero situándome enfrente del espacio libre (al exterior) y estando preparado para recibir el balón en carrera. 1^{er} defensor: Avanzo rápidamente y controlo mi velocidad para placar al portador antes de que pase el balón. Si no me quedo fijado por la acción del portador, voy a placar al siguiente atacante. 2^o defensor: Respeto las consignas sobre mi intervención y actúo igual que el primer defensor.

Sesión 2:

Mejora del plan de circulación de los defensores para integrarse más eficazmente en el movimiento defensivo.

		Objetivos	Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar
Situación 1	Defensa de espacios libres 8vs8	Organización defensiva - cerrar los espacios libre avanzando, recuperar el balón y contraatacar. - mejorar la toma de información sobre los adversarios y compañeros para hacer más eficaz la organización de la primera y segunda cortina defensiva. - mejorar las trayectorias de carrera y la eficacia del placaje	Para todos: informarse, pre-actuar, anticiparse, comunicar Defensores: nos organizamos en una 1ª cortina para cerrar los espacios libres. Placo al PB si está en mi zona de placaje. Si estoy alejado del PB me informo sobre su situación y desplazamiento, la de mis compañeros y la de los adversarios, y participo en el avance colectivo dentro del reglamento. Portador: Avanzo lo más deprisa posible cuando hay espacio libre, o hago avanzar (pase o juego al pie) a un compañero situado enfrente de un espacio desprotegido (en función de la organización del adversario y de sus puntos débiles). Doy una <i>señal</i> a mis compañeros para que se desplacen antes de tener el balón. No Portador: Escondo mis intenciones, me lanzo al espacio desprotegido antes de recibir el balón. Si estoy alejado, preparo la siguiente acción de juego recolocándome en los espacios libres.
Situación 2	El espejo	Organización defensiva - promover una toma de información más amplia centrándose más en los atacantes que en el balón - mejorar el cuadraje defensivo	Para todos: COMUNICAR (con gestos y con palabras) Defensor directo: me sitúo al interior del portador avanzando para llevarlo al suelo o sacarlo fuera, me agacho, le cojo por la cintura y cierro las piernas para ir al suelo con el portador Defensor en apoyo: Me desplazo sobre la misma línea que mi adversario directo y al interior de futuros portadores del balón. No defendiendo a un mismo jugador que otro compañero, miro a mi oponente directo y no al balón. Portador: Avanzo con el balón en los espacios libres. No Portador: Me sitúo cerca del portador para poder recibir el balón, y me desmarco en relación a los defensores.
Situación 3	Circulación defensiva 4vs4	Mejora de la distribución de jugadores en defensa, de sus direcciones de carrera y de los gestos técnicos a realizar para recuperar el balón y contraatacar.	Para todos: Informarse, pre-actuar, anticiparse, comunicar. Defensores: Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje. Si estoy alejado del PB me informo sobre su situación y desplazamiento, la de mis compañeros y la de los adversarios, y participo en el avance colectivo dentro del reglamento. Si estoy al exterior del defensor del PB, mi prioridad es marcar al jugador que tengo enfrente. Si estoy al interior (apoyo defensivo interno), continuo avanzando para ayudar a cerrar el espacio interior y ayudar al placaje o para recuperar el balón.

Sesión 3:

Mejora de la gestión de las paradas del balón en ataque y en defensa.

Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar		
Situación 1	Objetivos	Reglas de acción
Juego sobre bloqueo de balón 8 vs 8, 12 vs 12	AVANZAR utilizando a los compañeros próximos y lejanos SUPERAR la línea de ventaja en situación de equilibrio ORGANIZARSE individual y colectivamente para CONSERVAR o para RECUPERAR el balón REFORZAR EL CONOCIMIENTO DE LAS REGLAS en relación a los reagrupamientos	Para todos: participar respetando las normas en las fases de bloqueo Portador: Avanzo y hago avanzar a mi compañero antes de que bloqueen. Si voy al contacto me organizo (cabeza, espalda, caderas) para conservar el balón y hacerlo disponible a mis compañeros; alejo el balón de los contrarios y lo coloco hacia mi campo. No Portador: Apoyo a mi compañero. Si le cogen de pie con el balón , y yo estoy próximo a él, voy a ayudarle a conservar. Si está en el suelo y el adversario está cerca voy a limpiar, si está lejos cojo el balón y avanzo. Si estoy alejado, preparo la siguiente acción de juego recolocándome antes de que el balón esté disponible. Defensores: Si estoy involucrado en la detención del portador del balón, participo en el empuje colectivo buscando la recuperación del balón. Si estoy alejado del PB me informo sobre su situación y desplazamiento, la de mis compañeros y la de los adversarios, y participo en el avance colectivo dentro del reglamento. Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje.
Situación 2	Idem	Idem
Situación 3	Juego sobre bloqueo del balón (3+2 vs 3+2)	Para todos: urgencia por intervenir antes que los adversarios en el área de contacto Atacantes: conservar el balón Portador: aguantar de pie protegiendo el balón y haciéndolo disponible para el apoyo 1^{er} apoyo: utilizar o coger el balón o empujar sobre el adversario en función de la presión de los adversarios (idem para el 2 ^e apoyo) Defensores: recuperar el balón Defensor directo: Llevar al portador al suelo 1^{er} apoyo: recuperar el balón o empujar sobre el adversario (idem para el 2 ^e apoyo)
Situación 4	Organización individual y colectiva	Para todos: regulo mi energía, adopto una buena posición corporal en el contacto, bajo las caderas para estar más estable. Portador (en el suelo o de pie): si voy al contacto, me organizo (cabeza, espalda, caderas) para conservar el balón y hacerlo disponible a mis compañeros, alejo el balón de los adversarios. No Portador: Apoyo a mi compañero. Si le cogen con balón, y yo soy el más cercano, voy a ayudarle a conservar el balón. Si está en el suelo y hay un adversario cercano entro a limpiar de abajo a arriba. Defensores: participo en el empuje colectivo. Placo al PB si está en mi zona de placaje, si el balón está disponible, lo recupero sin ir al suelo.

Sesión 4:

Percepción de los momentos de transformación del juego y perfeccionamiento técnico de las formas de juego.

		Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar	
Situación 1	Transformaciones de juego 8vs8	Objetivos	Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar
		Reconocer la dimensión débil de la defensa FRANQUEAR la línea de ventaja en las situaciones de equilibrio (puesta en juego o bloques)	Para todos: informarse, pre-actuar, anticiparse, comunicar Portador: Avanzo los más rápido posible en el espacio libre o hago avanzar (mediante pase o juego al pie) a un compañero situado en enfrente de un espacio desprotegido (en función de la organización del adversario y de sus puntos débiles). Doy una <i>señal</i> a mis compañeros para que se desplacen antes de tener el balón. No Portador: Escondo mis intenciones, me lanzo al espacio desprotegido antes de recibir el balón. Si estoy alejado, preparo la siguiente acción de juego recolocándome en los espacios libres. Defensores: Placo al PB si está en mi zona de placaje. Si estoy alejado del PB me informo sobre su situación y desplazamiento, la de mis compañeros y la de los adversarios, y participo en el avance colectivo dentro del reglamento.
Situación 2	Alternancia de juego penetrante – juego desplegado	Ser capaces - de construir y utilizar referencias que permitan percibir el momento adecuado para una transformación de juego - realizar de manera optima esta transformación - utilizar eficazmente el juego desplegado	El portador decide la transformación antes de que se pare el balón (percepción de la modificación de la relación de fuerzas generada por el juego en penetración). El jugador de apoyo en el eje juega un rol de <i>pivote</i>: no recibe a la altura y acelerando, sino que realiza un pase a un apoyo situado abierto para cambiar/transformar el juego. Los jugadores de apoyo a lo ancho, se han desplazado suficientemente tanto en número como en ritmo, con la profundidad necesaria para correr de frente y desmarcarse del adversario u obligarlo a estirarse (abrirse) de modo que puede provocar otros ejes de penetración. Las formas de pase y las carreras con balón se realizarán en función de la relación de fuerzas (desequilibrio número, posicional, potencial,...)
Situación 3	Alternancia de juego desplegado – juego al pie	Ser capaces - de construir y utilizar referencias que permitan percibir el momento adecuado para una transformación de juego - utilizar eficazmente el juego al pie	El portador toma las informaciones que le permiten ser consciente del momento y de la forma de juego al pie (“aspiración” de la red defensiva, todos en la 1ª cortina defensiva, compañeros disponibles para seguir el juego al pie ...); y él pasa al pie en un espacio libre más o menos profundo, él gestiona las condiciones de éxito del juego al pie: protección con el cuerpo, equilibrio, proximidad del contrario.... El pateador o sus compañeros, respetando la regla del fuera de juego, llegan al menos al mismo tiempo que el adversario sobre el balón
Situación 4	Alternancia de juego desplegado – juego penetrante	Ser capaces - de construir y utilizar referencias que permitan percibir el momento adecuado para una transformación de juego - realizar eficazmente la transformación	El portador decide la transformación antes de que se pare el balón (anticipando la toma de información sobre la percepción de la modificación de la relación de fuerzas generada por el juego en desplegado). Orienta su carrera hacia el interior y pasa a un jugador de apoyo axial. El jugador de apoyo axial se mantiene sobre el hombro interior del jugador que le precede e interviene cuando el portador del balón le ofrece su carril de juego. El jugador de apoyo encadena ya sea en el eje profundo o en el eje lateral El apoyo externo continua <i>estirando</i> la defensa para abrir o mantener abierta la “puerta”

Sesión 5:

Mejora del juego desplegado y en penetración y Talleres técnicos.

