



## Línea Defensiva: Técnicas Defensivas

### Línea Defensiva: 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

Error	Corrección del Error
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. 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.



## 6. 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

<b>Error</b>	<b>Corrección del Error</b>
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

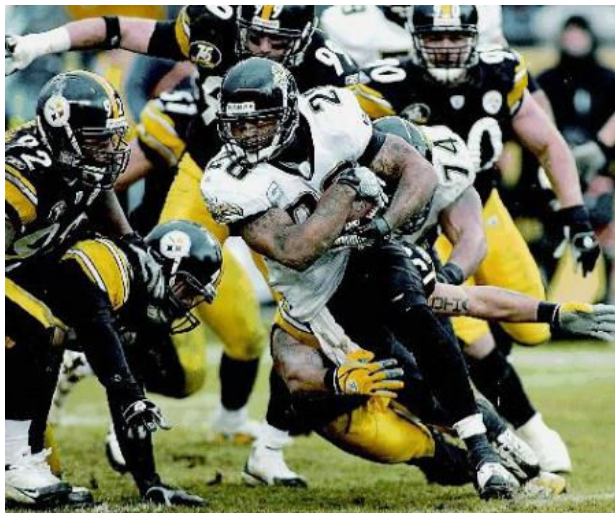


	quarterback y tacklearlo, no desviar el balón. No necesita concentrarse en el balón; sabrá dónde está.
El defensivo le otorga muchas yardas al quarterback	Ejercite al defensivo a ser paciente en su movimiento lateral (shuffle); si se adelanta demasiado al quarterback, se abrirá un carril para que el 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.

## Línea Defensiva: Habilidades Tácticas Defensivas

### Línea Defensiva: Habilidades Tácticas Defensivas

#### 7. Controlando el hueco



El control de los huecos es un componente clave en una buena defensiva. Cada defensivo en el núcleo de la defensiva (línea defensiva y linebackers) es responsable por el hueco entre dos bloqueadores ofensivos. Por ejemplo, asuma que el liniero defensivo está preparado en la línea de scrimmage, listo para que la ofensiva ejecute una jugada. Al momento del snap, el liniero ofensivo inicia un bloqueo de corrida (ya sea un reach block o un cutoff block), intentando ganar el hueco del liniero defensivo. El liniero defensivo debe ser capaz de leer el bloqueo, determinar que la jugada es una corrida y mantener



el control de su hueco. Tiene que mantener libre el brazo del lado el hueco sin otorgar demasiado terreno lateralmente. Si el liniero defensivo pierde control de su hueco, ya sea porque fue alcanzado (reached) (cuando es un defensivo del lado de la jugada) o habiendo sido cortado (cutt off) (cuando es un defensivo del lado opuesto a la jugada), se abre una grieta y el corredor será capaz de correr a través de ella hacia los safeties.

### Leyendo la Situación

- Chequee la postura antes del snap de los linieros ofensivos para ver si se inclina en cierta dirección o si tiene más o menos peso en su mano frontal, lo que estaría dando un tip de corrida (mayor peso) o pase (menos peso).
- Enfóquese en el balón, y solo en el balón, para obtener el mejor arranque desde su postura inicial.
- Observe el nivel de pads de los linieros ofensivos para aprender si la jugada es una corrida. Si el nivel de pads de los linieros es bajo, es una corrida. Si los pads se levantan en el aire, es un pase.
- Lea el primer paso del liniero y reaccione en esa dirección. Si el liniero ofensivo amenaza el hueco del defensivo, éste debe reaccionar y mantener su cabeza por fuera.

### ¡Cuidado!

- La cadencia (cadence) del quarterback. El snap del balón, no los sonidos que haya, es la clave para el movimiento de la línea defensiva.
- Enfocarse en la acción del backfield después del snap. Los defensivos deben leer y defender el bloqueo antes de encontrar el balón.
- Echar una ojeada hacia otro hueco e intentar hacer la jugada. Es crucial mantenerse firme en su hueco. Si el balón va hacia el hueco del compañero, el defensivo debe confiar que su compañero hará la jugada.

### Guía para Tomar Decisiones

- Si el paso inicial del liniero ofensivo amenaza el hueco del defensivo, el defensivo debe contrarrestar el ataque moviendo sus pies en esa dirección mientras re-posiciona sus manos hacia el hombro del bloqueador del lado del hueco.
- Después de neutralizar al bloqueador, el defensivo debe ver el camino del corredor y determinar si el balón está viniendo hacia él o yendo hacia fuera. Si el corredor amenaza su hueco, el liniero defensivo debe usar una acción agresiva de manos para quitarse al bloqueador

y hacer la tackleada. Si el balón va hacia fuera, puede enfocarse en moverse lateralmente en esa dirección, alejándose de su bloqueador y persiguiendo la jugada.

