

TEMA 10

ELS SISTEMES DEFENSIUS TANCATS.
LA DEFENSA 5:1 i 6:0. ELS ATACS 3:3 I 2:4.
EL CONTRAATAC I LA SEUA DEFENSA.
ELS SISTEMES DEFENSIUS MIXTOS:
LA DEFENSA 5+1 I EL SEU ATAC

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ
2. ELS SISTEMES DEFENSIUS ZONALS TANCATS
3. LA DEFENSA 5:1
 - 3.1. Característiques fonamentals
 - 3.2. Avantatges i inconvenients
4. LA DEFENSA 6:0
 - 4.1. Característiques fonamentals de la defensa 6:0 en bloc defensiu
 - 4.2. Característiques fonamentals de la defensa 6:0 profunda
 - 4.3. Avantatges i inconvenients de la defensa 6:0
5. ELS ATACS 3:3 i 2:4
 - 5.1. L'atac 3:3
 - 5.1.1. Avantatges i inconvenients
 - 5.2. L'atac 2:4
6. EL CONTRAATAC I LA SEUA DEFENSA
 - 6.1. Definició i fases
 - 6.2. El contraatac a partir de la defensa en dues línies
 - 6.3. Construcció de la defensa en dues línies en cas de contraatac
7. ELS SISTEMES DEFENSIUS MIXTOS
 - 7.1. La defensa 5+1
 - 7.2. L'atac a la defensa 5+1
8. BIBLIOGRAFIA

1. INTRODUCCIÓ

En aquest tema tractarem els sistemes defensius zonals tancats més emprats en l'actualitat: característiques fonamentals, avantatges i inconvenients. També s'explicarà el sistema d'atac 3:3 i el 2:4. Després explicarem el contraatac i les fases de què consta. També el contraatac a partir de la defensa en dues línies i la construcció de la defensa en dues línies en cas de contraatac. Finalment, el sistema defensiu mixt 5+1.

2. ELS SISTEMES DEFENSIVS ZONALS TANCATS

Els sistemes defensius zonals tancats són sistemes de joc que concentren la major part dels jugadors o tots en la primera línia defensiva.

Els principals sistemes defensius tancats són el sistema 5:1, el 5:0+1 i el 6:0 (figura 1).

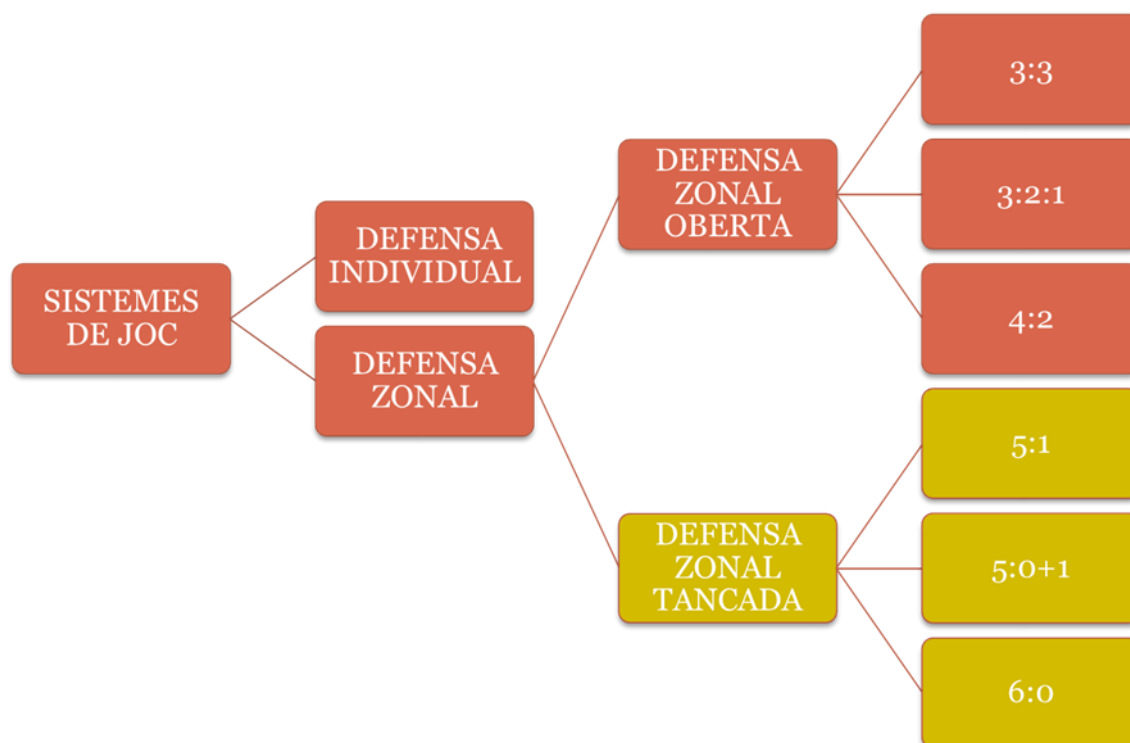


Figura 1. Principals sistemes de joc defensiu.

Característiques dels sistemes defensius tancats:

- Disminueixen els espais lliures entre els jugadors de la primera línia defensiva.

