



## Linebackers: Técnicas Defensivas

### Linebackers: Técnicas Defensivas

#### 1. Postura y arranque en Defensiva



Los jugadores mejoran la ejecución de todas las técnicas en el football americano si comienzan la jugada con una correcta postura y un arranque eficiente. Los jugadores defensivos usan una variedad de posturas dependiendo de la posición que jueguen, pero todos deben estar listos para moverse en la dirección correcta al moverse el balón, sin pasos en falso.

#### Puntos clave

- Eligiendo la postura apropiada
- Eliminando pasos el falso y
- Moviéndose fuera de su postura

#### Errores comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo duda al snap	El defensivo probablemente esté intentando leer la jugada y no está todavía seguro qué jugada es; por lo tanto, no se mueve hacia ningún lugar. Los jugadores defensivos deben leer la jugada en la marcha y usar su arranque explosivo en cada snap y aprender a leer en la marcha. Debe ejercitar las lecturas todos los días y exigir un buen arranque mientras los jugadores ejecutan su lectura.
El defensivo toma pasos en falso	Enfatice la distribución del peso antes del snap. Los linebackers pueden de alguna manera apuntar sus pies un poco hacia dentro para asegurarse que su peso esté en la parte frontal interna del pie. Ejercite el primer y segundo paso para cada jugador en



	ambas direcciones para eliminar pasos en falso; luego agregue lecturas.
El defensivo juega muy alto	Los defensivos deben aprender a leer la jugada mientras están en una buena posición de fútbol americano, no mientras están parados y mirando sobre la línea para ver qué está sucediendo.
El paso inicial de defensivo es demasiado largo	Enfatice que el primer paso debe ser no mayor a 6 pulgadas (15 cm) de largo. Cualquier paso mayor que eso no le permitirá dar un segundo rápido paso corto y una salida rápida en la dirección correcta.

## 2. Tackleando



Tacklear es la habilidad más importante para un jugador defensivo en el juego de fútbol americano. Cada jugador en la defensiva debe ser capaz de tacklear bien. Ningún esquema defensivo o concepto logrará parar una jugada ofensiva a menos que el jugador ofensivo sea tackleado. Por lo tanto, tacklear es una de las pocas técnicas en el fútbol americano que es críticamente importante en cada jugada del partido.

Tacklear también puede ser peligroso si no es ejecutado correctamente. Los tackleadores deben recordar nunca lanzarse hacia un oponente con el casco o mascarilla como punto inicial de contacto. Particularmente golpear con la corona (parte de arriba) del casco puede incrementar inmensamente el riesgo de lesión.

### Puntos clave

- Llegar en equilibrio,
- Cuadrándose,
- Contactando al ofensivo y



- Abrazando con firmeza

### Errores comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo baja su cabeza	Muchos jugadores jóvenes se acobardan al momento del contacto e instintivamente bajan sus cabezas, causándoles la pérdida de vista de quien lleva el balón e incrementando el riesgo de lesión. Haga ejercicios a menor velocidad con contacto mínimo, enseñando a sus jugadores la posición correcta de la cabeza y el contacto inicial con el hombro de forma que sus jugadores jóvenes sientan el tackle y aprendan la forma correcta antes de hacerlo a toda velocidad y con contacto total.
El defensivo tiene sus pads demasiado altos	Si el defensivo está jugando demasiado alto los corredores siempre van a intentar caerse hacia delante para ganar yardas extra y algunas veces romper tackleadas. Pase algún tiempo en el blocking sled o con bolsas paradas, enseñando a sus jugadores cómo flexionar las rodillas con la espalda recta y jugar más abajo que su oponente.
El corredor rompe un tackle con un solo brazo	El terrible tackle con el brazo es el resultado de no haber hecho contacto con el hombro o la falla de abrazar agresivamente con ambos brazos alrededor del corredor. El tackleador probablemente no estaba lo suficientemente cerca del corredor cuando intentó hacer el tackle.
El defensivo cierra sus ojos	Muchas tackleadas fallidas ocurren porque los defensivos cierran sus ojos antes del contacto. Señale a los defensivos que deben ver su trabajo y concentrarse en mantener sus ojos abiertos.
El defensivo se levanta del suelo dejando sus pies en el aire	Cuando los defensivos tienen que dejar el piso para hacer un tackle, probablemente no estuvieran en la posición correcta antes del contacto. Antes de tacklear, el defensivo debe estar lo suficientemente cerca del corredor como para pisarle los dedos. Diga a sus jugadores que sus pies deben llegar al corredor antes de usar sus brazos. Además, enseñe a los defensivos a mantener sus pies en movimiento durante el tackle. Nunca deben tirarse para hacer la tackleada o levantar del piso sus pies intencionalmente, porque el corredor puede hacerlos fácilmente fallar el tackle al hacer eso.

### 3. Defendiendo contra los bloqueos básicos de corrida



Antes del comienzo de una jugada, los jugadores defensivos deben entender la posible amenaza de bloqueos de corrida y reaccionar consecuentemente. Una defensiva efectiva requiere que cada jugador defensivo se defienda de bloqueos ofensivos de forma de poder mantenerse en sus pies y eventualmente perseguir la jugada. Los jugadores defensivos también deben defenderse de bloqueos con su posicionamiento, llamado por el esquema defensivo, de forma que la defensiva se mantenga segura cuidando cada hueco, con un jugador defensivo en cada uno de ellos, para minimizar los carriles para la corrida del oponente.

Aquí vamos a discutir las técnicas que los defensivos usan para contrarrestar un drive, reach y down block-los bloqueos básicos de corrida que encontrarán. Aunque la técnica exacta para defender estos bloqueos de corrida varían, los principios básicos son siempre los mismos- mantenerse seguro con sus huecos, mantenerse en sus pies y continuar la persecución hasta que suene el silbato.

#### Puntos Clave

- Reconocer el bloqueo,
- Posición del cuerpo,
- Estableciendo la altura de juego y
- Neutralizando y separando.

#### Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo ojea en el backfield	Si el defensivo está ojeando en el backfield

	buscando dónde está el balón, el bloqueador ofensivo va a tener éxito cada vez que esto suceda porque no va a ver qué tipo de bloqueo está viniendo. El defensivo debe concentrarse en sus bloqueadores claves y reconocer su primer amenaza, concentrándose en derrotar el bloqueo antes de correr hacia el balón.
Las manos del defensivo quedan inactivas	Aunque el movimiento de los pies y el nivel de los pads es crucial, la acción de las manos eventualmente separa al defensivo del bloqueador. Los defensivos deben practicar constantemente usando sus manos con bolsas de bloqueo y sleds para asegurarse que las manos permanezcan activas cuando comienza la jugada.
El defensivo juega muy alto	Muchos jugadores defensivos están tan ansiosos de encontrar el balón que tienden a pararse y mirar en el backfield, por encima del bloqueador, para ver qué está sucediendo. Ejercite a los defensivos para jugar bajo y mantenerse bajo de forma de neutralizar los bloqueos, mantener su responsabilidad de hueco y no perder terreno.
El defensivo juega con su cabeza gacha	Los defensivos no pueden ser exitosos si juegan con la cabeza hacia abajo. Los defensivos deben jugar con un nivel bajo de pads y una base sólida para mantener la cabeza y los ojos mirando al frente de forma de poder encontrar a quien lleva el balón.

#### 4. Defendiendo contra el doble bloqueo (Double-Team Block)



Para un liniero defensivo, probablemente la asignación más difícil que tenga es el doble bloqueo, donde dos bloqueadores ofensivos atacan a un liniero defensivo. Algunas veces los bloqueadores ofensivos mantienen el doble bloqueo durante toda la jugada. Otras veces, el doble bloqueo es solo la primer etapa de un bloqueo en combinación (combination block), donde uno de los



bloqueadores dejará, eventualmente, el doble bloqueo e irá a bloquear a un linebacker. En cualquiera de estos casos el liniero defensivo que está siendo doble bloqueado tiene dos tareas primarias. Primero, aunque está contra dos bloqueadores, no debe permitirles que lo arrastren fuera de la línea de scrimmage. Debe ceder terreno a regañadientes y tratar de formar una pila de cuerpos que enlentezcan al corredor. Segundo, debe trabajar para evitar ser alcanzado (reached), aún cuando uno lo está apuntalando mientras el otro lo está sobrepasando. Además, aunque las probabilidades son pocas, el defensivo debe intentar mantener su responsabilidad del hueco, a pesar del hecho que el reach blocker está teniendo ayuda de su compañero.

