



# Grassroots BASES

**FIFA®**

*For the Game. For the World.*





Grassroots



# Tabla de materias

<b>Página</b>	<b>Capítulo</b>
5	Prefacio
9	La filosofía del fútbol base
13	El entrenador-educador de fútbol
23	Características del niño y enfoque pedagógico
35	Organización de torneos
41	Organizar un festival
51	La sesión de fútbol base
61	Partidos reducidos
65	Los fundamentos técnicos
71	Ejemplos de ejercicios
89	Líneas directivas para desarrollar un plan de fútbol base
95	Estructura del fútbol base en la asociación miembro
103	Crear vínculos con los gobiernos
111	Anexos





## Prefacio







La promoción sistemática del fútbol base es, desde siempre, una de las prioridades de la FIFA. De acuerdo con una de las misiones de la FIFA, “desarrollar el juego” y hacer llegar el fútbol al gran público es el principal objetivo del programa de fútbol base de la FIFA.

Estoy encantado de que el fútbol base se haya desarrollado tanto en el mundo estos últimos años, sean cuales sean los contextos políticos, religiosos o culturales. El fútbol base se ha popularizado realmente en nuestras sociedades y ha logrado un lugar pre-dominante en el mundo del deporte. Determinación y espíritu de iniciativa han sido las fuerzas motrices del desarrollo del fútbol a escala internacional.

La promoción y el progreso del fútbol base no consiste únicamente en una ayuda financiera, sino que abarca mucho más allá, hasta el desarrollo de las infraestructuras necesarias para que las asociaciones miembros, los educadores y los participantes se impliquen activamente en el fútbol. Gracias a nuestro programa y a las actividades que ofrece, multiplicaremos las ocasiones de jugar a fútbol en todos los lugares del mundo.

**El juego, la interacción, la reunión y el hecho de compartir son los valores que fomentamos, además de la diversión sobre el terreno de juego, por supuesto.** Para algunos, el fútbol base se resume en actividades recreativas; para otros, consiste en la práctica del fútbol en un club o en el entorno escolar, con entrenamientos periódicos y partidos al final.

Ese es el motivo por el que animo siempre a los niños a jugar a fútbol, sea cual sea su nivel, puesto que pueden mejorar su técnica, su inteligencia en el juego y su dinamismo, y también transmitir valores como el espíritu de equipo y el juego limpio. En resumen, el fútbol es una escuela de vida.