- Augmenta l'espai lliure davant de la primera línia defensiva.
- El funcionament es basa en la basculació, el doblatge i el canvi d'oponent.
- Són vulnerables als bloquejos, que poden trencar la basculació defensiva. La figura següent (figura 2) mostra un exemple de trencament de la basculació defensiva per mitjà d'un bloqueig. Cal tenir en compte la gran importància que té la figura del pivot en les defenses zonals tancades, perquè el fet de blocar-lo pot desbaratar les basculacions dels defensors i obrir espais per on es pot atacar.

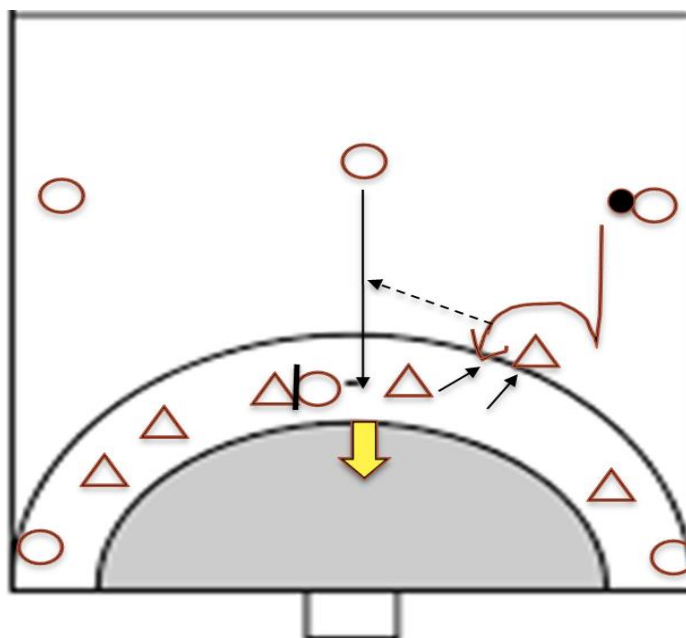


Figura 2. Exemple de trencament de la basculació defensiva per mitjà d'un bloqueig.

Qualsevol configuració de l'atac al desplegament d'aquella s'ha de basar en uns principis col·lectius comuns a qualsevol sistema de joc (especialment en els sistemes defensius tancats), on prevalguen els suports col·lectius i la continuïtat en les maniobres tàctiques com a accions fonamentals. Tradicionalment, el joc en handbol s'ha basat en els principis que s'indiquen a continuació:

- a) Principi del joc ampli i profund: ús de tots els espais de joc; variacions en la circulació de la pilota i mobilitat dels atacants.

- b) Principis de suports col·lectius: tots els jugadors han de ser suports eficaços d'una possible passada.
- c) Principi de continuïtat d'accions: cal evitar mitjans tàctics tancats i exigir, per tant, les possibilitats en joc continuat.
- d) Principi de variabilitat d'accions: cal alternar diverses accions tàctiques en un mateix atac.
- e) Principi de canvi de ritme: a conseqüència del principi anterior. Accelerar i disminuir el ritme de joc. Relació moderna amb joc passiu.
- f) Elecció de mitjans tàctics idonis al sistema defensiu contrari: sentit pràctic del joc que, d'altra banda, ha d'adequar-se als nivells tècnics tàctics propis.

És molt important que aquests principis es treballen des de les primeres etapes en el procés d'iniciació, perquè ajudaran en l'evolució tàctica ofensiva dels jugadors d'handbol.

4. LA DEFENSA 5:1

El sistema defensiu 5:1 posicional

El sistema defensiu 5:1 posicional és el més emprat arreu del món. I ho és tant en les categories de l'esport base com en l'alt rendiment. Denominat també 5:1 tradicional o 5:1 en zona, té una estructura que consisteix a situar cinc jugadors en la primera línia defensiva i un, l'avançat, en la segona (figura 3).

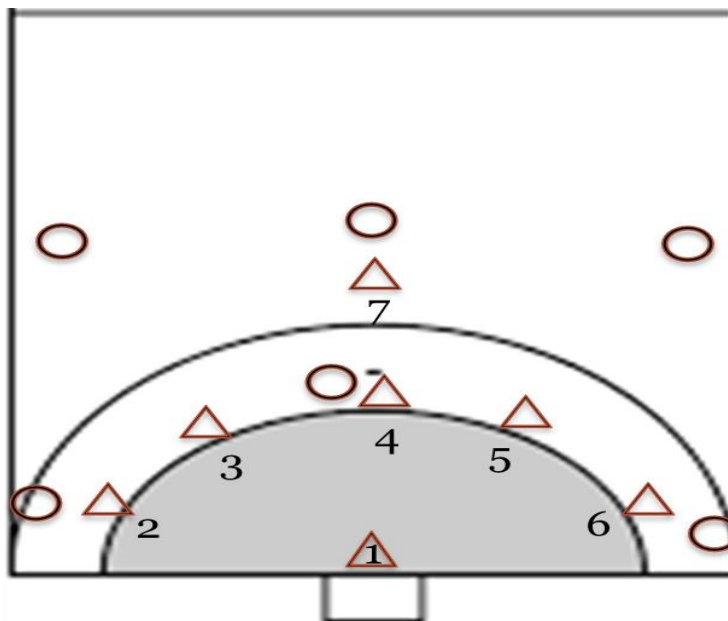


Figura 3. Disposició dels jugadors en la defensa 5:1 posicional.