### Puntos clave

- Reconociendo el bloqueo,
- Neutralizando el bloqueo y
- Dividiendo el bloqueo

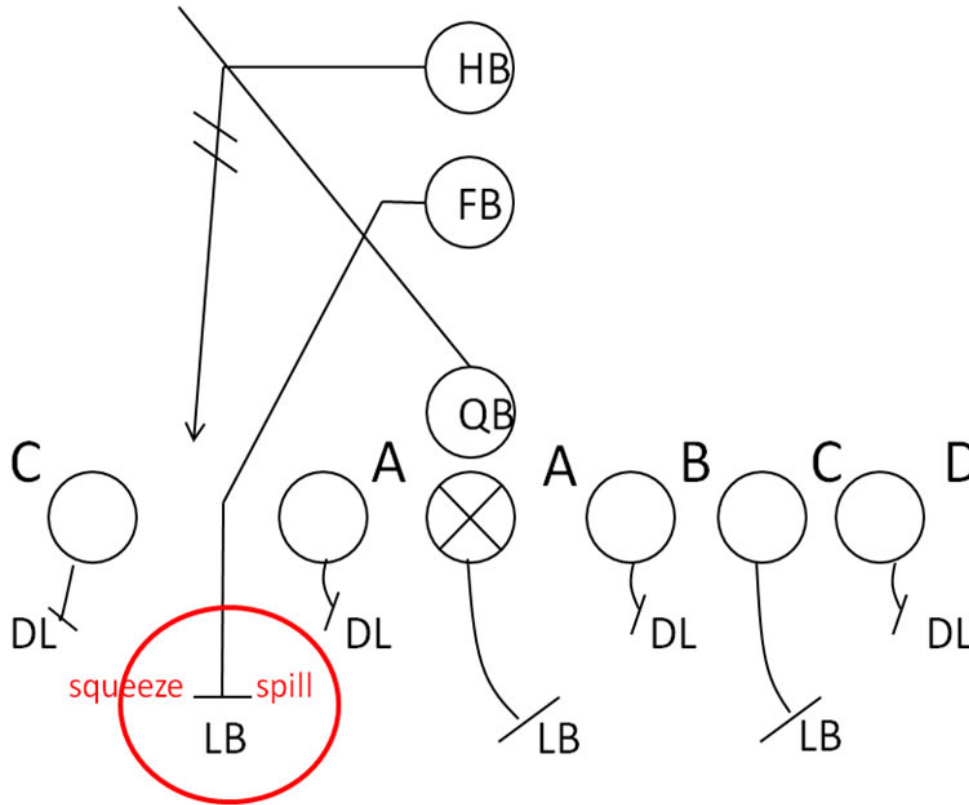
### Errores comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo ojea en el backfield	Si el defensivo está ojeando en el backfield buscando dónde está el balón, el bloqueador ofensivo va a tener éxito cada vez que esto suceda porque no va a ver qué tipo de bloqueo está viniendo. El defensivo debe concentrarse en sus bloqueadores claves y reconocer su primer amenaza, concentrándose en derrotar el bloqueo antes de correr hacia el balón.
Las manos del defensivo quedan inactivas	Aunque el movimiento de los pies y el nivel de los pads es crucial, la acción de las manos eventualmente separa al defensivo del bloqueador. Los defensivos deben practicar constantemente usando sus manos con bolsas de bloqueo y sleds para asegurarse que las manos permanezcan activas cuando comienza la jugada.
El defensivo va de paseo	El jugador tiene sus pads demasiado altos y pelea el bloqueo con las manos en lugar de caerse, otorgando la posición con el pie en el suelo y creando una pila.

## 5. Spilling Blocks (Derramando bloqueos)



Spilling, o golpeando con el hombro equivocado, es una llamada que la defensiva usa para decirle a un defensivo, que está sin bloqueo, que tome con su hombro externo al próximo bloqueador (usualmente el fullback o un liniero pulling). Esta técnica pone al defensivo debajo del bloqueador y elimina el hueco interno de ese bloqueador, de esa forma spilling (derramando) la jugada hacia fuera. Spilling es una estrategia defensiva. Cada jugador defensivo decide, si en una jugada está sin ningún bloqueo de un jugador ofensivo, basado en la defensiva llamada y el esquema de bloqueo que desarrolla la ofensiva, si va a derramar (spill) el próximo bloqueador. Aquí vamos a discutir el proceso de spilling blocks – una técnica que requiere reacciones rápidas y movimientos agresivos. Esta técnica es efectiva neutralizando trampas y jugadas de kickout como jugadas de poder (power plays) y counters.



### Puntos clave

- Reconociendo el esquema,
- Enganchando al bloqueador y
- Completando el spill (derrame)

### Errores comunes

Error	Corrección del Error
El defensivo se deja patear hacia fuera (kicked out)	El defensivo puede haberse sentido ansioso cuando inicialmente se vio sin bloqueo y se olvidó que otro bloqueador venía hacia él. No puede quedar demasiado dentro de la jugada y ser engañado. Los defensivos deben pensar en trampas y kickouts cada vez que se alinean para una jugada (al menos que la defensiva haga una llamada de pass rush). Ejercite el reconocimiento de estas jugadas constantemente.
El defensivo corre por la línea de golpeo	La mitad del trabajo está terminada sólo cuando el defensivo logra ponerse debajo del bloqueador. Debe trabajar campo arriba (upfield) y restringir el carril para correr por fuera.
El defensivo es manejado hacia atrás	Si el bloqueador maneja al defensivo hacia atrás, el pie que el defensivo plantó en el suelo probablemente sea el opuesto al hombro que hizo contacto. El pie en el suelo debería ser del mismo lado que el hombro que hace contacto. Entonces, cuando el



	defensivo derrama (spill) el bloqueo con su hombro derecho, su pie derecho debería estar en el suelo (y el bloqueador lo atacó desde la izquierda)
--	--

## 6. Squeezing Blocks



Squeezing (exprimiendo, comprimiendo) es una llamada que la defensiva usa para decirle a un defensivo, que está sin bloqueo, que tome con su hombro interno al próximo bloqueador (usualmente el fullback o un liniero pulling) manteniendo su brazo externo libre. Esta técnica pone al defensivo por fuera del bloqueador y elimina el hueco externo de ese bloqueador, de esa forma squeezing (comprimiendo) la jugada hacia dentro. Squeezing es una estrategia defensiva. Si en una jugada se encuentra sin bloqueo de un liniero ofensivo, la asignación de un jugador defensivo, basado en lo que se haya llamado a la ofensiva y el esquema de bloqueo que se desarrolla, le indica a comprimir (Squeeze) el próximo bloqueador. Nos vamos a enfocar en el proceso de squeezing blocks, una técnica que requiere reacciones rápidas y un contacto poderoso y agresivo contra un jugador ofensivo.

### Puntos Clave

- Reconociendo el esquema y
- Atacando al bloqueador

### Errores Comunes

Error	Corrección del Error
El defensivo toma pasos en falso	Trabaje todos los días los pasos de lectura para los linebackers. Enséñeles a ser pacientes al comienzo de cada jugada, porque si leen la jugada correctamente tendrán una mejor oportunidad de vencer el

	bloqueo, y no tome pasos innecesarios o en la dirección equivocada.
El nivel de pads del defensivo está muy alto	El defensivo debe estar ojeando en el backfield, o se debe estar doblando en la cadera y no en las rodillas. Asegúrese que los defensivos, para derrotar los bloqueos, estén usando piernas bajas y acción de la cadera así como acción de manos y brazos.
El defensivo se queda atado al bloqueador	Este problema usualmente ocurre cuando el defensivo se concentra en el corredor demasiado temprano en la jugada. El defensivo debe concentrarse el derrotar el bloqueo antes de llegar al corredor.
El defensivo se deja alcanzar (reached-su brazo externo no queda libre)	El defensivo probablemente tomó un mal ángulo hacia el bloqueador y lo envolvieron. Ejercite a los linebackers a leer el camino del bloqueador y ajustando su curso hacia un ángulo más ancho a medida que el bloqueador se mueve lateralmente.

### 7. Pass Rush (Presionar al Quarterback en jugadas de pase)



Presionar al quarterback es la mejor forma de defender contra el pase. El objetivo obvio es capturar al quarterback, pero una presión feroz también puede perturbar el juego aéreo mediante pases rotos en la línea de golpeo, comprimiendo el bolsillo así forzando al quarterback a acortar su movimiento de lanzamiento, comprimiendo los carriles de pase así limitando el campo de visión del quarterback, causando que el quarterback apure su pase y quizás



causando que el quarterback tenga que huir fuera del bolsillo o no logre lanzar. Los defensivos deben entender que presionando al quarterback produce recompensas infrecuentes. Una o dos capturas (sacks) en un partido serían una gran actuación, y el quarterback puede haber intentado 30 o incluso 40 pases. El defensivo debe presionar con tenacidad. Ocasionalmente ganará la batalla con gran deseo y lucha. Tener determinación es uno de los atributos más valiosos de un pass rusher.