- El defensivo debe estar seguro de no abrir la puerta hacia el próximo hueco interno. Tiene que mantener su brazo externo libre y su cabeza por fuera, pero si para mantener su posición por fuera otorga demasiado terreno lateralmente, el próximo hueco por dentro será cada vez más grande, haciendo difícil el trabajo para el defensivo asignado a ese hueco. Los defensivos deben pelear la presión del reach block y dar terreno a regañadientes mientras mantiene su posición apropiada.

## 8. Tomando el Inside Rush (Presionado al QB por dentro)



Uno de los adagios del football americano probados con el tiempo dice algo así: La mejor defensiva aérea es un gran pass rush. Si los cuatro frontales en la defensiva pueden poner presión en el quarterback mientras están trabajando contra cinco linieros ofensivos, los siete defensivos restantes tienen una ventaja numérica sobre los cinco receptores y, mejor aún, el quarterback no tiene demasiado tiempo para decidir hacia dónde lanzar el balón. Las alas defensivas son la clave para obtener presión porque usualmente operan uno contra uno contra los tackles ofensivos, mientras que los dos tackles defensivos pierden 3 contra 2 en número contra dos guardias y un centro. Los alas defensivas generalmente tienen que mantenerse por fuera de los tackles



en su presión al quarterback, manteniéndolo contenido en el bolsillo. Pero ocasionalmente, el ala defensiva toma la presión por dentro, sorprendiendo al tackle y haciendo una gran jugada defensiva.

Por ejemplo, asuma que el ala defensiva ve el snap del balón y la jugada comienza. El tackle ofensivo se posiciona para protección de pase, y el quarterback comienza su drop hacia atrás. El ala defensiva comienza su carrera. El tackle ofensivo se compromete demasiado hacia la presión por fuera, el ala defensiva toma ventaja de eso y vence al tackle por dentro. Esta presión ocasional por dentro no solo produce una gran jugada como puede ser una captura (sack) sino que también fuerza al tackle ofensivo a ser más cauteloso en su setup, así dándole al ala defensiva una mejor oportunidad de ganar la presión por fuera. De cualquier manera recuerde, que si el ala defensiva escoge la presión por dentro, debe llegar al quarterback. Si va hacia dentro y falla, el quarterback puede escapar del bolsillo y comprar un poco más de tiempo para lanzar el balón.

### Leyendo la Situación

- Enfóquese en el balón. Obtenga una gran salida en cada snap y cree la amenaza de una rápida presión externa en cada jugada.
- Mire al liniero y lea el bloqueo. Cuando el casco del liniero se eleva en el aire al snap, estará haciendo protección de pase y es momento de presionar al quarterback. El ala defensiva puede confirmar su lectura cuando ve al quarterback haciendo su drop hacia atrás.
- Enfóquese en el setup del tackle. Si gira hacia fuera o se estira o se inclina hacia fuera, puede quedar vulnerable para un movimiento hacia dentro.
- Juzgue la profundidad final del quarterback. Si termina demasiado profundo, considerablemente más profundo que la protección de pase del tackle, un presión por dentro no es una buena opción.
- Solo después de comenzar a amenazar con la presión por fuera el ala defensiva deberá localizar al quarterback en el esfuerzo de ver qué tan profundo se establecerá.

### ¡Cuidado!

- Enfocarse en la cadencia del quarterback. El movimiento está determinado por el snap del balón, no cualquier sonido, y su ala defensiva debe concentrarse sólo en el balón antes del snap.
- Enfocarse en las pistas erróneas. Después del snap del balón, el ala defensiva debe ignorar todas las señales excepto el bloqueo del liniero ofensivo.



- Visualizar un objetivo que está demasiado profundo. Recuerde que el quarterback dará unos pasos dentro del bolsillo después de completar sus pasos de drop-back. El ala defensiva debe poner su objetivo 2 yardas frente al drop más profundo del quarterback.

### Guía para Tomar Decisiones

- El ala defensiva debe comenzar cada jugada como si fuera a ser un pase y usar una salida rápida. Si la jugada termina siendo una corrida, debe reaccionar rápidamente al esquema de bloqueo. Pero si se enlentece en su salida mientras lee el esquema de bloqueo, su pass rush no será exitosa.
- El ala defensiva debe evaluar el pass set del tackle ofensivo en cada jugada. El ala defensiva debe seguir retando al tackle ofensivo hacia fuera con velocidad e intentar discernir cuando comienza a comprometerse demasiado hacia la presión por fuera.
- Observando el drop del quarterback, el ala defensiva sabrá qué tan profundo usualmente termina y luego puede decidir si será posible llegar a él venciendo al tackle ofensivo por dentro.
- El ala defensiva debe evitar ser demasiado codicioso. Debe usar el movimiento hacia dentro en forma esporádica y sólo cuando las señales son correctas. Como se dijo anteriormente, si elige ir hacia dentro, debe llegar al quarterback.