		Objetivos	Reglas de acción - Comportamientos que los jugadores deben integrar
Situación 1	Mejora del juego penetrante	Mejora del juego en penetración Construcción de referencias (compañeros) Prioridad técnica	Avanzar individualmente o hacer avanzar lo más rápido y profundamente posible consumiendo el menor espacio lateral posible. Portador: Pasa antes del contacto ofreciendo a su apoyo axial su carril y continua su carrera para apoyar y acabar de fijar a adversario directo. El balón debe ser fácilmente controlado por un compañero cercano a máxima velocidad (<i>balón cogido</i>). Apoyo: Mantenerse al hombro interior del portador del balón y entrar en su carril de juego acelerando en el momento del pase. Regula su carrera en relación al portador del balón para garantizar una carrera recta en el momento del pase.
Situación 2	Mejora del juego desplegado	Mejora del juego desplegado Construcción de referencias (adversarios y compañeros) Prioridad Técnica	Avanzar o hacer avanzar utilizando el ancho del campo Conservar y utilizar el espacio exterior libre Portador del balón: detener a la defensa que barre (dirección de carrera, momento de pase), asegurar la calidad del pase y apoyar después de haber pasado el balón No portadores: Desmarcarse al exterior de su adversario directo para estirar el dispositivo defensivo o para desbordarlo. Detener la carrera de desmarque (lateral) cuando el compañero que le precede recibe el balón (señal de que debe iniciar una carrera "derecha") Portador: Avanzo lo más derecho posible con velocidad, busco información sobre la posición de mis adversarios y compañeros. Sigo avanzando o haciendo avanzar a mis compañeros desmarcados antes de que me bloqueen y acelerar para apoyar. Si no puedo evitar el contacto, me organizo para dar continuidad al juego con un off-load o yendo al suelo para hacer el balón disponible para mis compañeros. No Portador(al exterior del balón): me desmarco antes de que el compañero que me precede reciba el balón. Cuando lo recibe enderezo mi carrera. No Portador (al interior del balón): apoyo a mi compañero colocándome a la altura de su hombro interior y preparándome para recibir el balón. Si el portador es cogido con el balón, yo voy a ayudarle a conservar la posesión. Defensores: yo avanzo rápidamente pero controlo mi velocidad para placar al portador antes de que pase el balón. Si no me fija con el pase, voy a placar al compañero del portador que recibe el balón.
Situación 3	Abrir puertas 2+1 vs 2+1	Crear colectivamente espacio para avanzar Avanzar solo o utilizando a los compañeros próximos Apoyar al portador del balón Oponerse al avance individual y colectivamente	

SST Sesión 1

Mejora del plan de circulación de los atacantes para integrarse más eficazmente en el movimiento.

Situaciones problema

Uno no juega solamente con el balón. Jugar a rugby es en primer lugar jugar con los adversarios teniendo en cuenta los compañeros y el espacio.

Situación 1

Circulación de jugadores

Hacer al jugador capaz de utilizar los espacios libres

Situación 2

El juego de los relevos

Situación 3

2 vs 1+1

Partidillos

Desde 8 vs 8 hasta 12 vs 12 dependiendo del número de jugadores y del nivel

Reglamento y arbitraje

Repartición de roles con doble arbitraje.

Afinamiento de las reglas fundamentales en relación a los principios fundamentales.

Insistir en la regla placador/placado fundamentalmente en términos de seguridad.

Seguridad

Hacer realizar los ejercicios posturales, de *core* y de placaje antes de la sesión, así como los de estiramiento al acabar la sesión y los ejercicios preparatorios a los agrupamientos antes de los partidillos.

Circulación ofensiva y defensiva

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivo

Ayudar a los jugadores a identificar y apropiarse de las referencias para la circulación

Comportamientos esperados

Portador: Avanzo y utilizo al compañero mejor situado para avanzar antes de ser bloqueado

- Si entro en contacto, me organizo (cabeza, espalda) para conservar el balón y hacerlo disponible a mis compañeros.

No portador:

- Si estoy al exterior de mi compañero portador del balón (el balón se aproxima hacia mi), yo busco desmarcarme a lo ancho del campo.
- Si estoy al interior de mi compañero portador del balón (el balón se aleja de mi), yo apoyo al portador del balón colocándome en su eje (en la parte posterior). Si es cogido con el balón, yo voy a ayudar la conservación y a la utilización.

Defensor: Impido avanzar a los adversarios lo más rápidamente posible.

- Si estoy cerca del portador le placo.
- Si estoy lejos del portador tomo información sobre la colocación de mis compañeros y adversarios, me hago cargo de uno de ellos, y busco avanzar rápidamente con los otros compañeros.

SST nº1

Situación 1

Organización

Grupo: 8 jugadores por equipo

Espacio: Ancho, debe permitir jugar en el mismo sentido si hay penetración o bloqueo del compañero

Tiempos: 4 o 5 balones por equipo

Material: balón, conos y petos.

Objetivo: Marcar con el menor número de bloqueos posible

Puntuación: 5 puntos por ensayo, puntos por elegir bien.

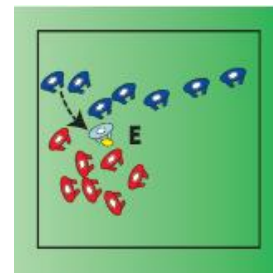
Lanzamientos del juego: Ejemplos de lanzamientos

Consignas, reglas:

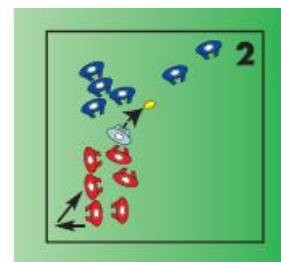
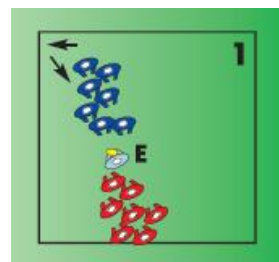
Para todos: respeto del reglamento y consignas

Criterios de éxito:

Los atacantes superan la cortina defensiva sin bloqueaje prolongado



E con su carrera y dando un poco más de tiempo a los atacantes genera un desequilibrio



A la señal 1, los atacantes van a tocar la línea de lateral y entran a jugar, a la señal 2, los defensores hacen lo mismo: cuanto más tiempo haya entre "1" y "2" mayor será el desequilibrio creado.

Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Carreras laterales del portador del balón	→ Demostrar "congelando" el juego el "cierre de puertas" causado por estas carreras. → Mostrar que corriendo de lado la defensa avanza.
Dificultad para colocarse durante la fase de prelanzamiento	→ Insistir en el concepto de desmarque y ayudar a los jugadores a elegir una buena distribución de roles (quién apoya en el eje y quién se desmarca más lejos)
Repartición de roles ineficaz (todos hacen lo mismo) Los defensores no plantean suficientes problemas a los atacantes	→ Utilizar situaciones de colectivo más reducido (3 +1 vs 2+2) Reducir el desequilibrio generado por el prelanzamiento

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Todas las variantes posibles de la relación de fuerzas (desde las más favorables a las más desfavorables)	→ Tener en cuenta la evolución de nivel de los jugadores, construir con ellos las referencias que les van a ayudar distribuirse bien los roles tanto en ataque como en defensa.
Sobre la misma estructura reforzar la distribución defensiva de los jugadores, dando consignas a los atacantes	→ El juego al pie va aparecer si los oponentes están organizados en una barrera
	→ Mejorar las respuestas defensivas colectivas

Juego de los relevos y superioridades

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

- **Avanzar y hacer avanzar a un compañero**
- **Apoyar al portador**
- **Defender al portador**

Comportamientos esperados

Todos: Tomar la iniciativa

Portador:

- Avanzo en los espacios libres con balón.
- Antes de que yo no pueda avanzar me organizo para mantener el balón vivo y hacer avanzar al equipo, paso a un compañero cercano para que pueda continuar.
- En caso de contacto, me organizo para conservar el balón, me giro hacia mis compañeros.
- Si estoy en el suelo, libero el balón hacia mis compañeros.

No portador: Me coloco al lado del portador para recibir el balón, empujar o proteger (piernas flexionadas, espalda recta, cabeza levantada) para seguir avanzando.

Defensor directo:

Me coloco enfrente del portador que avanza para llevarlo al suelo o afuera. Me agacho y cierro las piernas del portador para ir al suelo con él.

Defensores en apoyo:

Estoy preparado para ser defensor directo recolocándome en frente de los futuros portadores del balón.

SST nº1

Situación 2

Organización

Grupo: 6-8 por equipo

Espacio: Ancho: 15 m, Largo: 30 m + 2 zonas de marca

Tiempos: 2-3 minutos, varios minutos, secuencia de juego

Material: balón medicinal o balón, conos y petos.

Objetivo: Marcar más que el adversario

Puntuación: 5 puntos por ensayo. 1 ó 2 puntos por relevo (pasar a un jugador que me supera y avanza)

Lanzamiento del juego: En un primer momento **con ventaja**, el Educador da el balón avanzando a un jugador desmarcado, y sin esperar a la organización de la defensa después de los ensayos.

Consignas, reglas:

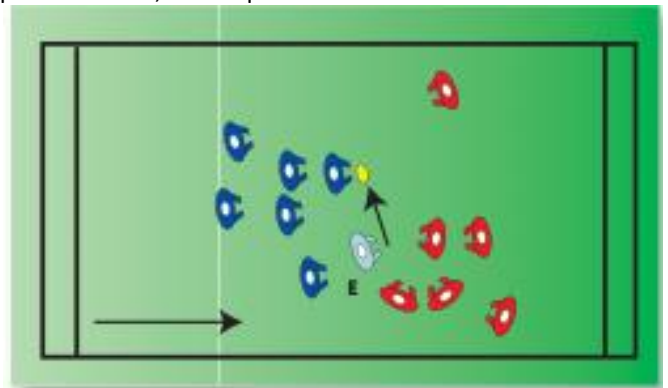
Reglas fundamentales: fuera de juego, avant, juego en el suelo.

Respetar el lanzamiento del juego, los adversarios se repliegan mientras que el portador no reciba el balón

Clarificar y hacer un ejemplo de lo que es un *relevo* eficaz.

Criterios de éxito:

El ataque avanza en continuidad, el apoyo se desplaza para ser eficaz, los bloqueos son breves.



Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Los atacantes no avanzan con el balón	→ Volver al juego de las zonas por nivel → Recordar los principios de la etapa precedente
Los jugadores pasan la mayoría de las veces sobre el contacto, muchos bloqueos	→ Contar los buenos <i>relevos</i> antes del bloqueo → Puntos para los defensores, si el bloqueo es largo
Los atacantes avanzan muy fácilmente	→ Lanzamiento más difícil en equilibrio o retrocediendo.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Usar el balón medicinal al principio	→ Facilitar la defensa y el papel de los apoyos.
Lanzar el juego a un jugador presionado y retrocediendo	→ Para poner en dificultad a los jugadores dominantes o para favorecer la defensa
La anchura del campo	→ Aumentar o disminuir la densidad defensiva
Puntos por los <i>relevos</i> exteriores al movimiento	→ Sensibilizar hacia un apoyo más eficaz
Empezar con defensores dentro y fuera del terreno de juego con entrada progresiva al cantar números	→ Desorden de la defensa
Puntos para el adversario en caso de fuera de juego	→ Reforzar el conocimiento del reglamento

2 contra 1 + 1

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

- **Hacer avanzar a su compañero desmarcado**
- **Asegurar el apoyo después de haber pasado el balón**
- **Mejorar la eficacia en el punto de encuentro**
- **Cuadrar defensivamente, placar al portador del balón**
- **Organizarse rápidamente en las tareas defensivas**

Comportamientos esperados

Portador: Avanzo lo más derecho posible, dirijo mi vista para ver a los adversarios y al compañero, hago avanzar a mi compañero antes de ser bloqueado y acelero para apoyarle

- Si no puedo evitar el contacto, me organizo (cabeza espalda, caderas) para hacer el balón disponible para E que se la pasará a mi compañero

No portador: Apoyo a mi compañero y me sitúo enfrente del espacio libre (al exterior) y me preparo para recibir el balón

- Si le cogen con el balón me preparo para recibir el pase de E que va a recuperar el balón

1^{er} Defensor: Avanzo rápidamente pero controlo mi velocidad para placar al portador antes de que pase el balón. Si no me fija voy deprisa a placar al compañero del portador que recibe el balón.

2^o Defensor: Respeto las consignas relativas a mi intervención al igual que el primer defensor

SST nº1

Situación 3

Organización

Grupo: 2 atacantes y 2 defensores

Espacio: ancho: 15 metros, longitud: 20 metros

Tiempos: 4 o 5 balones por equipo

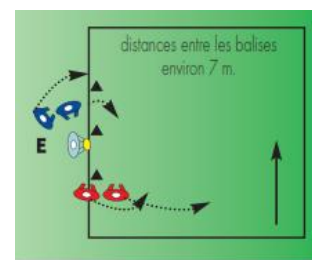
Material: balón, conos y petos.

Objetivo: Marcar más ensayos que el adversario

Puntuación: 5 puntos por ensayo, +2 puntos si pasa en el momento justo, 2 puntos si hay un bloqueo y utilización de E

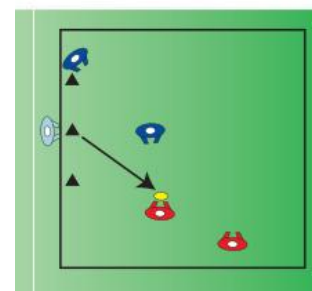
Lanzamiento del juego:

Cuando E lanza el balón al aire los atacantes se desplazan a lo ancho del espacio y los defensores entran por los conos correspondientes. No podrán avanzar (pasar el nivel de su cono) hasta que E pase el balón al primer atacante.



Consignas, reglas:

Para todos: respeto del reglamento. Para los atacantes: respeto de las consignas vinculadas al lanzamiento. Si hay bloqueo o placaje del primer atacante, E recupera el balón y se lo pasa al segundo atacante. Para los defensores: 1^{er} op.: me encargo del 1^{er} atacante. 2^o op.: me adapto a la situación para impedir a los atacantes marcar.



Criterios de éxito:

Ensayos marcados sin detención del balón.

Para evaluar – regular

Para hacer evolucionar la situación

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Los atacantes reúsan avanzar huyendo de los defensores	→ Utilizar ejercicios que ayudan a resolver los problemas afectivos
Tendencia a ir al contacto antes que procurar hacer avanzar al compañero	→ Facilitar el lanzamiento colocando a los jugadores en el campo antes del lanzamiento
	→ Jugar con el momento de salida del 1 ^{er} oponente
	→ Congelar el juego. Hacer pensar.
Poca implicación defensiva	→ Dar puntos sobre los placajes exitosos
El compañero del portador recibe el balón parado	→ Reforzar el concepto de "recibir avanzando"
Jugadores dominantes en el plano físico	→ Si los dominantes son atacantes hacer avanzar más rápidamente a los defensores, si los dominantes son defensores hacerlo a la inversa

Variantes	Efectos buscados
Hacer evolucionar el número de jugadores (2x1, 2+1 x 2 ...), los momentos de entrada	→ Hacer vivir un gran número de situaciones, evitar una forma de estereotipo
La acción se termina si hay bloqueo del portador del balón	→ Reforzar la exigencia de que el portador del balón tome buenas decisiones
Llegada de otro jugador si hay bloqueo del portador para ayudar a la conservación y la utilización	→ Aprendizaje del rol de apoyo axial
Centrar el trabajo sobre la defensa dando consignas a los atacantes (quedarse con el balón, pasar, fintar el pase)	→ Aprendizaje de la cooperación en oposición

SST Sesión 2

Mejora del plan de circulación de los defensores para integrarse más eficazmente en el movimiento.

Situaciones problema

Uno no defiende solamente sobre el balón. Defender en rugby es organizarse individual y colectivamente en relación a los adversarios teniendo en cuenta a los compañeros para evitar que nos marquen, recuperar el balón y contra-atacar.

Situación 1

Defensa de los espacios libres

Situación 2

El espejo

Situación 3

Circulación defensiva 4 vs 4, 6 vs 6

Partidillos

Desde 8 vs 8 hasta 12 vs 12 dependiendo del número de jugadores y del nivel

Reglamento y arbitraje

Reforzar la regla placador/placado.

La conservación y la recuperación del balón.

La toma de decisiones: prevención y sanciones.

Seguridad

Verificación del conocimiento de los ejercicios de core antes de la sesión y de estiramientos al final de la misma.

Ejercicios de preparación al placaje antes de la sesión.

Defensa de los espacios libres

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

Cerrar los espacios libres avanzando, recuperar el balón y contra-atacar

Mejorar la toma de información sobre los adversarios y compañeros para organizar eficazmente la 1ª y 2ª cortina defensiva.

Mejorar las trayectorias de carrera y la eficacia del placaje.

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Defensores:

Organizamos la 1ª cortina defensiva para cerrar los espacios libres.

- Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje
- Si estoy alejado, me informo de la posición y desplazamientos de los adversarios y participo en el avance colectivo tan pronto como el reglamento lo permita

Portador: Avanzo lo más deprisa posible, o hago avanzar (pase o juego al pie) a un compañero situado en un *espacio frágil* (en función del adversario y de sus puntos débiles). Hago una señal a mi compañero para que se desplace antes de tener el balón.

No portador: Escondo mi juego, me lanzo en un *espacio frágil* antes de tener el balón.

Si estoy alejado, preparo la continuación del juego recolocándome frente a los espacios libres.

SST nº2

Situación 1

Organización

Grupo: de 8 a 12 jugadores por equipo

Espacio: Ancho: lo más ancho posible en función del nivel de juego. Largo: de 30 a 40 metros

Tiempos: De 1 a 3 minutos; De 4 a 5 balones por equipo

Material: 2 balones, conos y petos.

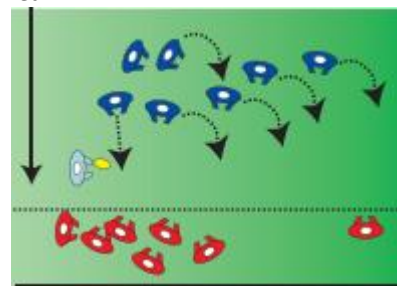
Objetivo: Marcar a partir del lanzamiento del juego

Puntuación: 5 pts por ensayo; 3 pts si el equipo gana la línea de la ventaja y el balón es conservado o recuperado.

Consignas, reglas: Respetar el fuera de juego sobre los lanzamientos del juego para los defensores (a 5 m en este ejercicio). Defensores no se mueven hasta la salida del balón.

Criterios de éxito: El equipo en defensa es capaz de organizarse y reorganizarse para evitar que el ataque sobrepase la cortina defensiva. El equipo en ataque es a menudo controlado, sobre todo en la acción de avanzar. Se recuperan algunos balones

Lanzamiento del juego: el Educador se desplace con los 2 equipos. Se para y deja el balón en el suelo para uno de los equipos. Los defensores ya no tienen derecho a desplazarse, y reculan simplemente a 5 m. Por el contrario, los atacantes si pueden desplazarse aún y toman la iniciativa para jugar. En el momento de la salida del balón, el juego es real.



A la señal 1, El educador se para, deja el balón en el suelo. Los defensores no se pueden mover (solo recular 5 metros)



A la señal 2, los atacantes han tomado la iniciativa, juego real

Para evaluar - regular

Comportamientos observados

Defienden varios jugadores sobre el portador



Intervenciones posibles

Recordar las reglas de acción, proponer una referencia de comunicación (señal para el momento de salida defensiva)

Los defensores perciben los espacios libres pero no llegan a organizar la 1ª cortina defensiva



Por medio de preguntas proponer/descubrir una organización

No hay reorganización del la primera cortina defensiva ni se ejerce presión sobre los atacantes.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes

Dar consignas a los atacantes



Efectos buscados

Trabajar sobre la reorganización defensiva (poniendo una variedad de problemas a los defensores)

Dejar más o menos tiempo para la aplicación de estrategias.



Tener cada vez menos tiempo para elegir una estrategia



Adaptarse estratégicamente

El Espejo

Ámbito Prioritario: Perceptivo

Objetivos

- **Suscitar una toma de información más amplia, sobre los jugadores más que sobre el balón**
- **Mejorar el cuadraje defensivo**

Comportamientos esperados

Todos: comunicarse (con gestos y palabras)

Defensor directo:

Me sitúo en el interior del portador que avanza, para placarlo o llevarlo hacia touche

Me agacho mirando su cintura, le abrazo, aprieto las piernas para ir al suelo con el portador.

Defensores en apoyo:

Me desplazo en línea con el defensor directo, y al interior de los futuros portadores de balón

No defiendo a un mismo jugador defendido por un compañero, miro a mi oponente directo y no al balón

Portador:

Avanzo con el balón en los espacios libres.