### Puntos Clave

- Reconocer la protección de pase,
- Mantenerse en su carril,
- Usar el rip o el swim y
- Usar otros movimientos

### Errores comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo se está inclinando y haciendo siempre un bull rush.	El defensivo debe desarrollar un plan. Para la próxima jugada debe pensar acerca del movimiento que desea usar e intentar diferentes estrategias para llegar al pasador.
El defensivo tiene manos muertas	El defensivo debe practicar varios movimientos de manos sin presionar al quarterback, trabajando en tener manos activas, llegando a las manos del bloqueador fuera del pecho y desengancharse del agarre del bloqueador.
El defensivo carece de esfuerzo	Presionar al qb lleva mucho esfuerzo y no siempre resulta en una captura. El defensivo debe sentirse orgulloso de las apresuradas, los pases desviados y los golpes al quarterback, no sólo de los sacks. Debe ser implacable en cada jugada y que el quarterback sepa que el defensivo está cerca, aún si no llega.
El defensivo presiona al medio del bloqueador	Si el pass rusher ataca directamente al medio del bloqueador, va a tener mínima oportunidad de pasar por alguno de sus costados. No ha hecho que el bloqueador ajuste hacia su izquierda o derecha, y está en el camión del golpe más poderoso del bloqueador. En cambio, el rusher debe atacar uno de los hombros del bloqueador, haciéndolo moverse lateralmente de forma de que tenga que extenderse para dar su golpe.
El defensivo no está pasando sus caderas	Si el defensivo logra pasar las manos del bloqueador y quedar parejo con él, debe pasar sus caderas, lo que significa que la cadera más cercana al bloqueador debe pasar la cadera más cercada del bloqueador, liberando sus piernas para correr alrededor

	del bloqueador hacia el quarterback. Los pass rushers necesitan hacer ejercicios donde tengan que correr en círculos con poco diámetro para simular pasar las caderas y tomando alrededor de la esquina más cerrada hacia el quarterback.
--	---

## 8. Feathering (Defendiendo contra la jugada Optativa)



Cuando la ofensiva ejecuta una típica optativa, el quarterback viene hacia la línea de scrimmage con el corredor rezagado en una relación de pitch. El quarterback ataca al primer defensivo sin bloqueo y tiene la opción de quedarse con el balón o picharlo al corredor. La mejor técnica para el defensivo que dejaron sin bloquear en esta situación es feathering la opción. Esta técnica es conocida como feathering porque no es agresiva y requiere un trabajo de pies rápido y liviano, y mucha paciencia de parte del defensivo. La asignación del defensivo es crear confusión en la mente del quarterback sobre si debería pichar el balón y cuándo hacerlo. El mayor tiempo que el quarterback espere para decidir en la opción, mayor tiempo tendrán los defensivos para liberarse de sus bloqueos y llegar a la jugada.

### Puntos Clave

- Reconociendo la jugada,
- Posicionando el cuerpo,
- Concentrarse en el quarterback y
- Reaccionando al quarterback

### Errores Comunes

Error	Corrección del Error
El defensivo se adentra demasiado en el terreno	Si el defensivo se adentra demasiado del lado ofensivo, el quarterback puede hacer un corte por dentro de él y hacer una gran jugada. Enseñe al defensivo a frenarse inmediatamente en su carga hacia el quarterback cuando se ve sin bloqueo y ve la opción.



El defensivo enfrenta al quarterback	El defensivo no debe girar hacia el quarterback; si lo hace le otorga una lectura fácil de pitch al quarterback, y el defensivo no tendrá oportunidad de girar todo el camino y correr por la línea para ayudar con el jugador que recibió el pitch.
El defensivo se come un engaño	Nunca aliente al defensivo a intentar hacer una jugada en el balón. Su trabajo es frenar al quarterback y tacklearlo, no desviar el balón. No necesita concentrarse en el balón; sabrá dónde está.
El defensivo le otorga muchas yardas al quarterback	Ejercite al defensivo a ser paciente en su movimiento lateral (shuffle); si se adelanta demasiado al quarterback, se abrirá un carril para que el qb pueda correr para un largo yardage.
El defensivo golpea al quarterback después del pitch	Muchos defensivos venden su responsabilidad para tomar al quarterback y siempre golpearlo, aún después de haber hecho el pitch. Esta tendencia hace que sea fácil la lectura para el quarterback y puede resultar en una penalidad por un golpe tardío si el golpe es tarde o barato. Es más, el defensivo no puede ayudar en tacklear al verdadero acarreador del balón. Enseñe al defensivo a girar y correr de forma de poder ayudar a tacklear al corredor con el pitch.

## 9. Drops a Zona de Pase



Una efectiva cobertura en zona comienza con buenos pass drops de todos los defensivos que no estén presionando al quarterback. Un pass drop es la retirada de un defensivo hacia un área del campo de juego que se le ha sido asignada para defender. Los pass drops pueden variar un poco por posición-los defensivos profundos una backpedal directamente hacia atrás para retirarse a sus zonas, mientras que los linebackers giran y corren en ángulo hacia sus



zonas mientras mantienen los ojos en el quarterback. El objetivo es el mismo de cada defensivo en el pass drop- ponerse en posición para poder defender la amenaza más profunda en su zona mientras pueda seguir reaccionando y haciendo una jugada en el balón o un receptor en una ruta corta en su zona.

### Puntos Clave

- Entendiendo la cobertura,
- Llegando a su zona y
- Cuidando la zona

### Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo mira al receptor en lugar de ir a su zona primero	Ejercite a los defensivos en hacer el drop a su área de responsabilidad sin ningún receptor a defender, de forma de que entiendan las técnicas de los drops en zona y las áreas que necesitarán defender. Exígalos que usen esta técnica al principio en cada jugada de pase con esta cobertura.
El defensivo muerde el anzuelo en una ruta corta	Trabaje con defensivos cubriendo zonas cortas contra dos receptores en el área (curl-flat, dig-drag). Enséñeles a ignorar la ruta corta, colgarse bajo la ruta más profunda hasta que el balón sea lanzado corto y sólo en ese momento reaccionar al balón. Deberían forzar al quarterback a lanzar a la ruta más corta.
El defensivo se vuelca hacia un receptor en una zona profunda	Trabaje con defensivos cubriendo zonas profundas contra dos receptores en el área. Enséñeles a mantenerse en el centro del área, evitando volcarse hacia un receptor o el otro y a concentrarse en los ojos del quarterback buscando pistas sobre a qué receptor está favoreciendo, si es que favorece a alguno.

## 10. Cobertura hombre-a-hombre





La cobertura hombre-a-hombre es un clásica competencia entre un receptor corriendo un ruta contra un defensivo asignado a cubrirlo. Si el defensivo juega con una buena técnica y es capaz de mantenerse cerca de su hombre asignado, la cobertura hombre-a-hombre puede ser efectiva. Para completar un pase contra una cobertura hombre-a-hombre apretada, el quarterback debe lanzar un pase más rápido y preciso del que necesitaría para completar un pase contra la mayoría de coberturas en zona. La cobertura hombre-a-hombre también tiene sus riesgos. Si un defensivo en cobertura comete un error y falla en tomar a su hombre, el receptor estará totalmente descubierto. Además, si el defensivo está en desventaja física contra un receptor muy rápido o elusivo, el receptor puede dejar atrás al defensivo y quedar abierto. Por esa razón, muchas defensivas emplean una cobertura hombre-a-hombre con un safety libre quien no está asignado a ningún hombre pero juega profundo como un defensivo extra para ayudar a prevenir pases largos completos.

### Puntos Clave

- Concentrándose en el quarterback,
- Entendiendo su asignación,
- Manteniendo un colchón y posición apropiados,
- Ajustando a la ruta y
- Acortando la distancia.

### Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo falla su asignación	El mayor peligro de una defensiva en cobertura hombre-a-hombre es tener un defensivo que falle una asignación y deje a un jugador completamente descubierto. Es normalmente pasa cuando el defensivo juega la corrida primero, no enfocándose en su receptor.
El defensivo pierde de vista al receptor	Si el defensivo mantiene demasiado tiempo sus ojos en el quarterback al comienzo de la jugada, o si mira hacia atrás buscando el balón demasiado temprano, podrá perder de vista al receptor y perder a su hombre. Enfaticé la importancia de siempre saber dónde está el receptor y si lleva a irse, encontrarlo y establecer con él un contacto cercano antes de mirar por el balón
El defensivo va por la intercepción (mano incorrecta)	El defensivo debe jugar a través del hombro más lejano e ir por la rotura del pase con su mano interna; la mano externa debe permanecer detrás de la espalda del receptor para asistirlo en el tackle si es que atrapó el balón.

## 11. Speed Turn (Giro Veloz)



Cuando se está defendiendo en cobertura hombre-a-hombre, a los defensivos de pase se les enseña a abrir sus caderas hacia la ruta que el receptor está intentando. Pero si el receptor hace un buen engaño en una dirección, causando al defensivo a abrir sus caderas en esa dirección, y luego rompe su ruta hacia la dirección opuesta, el defensivo estará con sus caderas abiertas en la dirección errónea. Cuando reacciona al segundo corte del receptor, el defensivo debe hacer una excepción a su regla normal de girar hacia el receptor. Intentando emparejarse con el giro del receptor tomará demasiado tiempo, permitiendo al receptor a conseguir una separación considerable. La forma más rápida para el defensivo de recuperarse es usar una maniobra llamada Speed Turn.

### Puntos Clave

- Reaccionando al giro erróneo y
- Encontrando al receptor



## Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo queda demasiado parado para hacer un buen giro	A medida que el defensivo hace el giro, debe hundir sus caderas y bajar su centro de gravedad. Haga a sus jugadores practicar los giros lentamente en ejercicios hasta que lo sientan como natural para ellos de forma de mantenerse bajos.
El defensivo mira hacia atrás por el balón	El instinto natural del defensivo que está en problemas, y ha perdido momentáneamente contacto con su receptor, es mirar por el balón para ver si el mismo está en camino hacia el receptor. Pero en ese proceso de mirar hacia atrás, el defensivo no puede ver hacia dónde va el receptor, y el receptor podrá ganar mayor separación del defensivo. El primer objetivo después del speed turn (giro veloz) es localizar al receptor y acelerar hacia él, volviendo a quedar en posición sobre su hombro, antes de preocuparse sobre el balón.