Els jugadors que componen aquest sistema són:

1: porter
2: exterior esquerre
3: defensa lateral esquerre
4: defensa central
5: defensa lateral dret
6: exterior dret
7: jugador avançat

El sistema defensiu 5:1 posicional comença a practicar-se a Europa (Romania, República Federal Alemanya, Iugoslàvia i Txecoslovàquia) a partir de 1960. Per ordre d'aparició en el concert internacional, podem dir que es tracta de la tercera construcció, després del 6:0 i del 5+1 mixt.

Hi ha altres variants de sistema 5:1 tradicional com ara el 5:1 en flotació o defensa 5:1 índia.

El sistema 5:1 defensiu en flotació

El sistema defensiu 5:1 en flotació s'ha aplicat, de manera ocasional però reeixida, en l'àmbit internacional i fonamentalment en l'alt rendiment, també en l'àmbit femení. Consisteix a situar l'avançat en una de les zones laterals de l'atac. És un sistema asimètric que posa l'accent numèric i profund en un dels costats de camp i, per tant, de la disposició ofensiva. Amb això persegueix dificultar, d'una banda, la circulació de la pilota i, de l'altra, anul·lar parcialment no sols les accions directes del lateral, en la zona se situa l'avançat, sinó també de l'extrem d'aquesta mateixa zona i fins i tot del pivot, si se situa en aquesta zona (figura 10). Es tracta d'un sistema zonal en la mesura que la posició de l'avançat no varia, independentment dels encreuaments i les permutacions de lloc de lateral sobre el qual, en principi, es responsabilitza. Exigeix dels jugadors altes dosis de domini tàctic i, també, una excel·lent coordinació entre la primera línia i l'avançat. El repartiment de responsabilitats inicial es mostra a la figura 4.

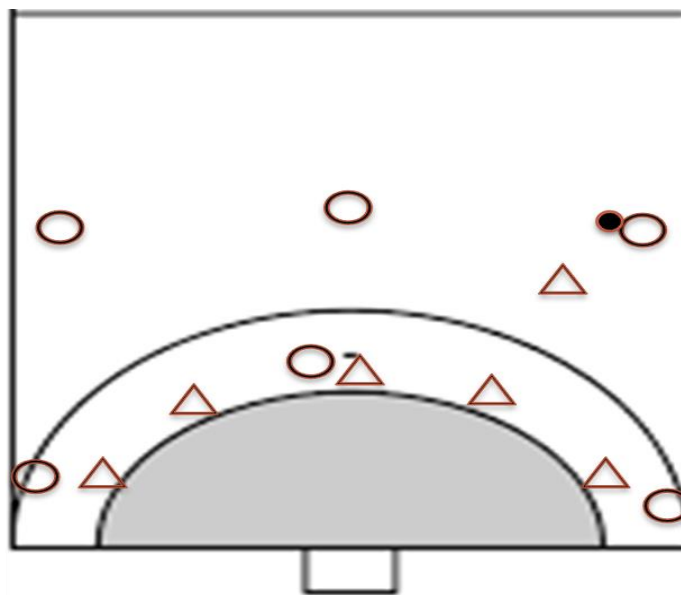


Figura 4. Distribució bàsica de la defensa 5:1 en flotació.

El sistema defensiu 5:1 indi

Aquesta estructura defensiva consisteix (partint de la base que es tracta d'una altra variable del 5:1) a situar el jugador avançat a la zona contrària on es troba la pilota i, en molts casos, davant de la seua pròpia porteria (figura 5).

La defensa índia té en l'actualitat una presència residual en l'handbol. Tot i que al principi, possiblement per falta de qualitat dels atacants, va ser una estructura no sols nova sinó fins i tot reeixida, la millora gradual del joc ofensiu va fer que a poc a poc anara perdent adeptes i possibilitats. Els darrers anys, aplicada ocasionalment per les seleccions balcàniques, ja no s'usa.

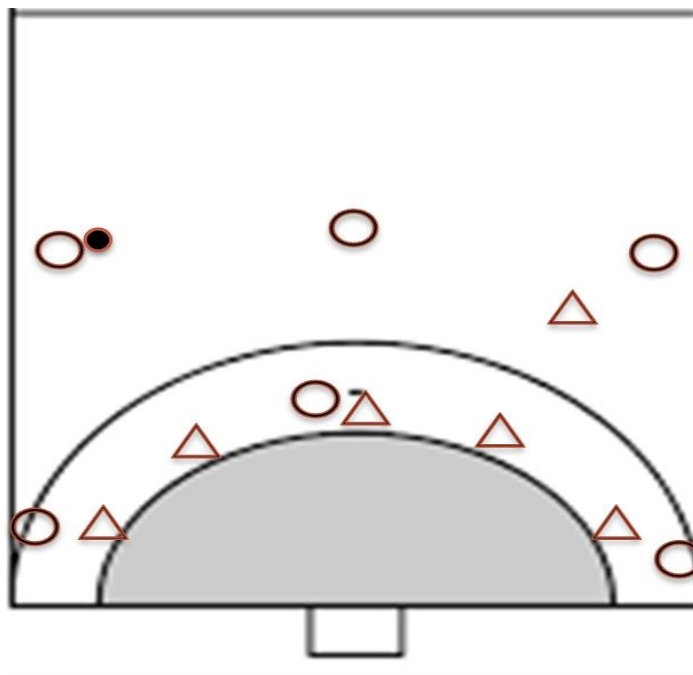


Figura 5. Distribució bàsica de la defensa 5:1 índia.