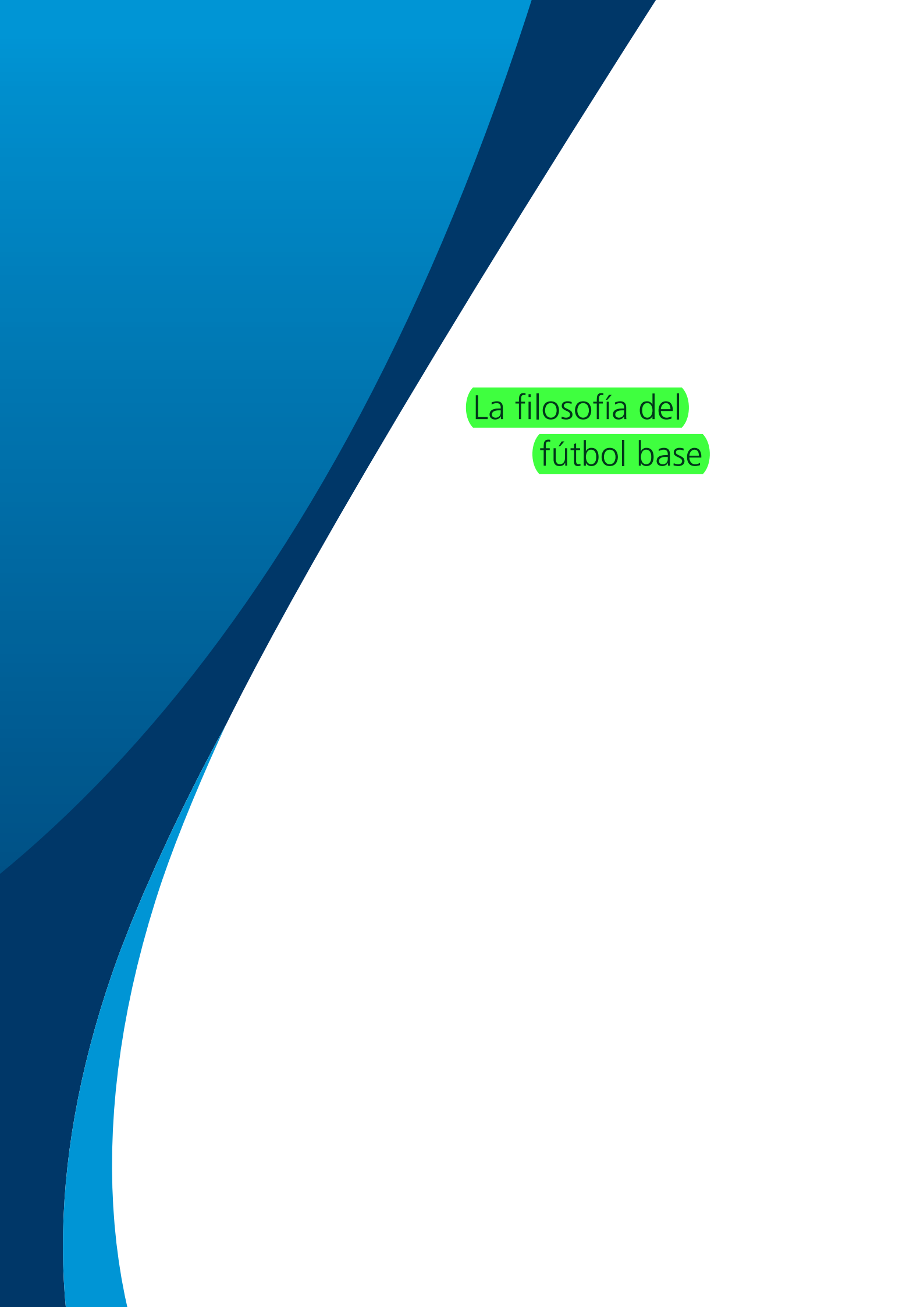
Estoy convencido de que este manual constituirá una excelente herramienta para todos aquellos que deseen implicarse en el fútbol base. Los primeros beneficiados serán los niños, pero espero que este manual también pueda servir como referencia para el desarrollo del fútbol base en el futuro.

A todos vosotros, os deseo un excelente trabajo y una fructuosa comunicación alrededor del fútbol y de la juventud. Agradezco, por adelantado, vuestra contribución al desarrollo del fútbol y a la construcción de un futuro mejor.

Por el juego. Por el mundo.

Joseph S. Blatter  
Presidente de la FIFA





# La filosofía del fútbol base

“Desarrollar el juego” es una de las tres misiones de la FIFA. El principal objetivo del programa de fútbol base de la FIFA es hacer descubrir el fútbol a la mayor cantidad de personas, y la mejor forma de atraer nuevos jugadores es proporcionarles acceso al fútbol en su propio entorno, sea cual sea su edad, género, condición física, color de piel, religión u origen étnico.

### El fútbol base, el fútbol para todos

El programa de fútbol base de la FIFA engloba a niños y niñas de 6 a 12 años y puede desarrollarse en un marco escolar, comunitario o de club.

La idea principal del programa es reunir la mayor cantidad de personas posible alrededor de un balón, fomentar el

intercambio y la puesta en común de los valores humanos y, por supuesto, disfrutar practicando este maravilloso deporte.

Para algunos, el fútbol base es un conjunto de actividades recreativas, para otros, representa la práctica del fútbol de forma organizada, con entrenamientos y partidos en el marco de la escuela o de un club.

Es evidente que no todos estos jóvenes jugadores serán estrellas el día de mañana y que no todos tienen los atributos para convertirse en profesionales. Por tanto, no se trata de organizar sesiones de entrenamiento intensivo o imponer nociones tácticas complejas, puesto que podría revelarse como un factor disuasorio.

**El juego es la mejor forma de aprender y, ante todo, los jóvenes deben divertirse.**





Las relaciones humanas, el espíritu de equipo y la diversión son los elementos esenciales del fútbol base.