## 12. Cobertura press hombre-a-hombre



En la cobertura press hombre-a-hombre, el defensivo es asignado a cubrir un receptor a cualquier lugar que vaya en el terreno de juego, pero en lugar de alinearse con un colchón y hacer un backpedal al snap (como en la descripción de Cobertura hombre-a-hombre), se alinea tan cerca del receptor como las reglas se lo permitan, tomando una posición de press en la cadera interna del receptor. El objetivo principal del defensivo es romper el release del receptor y destruir el timing entre el quarterback y el receptor.

### Puntos Clave

- Concentrándose en la cadera interna del receptor,
- Trabajo de pies correcto,
- Romper el release y



- Establecer una alineación cadera-con-cadera

### Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo separa sus pies	Si el defensivo toma pasos muy largos mientras intenta romper el release del receptor, terminará con una base que será tan ancha que será incapaz de reaccionar a la ruta del receptor. Debe trabajar en mantener sus pies juntos y cerca con pasos cortos.
El defensivo golpea con las manos primero	El defensivo tendrá la urgencia de golpear con sus manos tan pronto el receptor haga un movimiento. Este error causa que el defensivo se abalance y le cause que pierda su posición en relación al receptor. Los pies del defensivo deben moverse primero, en respuesta al intento de liberación del receptor, y el golpe de manos sigue al movimiento de sus pies.
El defensivo abre el portón	Si el defensivo reacciona de más a un engaño, el receptor puede liberarse limpiamente en la línea de scrimmage y dificultarle al defensivo su recuperación. El defensivo debe concentrarse en la cadera interna del receptor para reducir su vulnerabilidad al engaño.
El defensivo mira hacia atrás por el balón	El defensivo no debería preocuparse por dónde está el balón hasta que haya establecido un posición en la cadera interna del receptor; el receptor le hará saber al defensivo cuando el balón vaya en su camino porque lo buscará con la mirada y extenderá sus manos hacia él. Solo en ese momento el defensivo debería buscar el balón y hacer la jugada.

### 13. Cargando (Blitzing)





Una carga (blitz) es una llamada defensiva donde uno o más defensivos, quienes usualmente se alinean apartados del balón (linebackers o defensivos profundos) atacan la línea de scrimmage. Si la ofensiva ha llamado una jugada de pase, el blitz agrega pass rushers y pone más presión sobre el quarterback, pero reduce el número de defensivos disponibles para cubrir receptores. Si la ofensiva ha llamado una jugada de corrida, el blitz le da a la defensiva una oportunidad de correr a través de un hueco y destruir el esquema ofensivo de bloqueo, pero también reduce el número de defensivos disponibles para perseguir al corredor si logra salir a campo abierto. Como resultado, cargar (blitzing) es un componente excitante del fútbol americano- un estrategia de alto-riesgo, gran-recompensa que puede producir una gran jugada defensiva o una buena jugada ofensiva, dependiendo de las asignaciones, la ejecución y haber llamado al blitz correcto hacia el lugar correcto en el momento correcto!

Un libro entero de Xs y Os podría escribirse sobre blitzing. Las defensivas pueden cargar con uno, dos, tres o incluso cuatro defensivos a la vez, a través de todo tipo de huecos y combinación de huecos; pueden tener una cobertura hombre-a-hombre detrás de la carga o usar un concepto de blitz en zona donde un linebacker carga y deja vacía una zona corta que usualmente cubre en cobertura en zona; pueden cargar frecuentemente o muy pocas veces; pueden cargar en cualquier situación en el terreno de juego o solo en situaciones de largo yardage.

Sin embargo, para que las cargas sean efectivas, cada defensivo que esté cargando debe ejecutar esta habilidad con gran técnica, leyendo la jugada mientras corre y reaccionando correctamente al bloqueo que encuentra.

### Puntos Clave

- Elemento de sorpresa,
- Atacando el hueco correcto,
- Reaccionando a la jugada y
- Tomando a un bloqueador

### Errores Comunes

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
El defensivo muestra su intención de cargar	Estar ansioso de más por cargar puede causarle al defensivo que tome pasos en falso, caerse hacia delante, o hacerle saber a la ofensiva que está por cargar. Es crucial tener paciencia durante el snap; una postura balanceada, baja, con el peso en las bolas de los pies le dará al defensivo un gran comienzo al snap. Haga practicar a los defensivos las cargas contra varios conteos de snap para ejercitar el concepto de



	reaccionar, no adivinar.
El defensivo corre directamente hacia el bloqueador	Frecuentemente, los defensivos que cargan atacan al bloqueador que les ha sido asignado corriendo directamente hacia el medio de su cuerpo. Este esfuerzo es admirable, pero el defensivo rara vez logrará pasar al bloqueador y amenazar al quarterback. Los defensivos que cargan deben aprender a escoger un lado del bloqueador o el otro, y atacar ese lado, trabajando un movimiento con sus manos y brazos para eludir al bloqueador.
El defensivo falla en mirar la jugada	Algunas veces, los defensivos que cargan quedan tan cautivos de su carga que se olvidan de mantener su cabeza y ojos hacia arriba para ver qué jugada está siendo ejecutada y hacia donde va el balón. Todavía tienen su responsabilidad de huecos y las reglas para tomar los bloqueos, por lo tanto tienen que poder ver el esquema de bloqueo, el tipo de jugada que es y la dirección de la misma. Un buen ejercicio es correr el mismo blitz varias veces seguidas, cada vez cambiando la jugada ofensiva de forma que los defensivos que cargan vean todas las diferentes reacciones que podrían tener que hacer en un blitz.



## Linebackers: Habilidades Tácticas Defensivas

### Linebackers: Habilidades Tácticas Defensivas

#### 14. Lectura de Linebackers



El linebacker está listo en su posición, se hace el snap del balón y el linebacker lee sus claves. Primero estudia el nivel de pads de los linieros ofensivos delante de él – pads bajos significan corrida, y pads altos significan pase. Si los pads están bajos y los bloqueadores se aproximan, el linebacker identifica su amenaza de bloqueo y, mirando a través de su amenaza hacia el backfield, ve el flujo de los corredores. Reacciona a esas claves y ataca al bloqueador con el hombro correcto de forma que pueda “encajar” en el hueco que está asignado a defender. Si los pads están altos y la jugada es un pase, el linebacker o bien, si su equipo está jugando con una cobertura de pase en zona hace su drop a su área asignada o si la cobertura es hombre a hombre encuentra a su receptor asignado e inmediatamente se “funde” junto a él. Las lecturas precisas son la clave para el éxito de un linebacker. Un reconocimiento temprano de la jugada ayuda al linebacker a hacer su asignación rápidamente y le da la mejor oportunidad posible para derrotar al bloqueador en una corrida o ponerse en posición para defender el pase.



### Leyendo la Situación

- Sepa el down y la distancia y las tendencias de las llamadas ofensivas del oponente para estar mentalmente adelantado a qué tipo de jugada es más probable que sea usada en cada situación.
- Concéntrese en la cima de los cascos de los linieros y lea ese nivel. Generalmente pads bajos significan corrida; pads altos significan pase.
- Confíe en sus instintos. Vea el esquema de bloqueo y fluya y explote de su postura inicial. Reaccione y luego vaya a toda velocidad.

### ¡Cuidado!

- Adivinando el conteo del snap. Los linebackers deben ser pacientes y serenos, sin apuro para ir a ninguna parte antes de que el balón sea centrado y hagan su lectura.
- Al snap concentrarse en el quarterback, el balón o el backfield. Los linebackers deben prestar total atención a los linieros por pase o corrida y lecturas de bloqueos de combinación.
- Dar pasos en falso. Los linebackers deben pensar acerca de sus pies y el primer paso o dos. Su reacción a la jugada será más rápida si sus primeros pasos son correctos y precisos.

### Guía para Tomar Decisiones

- Algunos linebackers intentan anticipar las jugadas y terminan adivinando en qué dirección irán. Estos linebackers se equivocan con frecuencia y quedan fuera de posición. Los linebackers tienen que mantener una mente abierta y reaccionar, no adivinar.
- Si los linebackers están teniendo problemas leyendo las jugadas, hágales exámenes para saber hacia dónde están mirando cuando el balón es centrado. Muchos linebackers tienen problemas resistiendo la tentación de mirar por el balón. Deben mirar a los linieros.
- Ejercite repetidamente a sus linebackers de forma que su primer paso no sea un paso en falso. Antes del snap, el linebacker debería tener todo su peso en las bolas de los pies, distribuido equitativamente, de forma que esté en una posición balanceada con una inclinación hacia delante. El pie de apoyo debe mantenerse en el piso, y el pie de salida debe dar el paso en la dirección correcta (hacia delante o hacia atrás, izquierda o derecha) sin desperdiciar movimiento.
- Si los pads de los linieros están bajos, el linebacker debería mirar el desarrollo de la combinación de bloqueos para revelar en qué dirección irá la jugada. Deber mirar a través de los linieros hacia la



acción del backfield para ver el flujo de los corredores (flujo rápido hacia fuera, hacia dentro o acción colina abajo, flujo dividido), y concentrar toda su atención en el bloqueador que se aproxima. Debe saber qué hueco está asignado a defender y debe atacar al bloqueador con el hombro correcto de forma que termine exprimiendo (squeezing) la jugada hacia dentro y atacando con el hombro interno y el brazo externo libre, o derramando (spilling) la jugada hacia fuera y atacando con el hombro externo y el brazo interno libre. El linebacker debe atacar al bloqueador de forma correcta y luego vencer al bloqueador antes que se pueda mover hacia la tarea de tacklear al corredor.

