

ROLES FUNCIONALES: POLIVALENCIA PERMANENTE (Delanteros)

Autor: Rubén Duque

«Un equipo de Rugby está formado por 15 jugadores: 8 son fuertes y activos, 2 ligeros y astutos, 4 altos y rápidos y uno que es modelo de flema y sangre fría. Es la proporción ideal entre los hombres.»

Jean Girandoux

Mucho se ha hablado y se ha escrito sobre las posiciones en el Rugby y hoy en día aún se sigue haciendo. Progresivamente se tiende a hablar de fases de conquista, de lanzar el juego, de lanzar el movimiento, de juego por bloques... hasta que los entrenadores llegan a diseñar un plan de juego.

Si lo cogemos, destripamos y hurgamos en él, al final llegamos de nuevo al jugador , a las posiciones... pero aún falta un ingrediente esencial para que cada uno de esos jugadores con sus posiciones específicas , atentos a la batuta del entrenador desempeñen su cometido en la orquesta y el concierto sea un éxito... ese ingrediente son los roles funcionales.

Pilares (nº 1 y nº 3)

Rol funcional en melé: Estabilizador y transmisor de fuerzas

- Adoptar una posición con los pies a la altura de los hombros.
- Agarrarse al talonador a la altura de las axilas y omóplato permitiéndole la movilidad de las caderas y del torso, algo que le aportará cierta comodidad a la hora de talonar.
- Agacharse firmemente en el "crouch", espalda recta, cabeza arriba.
- Comenzar la entrada desde la posición del "crouch" tratando de no variar esta posición desde que se adopta hasta la entrada.
- Realizar un contacto firme sobre la entrada siendo capaces de mantener los agarres previos a la misma así como una posición estable adaptada a la relación de fuerzas que se genera en el impacto mediante de pequeños pasos compensatorios al movimiento.

- Estabilizar la melé en la introducción del balón cuando éste es puesto sobre ella tratando de dar estabilidad y que el balón sea liberado desde una plataforma estable.
- Transferir el peso y fuerzas desarrolladas por la melé manteniendo una posición de espalda recta, cabeza levantada, hombros por encima de la línea de las caderas y éstas a su vez adelantadas respecto a la línea de las rodillas.
- Mantener la presión constante hacia delante hasta que el balón es liberado (tanto en melé ofensivas como defensivas).

Rol funcional en el lateral: Levantador

- Crear espacio para el saltador tan pronto como sea posible.
- Sobre el espacio creado, girar y dar la cara al saltador.
- Una vez que el saltador inicia el salto vertical, ayudarle en el ascenso manteniéndole en el aire hasta que coge el balón.
- Cuando el balón es cogido, asistir al saltador hasta el suelo agarrándole y protegiendo el balón del contrario.
- Coger siempre la misma postura, independientemente de donde se vaya a lanzar el balón.
- Crear una línea o "pantalla" protectora cuando el balón no ha sido lanzado a los saltadores en posición 2 o 4 en la touche.
- Alternar el posicionamiento para asegurar una liberación del balón en óptimas condiciones controlando el balón o contribuyendo al empuje.

Talonador (nº 2)

Rol funcional: Conquistador en melé

- Coordinar la formación de la melé.
- Coordinar la entrada en melé.
- Coordinar la introducción del balón en la melé.
- Tratar de ganar la pelota lo más cerca posible al pilar izquierdo incentivando la rápida conquista de la misma.
- Talonar la pelota hacia atrás entre las piernas del pilar izquierdo.
- Asegurar que la pelota queda detrás de la primera línea lo antes posible.
- Colaborar con los pilares en ejercer presión sobre la primera línea contraria.

Rol Funcional: Lanzador

- Conocer el código, tanto el movimiento que se va a ejecutar y a dónde, como el tipo de salto.
- Lanzar sobre el espacio hacia el que se va a lanzar y se mueve el saltador.
- Lanzar en función del tipo de salto (rápido, lento, bombeado, tenso...).

- Una vez que ha sido lanzado acudir a su función sobre la conquista del balón, ya sea ocupar el espacio entre línea de touche y 5m, acudir a la caída del balón, y al fondo de la touche, etc.
- Una vez lanzado el balón proteger al receptor de la presión del talonador contrario.

