

Marinella Vitulli és entrenadora titulada per la FIGC (federació italiana de futbol).

Aquest article va ser publicat en anglès a soccercoaching.net el març de 2000. Reproduït a Entrenantfutbol.net amb permís de Paul van Veen, editor de soccercoaching.net. Traducció d'Andreu Vigo.

La defensa en zona: quan i com fer-la per **Marinella Vitulli**

En el futbol modern els equips adopten tres tipus de tàctiques per defensar com conjunt:

- individual: tots els elements de la davantera i de mig camp del contrari són lligats per un defensor.
- mixt: només alguns dels elements del contrari són lligats per un defensor i la resta defensa les zones perilloses.
- zonal: no hi ha marcadors directes. La defensa es fa considerant la posició de la pilota i la posició d'altres defensors.

En la meua experiència com entrenadora de varis equips femenins de divisions diferents, he observat que, mentre els equips que defensen individualment són uns quants i molt precisos en aquesta tàctica, la defensa zonal no és usada gaire, o no és usada en la manera correcta. Això és molt estrany considerant que a Itàlia el 70% dels equips masculins adopten la defensa en zona, i que des de 1988, als cursos d'entrenador (i parlo per experiència pròpia) els professors ensenyen, en particular, la defensa en zona, explicant la major part dels mètodes usats per Arrigo Sacchi.

En aquest article intentaré mostrar els avantatges que comporta l'ús d'aquest tipus de defensa.

Primer de tot, cal que els jugadors perdin tot condicionant psicològic resultant d'anys d'experiència com a marcador, de manera que siguin propensos a jugar un nou rol, el qual pot ser més creatiu i menys esgotador per alguns defensors. Evidentment, serà necessari provar els moviments defensius del grup i de l'equip sencer unes quantes vegades, destinant part del temps de l'entrenament que generalment, en el futbol femení, es gasta en un entrenament físic esgotador. Penso que és important entendre que un jugador que coneix com moure's i com jugar tàcticament pot obtenir millors resultats que el jugador que està en molt bona forma però té dubtes sobre els moviments tàctics.

Però anem a veure les característiques principals de la defensa en zona i les diferències amb la defensa individual. Primer de tot, en la defensa individual, els elements que el defensor ha de considerar són:

- Posició de l'adversari
- Posició de la pilota
- Posició dels altres defensors

Mentre que, en la defensa zonal, la seqüència és:

- Posició de la pilota
- Posició dels altres defensors
- Posició del jugador contrari

D'aquesta manera, en la defensa en zona és essencial:

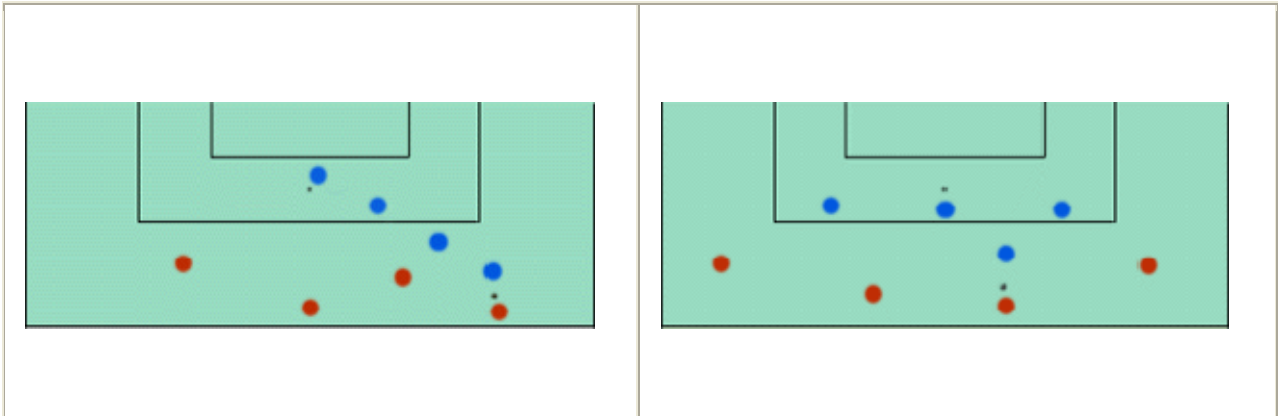
- Atacar al jugador adversari en possessió de la pilota, per contenir-lo. Essencial per permetre el replegament dels companys fins la zona defensiva.

Envoltar l'espai i l'adversari, situant-se els defensors en les possibles línies de passada de penetració, per poder anticipar-se als davanters, tanca l'origen del joc.

Això és possible de dur a la pràctica també a través d'una actitud de cooperació entre els defensors, situant-se ells mateixos de manera autònoma per crear una característica geomètrica de la defensa zonal:

la diagonal defensiva i la piràmide defensiva.

Anem a suposar que jugues amb el sistema 4-4-2. En aquest cas els 4 defensors (blaus) es situen de la manera que ensenyen els gràfics 1 i 2.



1: diagonal

2: piràmide

Aquests dos exemples de geometria, aplicables en la línia de defensors i en la línia de migcampistes per igual, són, en la meua opinió, essencials en la defensa en zona. La seva eficàcia es fonamenta en la possibilitat que tenen els jugadors de situar-se en camins que eviten el desenvolupament de l'acció i que els poden permetre interceptar possibles passades. Com a conseqüència, l'adversari es veu obligat a jugar enrera per no perdre la possessió.

Semblaria jactanciós i restrictiu pensar que la defensa en zona depen d'aquests pocs conceptes que s'han mencionat (un llibre no seria suficient per contenir aquest tema !). Tanmateix, la meua opinió és que, començant amb aquests punts, un tècnic creatiu i hàbil pot inventar solucions diferents per als problemes defensius, com poden ser el canvi del migcampista exterior, el dos contra un... conceptes que es poden incorporar fàcilment a la pràctica de la defensa en zona.

Com a conclusió m'agradaria citar alguns dels avantatges que té l'adopció d'aquesta tècnica defensiva, apuntant que, per dur-la a terme, cal tenir jugadors amb un bon sentit de la tàctica i compondre un equip ansiós d'empènyer l'altre equip contra el seu propi joc i, com a conseqüència, estar llest per atacar.

Quan aquestes condicions existeixen, amb la defensa zonal:

- Els davanters contraris més hàbils i perillosos estan controlats col·lectivament,
- El nostre terç de camp defensiu queda molt protegit,
- Tots els jugadors estan involucrats en l'acció,
- S'estalvia energia gràcies a que el treball es reparteix equitativament entre tots els jugadors,

- No hi ha un espai sense vigilar degut a un moviment de l'adversari perquè aquest no està marcat de manera individual,
- En el moment en que es recupera la pilota, iniciar el joc és més fàcil, perquè els jugadors es troben en la zona de la seva competència i no a prop dels davanters als que estarien marcant.

Evidentment, en la defensa en zona existeixen punts dèbils també, però tracto aquest problema i també les tècniques i l'entrenament d'aquestes en l'article:
La defensa en zona: didàctica

Marinella Vitulli