- Si los pads de los linieros están altos y la defensiva está usando cobertura de pase en zona, el linebacker debe hacer un paso de drop y medio giro para correr hacia su área asignada, manteniendo sus ojos en el quarterback mientras comienza su drop.
- Si los pads de los linieros están altos y la defensiva está usando cobertura hombre a hombre, el linebacker localiza a su receptor asignado a defender e inmediatamente se “funde” con él tan rápido como pueda, ignorando a todos los otros receptores y señales.

### 15. Eligiendo entre Spill o Squeeze



El linebacker ve el snap del balón, y una jugada de corrida comienza. Los linieros ofensivos frente al linebacker bloquean a los linieros defensivos, dándole al linebacker una ventana abierta hacia el backfield. El fullback, o un guardia en trampa, se aproxima al linebacker como líder bloqueador frente al corredor, quien toma el handoff es una jugada de isolation o poder. El linebacker tiene que encajar en la jugada correctamente, tomando el bloqueo del líder bloqueador con el hombro correcto de forma que pueda derramar (spill) la jugada hacia fuera o exprimir (squeeze) la jugada hacia dentro.

Esta habilidad requiere que el linebacker sepa la posición de sus compañeros de forma de que pueda ejecutar su asignación. Si el safety de su lado está



jugando cerca de la línea de scrimmage como jugador de soporte primario a la corrida, el linebacker derramará (spill) la jugada hacia ese safety, tomando el bloqueo con su hombro externo, llenando el hueco interno y forzando la jugada hacia fuera. Si el safety está lejos de la línea, jugando profundo como un jugador secundario de soporte, el linebacker exprimirá (squeeze) la jugada, tomando el bloqueo con su hombro interno, quitando el hueco externo y forzando la jugada hacia el próximo linebacker por dentro.

### Leyendo la Situación

- Concéntrese en su clave y lea la acción del corredor a través de los linieros.
- Entienda qué corredor o liniero en trampa está asignado a bloquear al linebacker.
- Conozca y sepa dónde estarán posicionados sus compañeros.
- Tome el bloqueo del líder bloqueador con fuerza física usando el hombro correcto.
- Restrinja el carril para correr trabajando a través del bloqueador.
- Persiga al corredor si su hueco no es amenazado.

### ¡Cuidado!

- Concentrarse en maniobras ofensivas que no dictan asignaciones. Motions, shifts, engaños de jugada y otros movimientos ofensivos pueden interferir con una lectura clave del linebacker.
- Inicialmente prestando demasiada atención al corredor. El esquema de bloqueo, no el corredor, debería dictar el curso del linebacker.
- Fallando en encontrar la primer amenaza. La primer amenaza es el bloqueo primario asignado a bloquear al linebacker. El linebacker debe encontrar la primer amenaza inmediatamente después de leer el flujo inicial y la dirección de la jugada. Debe encontrar a ese bloqueador y tomarlo con el hombro correcto.
- Excitarse demasiado con el contacto. Los linebackers deben, por los requerimientos de la posición, adorar el contacto. Pero cuando se toma un bloqueo, los linebackers deben recordar su asignación respecto a qué hombro usar, incluso si la inminente colisión es por lo que juegan este juego.

### Guía para Tomar Decisiones

- Entienda que la cobertura llamada en el huddle dictará la alineación del safety y sus responsabilidades, lo que le indica al linebacker si derramar (spill) o exprimir (squeeze) cuando la ofensiva ejecuta una corrida con un bloqueador liderándola.



- Sepa qué jugador ofensivo viene a bloquearlo. Diferentes esquemas de bloqueo de parte de la ofensiva requieren diferentes reacciones del linebacker. Puede derramar un bloqueo primario pero exprimir un liniero del lado de la jugada. Para saber cómo reaccionar, los linebackers deben reconocer al bloqueador.
- Entienda la jugada ofensiva que se está ejecutando. La combinación de esquemas de bloqueo y la acción del backfield también influyen en la reacción del linebacker. Puede tener la asignación de derramar (spill) una jugada, pero si la acción del backfield es de flujo rápido (como una resbalada (toss) o una opción), puede tener que jugar por fuera todos los bloqueos. Para hacer lo correcto, el linebacker debe entender el concepto de la jugada ofensiva.
- ¡Sea agresivo! Los linebackers no pueden convertirse en menos agresivos o jugar en cámara lenta porque estén intentando decidir si derramar o exprimir. Deben elegir, bien o mal, y jugar duro.
- Ponga el pie correcto en el piso antes del contacto. Después de que el linebacker ha decidido qué hombro usar para tomar el bloqueo, debe poner el pie de ese lado en el piso inmediatamente antes del contacto. Esta acción le dará una base firme desde la cual atacar al bloqueador y ayudarlo a evitar ser llevado hacia atrás por el impacto.

## 16. Terminando jugadas en cobertura hombre-a-hombre



El defensivo secundario está cubriendo a un receptor hombre a hombre. El receptor hace su movimiento y gana un poco de separación del defensivo. El quarterback lanza el balón. El defensivo debe hacer la jugada, primero para



evitar el pase completo, pero aún más importante, prevenir que corra después de la atrapada.

El defensivo debe primero acortar la distancia entre el receptor y él, tanto y tan rápido como le sea posible. Luego debe decidir si puede localizar el balón y desviarlo del receptor o si va a tener colisión con el receptor cuando el balón llegue e intentar provocar un balón suelto. Si no puede romper el pase y el receptor hace la atrapada, el defensivo debe tacklearlo. El mayor reto y un aspecto crítico de la cobertura hombre a hombre es tomar la decisión si jugar por el balón o el hombre, o intentar jugar por el balón a través del hombre.

### Leyendo la Situación

- Concéntrese en eliminar cualquier separación entre ustedes y el receptor. Después de que el receptor hace su movimiento, el defensivo debe reaccionar usando el trabajo de pies correcto sin pasos en falso y acelerando hacia el receptor.
- Concentre su atención en la cadera interna del receptor y manténgase con él, sabiendo dónde se encuentra en cada situación.
- Mire por el balón cuando ve los ojos y manos de receptor reaccionar hacia el vuelo del balón. Las reacciones del receptor son las señales para que el defensivo localice el balón y decida si está en posición para desviarlo del receptor.
- Si el balón está fuera de su alcance, trabaje a través del hombre hacia el balón, midiendo la colisión con el receptor para que suceda justo al momento de llegar el balón.
- Si el balón llega al receptor antes que el defensivo, el defensivo debe trabajar sobre el hombre más terreno arriba del receptor para asegurarse de tacklearlo después que el receptor haya atrapado el balón.

### ¡Cuidado!

- Perder de vista al snap al hombre asignado. En cobertura de hombre, los defensivos deben trabajar en el pase primero, chequeando para ver si su hombre asignado corre un ruta de pase o bloquea. Los defensivos deben saber dónde está el receptor y qué está haciendo cuando el balón es centrado.
- Mirando hacia atrás al quarterback durante la ruta. Si el defensivo quita los ojos del receptor perderá el rastro de él y el receptor ganará una buena separación del defensivo.
- Mirando por el balón antes que lo haga el receptor. El defensivo debe mantenerse concentrado en el receptor sin preocuparse por el balón, hasta que el receptor mira por el balón y levanta sus manos



preparando la atrapada. Es entonces que el defensivo puede girar y encontrar el balón.

- Entrando en pánico después de ser engañado. Si el receptor hace un gran movimiento y gana algo de separación, el defensivo debe concentrarse en recuperar el terreno perdido y acortando la distancia al receptor antes de preocuparse si el quarterback ha lanzado el balón o donde está localizado el balón.

### Guía para Tomar Decisiones

- Si el receptor rompe hacia la izquierda o derecha, el defensivo debe plantarse, apuntar y avanzar hacia el receptor, manteniendo una posición detrás del hombro más upfield del receptor.
- Si el receptor corre una ruta doble (stop and go, out and up), el defensivo tiene que colisionar con el receptor para quitarle el timing de la segunda ruta. Para ser capaz de hacer esto, el defensivo debe mantener una posición sobre el hombro externo del receptor durante las etapas iniciales de la ruta.
- Si el receptor intenta correr una ruta profunda, el defensivo debe girar hacia el receptor y correr con él, intentando ganar una posición en la cadera interna del receptor si es que está corriendo sobre la línea lateral, o sobre el la cadera externa si está corriendo una ruta hacia dentro tal como una ruta de poste. El defensivo no debe mirar por el balón hasta que el receptor mire por él.
- Si el receptor logra que el defensivo gire sus caderas en la dirección equivocada, el defensivo debe usar un giro veloz (speed turn), latigueando su cabeza y cuerpo alrededor en la dirección opuesta, localizando al receptor y acelerando hacia su hombre más upfield para volver a quedar en posición.
- Cuando llega el balón, el defensivo debe ir por él solo si puede alcanzarlo con ambas manos y estar seguro que puede hacer una jugada sobre él. Si no puede hacer una atrapada con dos manos en el balón, debería intentar poner su mano downfield en el balón mientras manteniendo la otra detrás del receptor. Alternativamente, podría intentar colisionar con el hombre justo a la llegada del balón, intentando provocar que suelte el balón. Cuando usa cualquiera de estas tácticas, conocidas como “jugando al balón a través del hombre”, el defensivo debe asegurarse siempre de envolver sus brazos alrededor del receptor después de hacer contacto de forma que termine tackling al receptor al suelo en caso que el receptor, de hecho, haya atrapado el balón.
- Si el defensivo no puede jugar al balón a través del hombre, entonces debe jugar al hombre. Debe acortar la distancia y hacer



inmediatamente un tackle seguro después que el receptor hace la atrapada.