## **9. Reaccionando cuando no estoy bloqueado**





Esta habilidad es parte de una defensiva basada en asignaciones, donde las reglas de cómo reaccionar gobiernan el rol de cada jugador en cada jugada. Por ejemplo, las alas defensivas ven el snap del balón y la jugada comienza. El tackle ofensivo alineado frente al ala defensiva no lo bloquea, en cambio bloquea (down block) al tackle defensivo o, en algunas situaciones, se libera por dentro para bloquear a un linebacker. Cuando esto sucede, el ala defensiva debe localizar su próxima amenaza rápida y precisamente, y reaccionar a esa amenaza con la asignación y técnicas correctas. Puede tener que tomar un bloqueo de kick-out ya sea de un fullback o un guardia, defender una jugada de opción, perseguir una jugada que va en la otra dirección o defender una reversible o bootleg volviendo en su dirección.

Todas las partes de esta defensa encajan juntas, y si cada jugador hace su trabajo correctamente la defensiva debería frenar la jugada. Por ejemplo, si la asignación del ala defensiva es a derramar (spill) un bloqueo de kick-out, la asignación del linebacker probablemente sea moverse hacia fuera y estar en posición para hacer el tackle cuando el corredor es forzado a rebotar (bounce) la jugada. Igualmente, si el ala defensiva toma el dive en la opción, el próximo jugador tomará al quarterback y otro tomará el pitch.

*Nota:* Esta habilidad describe las reacciones para un ala defensiva cuando está sin bloqueo del tackle ofensivo. Otros defensivos, tales como los tackles defensivos o linebackers, pueden quedar sin bloqueo de los linieros que están frente a ellos en algunas jugadas y muchas de sus pistas y reacciones pueden ser similares a las presentadas en esta habilidad.

### Leyendo la Situación

- Sepa sus asignaciones. Pueden reaccionar correctamente solo si tienen claro sobre qué deberán hacer en cada situación.
- Concéntrese en el balón de forma de obtener una buena salida en cada snap.
- Lea sobre la marcha. Las alas defensivas no pueden enlentecerse para leer la jugada. Deben aprender a reaccionar mientras están atacando.
- Entiendan que siempre habrá una razón para que lo hayan dejado sin bloqueo. Deben estar preparados para otro tipo de jugada y reconocerla rápidamente.
- Cuando se deja a un ala defensiva sin bloqueo, éste debe chequear por amenazas secundarias en el siguiente orden: kickout, opción, jugada hacia el otro lado, reversible o bootleg volviendo hacia usted.



### ¡Cuidado!

- Concentrarse en otras señales. Los defensivos, hasta el snap del balón, deben ignorar todos los sonidos y visiones, tales como un conteo duro, motions o shifts.
- Concentrarse en señales erróneas. Después del snap, el ala defensiva debe concentrarse sólo en el curso del tackle ofensivo hasta que le sea claro quién lo va a bloquear.
- Buscando el balón antes de encontrar a su primer amenaza. Cuando se encuentra sin bloqueo del tackle, la primera reacción del ala defensiva puede ser ir a buscar el balón. Pero un bloqueador o una jugada de opción probablemente vengan en camino, y debe reaccionar a esas amenazas antes de intentar hacer una jugada en el balón.

### Guía para Tomar Decisiones

- La amenaza más peligrosa es el kickoff block de un fullback o un guardia. Sus alas defensivas deben mirar inmediatamente hacia dentro para ver si un fullback o el guardia los va a atacar y, si es así, prepararse para golpear al bloqueador con el hombro equivocado para derramar (spill) la jugada hacia fuera. La primera amenaza es el kickoff block del fullback. Después de chequear al fullback, el ala defensiva debe chequear al guardia.
- Si no vienen ningún kickoff block, la próxima posibilidad es una jugada optativa línea abajo. Esta jugada puede ser una dive option, con el quarterback poniendo el balón en el estómago del corredor, o una speed option, donde el quarterback viene línea abajo con el balón y un corredor en relación de pitch. En cualquier caso, la asignación del ala defensiva es la primera opción de amenaza viniendo hacia él, que en el caso de la dive option sería el corredor y el quarterback en la speed option. Se requieren técnicas especiales (feathering) para defender contra el quarterback en la speed option.
- Si no hay jugada viniendo en su dirección, el ala defensiva debe mantenerse paralelo (hombros paralelos) a la línea de scrimmage y apretar (squeeze) línea abajo, mirando para hacer un tackle sobre el corredor que intenta hacer un cutback, pero manteniendo los ojos en el quarterback por una posible jugada de play-action con bootleg. Si el quarterback vuelve, el ala defensiva debe contenerlo (a menos que un blitz u otra llamada defensiva desde afuera lo libere de esa responsabilidad) fluyendo hacia debajo de la línea de scrimmage.
- Si la jugada va hacia el otro lado y el quarterback no vuelve, el ala defensiva debe chequear una posibilidad más. Debe moverse lentamente línea abajo, chequeando por una reversible que vuelve



hacia su dirección. Sólo después de que la amenaza de reversible ya no es posible el ala defensiva puede girar y correr terreno abajo para perseguir la jugada.