No portador:

Me coloco cerca del portador con el fin de poder recibir el balón, me desmarco respecto a los defensores.

SST nº2

Situación 2

Organización

Grupo: 6-8 por equipo

Espacio: Ancho: lo más ancho posible. Largo: 15 m

Tiempos: Secuencias de 1 a 2 mins; Varias vueltas

Material: un balón, conos y petos.

Objetivo: Placar al mayor número de jugadores

Puntuación: 1 pt para los defensores por cada jugador placado antes de la línea de ensayo

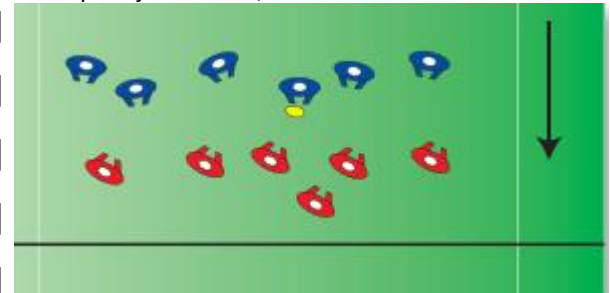
Lanzamiento del juego: 1ª fase del juego al ralenti, los atacantes no aceleran, los defensores se organizan retrocediendo y a la SEÑAL, todos los atacantes (con o sin balón) deben de ir hacia la línea de ensayo contraria, los defensores pueden placar a todos los atacantes.

Consignas, reglas:

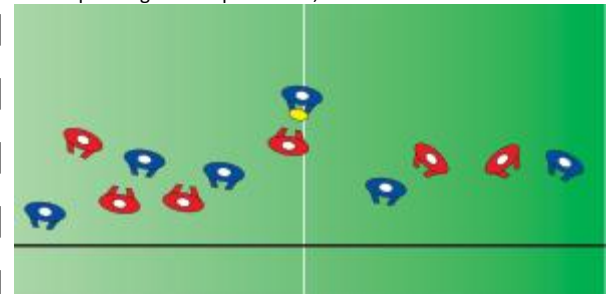
Respeto del lanzamiento del juego, lo atacantes aceptan de no acelerar antes de la señal.

Criterios de éxito:

Pocos placajes fallados, la barrera defensiva es eficaz



1º Tiempo: Juego lento que avanza,



A la señal, todos los atacantes corren hacia la línea de ensayo

Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Demasiados jugadores miran el balón	→ Utilizar una "parada de imagen" con el fin de poner en evidencia la mala toma de información.
Los jugadores no son eficaces sobre su marcaje	→ Utilizar ejercicios de placaje e insistir sobre la proximidad de los 2 equipos. Los defensores deben de avanzar y no esperar a los atacantes

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
El juego de los atacantes puede ser dirigido por el Educador	→ Regular las formas de juego

Circulación defensiva 4 contra 4

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

Mejora de la distribución de jugadores, de las direcciones carrera y de los gestos a realizar para recuperar el balón y contra-atacar

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Defensores: Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje

- Si estoy alejado, me informo de la posición y desplazamientos de los adversarios y participo en el avance colectivo tan pronto como el reglamento lo permita
- Si estoy al exterior en relación al movimiento lateral del balón me mantengo al marcaje de un jugador
- Si estoy al interior en relación al movimiento lateral del balón (apoyo interno defensivo) continuo avanzando (apoyo defensivo) ya sea para ayudar al defensor directo del portador del balón a tirarlo al suelo, ya sea para recuperar el balón

SST nº2

Situación 3

Organización

Grupo: Cuatro jugadores por equipo

Espacio: ancho: suficientemente amplio para permitir un segundo ataque en el mismo sentido y los contraataques, longitud: 1,5 veces el ancho + 2 zonas de marca (30-40 m)

Tiempos: secuencia de juego de 1 a 2 minutos, 4 o 5 balones por equipo

Material: 2 balones.

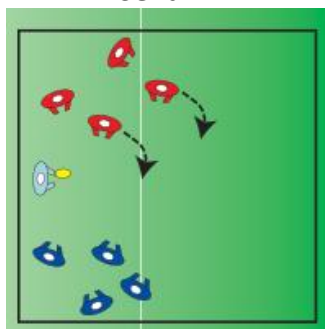
Objetivo: Marcar a partir del lanzamiento de juego

Puntuación: 5 puntos por ensayo, 3 puntos si la línea de ventaja es franqueada y el balón recuperado.

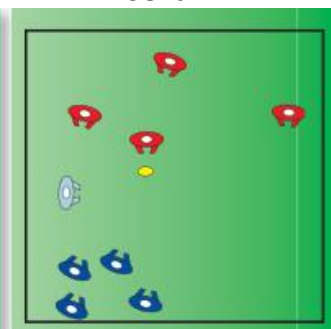
Lanzamiento del juego:

El educador se desplaza con los 2 equipos, ala señal "1" los atacantes pueden desmarcarse a lo ancho. A la señal "2" el juego comienza y los defensores deben reorganizarse para oponerse, recuperar y contraatacar.

Señal 1



Señal 2



Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Los jugadores circulan de manera incoherente y poco económica	→ Recordar las reglas de acción y proponer referencias de circulación
Los jugadores no se comunican entre ellos	
Los jugadores no avanzan en defensa para oponerse	
Placajes fallados	→ Ejercicios de placaje

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Reducir el tiempo entre la señal "1" y "2"	→ Tener cada vez menos tiempo para organizarse en defensa
Dar consignas a los atacantes	→ Dirigir el tipo de respuesta defensiva esperada, verificar la calidad de la comunicación

SST Sesión 3

Mejora de la gestión de las paradas del balón en ataque y en defensa (el juego en el placaje o en los reagrupamientos)

Situaciones problema

Cuando el juego está detenido, los jugadores toman información sobre los desplazamientos de los jugadores adversarios y compañeros.

Situación 1

Juego en los reagrupamientos
Relación de presión
Elección de la velocidad de salida del balón.

Situación 2

6 vs 4+2
Igual que en la situación 1 pero con menos jugadores
Distribución de tareas en los reagrupamientos

Situación 3

3+2 x 3+2
Direcciones de carrera y gestos técnicos a realizar por cada uno de los 10 jugadores

Situación

Organización individual y colectiva

Partidillos

Desde 8 vs 8 hasta 12 vs 12 dependiendo del número de jugadores y del nivel

Reglamento y arbitraje

Los derechos y deberes de los jugadores en el reagrupamiento, lógica de atribución del balón cuando es injugable.
Las líneas de fuera de juego.

Seguridad

Ejercicios de actitud en el contacto
Los ejercicios posturales, de core y de estiramientos deben ser dominado

Juego en los reagrupamientos

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

AVANZAR utilizando los compañeros cercanos y lejanos

FRANQUEAR la línea de ventaja en situaciones de equilibrio

ORGANIZARSE individual y colectivamente para **CONSERVAR** o **RECUPERAR** el balón

Reforzar el **CONOCIMIENTO** de las **REGLAS** relativas a los reagrupamientos

Comportamientos esperados

Todos: Intervenir lealmente y con control en las fases de fijación

Portador: Avanzo y hago avanzar a mi compañero antes de ser bloqueado (al igual que en el juego de los relevos)
Si voy al contacto, me organizo (cabeza, espalda, pelvis) para conservar el balón y hacerlo disponible para mis compañeros. Lo alejo del adversario y lo libero inmediatamente hacia mi campo.

No portador: Apoyo a mi compañero.

Si le cogen de pie con el balón, y yo estoy cerca de él, voy a ayudarlo a conservar.

Si está en el suelo y hay un adversario cerca me involucro inmediatamente en la limpieza del ruck.

Si el adversario está lejos cojo el balón y avanzo.

Si yo estoy lejos preparo la continuación del juego recolocándome antes de que el balón esté disponible.

Defensores:

Si estoy involucrado en el bloqueo del portador, participo en la disputa del balón.

Si estoy lejos, me fijo en los desplazamientos de los adversarios y participo en el avance colectivo.

Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje.

SST nº3

Situación 1

Organización

Grupo: de 8 a 12 jugadores por equipo

Espacio: Ancho: 30 metros. Largo: 40 metros

Tiempos: 4 a 5 balones por equipo

Material: 2 balones, conos y petos.

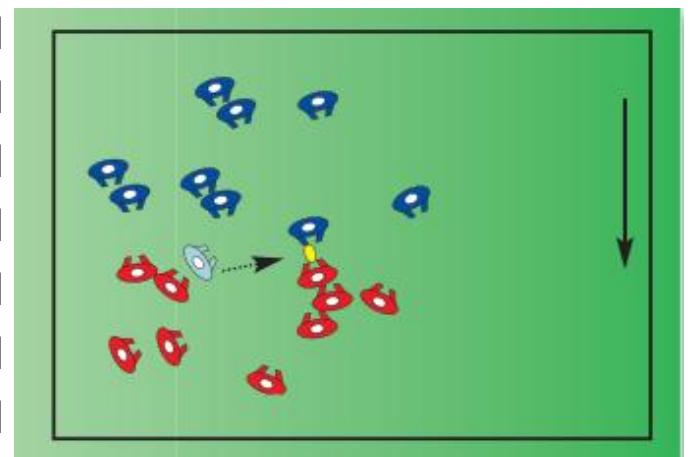
Objetivo: Marcar más que el adversario

Puntuación: 5 pts por ensayo; 2 pts por reagrupamiento que permite la liberación del balón avanzando en menos de 3 segundos.

Consignas, reglas: Respetar el reglamento

Criterios de éxito: Apenas se pierde la posesión del balón. Los bloqueos se gestionan eficazmente, ya sea con un avance del agrupamiento o con una liberación rápida del balón que favorece el avance posterior.

Lanzamiento del juego: el Educador da el balón en pleno movimiento a un jugador, o grupo de jugadores, susceptibles de entrar inmediatamente en una situación de bloqueo (adversarios próximos) modulando las relaciones de fuerza (avanzando, reculando, en equilibrio) Cuando el educador pasa el balón: juego real.