Segunda línea (nº 4 y nº 5)

Rol funcional: Saltador

- Conocer el código y tipo de lanzamiento.
- Moverse para crear un espacio previo al lanzamiento llevándose consigo a los oponentes. Moverse entonces hacia el espacio creado previamente y saltar verticalmente:
 - a. Levantando los brazos ganando la máxima altura posible si el lanzamiento lo requiere.
 - b. Mirar el balón constantemente hasta que es atrapado en el aire.
- Coger el balón de manera "suave" con las manos.
- Una vez se ha cogido el balón, moverlo rápidamente rotando en el aire y apartándolo del contrario lo antes posible.
- Si el código requiere un balón rápido, buscar al receptor primero con la vista y con el balón controlado en el aire deslizarlo al receptor, después descender ayudado hasta la caía por los levantadores
- Si el código requiere un balón controlado en el suelo, descender ayudado por los levantadores y adoptar en el suelo una posición estable presentando el balón a los apoyos.

Rol funcional: Receptor de saques y reinicios

- Posicionarse previo a la patada según el patrón de juego como una mini unidad.
- Estar en una posición que permita ir hacia el balón.
- Disputar el balón en el aire saltando y siendo ayudado por los levantadores y girarse hacia su campo dando la espalda a los oponentes.
- Presentar el balón a los compañeros.

Rol funcional: Propulsor en melé

- Agarrarse ambos entre los hombros y la cintura. El más bajo de los dos colocará su hombro por encima del más alto para tratar de alinear ambos hombros. Con el otro brazo agarrarse al pilar.
- Arrodillarse sobre la rodilla interna y posicionarse bajo el glúteo del pilar y del talonador, a veces será necesario entrar desde esta posición.
- En el momento de la entrada, propulsar a la primera línea hacia delante manteniendo la presión durante el impacto de la entrada siendo capaces de mantener y/o adaptar la posición del cuerpo y de los pies sobre la misma.

Tercera línea abierto y cerrado (nº 6 y nº 7)

Rol funcional: Guardián

- En melé además, adoptan, junto al número 8 o tercera centro, el rol funcional de Guardián y el rol funcional de Puente.
- El objetivo principal es el de vigilar y controlar el balón en todo momento con el fin de no dejar salirle de la melé si no es deseado que así sea.
- Es muy importante que la posición del tercera cerrado no se modifique mucho tras la entrada para promover un canal claro del balón hasta el número 8 o tercera centro.
- Promover diferentes opciones para cualquier circunstancia incluyendo si la melé va para atrás.

Rol funcional: Puente o enlace

- Conocer el movimiento a desarrollar tras la liberación del balón.
- Estar alerta de cualquier cambio resultante de la presión generada por el equipo contrario.
- Coordinar y comunicar la liberación del balón.
- Acudir al lugar donde previamente se ha establecido que pueda ocurrir una acción actuando como conservador del balón, opción de ataque o, si el equipo contrario recupera ser una primera opción defensiva.

Rol funcional: Apoyo en touche

- Conocer el código.
- Moverse hacia el lugar de la conquista del balón formando una línea protectora donde no puede entrar el equipo defensor (evitando presionar al medio-melé, etc.)
- Intervenir si el balón no ha sido conquistado con claridad sobre la caída.
- Si éste ha sido claramente ganado, acudir a formar una plataforma estable sobre el mismo.
- Controlar el balón pudiendo hacerlo disponible si así es requerido.

Tercera línea centro (nº 8)

Rol funcional: Guardián - Enlace

- Proteger el balón para el medio de melé tratando de que este pueda obtener el balón con la menor interferencia posible por parte de jugadores del equipo contrario.
- Ser capaz de controlar el balón con los pies y con las manos.
- Liberar el balón preferentemente cuando la melé está estable si es que no lo hace avanzando.
- Tener una salida corta dinámica capaz de ganar la línea de la ventaja.

Rol funcional: Decisor de touche

- Número de jugadores en la touche.
- Posición del saltador.
- Tipo de Lanzamiento.
- Opción de ataque y liberación del balón.
- Tiempo de la liberación.



Rugby

Soluciones
por la evolución del juego

www.rugbysoluciones.com