## 17. Lectura y reacciones en Cobertura en Zona



El quarterback hace un drop back para lanzar. La defensiva llamó una cobertura de pase en zona, y los defensivos comienzan su drop a las áreas correctas. Mientras los defensivos completan sus drops de pase en zona, deben dominar dos habilidades para jugar efectivamente la defensiva en zona. Primero, deben leer con precisión al quarterback y a los receptores para obtener la mejor posición posible para hacer la jugada. Segundo, deben reaccionar rápidamente y con decisión al lanzamiento para terminar la jugada exitosamente.

### Leyendo la Situación

- Mantenga a los receptores por dentro y en frente. Los defensivos nunca deben ser rebasados o vencidos en lo profundo.
- Sepa dónde están las amenazas. Los defensivos deben mirar el desarrollo de los patrones de rutas y entender qué receptores estarán entrando a sus áreas para defender.
- Continúe rastreando periféricamente a los receptores pero encuentre al quarterback y mire hacia donde está mirando.



- Lea la posición de manos del quarterback. Cuando quita del balón la mano con la que no lanza, es inminente el lanzamiento y el defensivo puede atacar el balón.
- Reaccione con decisión hacia el objetivo buscado y rompa la jugada.

### ¡Cuidado!

- Leyendo la clave equivocada. Todos los defensivos inicialmente deben concentrarse en el bloqueo de la línea ofensiva y los primeros pasos del quarterback para determinar si es pase o corrida. Los defensivos profundos deben resistir la tentación de mirar al receptor mientras la jugada comienza, y los linebackers no deben mirar a los corredores mientras la jugada comienza.
- Concentrarse demasiado tiempo en el quarterback. Después de leer pase y comenzando a hacer sus drops, los defensivos deben inmediatamente girar su atención hacia las combinaciones de rutas que están amenazando sus áreas.
- Concentrarse en rutas cortas en la zona. El defensivo debe ignorar las rutas cortas y trabajar para cubrir la ruta más profunda en su área.

### Guía para Tomar Decisiones

- Lea la combinación de rutas. Los defensivos deben mantenerse alejados de las rutas cortas y hacer un drop profundo en sus zonas.
- Lea al quarterback. El quarterback eventualmente va a tener que mirar al objetivo al que le lanzará el balón, por lo tanto los defensivos deben recostarse (jugar un poco más cerca de) en la ruta más profunda en su área hacia donde el quarterback está mirando.
- El quarterback tiene que quitar del balón la mano con la que no lanza para liberar el balón. Cuando quita la mano del balón, el balón estará en camino y el defensivo debe romper en la dirección del lanzamiento.
- Una vez que el balón es lanzado, el defensivo más cercano debe tomar un ángulo que lo lleve hacia el hombro upfield del receptor. Así como en cobertura de hombre, el defensivo no puede darse el lujo de romper frente al receptor en un intento de desviar el pase y errarle, porque estará otorgando una gran jugada. A menos que esté absolutamente seguro que puede hacer una jugada en el balón, tendrá que jugar el balón a través del hombre.

## 18. Forzar Soporte en la corrida por fuera (Force)



El jugador de soporte primario o jugador que fuerza es, horizontalmente, el defensivo más abierto. Debe forzar al corredor a volver hacia sus compañeros en el medio del terreno. Debe tomar cualquier bloqueo con su brazo y hombro interno, manteniendo libre su brazo y pierna externa. Asuma que la ofensiva centra el balón y corre una corrida off-tackle o una corrida por fuera. Un defensivo del lado que la ofensiva está atacando es el jugador que fuerza para la defensiva. A medida que la jugada viene hacia él, debe asegurarse que el corredor vaya hacia dentro. Al mismo tiempo, el jugador que fuerza no debe permitir un hueco tan grande que el corredor pueda ir por dentro y luego volver rápidamente hacia fuera y alejarse corriendo del resto de la defensiva.

Los jugadores que fuerzan son importantes para una defensiva efectiva porque fuerzan al corredor hacia los 10 defensivos que están persiguiendo en lugar de dejarlo salir por fuera y alejarse de la persecución. Al devolver la jugada nuevamente hacia dentro y reduciendo efectivamente el ancho del terreno, los jugadores que fuerzan juegan un rol importante a pesar de que probablemente no hagan la tackleada. Los jugadores que fuerzan tienen un trabajo: devolver la jugada nuevamente hacia dentro.

### Leyendo la Situación

- Entienda que ninguna estrategia defensiva o plan de juego puede ser efectivo sin un juego consistente y sólido de los jugadores que fuerzan.
- Sepa quiénes son los jugadores que fuerzan en cada jugada (uno en cada lado de la defensiva, usualmente los corners pero posiblemente safeties, jugadores de callejón o linebackers externos.)
- Preste atención a bloqueadores potenciales y manténgalos por dentro a medida que se acerca el balón.



- Sepa dónde está el balón, manteniéndolo por dentro todo el tiempo.

### ¡Cuidado!

- Reaccionando demasiado duro a un movimiento por dentro. Si el corredor viene hacia el jugador que fuerza y se mete hacia dentro (haciendo un amague hacia el upfield interno del jugador de fuerza), el jugador que fuerza no debe reaccionar demasiado rápido hacia dentro para lograr el tackle, porque el corredor podría potencialmente rebotar la jugada hacia las laterales y ponerse por fuera del jugador que fuerza.
- Yendo por dentro del bloqueo. Algunas veces el jugador que fuerza piensa que puede llegar al corredor y no ve o descuida un bloqueador potencial. Si el jugador que fuerza va por dentro del bloqueo en una jugada hacia el perímetro, el corredor será capaz de reaccionar e ir por fuera del jugador que fuerza.
- Perseguir demasiado rápido una jugada hacia el otro lado. Si el balón inicialmente va hacia el lado opuesto del jugador que fuerza, debe ser cuidadoso de no perseguir demasiado rápido. Debe mantenerse detrás del balón en caso que el corredor corte hacia atrás (o la ofensiva corra una reversible de algún tipo). Si el balón vuelve en su dirección, el jugador que fuerza debe estar en posición de devolver la jugada nuevamente hacia dentro.

### Guía para Tomar Decisiones

- Recuerde que aunque el trabajo primario de un jugador que fuerza es devolver la jugada hacia el interior, debe evitar otorgar terreno lateralmente (hacia la línea lateral) mientras mantiene su posición por fuera de forma de minimizar el carril interno para el corredor. El jugador que fuerza debe intentar exprimir (squeeze) el campo, ceder terreno a regañadientes y devolver al corredor hacia dentro tan pronto como le sea posible.
- También recuerde que, aunque el jugador que fuerza debe exprimir el terreno, nunca debe dejar que el balón llegue hacia fuera. Debe equilibrar el juego físico por dentro con paciencia, y disciplina hacia fuera.
- Cada esquema defensivo, en cada jugada, debe tener un jugador que fuerza, pero las defensivas pueden elegir qué jugadores designar como jugadores que fuerzan, basados en la velocidad de los jugadores ofensivos rivales y el tipo de ataque que la ofensiva ejecute. Por ejemplo, algunas defensivas les gusta jugar un cover 2 contra equipos rápidos que corren la opción porque los corners van a bajar y convertirse en jugadores que fuerzan, aun llevando la jugada

lo suficientemente hacia fuera que una ofensiva rápida tendrá problemas rebasándolos.

- Si la jugada es una opción, el jugador que fuerza toma al corredor. El jugador que fuerza debe ignorar al quarterback y mantenerse en posición de tacklear al corredor que recibe el pitch.
- Si el jugador que fuerza carga desde fuera, aún tiene la responsabilidad de evitar que la jugada vaya por fuera. El jugador que fuerza carga al quarterback, no al corredor, para evitar bootlegs o jugadas en las que el quarterback se queda con el balón; carga al corredor en relación de pitch en jugadas de opción, y carga para por fuera del tackle ofensivo en jugadas de pase de drop back para contener.