Para evaluar – regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Se pierden balones en el contacto	→ Utilizar situaciones para recordar lo básico, o reducir el número de jugadores para resolver los problemas técnicos
Los jugadores no identifican la relación de fuerzas ni el rol del jugador. Los reagrupamientos no avanzan	→ Dar puntos por los avances significativos, hacer ejercicios de empuje
Los jugadores no se recolocan o esperan al último para hacerlo	→ Centrar las intervenciones sobre los jugadores, hacer vivir las situaciones en grupos pequeños Cambiando los reagrupamientos por lanzamientos del juego previos
Diferencias grandes en el plano físico	→ Hacer grupos por nivel.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Variar los lanzamientos mediante la incorporación de balones al suelo o al aire	→ Hacer vivir la variedad de formas de lucha colectiva que se producen en el juego
Utilizar diferentes tipos de oposición, sobre el jugador (prohibido intervenir sobre el balón), variando la presión	→ Facilitar en un primer momento la conservación para posteriormente aumentar la presión.
Después de un 1er tiempo de juego al <i>ralentí</i> , a la señal de “ <i>conserva</i> ” el portador no puede pasar y avanza hasta el bloqueo	→ Permitir al educador elegir las situaciones de bloqueo inevitable
Utilizar estas situaciones para reforzar la eficacia defensiva en las estas fases de juego	→ Defender para recuperar y contra-atacar

Juego en los reagrupamientos

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

AVANZAR utilizando los compañeros cercanos y lejanos

FRANQUEAR la línea de ventaja en situaciones de equilibrio

ORGANIZARSE individual y colectivamente para **CONSERVAR** o **RECUPERAR** el balón

Reforzar el CONOCIMIENTO de las **REGLAS** relativas a los reagrupamientos

Comportamientos esperados

Todos: Intervenir lealmente y con control en los reagrupamientos

Portador: Avanzo y hago avanzar a mi compañero antes de ser bloqueado (al igual que en el juego de los relevos)
Si voy al contacto, me organizo (cabeza, espalda, pelvis) para conservar el balón y hacerlo disponible para mis compañeros. Lo alejo del adversario y lo libero inmediatamente hacia mi campo.

No portador: Apoyo a mi compañero. **Si le cogen de pie con el balón**, y yo estoy cerca de él, voy a ayudarlo a conservar.

Si está en el suelo y hay un adversario cerca me involucro inmediatamente en la limpieza del ruck.

Si el adversario está lejos cojo el balón y avanzo.

Si yo estoy lejos preparo la continuación del juego recolocándome antes de que el balón esté disponible.

Defensores:

Si estoy involucrado en el bloqueo del portador, participo en la disputa del balón.

Si estoy lejos, me fijo en los desplazamientos de los adversarios y participo en el avance colectivo. Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje.

SST nº3

Situación 2

Organización

Grupo: 6 vs 4 + 2 por equipo

Espacio: Ancho: 15 metros. Largo: 15 metros

Tiempos: 4 o 5 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

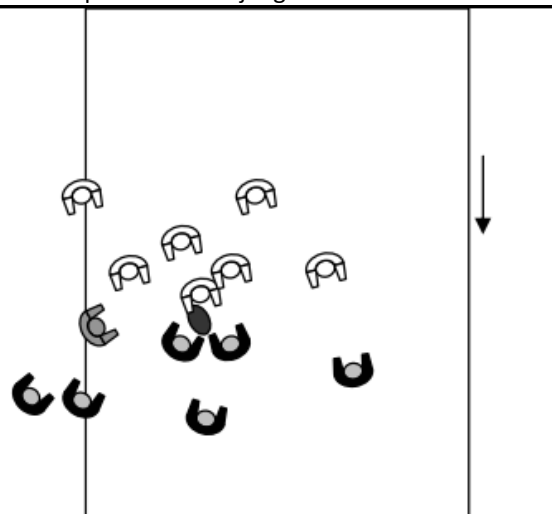
Objetivo: Marcar más que el adversario

Puntuación: 5 pts por ensayo; 2 pts por reagrupamiento que permite la liberación del balón avanzando en menos de 3 segundos.

Consignas, reglas: Respetar el reglamento

Criterios de éxito: Apenas se pierde la posesión del balón. Los bloqueos se gestionan eficazmente, ya sea con un avance del agrupamiento o con una liberación rápida del balón que favorece el avance posterior.

Lanzamiento del juego: el Educador da el balón en pleno movimiento a un jugador, o grupo de jugadores, susceptibles de entrar inmediatamente en una situación de bloqueo (adversarios próximos) modulando las relaciones de fuerza (avanzando, reculando, en equilibrio) Cuando el educador pasa el balón: juego real.



Para evaluar – regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Se pierden balones en el contacto	→ Utilizar situaciones para recordar lo básico, o reducir el número de jugadores para resolver los problemas técnicos
Los jugadores no identifican la relación de fuerzas ni el rol del jugador. Los reagrupamientos no avanzan	→ Dar puntos por los avances significativos, hacer ejercicios de empuje
Los jugadores no se recolocan o esperan al último	→ Centrar las intervenciones sobre los jugadores, hacer vivir las situaciones en grupos pequeños Cambiando los reagrupamientos por lanzamientos del juego previos
Diferencias grandes en el plano físico	→ Hacer grupos por nivel.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Variar los lanzamientos mediante la incorporación de balones al suelo o al aire	→ Hacer vivir la variedad de formas de lucha colectiva que se producen en el juego
Utilizar diferentes tipos de oposición, sobre el jugador (prohibido intervenir sobre el balón), variando la presión	→ Facilitar en un primer momento la conservación para posteriormente aumentar la presión.
Después de un 1er tiempo de juego al <i>ralentí</i> , a la señal de "conserva" el portador no puede pasar y avanza hasta el bloqueo	→ Permitir al educador elegir las situaciones de bloqueo inevitable
Utilizar estas situaciones para reforzar la eficacia defensiva en las distintas fases de juego	→ Defender para recuperar y contra-atacar

Gestión de los reagrupamientos

Ámbito Prioritario: Técnico

Objetivos

Mejora de la técnica de los jugadores sobre el bloqueo o placaje

Comportamientos esperados

Todos: lucha por intervenir eficazmente antes que el adversario

Atacantes: conservar el balón

Portador (jugador 2): mantenerse de pie protegiendo el balón mientras que lo hace disponible para el apoyo.

1^{er} apoyo (jugador 3): utilizar o arrancar el balón o empujar en función de la presión del adversario, lo mismo para el 2^o apoyo.

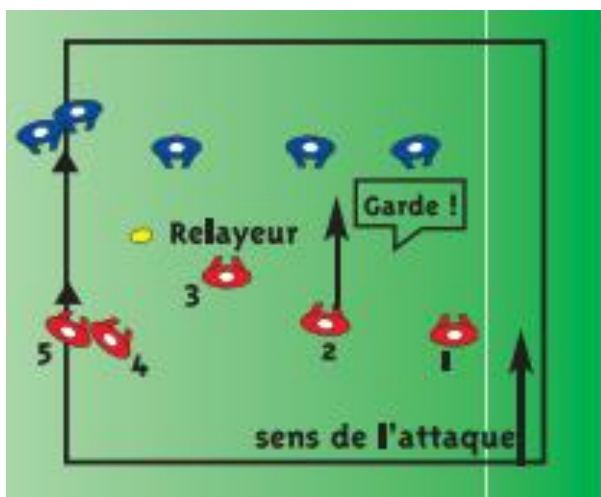
Defensores: Recuperar el balón

Adversario del portador: llevar al portador al suelo

1^{er} apoyo: recuperar empujar sobre el adversario

2^o apoyo: igual que el primero

3^{er} apoyo: utilizar el balón



SST nº3

Situación 3

Organización

Grupo: 5 (3+2) vs 5 (3+2)

Espacio: ancho: 35 longitud:22

Tiempos: 5 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

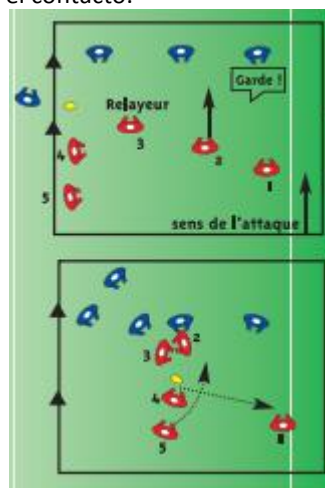
Objetivo: Conservar y marcar

Consignas, reglas: asegurarse del cumplimiento de las reglas relativas a la llegada al contacto de los apoyos ofensivos y defensivos.

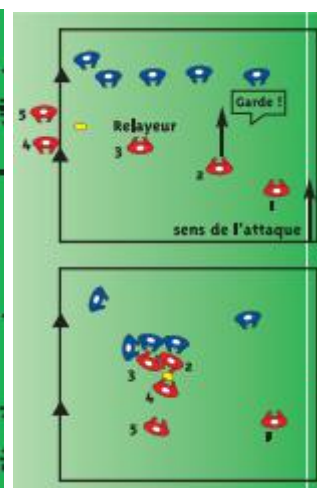
Criterios de éxito: para los atacantes conservar el balón garantizando el avance del movimiento. Para los defensores recuperar el balón.

Lanzamiento del juego:

En función del punto de partida de atacantes y defensores, situación favorable o desfavorable para los atacantes o en equilibrio. El educador da la salida haciendo rodar la pelota hacia delante o hacia atrás del relanzador (jugador3), los atacantes o los defensores (en función de las consignas dadas) avanzan cuando el relanzador ha cogido el balón. Cuando el educador dice "conservar" el portador va a buscar el contacto.