2.1. Característiques fonamentals de la defensa 5:1 posicional

Es tracta d'un sistema relativament profund i dens, encara que poc ample, en què les funcions dels jugadors són les següents.

El jugador avançat té com a objectius:

- No permetre el llançament des de la seua zona de responsabilitat.
- No permetre la passada de la pilota al pivot.
- Impossibilitar la progressió de l'AAP en la seua zona d'acció cap a la porteria.
- Dificultar la circulació de la pilota i dels jugadors per la seua zona de responsabilitat.

Per això la seua acció se centra en els jugadors de la primera línia ofensiva. Si la pilota...

- Queda fora de la seua zona d'acció: s'aproxima a la línia de penal (ajuda els companys).
- Resta en la seua zona d'acció: actua sobre el portador de la pilota.

Els defensors de la primera línia tenen els mateixos objectius i criteris de comportament que els jugadors de primera línia de la defensa 6:0, és a dir:

- Dificultar el llançament des de la seua zona de responsabilitat.
- Impossibilitar la progressió de l'AAP cap a la porteria.
- Si és al costat del defensor de l'AAP, ajudar-lo i doblar-lo si és superat.

Per a fer-ho, el seu comportament depèn de si la pilota es troba:

- Fora de la seua zona d'acció: en aquest cas han de bascular cap a la pilota i fer ajudes i, en el cas de ser al costat del defensor de l'AAP, fer doblatge si és superat, com també estar atents per a interceptar una possible passada.
- En la seua zona d'acció: en aquest cas s'han de col·locar davant seu i passar de marcatge a distància, marcatge en proximitat o control segons la perillositat, a fi d'evitar la penetració de l'AAP cap a la porteria i dificultar el llançament des de la seua zona de responsabilitat.

2.2. Avantatges i inconvenients de la defensa 5:1 posicional

Els principals avantatges són:

- És efectiva contra equips que tenen tendència a atacar pel centre, o quan el seu central destaca sobre la resta de l'equip.
- Bona disposició dels jugadors al contraatac a causa de la profunditat.

Els principals inconvenients són:

- Si l'avançat no pressiona adequadament els jugadors de primera línia, aquests tenen més possibilitats de desestabilitzar la defensa que en la defensa 6:0, perquè tenen un jugador de menys.
- A causa de la minva d'amplada, la zona exterior queda més desprotegida per l'actuació dels extrems.

- En cas de rebuig, les probabilitats de controlar la pilota són més baixes que el 6:0 perquè té un jugador de menys en primera línia.

4. LA DEFENSA 6:0

La defensa 6:0 es caracteritza perquè els sis jugadors defensius se situen a 6-9 metres de la línia exterior de la porteria.

El sistema de defensa 6:0 va ser el primer que es va utilitzar en els inicis de l'handbol, en la dècada de 1930, en la versió de set jugadors. Els equips alemanys, suecs i danesos, i també els equips nacionals, van ser els que van aplicar-lo amb més èxit en els campionats mundials d'handbol masculí dels anys 1938, 1954 i 1958.

Hi ha dues formes de funcionament que es distingeixen segons l'activitat que es desplega en les defenses: 6:0 en bloc defensiu i 6:0 en profunditat.

4.1. Característiques fonamentals de la defensa 6:0 en bloc defensiu

En la defensa 6:0 en profunditat, els defensors se situen sobre la línia de sis metres. És la concepció més tradicional del sistema i té les característiques següents:

- Es tracta d'un sistema ample i dens, però poc profund.
- Els jugadors adquireixen una profunditat de 7,5-8 metres.
- La proximitat entre els defensors és màxima.
- Els quatre jugadors del centre de la defensa han de tenir la màxima estatura possible.

El porter ha de tenir una qualitat d'intervenció en cas de llançaments a distància.

Les normes de funcionament bàsiques són les següents:

- Els exteriors han d'actuar contra l'oponent quan té la pilota, no poden permetre que el seu extrem circule per darrere del bloc defensiu i han de col·laborar amb el bloc central, sobretot quan el pivot es mou per la seua zona.
- Els laterals i centrals han de dominar fonamentalment els canvis d'oponent i els blocatges de dos o més jugadors.
- Cal bascular cap a la zona de la pilota.

- L'oponent del portador de la pilota sempre ha d'estar protegit pels dos companys més pròxims, que formen un triangle defensiu.
- Cal impedir que el pivot se situe centrat entre dos defensors, per la possibilitat que faça blocatges.

4.2. Característiques fonamentals de la defensa 6:0 en profunditat

En la defensa 6:0 en profunditat, els defensors se situen sobre la línia de nou metres.

Té les característiques següents:

- És un sistema ample i profund.
- Hi ha més profunditat defensiva i, encara que el punt de partida continuen sent els sis metres, els jugadors poden arribar fins a nou o deu metres en les seues intervencions.
- Es busca més anticipació defensiva.
- A pesar de la profunditat, cal no oblidar el compliment dels fonaments del sistema, caracteritzats per la basculació cap a la pilota i la formació del triangle defensiu.

