

Placaje de un jugador que intenta evadirse

Placaje

Ejercicio para mejorar la técnica y la decisión hacia el placaje.

Organización

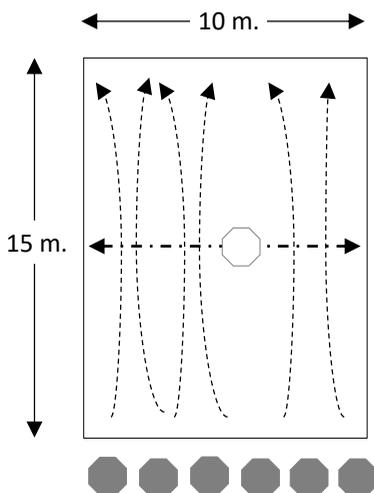
En un espacio delimitado de 10 x 15 metros, un jugador defensor se coloca en el medio y un grupo de 6 jugadores en uno de los extremos del rectángulo delimitado.

Desarrollo

A la señal del entrenador, los 6 jugadores han de atravesar el rectángulo y llegar al otro extremo del mismo con una carrera evasiva sin que el defensor les plaquee.

El defensor sólo puede desplazarse lateralmente.

El jugador que es placado se convierte en defensor y el placador pasa al grupo de jugadores que intentarán atravesar el rectángulo corriendo de nuevo.



Factores clave

- Técnica y decisión hacia el placaje.

Variantes

- Todos los jugadores placados se quedan como defensores (aumenta el número de defensores).
- Dar un balón a cada atacante para que corran con él en las manos.
- Si no hay ningún placado, el último jugador en atravesar el campo se queda como defensor.
- Atacantes en parejas portando uno de ellos un balón, el otro corre en apoyo. Deben realizar un pase.