### 19. Defendiendo el pase de Play-Action



La ofensiva hace el snap del balón, y la línea ofensiva sale fuerte y bajo. El quarterback lleva el balón hacia el corredor que está atacando la línea de scrimmage. El quarterback extiende el balón (o su mano abierta) hacia el corredor pero no se lo entrega. En lugar de eso mantiene el balón y, o bien se establece para lanzar después del engaño o intenta rolar o hacer un bootleg con el balón buscando un pase. La ofensiva ha ejecutado una jugada de pase de play-action, y la defensiva tiene que reaccionar. Si la ofensiva hace un buen trabajo de engañar la corrida, con un nivel bajo de pads y una salida agresiva, la defensiva tendrá que jugar primero por la corrida hasta que se haga el engaño y los receptores vayan por pases. La defensiva tiene que buscar pistas que le indiquen que la jugada no es realmente una corrida, y rápidamente reaccionar a esas pistas para volver a estar en posición.





De paso, los defensivos profundos que están cubriendo receptores, siempre juegan primero por el pase mientras el receptor esté en posición de correr una ruta. Algunas veces el receptor engañará un bloqueo en un pase de play-action y luego correrá su ruta de pase. Nuevamente, el defensivo debe mirar por pistas que le indiquen que la jugada no es una corrida y reaccionar rápidamente al pase.

### Leyendo la Situación

- Juegue por la corrida primero. Los defensivos deben salir al snap y mantenerse firmes en sus huecos contra cualquier esquema de bloqueo que la ofensiva muestre, en caso que sea, de hecho, una corrida.
- Busque sombreros altos (high hats). Los linieros ofensivos no se levantan en jugadas reales de corrida. Si el casco del liniero se levanta al snap, se está estableciendo para protección de pase.
- Observe los receptores elegibles de pase. Si cualquiera de los receptores elegibles, especialmente las alas cerradas quienes usualmente bloquearían en una jugada de corrida, aceleran en la línea hacia una ruta de pase, la jugada es un pase.
- Entienda la situación. Los pases de play-action pueden ser efectivos en situaciones verdaderas de corrida, tales como tercera y corto yardage o cuarta oportunidad y corto yardage. Pero si la ofensiva muestra acción de corrida en segunda y largo o tercera y largo, la defensiva debe sospechar y esperar un pase de play-action.

### ¡Cuidado!

- No viendo el panorama general. Los defensivos deben tener una visión general de la ofensiva mientras la jugada comienza, mirando por partes que no encajan en el total. En una jugada de corrida real, cada jugador ofensivo atacará la línea de scrimmage, pero en un pase de play-action, algunos jugadores ofensivos serán más pasivos. Sus acciones deberían alertar a algunos de los defensivos de que la jugada no es en realidad una corrida.
- Concentrarse en el engaño de corrida en lugar de la línea ofensiva. Los linieros ofensivos demostrarán que la jugada es un pase de play-action mucho antes que los corredores, porque tienen que proteger al quarterback. Los defensivos deben mirar a la línea ofensiva e ignorar el engaño si los linieros se están acomodando para hacer protección de pase. ¡Crea en los linieros!
- Viendo el play action, no el balón. Si el quarterback engaña el handoff (play-action) pero no está lo suficientemente cerca del corredor como para entregarle el balón, o si sólo extiende la mano



abierta hacia el corredor, los defensivos deben darse cuenta donde está el balón- aún en las manos del quarterback- y jugar defensiva de pase.

### Guía para Tomar Decisiones

- Los defensivos debe confiar en lo que ven hacer a sus receptores asignados e ignorar lo que está sucediendo en la línea de scrimmage. Por ejemplo, si un ala cerrada corre una ruta de pase, el linebacker o el safety asignado a él o al área deben pensar en pase y cubrirlo aún si parece estar desarrollándose una jugada de corrida detrás de ellos. Lo mismo es cierto para los cornerbacks que tiene como clave a sus receptores; si los receptores corren una ruta de pase, los defensivos tienen que cubrirlos, incluso si parece estar desarrollándose una jugada de corrida detrás de ellos.
- Si el pase de play-action causa problemas, los defensivos probablemente no estén leyendo bien sus claves. Enseñe a los defensivos profundos, a través de ejercicios en práctica y jugadas estructuradas de play-action en scrimmages, a concentrarse solo en su clave inicial, y jugar el pase primero en cada jugada y evitar mirar hacia el backfield. (Recuerde que los linieros defensivos y los linebackers deben jugar la corrida primero porque son ellos los defensivos primarios contra la carrera.)
- Linieros ofensivos descubiertos muchas veces tiene problemas simulando un bloqueo de corrida porque no tiene a nadie a quien bloquear. Igualmente, el guardia y tackles del backside en la ofensiva tienen que prepararse rápidamente para protección de pase después del snap para proteger el lado ciego del quarterback después de hacer el engaño. Estos linieros muy probablemente levantarán sus sombreros temprano en la jugada, así revelando que un pase está por venir.
- El quarterback tiene que tener el balón para lanzar. Los linieros defensivos que están persiguiendo el engaño de corrida, tienen que mirar cuidadosamente al quarterback mientras se aproxima al corredor, encontrando el balón y determinando si pone el balón en manos del corredor. Si los linieros pueden ver que el quarterback no ha entregado el balón, podrán abortar la persecución al corredor e inmediatamente perseguir al quarterback.

## 20. Defendiendo contra la jugada de atracción (Draw Play)



La ofensiva hace el snap del balón, y el quarterback hace su drop como si fuera un pase. La línea defensiva ve posturas de protección de pase de la línea ofensiva y comienza a presionar al quarterback. Los linebackers también ven sombreros altos de la línea y comienzan a hacer sus drops de pase. Pero el corredor todavía está en el backfield detrás del quarterback, y cuando el quarterback llega a él, el corredor recibe el balón en una jugada de atracción (draw play).

La jugada de atracción (draw play), donde la ofensiva muestra pase pero luego corre el balón, es una de las jugadas de corrida más difíciles de parar, porque las lecturas para la defensiva son tan retadoras. La jugada también tiene el efecto de hacer dudar sobre sus lecturas a los linieros defensivos y linebackers, lo que hace que duden entre jugar tanto la corrida como el pase. Para defender una jugada de atracción (draw play), tanto los linieros defensivos como los linebackers deben honrar las claves iniciales de pase, pero estar alerta por pistas que indiquen las verdaderas intenciones de la ofensiva, que son correr con el balón.

### Leyendo la Situación

- Primero jueguen el pase. Los linieros deben comenzar su pass rush, y los linebackers deben tomar sus pasos iniciales de pase. Luego encuentran al corredor y ven donde se establece. En una jugada de atracción (draw play), el corredor se queda ligeramente más profundo



en el backfield y más cerca del camino del drop del quarterback de lo que lo haría en una jugada en la que esté involucrado en protección de pase.

- Mire por pistas de la línea ofensiva que le indiquen corrida. Si los linieros ofensivos ceden demasiado fácil en protección de pase, los linieros defensivos deben sospechar la jugada. Si la línea ofensiva libera terreno abajo hacia los linebackers, la jugada no puede ser un pase.
- Encuentre el balón. Cuando el quarterback baja el balón para entregarlo al corredor, tanto la línea defensiva como los linebackers deben mirar esa pista e inmediatamente reaccionar hacia la línea de scrimmage para cerrar al corredor.

### ¡Cuidado!

- Reaccionar demasiado a la primer pista que ven. Aunque la línea defensiva y los linebackers deben reaccionar rápidamente a la primer pista que ven, deben también estar alerta por pistas secundarias que puedan darles un tip sobre esquemas ofensivos de engaño.
- Fallar en ver al corredor. Los linieros defensivos y los linebackers deben concentrarse en los linieros primero, pero deben ver también al corredor a través de la línea y leer sus pasos y disposición.
- Falla en leer al quarterback. La mayoría de los quarterbacks aparecen un poco diferente en las jugadas de atracción de lo que harían en una verdadera jugada de pase con drop back. Los defensivos deben estar alerta por manejo distinto del balón, o un drop diferente, del quarterback cuando la jugada es una jugada de atracción (draw play).

### Guía para Tomar Decisiones

- Los linieros defensivos deben sospechar de una oportunidad de pass rush que es demasiado buena para ser verdad. Los linieros ofensivos algunas veces intencionalmente al establecerse abren su postura de pase más de lo normal y le dan al defensivo una ventana abierta hacia el quarterback, sabiendo que para el momento que el liniero defensivo llegue ahí, el quarterback ya habrá entregado el balón al corredor.
- Los linieros defensivos que ven una pista de una jugada de atracción deben volver a trazar sus pasos. Si el liniero defensivo reconoce la draw play cuando está 3 a 5 yardas upfield, nunca tendrá tiempo para correr lateralmente hacia la izquierda o derecha hacia el corredor y hacer la jugada. Su única oportunidad de estar involucrado en el tackle es cambiar de dirección 180



grados y volver a dirigirse hacia la línea de scrimmage, donde quizás sea capaz de atrapar al corredor cuando se enlentece para evitar un tackle o hacer un corte.