Situación de ventaja para los atacantes



Situación de ventaja para los defensores

Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
El portador es llevado rápidamente al suelo	→ Utilizar ejercicios de resistencia a la carga del adversario
El 1er apoyo en ataque no llega a la altura del portador	→ Trabaja el 2 vs 1 + 1
El apoyo axial en ataque está pasado	→ Trabajar las carreras de apoyo (referencias para el juego en penetración)
El defensor directo al portador no le placa	→ Ejercicios de placaje y de cuadraje defensivo(1 vs 1)
Los apoyos ofensivos llegan tarde o intervienen de manera no eficaz	→ Ejercicios para mejorar los apoyos

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Se consiguen los comportamientos esperados en situaciones de ventaja o de equilibrio. Hace falta entonces hacer vivir a los jugadores situaciones de desventaja en las que el portador vaya al suelo, o bien la defensa ralentiza la salida del balón	→ Hacer experimentar la variedad de tipos de presión presentes en un partido, permitir a los jugadores reconocer en situación de juego, las respuestas que mejor se adaptan evitando estereotipos
	→ Reforzar las exigencias en el plano técnico (todo defecto a nivel técnico va suponer perder el balón o que no se pueda utilizar de manera eficaz)

Los reagrupamientos

Ámbito Prioritario: Técnico

Objetivos

ORGANIZARSE individual y colectivamente para CONSERVAR o RECUPERAR el balón

Comportamientos esperados

Todos: Regulo mi energía, adopto una posición baja en el contacto, bajo mis caderas para estar más estable.

Portador: Si voy al contacto, me organizo (cabeza, espalda, pelvis) para conservar el balón y hacerlo disponible para mis compañeros. Lo alejo del adversario y lo libero hacia mi campo.

No portador: Apoyo a mi compañero.

Si le cogen de pie con el balón, y yo estoy cerca de él, voy a ayudarlo a conservar.

Si está en el suelo y hay un adversario cerca me involucro en la limpieza del ruck de abajo a arriba.

Defensores: Participo en el empuje colectivo

Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje, si el balón está disponible, yo lo recupero sin ir al suelo.

SST nº3

Situación 4

Organización

Grupo: grupos de 3 defensores con un portador del balón y grupos de 3 atacantes "móviles"

Espacio: ancho: 15 metros longitud: 40 metros ida y vuelta

Tiempos: secuencias de juego de 2 a 3 minutos

Material: 4/5 balones.

Objetivo: Recuperar, liberar el balón lo más deprisa posible

Puntuación: Nº de agrupamientos bien realizados (sin perder el balón)

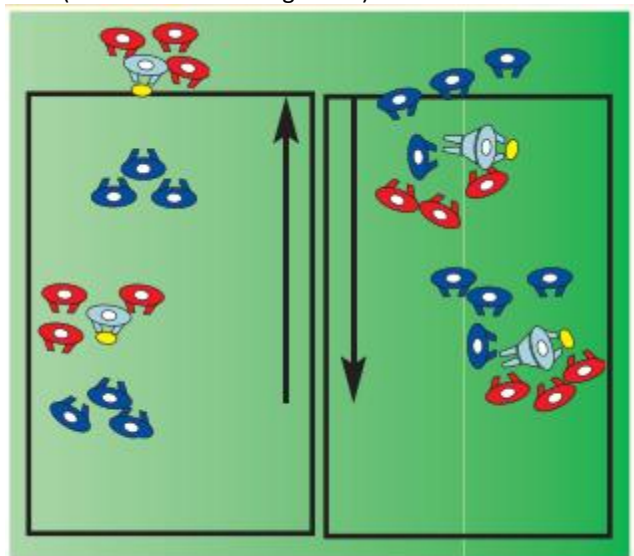
Consignas, reglas: No chocar con velocidad, la lucha comienza con el contacto

Criterios de éxito: los defensores son empujados y no pueden recuperar ningún balón.

Lanzamiento del juego:

Los grupos de defensores están repartidos en el espacio con un jugador portador del balón (de pie a la ida y en el suelo a la vuelta)

En cada contacto entre el grupo de defensores y la célula de atacantes que se desplaza, se genera para la posesión del balón (no más de 6 a 10 segundos)



Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Posiciones corporales en desequilibrio en los contactos	→ Recordar los principios de eficacia en el empuje, los defensores pueden variar la presión que ejercen, los atacantes no deben caer al suelo
Los atacantes entran en carrera a los agrupamientos	→ Recordar las consignas, pasan a defender

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Funcionar con grupos de 4 o 5 jugadores utilizando el mismo balón	→ Gestión del agrupamiento más complejo implicando a más gente

SST Sesión 4

Técnico – Táctico: Percepción de los momentos de transformación del juego y perfeccionamiento técnico en las formas de juego

Situaciones problema

Situación 1

Juego dirigido en colectivo total
Lanzamiento en equilibrio numérico pero en desequilibrio posicional
Tomar consciencia de la disposición espacial del equipo adversario.
Adoptar la disposición espacial adecuada para atacar la colocación del adversario.
Realizar los gestos técnicos de manera eficaz

Situación 2, 3 y 4

6 vs 6
Alternancia de juego penetrante y de juego desplegado
Alternancia de juego desplegado y de juego penetrante
Alternancia de juego desplegado y de juego a pie

Partidillos

Desde 8 vs 8 hasta 12 vs 12 dependiendo del número de jugadores y del nivel

Reglamento y arbitraje

Mejora del conocimiento de las reglas
Mejora de los desplazamientos
Adquisición de referencias
Adquisición de gestos, utilización del silbato

Seguridad

Autonomía en la realización de ejercicios y capaz de corregir una mala actitud un tercer

Transformaciones de juego

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional

Objetivos

1^{er} nivel de estrategia (oponer lo fuerte a lo débil), reconocer los puntos débiles del adversario.

Franquear la línea de ventaja en situaciones de equilibrio (puestas en juego o bloqueos del balón)

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Portador: Avanzo lo más deprisa posible, o hago avanzar (pase o juego al pie) a un compañero situado en un *espacio frágil* (en función del adversario y de sus puntos débiles). Hago una señal a mi compañero para que se desplace antes de tener el balón.

No portador: Escondo mi juego, me lanzo en un *espacio frágil* antes de tener el balón. Si estoy alejado, preparo la continuación del juego recolocándome frente a los espacios libres.

Defensores:

Placo al portador del balón si está en mi zona de placaje. Si estoy alejado, me informo de la posición y desplazamientos de los adversarios y participo en el avance colectivo tan pronto como el reglamento lo permita

SST nº4

Situación 1

Organización

Grupo: 8 jugadores por equipo

Espacio: Ancho: 30 metros Largo: de 30 a 40 metros

Tiempos: De 1 a 2 minutos; De 4 a 5 balones por equipo

Material: 2 balones, conos y petos.

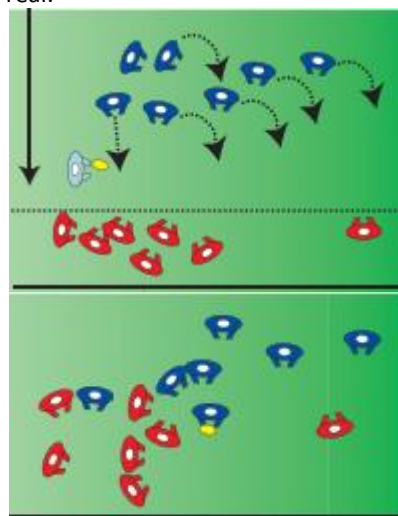
Objetivo: Marcar a partir del lanzamiento del juego

Puntuación: 5 pts por ensayo; 3 pts si el equipo gana la línea de la ventaja y el balón es conservado o recuperado.

Consignas, reglas: Respetar el fuera de juego sobre los lanzamientos del juego para los defensores (a 5 m en este ejercicio). Los defensores no se mueven hasta la salida del balón.

Criterios de éxito: El equipo en ataque es capaz de efectuar varios *relevos* avanzando antes de ser bloqueados. El punto débil de la defensa es el que se ataca con mayor frecuencia (a la mano o al pie)

Lanzamiento del juego: el Educador se desliza con los 2 equipos. Se para y deja el balón en el suelo para uno de los equipos. Los defensores ya no tienen derecho a desplazarse, y reculan simplemente a 5 m. Por el contrario, los atacantes si pueden desplazarse aún y toman la iniciativa para jugar. En el momento de la salida del balón, el juego es real.



A la señal 1, El educador se para, deja el balón en el suelo. Los defensores no se pueden mover (solo recular a 5 metros)

A la señal 2, los atacantes han tomado la iniciativa, juego real

Para evaluar – regular

Comportamientos observados

Los jugadores reciben el balón → parados

Los jugadores perciben los espacios libres pero no saben cómo atacarlos

No hay variación del lanzamiento del juego, únicamente se utilizan los puntos fuertes

Intervenciones posibles

Recordar las reglas de acción, proponer una referencia de comunicación (señal para el momento de salida)

→ Mediante preguntas proponer una organización que de opciones al portador del balón al comienzo de la acción.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes

Dejar más o menos tiempo para la aplicación de estrategias.

Dar consignas a los atacantes → a los defensores para crear puntos débiles

Dar consignas a los atacantes

Efectos buscados

Tener cada vez menos tiempo para elegir una estrategia

→ Adaptarse estratégicamente

Trabajar sobre la reorganización defensiva (poniendo una variedad de problemas a los defensores)

Alternancia de Juego Penetrante – Juego Desplegado

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional, Técnico

Objetivos

Que los jugadores sean capaces de:

- Construir y utilizar las referencias que les permitan percibir el momento de transformación
- Realizar de manera óptima esta transformación
- De utilizar eficazmente el juego desplegado

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Portador: Decide la transformación del juego antes de que se pare el balón (percibe la modificación de la relación de fuerzas generada por el juego penetrante)

Apoyo Axial: Juega un rol de pivote, **no** recibe el balón a la altura del portador y en velocidad. Pasa al jugador situado abierto en el eje lateral.

Apoyos en el eje lateral: Se desplazan en número suficiente y con el ritmo adecuado, con la profundidad necesaria, para correr de frente y desmarcarse de los defensores u obligar a la defensa a estirarse, lo que provocará otros ejes de penetración.