El concepto de aprender jugando con ayuda de un entrenador-educador está diseñado específicamente para llegar a la juventud y crear una dinámica hacia la que orientarse en el futuro. **El entrenador-educador debe ser dinámico, simple, apasionado y motivador. Al mismo tiempo, debe respetar siempre las características físicas, fisiológicas y psicológicas de los niños.**

### Los niños no son pequeños adultos.

Para muchos niños de todo el mundo, el fútbol es la principal distracción, la mejor herramienta de integración social y un excelente medio de expresión.

El programa de fútbol base de la FIFA ofrece a todos la posibilidad de jugar a fútbol, sin discriminación y con un mínimo de infraestructuras.

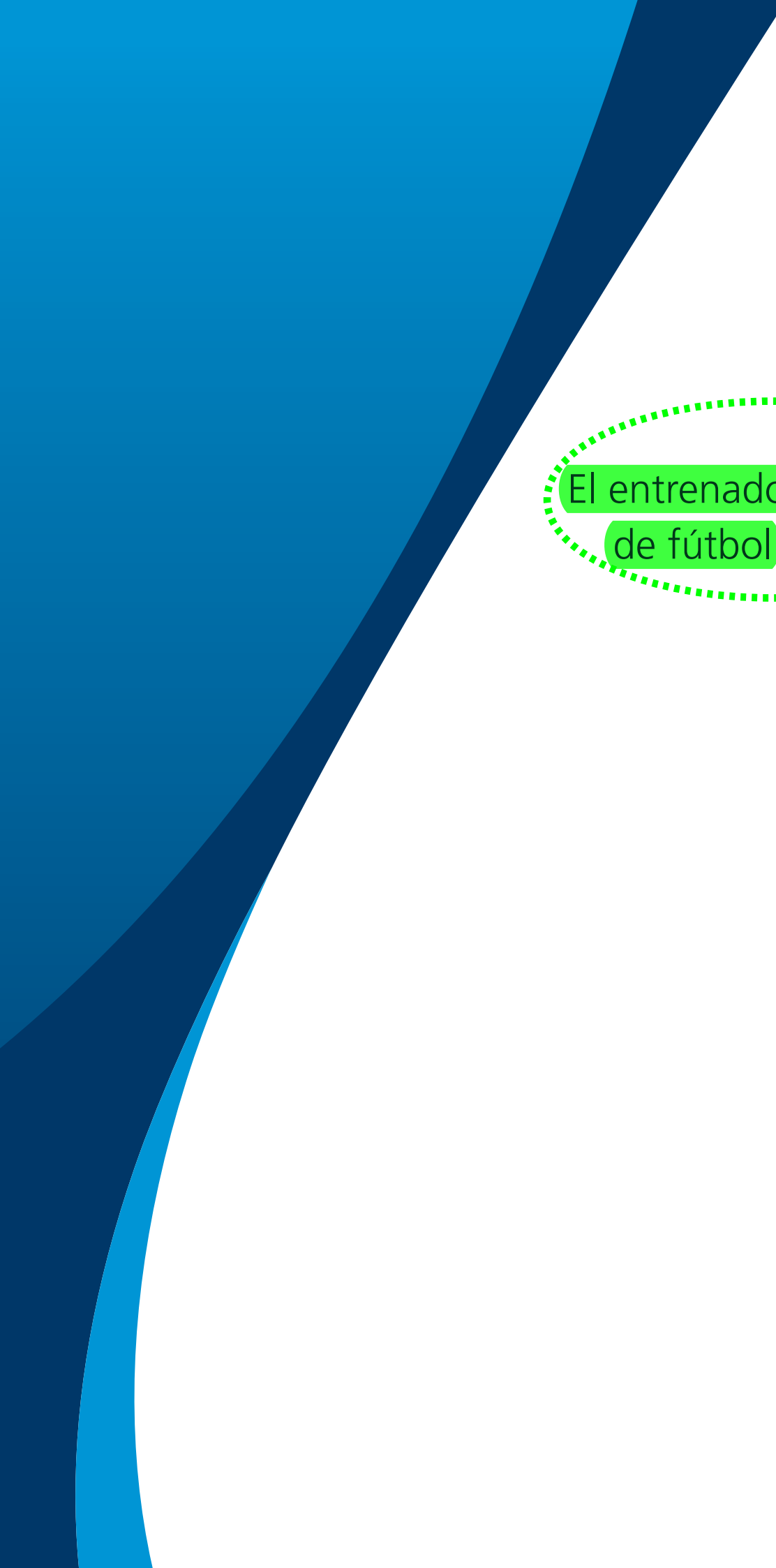
Puede ayudar a completar las iniciativas de las confederaciones y de las asociaciones miembro que ya cuenten con un programa de este tipo.

