

El contraataque Enseñanza y entrenamiento



Andrés Sanz

Capítulo 1.

El contraataque. Concepto y fundamentación.

1.1- Consideraciones previas

© futsalcoach 2011

Reservados todos los derechos. De conformidad con lo dispuesto en el Art. 270 del código penal vigente, podrán ser castigados con penas de multa y privación de libertad, quienes reprodujeran o plagiaran, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica fijada en cualquier tipo de soporte, sin la preceptiva autorización.

www.futsalcoach.es

Capítulo 1.

El contraataque. Concepto y fundamentación.

1.1.- Consideraciones previas

No hago ningún descubrimiento al afirmar del contraataque que es el medio más utilizado por la mayoría de los equipos (por no decir todos), en la búsqueda del gol. Siendo ésta una de las pocas afirmaciones que se pueden hacer de nuestro deporte y que puede resultar igualmente valida para todas las categorías y niveles de competición.

También es obvio que en todas las categorías y niveles es más sencillo defender que atacar a una defensa posicionada, por lo que cuando un técnico tiene pocos recursos o esta limitado, le suele resultar practico y eficaz plantear defensas retrasadas y recurrir para sus acciones ofensivas al contraataque. Incluso en división de honor hemos visto algún equipo que, cuando sus adversarios estaban bien posicionados en defensa, atacaban realizando un disparo lejano “entregando” el balón para esperar a su adversario y poder “jugar a la contra”. En la temporada 93-94 el club Mas palomas Sol de Europa quedó primero en división de honor basando su juego, casi exclusivamente, en la realización de una defensa cerrada muy organizada y contraataques muy eficaces. Curiosamente al año siguiente este club descendía a división de plata. Pero no es necesario irse tan lejos en el tiempo, este mismo año pude asistir en Padua a la copa Italia 2011, donde la Lazio se proclamó campeona realizando una defensa en 10 metros y limitando su ataque a fulgurantes contraataques.

En otras categorías también es fácil encontrar equipos que no conocen o por lo menos no desarrollan ningún patrón o maniobra para superar defensas

posicionadas, pero resultan peligrosísimos al contraataque. Incluso me atrevería a decir que en numerosas competiciones únicamente “se juega al contraataque” porque los ataques no duran mucho más que lo que se tarda en realizar 3-5 pases.



Entrando en materia y atendiendo a los textos de táctica que se emplean en los cursos de entrenadores podemos definir tres formas básicas de ataque, en definitiva, de buscar y conseguir el gol:

- El juego de posición
- Las acciones de estrategia
- Los contraataques

El juego de posición, también denominado *ataque en sistema*, consiste básicamente en elaborar y progresar contra defensas organizadas y posicionadas en diferentes lugares de la cancha.

Esta forma de atacar requiere de unas pautas y patrones determinados para aplicarlos dependiendo de la defensa que se pretende superar y se precisa de velocidad, coordinación y precisión en la ejecución de los movimientos y maniobras que se realicen. Sirvan como ejemplos el movimiento entre líneas contra una defensa en medio campo o, dividir la defensa contra una zona presionante en $\frac{3}{4}$ de cancha. En definitiva, como dice el manual de la escuela de entrenadores, son ataques planificados que requieren de mucho entrenamiento.

Las estrategias o jugadas ensayadas a balón parado, también denominada **táctica fija**, son acciones que demandan de muchísima sincronización entre los jugadores para resultar eficaces, lo que supone que deben estar muy preparadas y trabajadas en los entrenamientos, ya que un mal posicionamiento inicial o un desajuste de tan solo un solo segundo en la sincronización de los movimientos pueden echar por tierra un excelente movimiento.

En las dos formas de ataque mencionadas contamos con las ventajas de poder anticipar muchas de las acciones y reacciones de los contrarios, y en la mayoría de las ocasiones podremos situar a nuestros jugadores donde sabemos que van a resultar más eficaces.

Pero en **el contraataque** las circunstancias resultan muy diferentes. Aunque también tenemos el balón, la situación es muy inestable ya que lo acabamos de recuperar y, en muchas ocasiones, esa recuperación se habrá producido en lugares, momentos y circunstancias inesperadas o, por lo menos, poco predecibles. Por otro lado la respuesta de los contrarios tanto individual como colectiva, suele ser totalmente imprevisible (sobre todo en el primer momento de la transición), y además la posición de nuestros jugadores puede resultarles favorable, o no, para la realización del contraataque.