La intervención sobre el balón, las formas de pase, las carreras con balón, estarán en función de la evolución de la relación de fuerzas (desequilibrio numérico o posicional, potencial de la configuración de juego, etc)

SST nº4

Situación 2

Organización

Grupo: 6 vs 1 + 4 + 1

Espacio: Ancho: 30 metros. Largo: 30 metros

Tiempos: 6 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

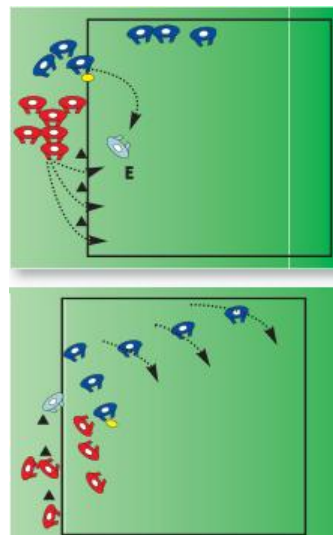
Objetivo: Marcar

Puntuación: 5 pts por ensayo; 2 pts por reagrupamiento que permite la liberación del balón avanzando en menos de 3 segundos.

Consignas, reglas: Defensa sobre el balón y defensa total

Criterios de éxito: Fijación de la defensa seguida de desbordamiento

Lanzamiento del juego: Variante de la situación “mejora del juego penetrante” (agotamiento de esta forma de juego o consecuencia de los efectos de esta forma de juego por una concentración o fijación de la defensa) con jugadores atacantes situados laterales al exterior en *reserva*.



El 1^{er} atacante lanza el balón al educador, lo que desencadena el inicio del movimiento de todos los jugadores (atacantes y defensores). El educador devuelve el balón al 1^{er} atacante. Los defensores entran por tres conos (1 por el 1^o, 4 por 2^o y 1 por el 3^o)

Para evaluar – regular

Comportamientos observados

Intervenciones posibles

El portador no avanza o avanza demasiado (con el consiguiente bloqueo del balón)

→ Trabajo del juego penetrante

El jugador pivote se involucra en el contacto

→ Trabajo de la transformación del juego : percepción del momento mediante la mejora de la percepción de la presión defensiva, establecimiento de “códigos o señales” (relación portador – apoyo axial)

Los apoyos en el eje lateral no actúan de manera eficaz (carreras laterales, no hay avance, se caen balones)

→ Verificar que disponen de tiempo suficiente para colocarse correctamente e insistir en el trabajo del juego desplegado

Para hacer evolucionar la situación

Variantes

Efectos buscados

Agotamiento más o menos rápido del juego en penetración

→ Variar la presión para mejorar la percepción y la calidad de la elección del momento de transformación del juego y hacer la situación más o menos fácil de jugar.

Elección del lado de la transformación dando consignas a la defensa (pre posicionamiento o desplazamientos preestablecidos en el desarrollo de la acción)

→ Reforzar la toma de información, evitar formas estereotipadas de jugar

Alternancia de Juego Desplegado-Juego al pie

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional, Técnico

Objetivos

Que los jugadores sean capaces de:

- Construir y utilizar las referencias que les permitan percibir el momento de transformación
- Realizar eficazmente el juego al pie

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Portador: Toma la información que le permite tomar consciencia del momento y de la forma de juego al pie ("absorción" de la red defensiva, todos en 1ª cortina, compañeros disponibles para seguir el juego al pie ...)

- Pasa al pie en un espacio libre más o menos profundo
- Maneja las condiciones técnica para que el juego al pie tenga éxito (pone el cuerpo de pantalla, está en equilibrio, actúa cerca del contrario ...)

El pateador o sus compañeros, respetando la regla de fuera de juego, llegan al menos al mismo tiempo que el adversario sobre el balón.

SST nº4

Situación 3

Organización

Grupo: 6 vs 6

Espacio: Ancho: 40 metros. Longitud: 80 metros

Tiempos: 6 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

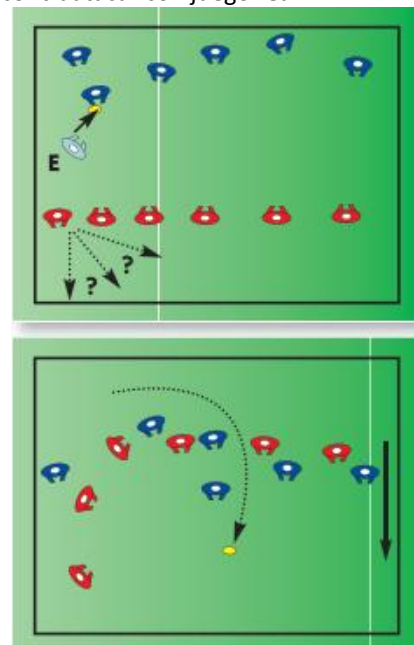
Objetivo: Marcar

Puntuación: 3 pts por ensayo; 1 pt por recuperar el balón después de haberlo pateado

Consignas, reglas: Defensa hombre a hombre más o menos abierta. Cuidado con el fuera de juego.

Criterios de éxito: El juego al pie permite al equipo en ataque avanzar, recuperar el balón y encadenar de nuevo el juego.

Lanzamiento del juego: En juego desplegado, una vez que se ha elegido un sentido de ataque no se puede cambiar la dirección del juego. Una vez realizado el juego al pie, el contrario tendrá la posibilidad realizar una parada de volea o de contraatacar con juego real.



Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
La elección se realiza demasiado tarde (bloqueo del balón)	→ Trabajo 2 vs 2
La elección se realiza demasiado pronto	→ Trabajo de 2 atacantes vs 2 defensores + 1 con consignas de desplazamiento
El adversario recupera el balón sin presión	

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Jugar con la presión defensiva y con las reglas del contraataque	→ Construcción por el pateador de las condiciones que le van a permitir realizar adecuadamente el juego al pie ("confort" necesario, posición corporal ...) y reforzar las exigencias respecto al posterior desarrollo (posibilidad de lucha y contraataque)
Jugar a tocar seguido de juego real a partir de que se patea	→ Poner menos presión sobre el pateador para asegurar una mejor calidad en el gesto técnico y trabajar principalmente sobre las acciones de sus compañeros y el eventual contra-ataque

Alternancia de Juego Desplegado – Juego Penetrante

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional, Técnico

Objetivos

Que los jugadores sean capaces de:

- **Construir y utilizar las referencias que les permitan percibir el momento de transformación**
- **Realizar eficazmente esta transformación**

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Portador: Decide la transformación antes de que se pueda bloquear el balón (busca información sobre la modificación de la relación de fuerzas generada por el juego desplegado). Orienta su carrera ligeramente hacia dentro para habilitar un pasillo de penetración al jugador *apoyo axial*.

Apoyo axial: Se mantiene en el interior del jugador que le precede e interviene cuando el portador del balón le “abre la puerta”. Encadena penetrando en el eje profundo o con un pase sobre el eje lateral en función de la defensa.

Apoyo lateral: Continúa estirando la defensa para “abrir o mantener abierta la puerta”.

SST nº3

Situación 4

Organización

Grupo: 6 vs 6

Espacio: Ancho: 20 metros. Longitud: 22 metros

Tiempos: 6 balones por equipo

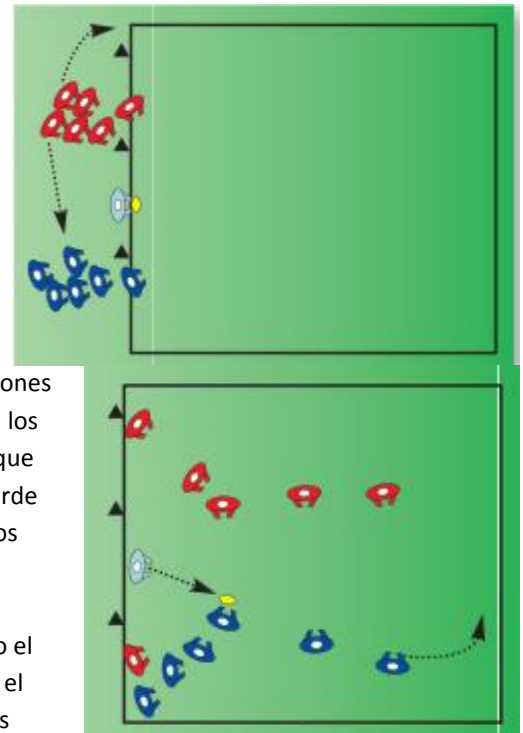
Material: un balón, conos y petos.

Objetivo: Marcar

Consignas, reglas: defensa hombre a hombre estricta (el juego desplegado no debe tener éxito)

Criterios de éxito: No hay detención del movimiento que avanza

Lanzamiento del juego: Lanzamiento al ataque con una disposición espacial abierta y en equilibrio numérico y posicional respecto a la defensa. Dos atacantes y dos defensores no salen hasta que se pone el balón en juego. El educador pasa al 3º o 4º atacante.



Se pueden dar instrucciones diferentes a los defensores que salen más tarde (más o menos profundos, defensa persiguiendo el balón desde el campo de los

Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
El portador no avanza suficientemente	→ El portador debe dar la impresión de querer traspasar la 1ª cortina defensiva
El portador no toma suficientemente la iniciativa y no fija	→ Trabajo de 2+1 vs 2+1
Los apoyos están muy pasados (más allá del hombro interior)	→ Trabajo de 2+1 vs 2+1
Los compañeros al exterior dejan de “estirar” la defensa	→ Trabajo de 2+1 vs 2+1

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Dar el balón de manera aleatoria a un jugador	→ Evitar toda forma de estereotipo, insistir sobre estar en alerta constante y verificar realmente la construcción de referencias de los jugadores.
Retrasar o avanzar la defensa	→ Hacer que la situación sea más o menos compleja de leer y de resolver
	→ Reforzar la necesidad para el portador del balón de avanzar antes de hacer penetrar.

SST Sesión 5

Mejora del juego desplegado y en penetración y Talleres técnicos

Situaciones problema

Situación 1

Mejora del juego penetrante

Situación 2

Mejora del juego desplegado

Situación 3

Abrir puertas

2+1 vs 2+1

Partidillos

Desde 8 vs 8 hasta 12 vs 12 dependiendo del número de jugadores y del nivel

Reglamento y arbitraje

Test de conocimiento del reglamento con evaluación de un educador o un árbitro en las situaciones pedagógicas 6 vs 6

Seguridad

Control del nivel autonomía en la realización de los ejercicios

Mejora del juego penetrante

Ámbito Prioritario: Técnico

Objetivos

Ser capaz de:

- Ser más eficaz en el juego penetrante
- Construir y afinar las referencias de circulación de jugadores y balón

Comportamientos esperados

Avanzar individualmente o hacer avanzar lo más rápidamente y profundamente posible consumiendo el menor ancho de campo posible

Portador: Pasa antes del contacto ofreciendo a su apoyo axial su pasillo de juego y continua su carrera para apoyar y acabar de fijar a su adversario directo. El balón debe ser controlado fácilmente por un compañero a toda velocidad "balón colgadito".