El programa de fútbol base de la FIFA se lleva a cabo en estrecha colaboración con las Asociaciones Miembro e implica a todos aquellos organismos que se ocupan de la educación (gobiernos, organizaciones no gubernamentales, comunidades, escuelas, etc.).

### El fútbol base, el fútbol en todas partes, para todos y por todos.







El entrenador-educador  
de fútbol



“La juventud prefiere ser estimulada que enseñada”.

*Johann Wolfgang von Goethe*





El niño es el centro de interés del entrenador-educador, cuya misión principal y esencial es garantizar su desarrollo en diferentes ámbitos: deportivo, social, psicológico y educativo.

**El educador de fútbol es la persona que conoce, que sabe... Es cierto que no lo conoce todo, incluso dentro de su área, pero debe saber perfectamente lo que quiere transmitir.**

Las victorias y las derrotas no significan nada comparado con lo que el fútbol puede transmitir en cuanto a valores humanos y sociales, que ayudarán a la formación del futuro ciudadano, así como a su inserción en la sociedad.

El fútbol puede ser una herramienta maravillosa para transmitir valores como el respeto, la solidaridad, la ayuda mutua, el compartir, etc.

**Gusto por transmitir, gusto por compartir, gusto por dar, gusto por ocuparse de los demás. Esa es la misión del educador de fútbol: una vocación.**

La misión educativa del educador de fútbol es crucial: transmitir "conocimientos" y "valores". Para eso, es necesario

conocer al niño, sus características, tener en cuenta su edad, sus capacidades. En una palabra, practicar **una pedagogía del apoyo y del éxito.**

**El juego constituye la principal actividad del niño. Jugar representa una necesidad esencial, vital e innata en todos los niños. Por tanto, el despertar y la iniciación del jugador o jugadora de fútbol mediante el juego son los principales objetivos del fútbol base.**