Els punts clau per al funcionament adequat són:

- Marcar el pivot per davant (en sis metres).
- Control de l'atacant amb pilota (AAP) si penetra.
- Eixir dels bloquejos.
- Fer canvi d'oponent en cas d'encreuament i bloqueig.
- Dificultar la circulació de jugadors, especialment dels extrems.

Els jugadors defensius tenen els mateixos objectius que els que s'han indicat més amunt en el cas dels jugadors de la defensa 5:1.

4.3. Avantatges i inconvenients

El principal avantatge d'aquest sistema defensiu és que hi ha una clara descripció dels principis i les obligacions dels jugadors. A més, és molt efectiu quan:

- Els llançadors de primera línia són dèbils.

- Els extrems i el pivot són bons jugadors, perquè els espais lliures que aquests jugadors han d'aprofitar són més menuts que en els altres sistemes defensius.

No obstant això, com a principals inconvenients, hi ha la dificultat per a:

- Destorbar les combinacions preparatòries, perquè no disposa jugadors en segona línia defensiva i, per tant, no té molta profunditat.
- Defensar els llançaments de llarga distància. Relacionat amb l'anterior perquè, a causa de la poca profunditat, els jugadors atacants de primera línia tenen més espai per a fer llançaments exteriors.

5. L'ATAC 3:3 i 3:4

5.1. L'atac 3:3

En aquest sistema d'atac, tres jugadors es disposen en primera línia (central i laterals) a 12-15 metres de la porteria, i tres jugadors es disposen en segona línia (pivot i extrems) entre 6 i 10 metres de la porteria (figura 6).

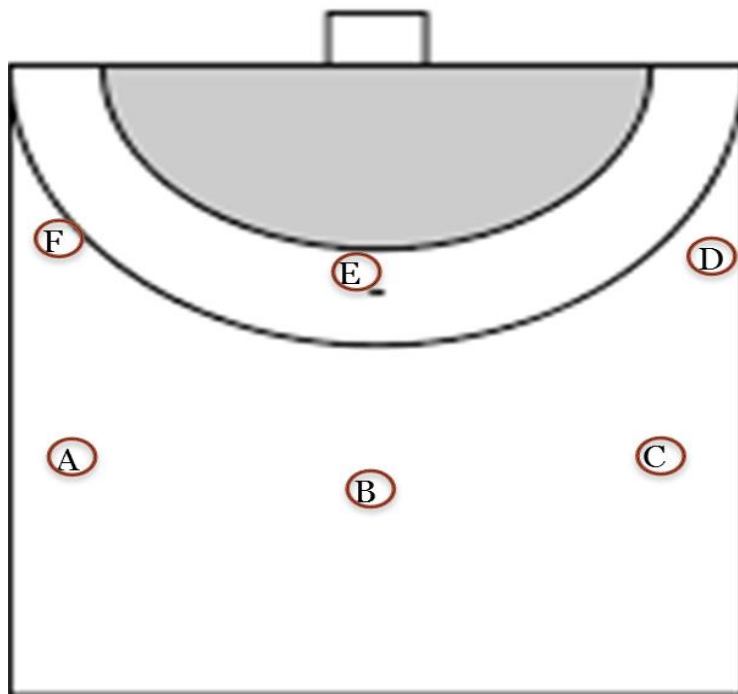


Figura 6. Les posicions dels atacants en disposició 3:3.

La denominació dels jugadors en la disposició 3:3 en atac són:

A: lateral esquerre

B: central

C: lateral dret

D: extrem dret

E: pivot

F: extrem esquerre

Els principis de funcionament d'aquest sistema ofensiu es basen a fer que els jugadors de la primera línia ataquen perpendicularment cap a la porteria, o bé sobre el defensor directe i que l'intenten superar, o sobre l'interval i que intenten fixar dos oponents. Vegem-ne uns quants exemples:

- Atac sobre el defensor directe i intent de superar-lo.
- Atac sobre l'interval.
- Aprofitament del bloqueig sobre el defensor de l'AAP.
- Aprofitament del bloqueig i trencament de la basculació defensiva.
- Aprofitament d'una circulació d'extrem a doble pivot.

Hi ha dues modalitats d'aquest sistema:

- a) Modalitat oberta: els extrems es col·loquen en una posició molt oberta en el camp, cosa que provoca que la defensa s'òbriga.
- b) Modalitat tancada: els extrems es col·loquen més tancats, cosa que facilita la circulació de la pilota i els suports.

5.1.1. Avantatges i inconvenients

Considerem que els principals avantatges de l'atac 3:3 són els següents:

- Es pot crear perill a partir de les accions dels jugadors de primera línia.
- S'ocupa racionalment l'espai i hi ha suports en profunditat i amplitud.
- Es facilita l'enllaç de diversos mitjans tàctics col·lectius.
- És fàcil de transformar en altres atacs.

El principal inconvenient és que perd efectivitat si els jugadors de primera línia no ataquen amb perpendicularitat.

5.2. L'ATAC 2:4

El sistema de joc 2:4, com indica el nom, està format per dos jugadors en primera línia i quatre en segona, dos dels quals són extrems i els altres dos pivots. Aquesta forma d'entendre l'atac permet el predomini del joc en profunditat sobre el joc en amplada, sense perdre la noció d'obertura en el desplegament del joc (figura 7).