Apoyo: Se mantiene en el hombro interior del portador y entra en su pasillo de juego acelerando en el momento del pase. Regula su carrera en función de la del portador para garantizar que *corre de frente* en el momento de recibir el pase.

SST nº5

Situación 1

Organización

Grupo: 6 jugadores por equipo

Espacio: Ancho: 15 metros Largo: 22 metros

Tiempos: 6 balones por equipo

Material: 2 balones, conos y petos.

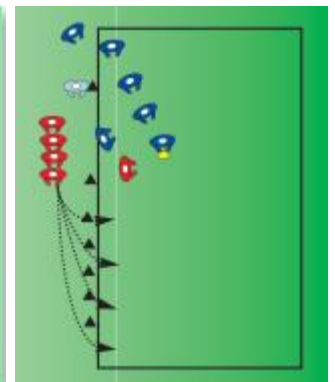
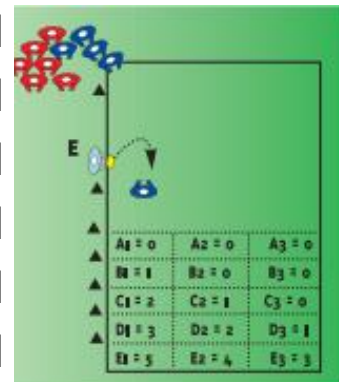
Objetivo: Avanzar profundamente

Puntuación: ver las zonas en el cuadro. Los puntos son adjudicados en función de los principios de eficacia descritos: avance profundo con poca consumición del ancho del campo.

Consignas, reglas: Reglas normales. Respetar los tiempos de entrada. Defensa real.

Criterios de éxito: La rapidez y la profundidad del avance. Consumición del ancho del campo.

Lanzamiento del juego: El educador pasa a un atacante "pivote", es la señal de salida para los atacantes. Cuando el "pivote" recibe el balón pueden salir los defensores entrando en el campo cada uno por detrás del un cono y avanzando para defender.



Para evaluar – regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Bloqueo inmediato del balón (zona A1)	→ Insistir sobre la noción de pase antes del contacto y la capacidad de seguir corriendo después del pase.
Bloqueo del balón después de un desplazamiento muy lateral (zona 3)	→ Pedir que los pases no sean muy profundos → Comprobar la posiciones corporales de los jugadores y su manera de llevar el balón (orientación de los hombros, utilizar el cuerpo de pantalla ...) → Para que el pase sea menos lateral, insistir para que los apoyos no anticipen al exterior del portador del balón. → Comprobar que el portador ofrece de manera satisfactoria su pasillo de juego y que asegura rápidamente el apoyo interno después de pasar. Comprobar las trayectorias de carrera de los apoyos justo antes de recibir el balón.

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Modificar la presión defensiva: • Acercando o alejando los conos de entrada. • Modificando los momentos de entrada en juego • Dando el balón más cerca del equilibrio • Haciendo entrar a 1 o 2 defensores por el mismo cono que los atacantes • Permitiendo que varios defensores entre por el mismo cono	Hacer la situación más fácil o difícil de jugar → Provocar una parada del balón para ayudar a los jugadores a construir referencias que les permitan elegir el momento de transformación del juego

Mejora del juego desplegado

Ámbito Prioritario: Técnico

Objetivos

Que los jugadores sean capaces de:

- Ser eficaces el juego desplegado
- Construir y afinar las referencias de circulación de jugadores y balón

Comportamientos esperados

- Avanzar o hacer avanzar utilizando el ancho del campo
- Conservar y utilizar el espacio libre al exterior

Portador: Frena el barrido defensivo con su dirección de carrera y momento de pase, asegura la calidad del pase y el apoyo después de haber pasado el balón.

No portadores: Se desmarcan al exterior de sus adversarios directos para estirar el dispositivo defensivo adversario o desbordarle. Detienen su carrera de desmarque a lo ancho cuando el compañero que le precede recibe el balón (señal para enderezar la carrera)

SST nº5

Situación 2

Organización

Grupo: 6 vs 6

Espacio: Ancho: 50 metros. Largo: 22 metros

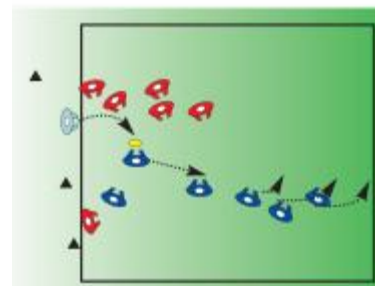
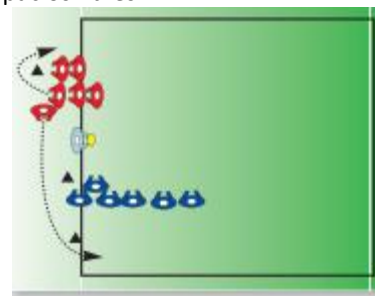
Tiempos: 6 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

Objetivo: Marcar

Consignas, reglas: Respetar las consignas de lanzamiento, defensa real.

Criterios de éxito: Ensayos marcados, mantener y utilizar los espacios libres



Lanzamiento del juego: El educador pasa el balón a un jugador "pivote", los atacantes ocupan el espacio libre y se desmarcan de sus adversarios directos. La defensa da la vuelta al cono y se organizan colectivamente para impedir el desbordamiento.

Para evaluar – regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
No se detiene el barrido defensivo (carreras laterales, poco avance ...)	→ Insistir sobre la noción de profundidad útil y sobre las direcciones de carrera
Pases de poca calidad permiten a la defensa recuperar el retraso lateral inicial	→ Mejora gestual

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Aumentar o disminuir el retaso lateral	→ Aumentar o disminuir la dificultad de la situación
Dar el balón al 2º, 3º, 4º o 5º atacante	→ Dar la posibilidad o no de tener jugadores en posición de apoyo axial

Abrir puertas: 2+1 vs 2+1

Ámbito Prioritario: Perceptivo y decisional, Técnico

Objetivos

Que los jugadores sean capaces de:

- **Crear colectivamente espacio para avanzar**
- **Avanzar solo o utilizando a los compañeros próximos**
- **Apoyar al portador del balón**
- **Oponerse al avance individual y colectivamente**

Comportamientos esperados

Todos: Informarse, pre-actuar, anticipar, comunicar

Portador: Avanzo lo más derecho posible con velocidad, busco información sobre la posición de mis adversarios y compañeros.

Sigo avanzando o haciendo avanzar a mis compañeros desmarcados antes de que me bloqueen y acelero para apoyar.

Si no puedo evitar el contacto, me organizo para dar continuidad al juego con un off-load o yendo al suelo para hacer el balón disponible para mis compañeros.

No Portador (al exterior del balón): me desmarco antes de que el compañero que me precede reciba el balón. Cuando lo recibe enderezo mi carrera.

No Portador (al interior del balón): apoyo a mi compañero colocándome a la altura de su hombro interior y preparándome para recibir el balón. Si el portador es cogido con el balón, yo voy a ayudarle a conservar la posesión.

Defensores: yo avanzo rápidamente pero controlo mi velocidad para placar al portador antes de que pase el balón. Si no me fija con el pase, voy a placar al compañero del portador que recibe el balón.

SST nº5

Situación 3

Organización

Grupo: 2+1 vs 2+1 **Espacio:** Ancho: 15 m. Longitud: 20 m.

Tiempos: 3 o 4 balones por equipo

Material: un balón, conos y petos.

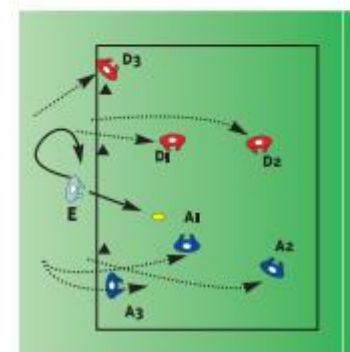
Objetivo: Marcar más que el adversario

Puntuación: 5 pts por ensayo; 2 pt si se efectúa el pase a un jugador desmarcado

Consignas, reglas: respeto a las consignas de lanzamiento de juego para los defensores. (a) D1 defiende sobre A1 y D2 defiende sobre A2 o (b) D1 defiende sobre A1 y D2 defiende sobre A3

Criterios de éxito: Se marcan ensayos sin que haya paradas del balón

Lanzamiento del juego: a la 1ª señal los atacantes entran en el terreno de juego. A la 2ª, entran los defensores pero no pueden avanzar hasta que el educador pase el balón



Para evaluar - regular

Comportamientos observados	Intervenciones posibles
Los jugadores dudan a la hora de avanzar huyendo de los defensores	→ Facilitar el lanzamiento dando consignas precisas a los def. Jugar sobre el t de salida del primer defensor.
Los jugadores no toman información sobre el jugador desmarcado	→ "congelar la imagen", hacer buscar.....
Los jugadores no se comunican Tendencia a ir al contacto antes de intentar hacer avanzar al compañero	→ Incitar al jugador desmarcado a pedir el balón
Poca implicación en defensa Problemas con jugadores dominantes físicamente	→ Puntos por placajes buenos → Si son los atac. hacer avanzar más deprisa a la defensa, si son los defensores hacerlo al revés

Para hacer evolucionar la situación

Variantes	Efectos buscados
Modificar las relaciones de fuerza	→ Hacer vivir una gran variedad de situaciones, evitar una forma de juego estereotipada
Eliminar la necesidad de pasar por los conos haciendo repetir varias veces la situación con los mismos roles	→ Aumentar la exigencia sobre la toma de decisión del portador del balón
Centrar el trabajo sobre la defensa dando consignas a los atacantes (quedarse con el balón, pasarlo, finta de pase, ...)	→ Ayudar a los jugadores a "tomar referencias" sobre esta repartición de roles en el juego
	→ Aprendizaje de la cooperación defensiva