



# DESTREZAS POR PUESTO



## CENTROS

### Reposicion, juego de manos, penetracion ,GRAN DEFENSA

<b>Juego con las manos</b>	Atacar equipo rival Mantener posesión Dar continuidad	Esta siempre en correcta posición lo cual le permite tomar y pasar (ubicación y reubicación) Carrera y dirección de carrera Recibe y pasa en un solo movimiento Manejo de pelota (precisión y rapidez) Maneja distintos tipos de pases Timing de pase Ataca al rival Maneja tiempo y espacio Pasa y apoya Toma la pelota acelerando Coloca al receptor con 2 frentes o para atacar su marca Ataca la pelota en su línea de pase Adaptación a movimientos no ortodoxos y jugadas
<b>Defensa, Actitud de tackle</b>	Ataca al centro rival o quien ataque en su lugar y detenerlo antes que alcance la línea Conforma una barrera defensiva Tackle seguro rápido y contundente	Su adecuación al plan defensivo Ejerce presión Apoyo defensivo, marca a su hombre y corre constituyéndose una 2ª línea de defensa Tackle-tackle y más tackle Desempeño en la disputa con su centro rival Hace posible recuperación después del tackle Se hace respetar por el centro rival
<b>Portando la pelota</b>	Creación y utilización de un hombre extra Juego de contacto: mantener posesión, dar continuidad Toma correcta de decisiones	Capacidad para batir un rival y dar la pelota Capacidad para cortarse o hacer corta un compañero Destreza en correr con la pelota Domina cambios de ritmo, velocidad y dirección Capacidad de transformar un 2 vs 1 en 1 vs 0 Capacidad para intervenir en jugadas y darle la salida adecuada Capacidad para rematar movimientos Apoyo luego de dar la pelota Defensa y conservación de la pelota Deja la pelota de su lado luego del tackle Lo afecta la presión Pone al rival bajo presión ofensiva
<b>Juego con el pie</b>	Correcto dominio del juego con el pie	Domina todo tipo de patadas, ofensivas, defensiva, tácticas Utiliza ambas piernas Presión y potencia Toma de decisión