Estos y otros factores hacen que en el contraataque los mecanismos de percepción, análisis, decisión y por supuesto ejecución, tengan potencialmente

una mayor trascendencia que en otros lances del juego, al tener que afrontar el jugador una situación imprevista, muy inestable, que tiene que realizar a la máxima velocidad, con mucha precisión y en la que además, se puede sentir presionado por la responsabilidad y el riesgo que conlleva cometer un error en esta situación de juego. Es necesario tener en cuenta que en muchas ocasiones fallar un contraataque puede suponer 2 goles de desventaja (el que no marcas y el que te pueden marcar).

Concluyendo, por todo lo expuesto se puede decir del contraataque que es la acción colectiva más significativa y representativa de nuestro deporte, tanto por la frecuencia con la que se producen en los partidos, como por la trascendencia que pueden llegar a tener en el desarrollo y desenlace (resultado) de los mismos y por supuesto por su espectacularidad.



Por otro lado, cada vez son menos los entrenadores que, anclados en corrientes tradicionales y en su propia comodidad, continúan defendiendo que el contraataque esta basado en la improvisación y en la velocidad de los jugadores, por lo que no precisa de un entrenamiento planificado, estructurado y fundamentado en el dominio y la aplicación oportuna de determinados conceptos tácticos. Afianzan esta postura indicando que no se puede entrenar una situación que no sabes como, cuando y en que circunstancia se va a producir.

Es evidente que la velocidad es la premisa esencial del contraataque y que la improvisación y “el talento natural” del jugador son factores que desequilibran en numerosas oportunidades, pero también es cierto que en la mayoría de las ocasiones, velocidad e improvisación no son suficientes o lo son exclusivamente en algún tipo de contraataque muy específico (contraataques directos), o cuando se juega contra rivales de escasísima organización defensiva en sus repliegues.

Únicamente cuando los jugadores de un equipo dominan determinados conceptos tácticos (amplitud, apoyos, profundidad, equilibrio...), que juegan un papel concluyente en los contraataques y los aplican adecuadamente en esta situación de juego, sacaremos el máximo provecho de su capacidad de improvisación, de su velocidad y de su precisión en la ejecución, resultando entonces efectivos en cualquier situación de contraataque que se presente y contra cualquier equipo.

Para facilitar a nuestros jugadores el aprendizaje y la estabilización de los fundamentos deberemos realizar entrenamientos muy específicos, planteando tareas de transiciones de tal forma que podamos incidir de forma progresiva en cómo se manifiestan cada uno de los fundamentos en esta situación de juego.

¿O acaso se realizan igual los pases y los apoyos en una elaboración que en un contraataque?

Una vez superado el periodo necesario para que nuestros jugadores conozcan y aprendan a aplicar estos fundamentos básicos, buscaremos que perfeccionen la realización de los contraataques a nivel físico-técnico, tratando de ajustar al máximo la velocidad y la precisión de las ejecuciones y también a nivel psico-táctico entrenando todas las variables de actuación con las que se pueden encontrar durante la competición. A estos efectos, será necesario practicar, casi semanalmente, los contraataques en diferentes situaciones de relación numérica (1x1, 2x1, 2x2...) y con numerosas variables de actuación (diferentes lugares del robo del balón, realización del 3x1 ganando por dos goles, realización del 3x1 perdiendo por un gol...)

¿O nos gustaría que nuestros jugadores lo realicen igual durante los partidos oficiales, independientemente del resultado y del tiempo de juego que refleje el marcador?

Precisamente el propósito de esta publicación es el de proporcionar información sobre los medios teóricos y prácticos necesarios para facilitar la enseñanza y el entrenamiento del contraataque, ofreciendo soluciones para trabajar tanto a nivel grupal y colectivo, como a nivel individual (enseñanza de los fundamentos técnico-tácticos) y con propuestas prácticas para equipos de cualquier categoría, edad y condición.

Con las intenciones declaradas, se presenta un desarrollo teórico que tiene como finalidad el facilitar la comprensión y aplicación de todas las propuestas prácticas posteriores y pensando, como siempre, que este trabajo resulte claro y útil a técnicos de todos los niveles.