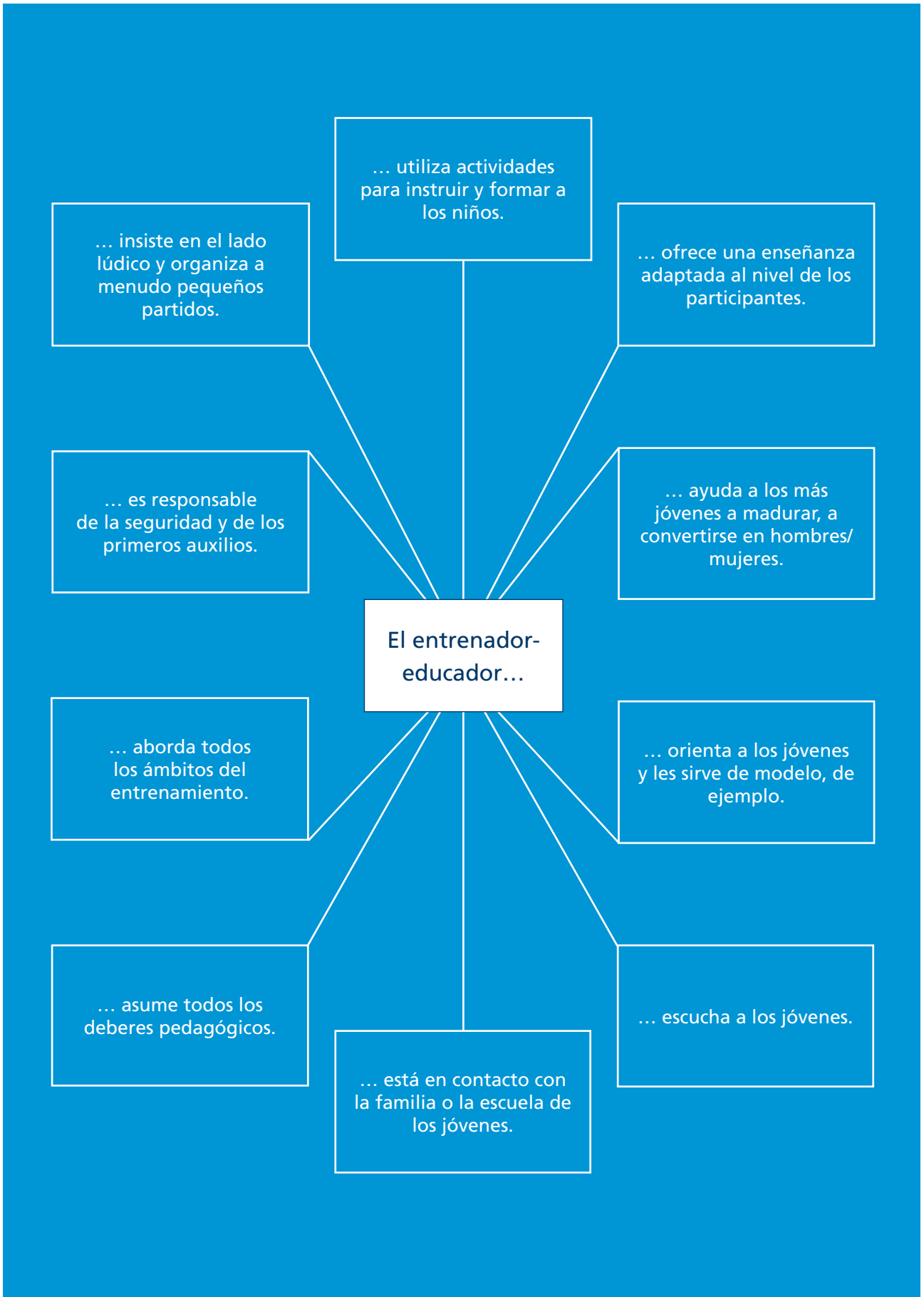
El fútbol con **pocos jugadores**, en **espacios reducidos**, responde a estas dos preocupaciones. Sobre espacios reducidos, mejor adaptados a sus capacidades fisiológicas, el aprendiz de futbolista tocará el balón más a menudo y, de esta forma, aprenderá a dominarlo y controlarlo mejor.

**Aprendizaje a través del juego**, esa es la misión confiada a los educadores de fútbol. Jugando, el niño aprende mientras disfruta. Por tanto, el juego supone un medio extraordinario de desarrollo psicomotor, que permite al niño superar sus temores, liberarse, tomar iniciativas, asumir riesgos e inventar.

Simplemente, la felicidad de jugar juntos a fútbol y compartir este momento.

"La naturaleza dicta que los niños deben ser niños antes de convertirse en adultos. Si intentamos modificar este orden natural, alcanzaremos la edad adulta de forma prematura pero sin la sustancia y la fuerza"

*Jean-Jacques Rousseau*



### Perfil del entrenador-educador de fútbol

El entrenador-educador, en su papel de formador, tiene por vocación el despertar y la iniciación al fútbol para todos los chicos o chicas que deseen descubrir las maravillas de este deporte.

Para alcanzar los objetivos que impone este rol de formador, el entrenador-educador de fútbol, en su "escuela de fútbol", tendrá por misión:

- Acoger sin espíritu selectivo a todos los jóvenes jugadores y jugadoras a partir de 6 años de edad.
- Transmitir desde la más temprana edad una educación deportiva sobre la base del respeto y el juego limpio.
- Desarrollar una mentalidad basada en el placer de jugar y la voluntad de progresar.

