

Trabaja sobre tu lista de preparación mental:

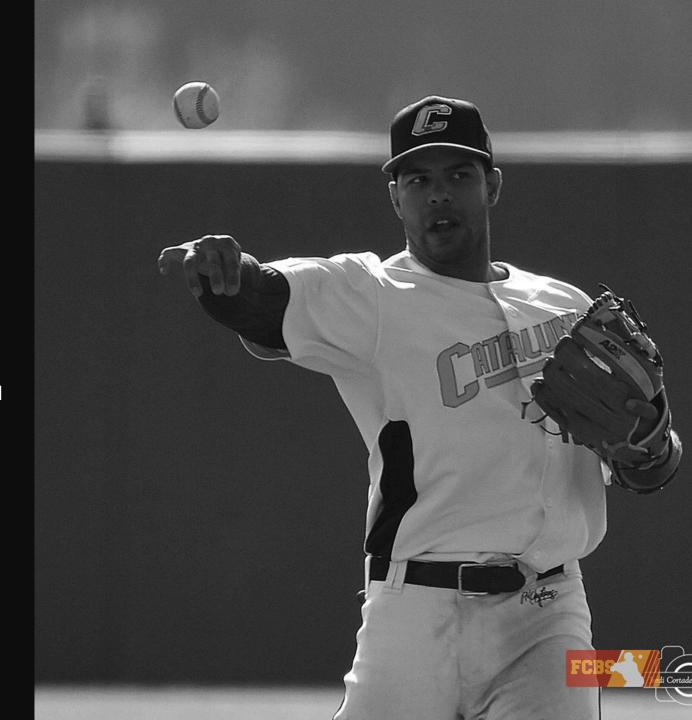
- 1. Se consciente de la situación siempre: La entrada, la cantidad de outs y los corredores en las bases. Tener en cuenta todas estas cosas permite que el defensor maximice la visualización de la jugada y ayude mejor a su equipo.
- Conoce la fuerza de tu brazo y cuánto profundo puedes jugar. Posicionarse lejos de una jugada es una manera de crear un posible error o una situación de mala jugada. Conoce tanto tus fortalezas como tus debilidades.
- 3. Conoce la posición de tus Outfielders y su alcance. Tus responsabilidades no consisten solamente en qué haces y dónde te posicionas. Debes tener conocimiento práctico de dónde están tus compañeros de equipo, ayudará a la comunicación general.
- 4. Se consciente del tiempo y las condiciones de juego (por ejemplo, ¿Dónde está el sol? ¿Está mojado el césped? ¿Cómo está el viento?
- 5. Conoce quién cubre la base en distintas situaciones: Roletazo hacia el lanzador con o sin corredores en las bases, jugadas de toque y relevos, toques de bola con jugadas en primera y/o tercera. ¿Qué hago cuando el batazo es hacia mí?





Conoce el lanzamiento antes de que se produzca:

Conocer la localización y el tipo de cada lanzamiento que va a realizar el Pitcher, estudiar cada lanzamiento antes que se produzca es sumamente importante para aumentar el alcance de un **Infielder**. Un jugador del cuadro que utiliza esta información contra el bateador verá mejoras en su alcance para fildear la pelota. Los **Infielders** pueden hacer una estimación dónde el bateador golpeará la pelota, basada en la localización y el tipo de lanzamiento. Este conocimiento permite que el **Infielder** avance más rápidamente hacia cualquier roletazo. Por ejemplo, si el Short Stop se anticipa a una recta pegada a un bateador derecho, puede moverse sutilmente a su derecha, siempre asegurándose de que no le avise al bateador del lanzamiento por moverse demasiado rápido o demasiado temprano.







Movimiento antes del lanzamiento

Antes de cada lanzamiento, los Infielders deben dar uno o dos pasos semiagachados (es decir, no estar de pie o demasiado rígidos) hacia el bateador. El paso final debe aterrizar en el suelo justo cuando el bateador va a realizar el swing. Este movimiento conduce a poder reaccionar más rápido un roletazo. Además, al realizar esta acción, lanzamiento por lanzamiento, maximiza la concentración del Infield durante el partido. Nota: Asegúrate de no inclinarte demasiado hacia delante sobre los dedos de los pies cuando das el último paso, ya que el movimiento lateral será menos eficaz y más lento.