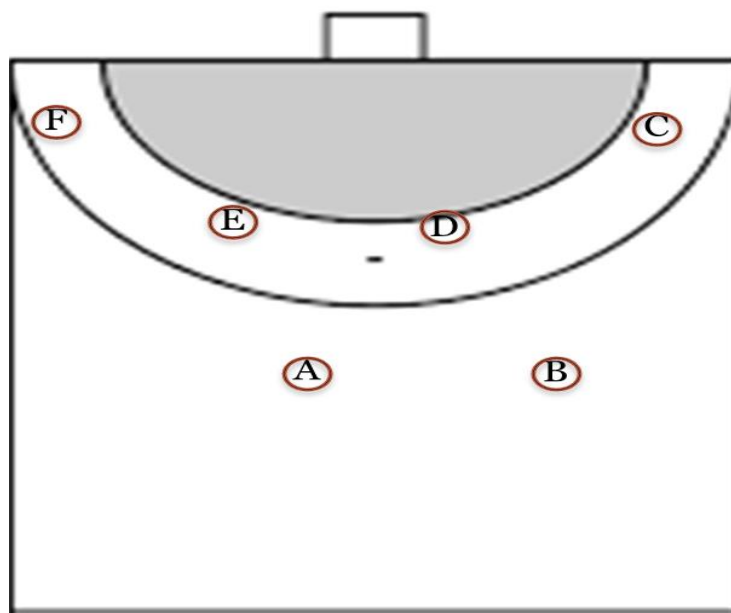


Figura 7. Disposició dels jugadors en l'atac 2:4.

La denominació dels jugadors en la disposició 3:3 en atac és:

- A: lateral esquerre
- B: lateral dret
- C: extrem dret
- D: pivot dret
- E: pivot esquerre
- F: extrem esquerre

El 2:4 és un sistema veritablement ofensiu. No obstant això, també es considera un dels sistemes resultants del joc amb transformació. Com a sistema resultant de les transformacions, s'empra principalment per a culminar els atacs. En aquest sentit, es tracta d'un sistema de transformació de curta duració perquè el desequilibri defensiu que genera la transformació dura poc de temps.

El funcionament d'aquest sistema es regeix pels principis següents:

- Que els jugadors de primera línia assegurin la circulació de la pilota.
- Que els pivots facen bloquejos i suports per davant.
- Que els extrems circulen i que efectuen permutacions amb els pivots.
- Mantenir l'amplada del joc.

El canvi de sistema ofensiu en un mateix atac (del 3:3 al 2:4) és completament normal en l'handbol. Es considera que el joc per mitjà de transformacions del sistema d'atac permet assolir més cotes d'eficàcia que si es manté constant un mateix sistema de joc ofensiu.

En quines situacions hauríem de pensar a usar l'atac 2:4?

- Com un sistema de transformació del 3:3, per un desdoblament del central a la segona línia per a convertir-se en pivot.
- Si volem trencar el ritme defensiu.
- Quan els jugadors de la primera línia no siguin bons llançadors.
- Contra defenses fonamentalment en línia de tir.
- Quan es posseeixen jugadors d'una bona qualitat tecnicotàctica individual.

És important que els jugadors tinguin clar que la principal funció d'aquest sistema és la creació d'errors en els canvis d'oponents en les circulacions de transformació i en les de després de la transformació. Així, es provoquen els desequilibris desitjats i apareixen situacions eficaces de rendiment.

6. EL CONTRAATAc I LA SEUA DEFENSA

6.1. Definició i fases

Els esports d'equip, com l'handbol, es divideixen en fases (ofensives, defensives i de transició) a partir de la possessió de la pilota. Els equips canvien la manera de jugar depenent de l'etapa en què es troben, del resultat del joc o de les estratègies. Durant la transició ofensiva, els equips poden usar una estratègia anomenada contraatac per a assolir ràpidament la meta i els atacs dels adversaris amb el seu sistema de defensa imposat. L'ús d'aquesta estratègia podria determinar significativament el resultat del joc i diferenciar els guanyadors i els perdedors del joc.

Podem definir el contraatac com la forma de joc de l'equip per la qual, després de recuperar la pilota, intenta arribar a la porteria contrària i fer gol abans que la defensa de l'equip contrari pugui reorganitzar-se.

Beneficis d'un contraatac reeixit:

- Objectius fàcils i poc exigents per als recursos.
- La moral de l'equip del rival cau per la forma ràpida de fer gol.

El contraatac inclou tres etapes:

Etapa 1: atac ràpid amb un jugador o dos

Ací sol ser un jugador que atrapa una mala passada i avança sol cap a la porteria dels adversaris o, també, dos jugadors que es combinen per mitjà d'una passada o més d'una i que, finalment, fan un llançament de pilota a la porteria. També pot ser una passada llarga del porter o del seu company d'equip. És molt important que l'etapa 1 es faci a un ritme alt i exigeix jugadors molt ràpids amb una tècnica excel·lent. Com que els jugadors del contraatac solen eixir corrent cap al camp contrari quan l'oponent fa un llançament, és important que no es posen els uns al costat dels altres, perquè el porter tindrà menys opcions de fer la passada de contraatac.