## 10. Defendiendo la opción



La ofensiva hace el snap del balón, y el quarterback ataca línea abajo con un corredor en relación de pitch. La línea ofensiva deja sin bloqueo al último hombre sobre la línea de scrimmage de forma que el quarterback pueda hacer la opción sobre él, ya sea girando terreno arriba si el defensivo toma al corredor o si el defensivo toma al quarterback pichando el balón al corredor. Sin embargo, si el defensivo no se compromete ni con el quarterback ni con el corredor. Se mueve lateralmente línea abajo frente al quarterback, manteniendo una posición donde puede tacklear al quarterback si se queda con el balón o si el quarterback picha el balón girar y correr hacia las laterales para tacklear al corredor. Esta técnica de mantenerse sin compromiso ni con el quarterback ni con el corredor se llama “feathering the option” porque es una técnica defensiva pasiva y sin agresión. Sin embargo, es una técnica efectiva para defender la opción porque crea confusión para el quarterback sobre si mantener el balón o picharlo.

*Nota:* En esta técnica sólo discutiremos las reacciones y decisiones de un ala defensiva para defender jugadas de opción donde esté enfrentando a un quarterback y a un corredor en posición de pitch. Algunas jugadas de opción de dive o ver requieren otras reacciones, pero no son discutidas aquí.

### Leyendo la Situación

- Cuando se de cuenta que está sin bloqueo para su carga terreno arriba y mire hacia dentro para la próxima lectura.



- Cuando ve venir la opción, debe girar sus hombros paralelos a la línea de scrimmage y no cruzar la línea de scrimmage.
- Deslícese lateralmente línea abajo y manténgase un poco por delante del quarterback, pero no tan adelante que deje una gran grieta abierta para que el quarterback corra terreno arriba por dentro suyo.
- Mientras el quarterback viene línea abajo, concéntrese en la sección media del cuerpo del quarterback mirando un posible giro e intento de correr con el balón.

### ¡Cuidado!

- Concentrarse en el balón mientras el quarterback viene línea abajo. El defensivo debe concentrarse en la sección media del quarterback, no en el balón. Si el defensivo mira el balón, un engaño de pase o un engaño de pitch hecho por el quarterback pueden engañarlo.
- Concentrarse en el corredor. El defensivo debe mirar periféricamente al corredor en posición de pitch, pero hasta que el balón sea efectivamente lanzado al corredor, la asignación primaria del defensivo es el quarterback; es el único defensivo con esta asignación. Tiene que estar en posición para hacer la tackleada si el quarterback elige correr con el balón.
- Estar demasiado apresurado para tacklear al quarterback. Los jugadores defensivos están acostumbrados a ser agresivos, y la visión de un quarterback acarreando el balón los hace querer atacar. Sin embargo, el defensivo realmente necesita inicialmente deslizarse alejándose del quarterback, una reacción muy diferente de la que tendría en casi cualquier otra situación.

### Guía para Tomar Decisiones

- La clave para defender efectivamente la opción es la reacción inicial del defensivo. Si el quarterback llega al defensivo antes que el defensivo reconozca la jugada, gire sus hombros y avance más allá de la línea de scrimmage, el quarterback será capaz de pichar el balón rápidamente y el defensivo será incapaz de ayudar.
- Recuerde que el objetivo de “feathering the option” es enlentecer al quarterback, crear indecisión en su mente y comprar tiempo para que otros defensivos puedan reaccionar y llegar a la jugada. El defensivo debe ser cauteloso y rápido usando esta técnica; no debe darle una fácil decisión al quarterback.
- Recuerde que el defensivo que está defendiendo la opción está asignado, por el esquema defensivo, a tacklear al quarterback si se queda con el balón. Debe estar listo para plantar su pie externo,



dirigirse hacia el quarterback y hacer la tackleada en la línea de scrimmage si el quarterback elige correr.

Si el quarterback picha el balón, el defensivo debe dirigir su hombro externo hacia atrás y girar rápidamente hacia la línea lateral, corriendo directamente línea abajo para ayudar a tacklear al corredor que ha atrapado el pitch.