- Los linebackers pueden obtener una pista de un liniero ofensivo que está descubierto, porque en la jugada de atracción estos linieros usualmente hacen su protección contra el “aire” y luego atacan downfield para bloquear a un linebacker. Si el linero ofensivo está viniendo terreno abajo, la jugada no puede ser un pase, y el linebacker debe reaccionar hacia el liniero ofensivo, derrotar el bloqueo y hacer el tackle.
- En cobertura hombre-a-hombre, el linebacker asignado al corredor no puede permitirse ser bloqueado en la jugada de atracción, porque sus compañeros que están cubriendo a otros receptores estarán en una pobre posición para ayudar. Debe encontrar al corredor e inmediatamente ir hacia él cuando lee pase, de forma que no darle tiempo a ningún bloqueador potencial de interponerse entre él y el corredor. (Este movimiento se llama “derretirse” con el corredor.)
- No permita que oponentes que no son buenos en el juego aéreo le ganen yardas baratas engañando un pase, con su línea defensiva cargando con fuerza y los linebackers yendo hacia cobertura con fuerza, para luego entregar el balón en una jugada de atracción. Los linieros defensivos y los linebackers deben estar especialmente alertas por pistas de jugadas de atracción de equipos que no lanzan el balón muy bien.
- Juegue la situación de down-y-distancia. Si la situación es tercera y largo (más de 10 yardas), los linieros defensivos y los linebackers pueden reaccionar a muestras de pase un poco más agresivamente y no tan preocupados por si la jugada termina siendo una jugada de atracción, porque aún deberían ser capaces de reaccionar y tacklear al corredor antes que consiga el primer down. Si la situación es segundo down o tercer down y medio (6 yardas o menos), los defensivos deben estar más alerta a la jugada de atracción porque una ganancia de solo 6 yardas sería claramente positiva para la ofensiva.

## 21. Jugando en situaciones de largo yardage



Los equipos defensivos en situaciones de largo yardage, especialmente en tercer down, deben jugarlas de alguna manera diferente de cómo las juegan normalmente. Asuma que es el tercer cuarto en un partido parejo, es tercera oportunidad y 12 yardas por avanzar. El equipo ofensivo tiene el balón profundo en su propio territorio. Mientras se aproximan a la línea de scrimmage, los jugadores defensivos chequean los marcadores del primer down en las laterales para confirmar el yardage que necesita la ofensiva, para darse cuenta que pueden permitirle a la ofensiva ganar unas pocas yardas, siempre y cuando no dejen ganarles las suficientes como para lograr una primera oportunidad. Si la defensiva fuerza a despejar a la ofensiva, entonces han cumplido con su tarea. Su propia ofensiva tomará el balón de vuelta en una buena posición del terreno. Los defensivos deben entender su objetivo en esta situación y ajustar sus asignaciones y reacciones acordemente. Deben alinearse más profundo, leer la jugada con más cautela, jugar un football a consciencia y tacklear a quien lleva el balón antes de que gane suficiente para lograr una primera oportunidad.

### Leyendo la Situación

- Los linieros defensivos cuya asignación es presionar al pasador deben anticipar un pase y prepararse para un pass rush fuerte.
- Los linebackers deben alinearse 2 a 4 yardas más profundo de lo normal, dependiendo de las yardas por ganar, para asegurarse que rutas intermedias no lleguen detrás de ellos.
- Los linebackers deben reaccionar cautelosamente a engaños y cambios de dirección, encontrando el balón pacientemente y luego yendo con fuerza a hacer el tackle.
- Los defensivos profundos deben alinearse un par de pasos más profundo de lo normal pero anticipar rutas que romperán a la altura del yardage necesario para el primer down.



### ¡Cuidado!

- Ser engañado por engaños de jugada. La ofensiva probablemente no correrá una jugada de corrida básica en esta situación. Los defensivos deben honrar la corrida pero estar listos para reaccionar a un pase de play-action.
- Vender el pase de drop back si todavía hay un corredor en el backfield. Los defensivos deben chequear la posición de los corredores y anticipar la jugada de atracción (draw play) o el pase pantalla (screen pass).
- Perseguir rutas cortas. Los linebackers haciendo su drop hacia la cobertura deben ignorar las rutas cortas, ganar profundidad y parar las rutas intermedias que resultarían en una primera oportunidad.

### Guía para Tomar Decisiones

- La línea defensiva debe prepararse para una buena salida y una maniobra de pass rush. Los linebackers deben aprender a dejar las rutas cortas como drags, rutas cruzadas o rutas al flat que están diseñadas para quitarlos de un área y abrir un carril de lanzamiento para un receptor corriendo una ruta a nivel intermedio. Los linebackers deben hacer que el quarterback lance a esas rutas cortas y luego atacar a quien posee el balón para hacer la tackleada antes de conseguir la primera oportunidad. Si los linebackers y defensivos profundos son engañados y la jugada es una corrida, deberían ser capaces de reaccionar y hacer la tackleada antes de que el corredor alcance el marcador del primer down.
- Los linebackers deben jugar el pase primero y reaccionar a la corrida. En situaciones de largo yardage, el pase es mucho más peligroso que la corrida. Los linebackers deben hacer su drop a sus áreas o a sus receptores asignados si el pase es una amenaza, y si después la jugada termina siendo una corrida, deben tener el tiempo suficiente para reaccionar y frenar la jugada antes del primer down.
- Los defensivos profundos deben anticiparse a rutas que frenen en el yardage necesario para la primera oportunidad. Los equipos usualmente no van por el home run en tercera y largo. Los defensivos profundos deben mantener un colchón profundo pero colgarse en el yardage del primer down y hacer la jugada.
- Las defensivas deben intentar que la ofensiva lance a su receptor de válvula de escape. Ocasionalmente, la defensiva debe cargar en situaciones de largo yardage y forzar al quarterback a lanzar rápidamente a su receptor válvula de escape o a un receptor haciendo una ruta corta. El receptor usualmente hará la atrapada a



una profundidad de 5 yardas, y la defensiva debería ser capaz de reaccionar y hacer el tackle antes de que obtenga el primero y diez.

- Los defensivos deben estar seguros de hacer tackles sólidos. Deben mantener sus cabezas arriba, manejar sus piernas y envolver sus brazos. Un gran golpe no es esencial aquí. Los defensivos deben jugar bajo control, y bajar al poseedor del balón antes del yardage para el primer down y forzar a la ofensiva a despejar el balón.

## 22. Ángulos de Persecución



En una jugada de corrida o después de un pase corto completo, el poseedor del balón rompe hacia espacio abierto. La defensiva debe reaccionar rápidamente para prevenir un touchdown o aguantar la larga ganancia a las menos yardas posibles.

Sin importar donde se encuentre un jugador defensivo cuando el corredor rompe a la libertad, tiene que girar y correr tan rápido como pueda en un ángulo que le de una oportunidad para alcanzar al corredor terreno abajo. Los defensivos externos, usualmente los cornerbacks pero algunas veces los safeties, deben asegurarse que el corredor nunca llegue por fuera de ellos hacia la línea lateral. Deben hacerlo volver hacia el medio del terreno de juego, hacia la persecución que se avecina. Los defensivos que están persiguiendo desde el lado opuesto de la jugada deben acelerar en un ángulo que les permita cortar al corredor, pero deben tener cuidado de no tomar un ángulo tan profundo o tan rápido que el corredor pueda hacer un corte hacia atrás (cut back) a través del terreno debajo de ellos, llegando hacia fuera y alejándose de los otros defensivos en persecución.





### Leyendo la Situación

- Comience a correr a toda velocidad terreno abajo tan pronto el corredor rompa hacia la libertad.
- Mida el ángulo y la dirección del corredor y establezca un curso terreno abajo que se cruce con el corredor si es que vuelve hacia dentro o si enlentece para evitar al tackleador.
- Recuerde que cada jugador tomará un ángulo distinto, basado en la ubicación que tenga en el terreno y la velocidad comparada con la velocidad del corredor.
- Esté alerta por jugadores ofensivos que puedan estar flotando en la secundaria, reaccionando a la jugada y mirando por defensivos para bloquear.
- Esté seguro de no pasarse persiguiendo la jugada y permitir al corredor hacer un corte hacia atrás (cut back) hacia el interior. Los cornerbacks y safeties, en el lado opuesto a la jugada, deben mantener al corredor canalizado hacia la línea lateral y permitir a otros defensivos en persecución continuar con sus ángulos.

### ¡Cuidado!

- Quedar atados con jugadores ofensivos. Los defensivos deben liberarse y luchar por llegar terreno abajo.
- Preocuparse sobre el daño ya hecho. Los defensivos no pueden desalentarse y fallar en luchar por el balón. La clave es evitar un touchdown y forzar a la ofensiva a alinearse una vez más antes de anotar.
- Asumir que el jugador es demasiado rápido y no será atrapado. Los defensivos deben ignorar la ventaja que les lleva el jugador ofensivo. La persecución no es una carrera pura; otros defensivos en la secundaria pueden enlentece al corredor lo suficiente para que se atrapado.

### Guía para Tomar Decisiones

- Practique frecuentemente ejercicios de persecución. Organice ejercicios defensivos de equipo en ángulos de persecución y practíquelos a toda velocidad para desarrollar la mentalidad que la persecución puede limitar grandes jugadas y evitar touchdowns.
- Use la línea lateral como un defensivo extra. Si el corredor se ha escapado y está corriendo hacia las laterales, el defensivo debería ser capaz de tomar un buen ángulo de persecución, manteniéndose justo detrás del corredor para prevenir un cutback y luego usar la línea lateral para forzar al corredor a salirse.