L'etapa 1 tàcticament es pot aplicar quan:

1. L'equip de la defensa té jugadors que són capaços d'anticipar-se i robar la pilota sense fallar en la defensa.
2. El porter és capaç de controlar la pilota ràpidament i fer una passada llarga i precisa.

3. Els oponents tarden molt a tornar a les seues posicions de defensa.
4. El rival torna d'esquena al contraatac.
5. Els adversaris estan cansats.

Etapa 2: atac ràpid amb tres jugadors o més

Per a aplicar l'atac de la fase 2 amb èxit, l'equip ha de tenir diversos jugadors ràpids i que tinguen bona tècnica. Aquests jugadors participen en l'etapa 2. Per això hi ha jugadors que poden recuperar eventuais pilotes de contra i assegurar que els jugadors atacants no estiguen en línia. Com a principi, la pilota s'ha d'enviar de manera obliqua en un contraatac, però en la fase final pot ser un avantatge poder passar la pilota cap arrere a un jugador de la segona onada que, després, pugui llançar-la a la porteria. En la fase 2 ha d'haver-hi profunditat i amplada en l'atac, de manera que la pilota es pugui enviar per davant dels defensors, que podrien haver tornat a la defensa.

L'etapa 2 es pot aplicar tàcticament en les mateixes condicions que l'etapa 1. I amb més raó es pot aplicar quan l'etapa 1 és inútil perquè no hi ha ningú en condicions de rebre una passada llarga. La norma bàsica per a l'atac de la fase 2 és que els jugadors que no tenen la pilota sempre intenten buscar una posició on la puguin rebre en relació amb els defensors i qui té el baló.

Etapa 3: joc bàsic organitzat

Si l'equip no té èxit amb l'atac de la fase 2, el ritme es redueix fins que els altres atacants siguin a lloc i es comence el joc bàsic ordinari.

6.2. El contraatac a partir de la defensa en dues línies

La forma d'organitzar el contraatac a partir de la defensa en dues línies depèn del jugador que recupera la pilota, de la direcció de la passada i de l'orientació que té la pilota en el moment d'interceptar-la.

Hi ha tres situacions bàsiques:

- Quan un jugador de la segona línia intercepta una pilota durant una passada lateral o cap avant: en aquest cas es proposa una progressió directa d'aquest jugador fins a la porteria de l'equip contrari.
- Quan un jugador de la primera línia intercepta una pilota durant una passada lateral o cap avant: en aquest cas es recomana una passada en profunditat a un jugador de la segona línia.
- Quan un jugador de la segona línia intercepta una pilota passada cap arrere: es recomana fer una passada de suport a un jugador de la primera línia i posterior passada en profunditat.

6.3. Construcció de la defensa en dues línies en cas de contraatac

L'organització d'aquesta defensa es caracteritza perquè els jugadors de cada línia defensiva no estan determinats prèviament, sinó que es col·loquen a partir de la seua disposició en l'atac en el moment de perdre la pilota.

- Els jugadors situats en segona línia ofensiva intenten dificultar la primera passada de contraatac.
- Els jugadors situats en la primera línia ofensiva intenten aturar l'avanç del jugador amb la pilota.

7. ELS SISTEMES DEFENSIVS MIXTOS

Els sistemes defensius mixtos inclouen una defensa zonal combinada amb una d'individual. No és en absolut recomanable per als jugadors en l'etapa de formació (fonamentalment alevins i infantils) per l'ús del marcatge individual en aquestes etapes de la iniciació.

L'ús de marcatges individuals sobre un jugador o jugadora, especialment perillós/osa, es remunten als mateixos orígens de l'handbol de set.

La lògica especial perillositat o qualitat d'algun jugador en les accions d'atac van fer que es prenguera com a mesura tàctica inicial el marcatge en proximitat sobre aquest, amb la idea de limitar-li o entrebancar-li la capacitat de moviments. Les primeres accions defensives individuals sobre alguns jugadors es van dur a terme en el Primer Campionat del Món Absolut Masculí de 1938.

7.1. La defensa 5+1

Aquest sistema consisteix en la col·locació de cinc jugadors en la primera línia defensiva, és a dir, en la línia més pròxima a la mateixa porteria, i un jugador, l'avançat, se situa en la segona línia defensiva i fa un marcatge individual a un atacant en concret, del qual es responsabilitza de forma exclusiva (figura 8). Aquest marcatge individual sol fer-se sobre un jugador de la primera línia ofensiva per la qualitat individual que té per a organitzar el joc i moure la pilota o amb motiu de l'eficàcia que té en els llançaments exteriors.

Aquesta distribució varia, lògicament, segons l'elecció de l'atacant de la primera línia per a ser el marcat de forma individual, com també segons la situació del pivot.

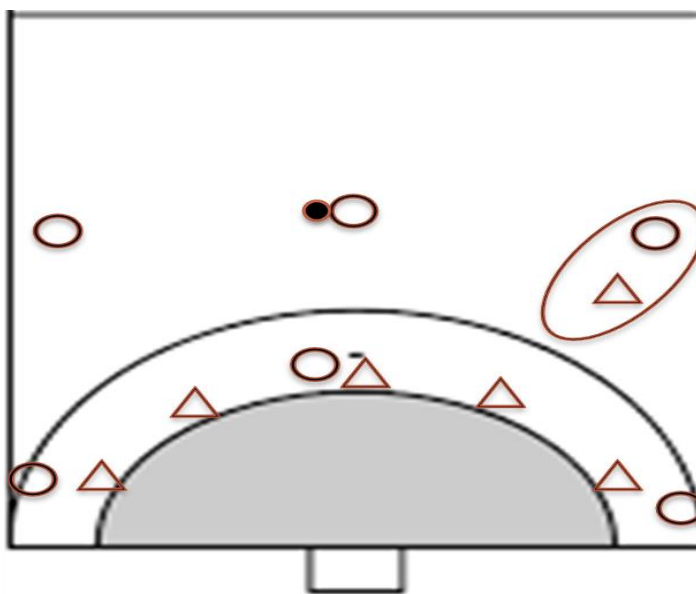


Figura 8. Disposició dels jugadors en el sistema defensiu 5+1.

L'èxit d'aquesta estructura depèn de dos factors:

a) Donar la mateixa importància a la tasca de l'avançat en la responsabilitat del marcatge individual sobre l'escollit, que a la dels cinc jugadors que defensen en zona. De manera que, tot i ser important que s'anul·len, en la mesura que siga possible, les accions del marcat, també siguen importants les dutes a terme en la zona sobre la resta de l'equip.

b) Respondre correctament, des del punt de vista tàctic, a les accions individuals i col·lectives de desmarcatge de l'atacant que pateix el marcatge individual. Això significa donar la resposta indicada a les fintes i el canvis de direcció d'aquell.

2.2. Avantatges i inconvenients

Els principals avantatges del sistema 5+1 són l'efectivitat contra equips que:

- Tenen un o dos llançadors o jugadors de primera línia molt perillosos.
- Tenen jugades assajades en què intervé el jugador que pateix el marcatge individual.

Els inconvenients d'aquest sistema són:

- En la iniciació no és convenient aplicar-lo perquè dos jugadors (atacant i defensor) poden quedar exclosos del joc.
- Requereix un alt nivell d'eficiència tecnicotàctica i física del jugador que fa el marcatge individual.

7.2. L'atac contra la defensa 5+1

L'atac es planteja, des d'un enfocament bàsic, per mitjà de dues estratègies bàsiques:

- Sense alliberament del jugador que pateix el marcatge individual. Amb eixida del pivot, que es comporta com un segon lateral a fi de permetre la circulació de la pilota.
- Amb alliberament del jugador que pateix el marcatge individual. Pot alliberar-lo el central, quan el pivot està situat en la meitat de camp oposat a la pilota (costat dèbil), o pot alliberar-lo el pivot si es troba al costat fort (meitat de camp on es troba la pilota)

8. BIBLIOGRAFIA

Antón, J. L. (1998). *Balonmano, táctica grupal ofensiva: concepto, estructura y metodología*. Madrid: Gymnos.

Antón, J. L. (2002). *Táctica grupal defensiva*. Granada: Grupo Editorial Universitario.

- Arias Estero, J. L. (2007). "Estructuración del sistema de ataque 2:4 en balonmano". *E-balonmano.com: Revista Digital Deportiva*, 3 (1), 1-8. ISSN 1885-7019.
- Espina Agulló, J. J. (2013). "Historical, tactical and structural analysis of the 4:2 defensive play system in handball". *Journal of Human Sport and Exercise*, vol. 8, núm. extra 3, p. 578-590.
- Espina Agulló, J., Pérez Turpin, J. A. i Cejuela Anta, R. (2012). "Evolución histórica, táctica y estructural del sistema de juego defensivo 5:1 en balonmano". *Apuntes. Educación Física y Deportes 2012*, núm. 110, quart trimestre (octubre-deseembre), p. 11-18 ISSN-1577-4015.
- Guzman Luján, J. F. (2007). *Apuntes de balonmano: una propuesta teórico-práctica*.
- Oliver, J. F. i Sosa, P. D. (1996) *Balonmano*. Ministeri d'Educació i Cultura. Consell Superior d'Esports. Madrid.
- Oliver, J. F. i Sosa, P. D. (2006). "El sistema defensivo 3:3, introducción a las defensas zonales", en *V Encontro Nacional de Professores de Handebol das Instituições de Ensino Superior Brasileiras*, celebrat a Aracajú (Sergipe, Brasil), organitzat per la Confederació Brasileira d'Handbol.
- Oliver Coronado i col·laboradors (2009). *Guía de trabajo para la formación en balonmano. Programa de tecnificación grupo femenino*. Reial Federació Espanyola d'Handbol.
- Román Seco, Juan de Dios (2005). "Conceptos de ataque frente a variantes defensivas 6:0 y 5:1". *E-balonmano.com: Revista Digital Deportiva*, núm. 1, 3-16.
- Román Seco, Juan de Dios (2016). "Evolucion del juego en defensa en balonmano: hacia las defensas alternativas como concepto". *E-Balonmano, Revista de Ciencias del Deporte*.
- Sibila, M. (2016). EHF Rinck Convention Open Master Coach and Licensing Course. (<https://members.ehf.eu/community/activities/download.ashx?reason=ehfcanFile&id=2347>)