Sin ser un gran experto, el educador de fútbol debe poseer unos determinados conocimientos básicos:

### Conocimiento del niño

- Aspectos generales del desarrollo en las diferentes edades
- La relación, el comportamiento, la comunicación y el lenguaje

### Capacidades pedagógicas de enseñanza y organización

- Los métodos de aprendizaje
- La organización de una sesión de fútbol
- La organización de un torneo
- La organización de un festival

### Conocimientos básicos del fútbol

- Los juegos reducidos
- Los juegos de entrenamiento
- El aprendizaje de los gestos técnicos



## El entrenador-educador de fútbol

### Conocimiento del niño

- Los aspectos generales del desarrollo
- La relación, el comportamiento, la comunicación y el lenguaje

### Los conocimientos básicos del fútbol

- Los juegos reducidos
- Los juegos de entrenamiento
- El aprendizaje de los gestos técnicos

F  
U  
N  
D  
A  
M  
E  
N  
T  
O  
S

### Las competencias pedagógicas

- Los métodos de aprendizaje
- La organización de una sesión de fútbol
- La organización de un torneo
- La organización de un festival



## Códigos de conducta

El educador de fútbol ejerce una gran influencia sobre los jugadores y jugadoras implicados en el fútbol base. Debido a que los educadores de fútbol pasan mucho tiempo con los niños, su propia conducta y comportamiento determinará, invariablemente, las actitudes y la conducta de los propios niños. Por tanto, debe ser un ejemplo para todos los participantes, siempre de forma positiva, tanto en su aspecto físico como en sus relaciones sociales y emocionales.

No puede ni debe ser percibido únicamente como organizador o técnico de fútbol, sino también como guía, educador y ejemplo a seguir.

## Los cinco fundamentos de una práctica exitosa del fútbol

La escuela de fútbol es un espacio de acogida donde los niños se sienten bien y experimentan el sentimiento de su propio valor:

### 1. El sentimiento de estar seguros.

Proteger a los niños de daños físicos y emocionales. Un niño que no se siente seguro experimentará dificultades para sentirse bien y divertirse con el juego.

### 2. El sentimiento de ser bienvenido.

Sentirse bienvenido sea cual sea su edad, su género, su nivel técnico, su físico, su cultura o su idioma. El fútbol es un medio en el que las discriminaciones de cualquier tipo no deben existir.

### 3. El sentimiento de ser "buen jugador"

El niño debe sentirse competente. Por tanto, hay que animarle constantemente destacando lo bueno por encima de lo malo.

### 4. El sentimiento de pertenencia a un grupo.

Formar parte de un grupo y tener la sensación de ser aceptado por el equipo son elementos fundamentales para los niños.

### 5. El sentimiento de ser importante.

Los niños necesitan ser reconocidos por su éxito. Por tanto, hay que animarles a ser creativos y expresivos.

## Objetivos del educador de fútbol

- Disfrutar trabajando con niños
- Tener un perfecto conocimiento de los niños.
- Ser un punto de referencia para ellos.
- Ser exigente y tolerante a la vez.
- Saber escuchar.
- Comunicar continuamente.
- Darles confianza y seguridad.
- Desarrollar el espíritu de equipo.
- Fomentar las iniciativas individuales y la asunción de riesgos.
- Destacar "el espíritu del juego" por encima de los errores.
- Practicar una pedagogía del apoyo.

## Lo que debe evitar hacer

- Gritar constantemente o ser agresivo.
- Querer formarles o pedirles jugar como si se tratara de adultos.
- Olvidar la motivación principal de los niños, que es jugar al fútbol.
- Dar explicaciones demasiado largas.
- Proponer objetivos técnicos ambiciosos para su edad.
- Organizar ejercicios repetitivos.
- Prolongar demasiado rato un mismo ejercicio.
- Interrumpir el juego constantemente
- Criticar a un participante ante el resto del grupo.
- Olvidarse de equilibrar los equipos.
- Darle demasiada importancia al resultado.



### Código de los niños

- Jugar para divertirse y no simplemente para contentar a los padres o a los profesores.
- Divertirse, progresar y realizarse gracias al fútbol.
- Descubrir, aprender y respetar las reglas de juego y las reglas de vida en grupo.
- Integrarse en el grupo y ser un auténtico compañero
- Respetar a los adversarios.
- Aceptar las decisiones de los árbitros o de los educadores.
- Mantener el juego limpio en cualquier circunstancia.

### Código de los padres

- Recordar que los niños juegan a fútbol para divertirse, no para que lo hagan los padres.
- Animar antes que forzar u obligar.
- Animar a los niños a jugar siempre según las reglas del juego.
- Nunca reprender a un niño por haber cometido un error técnico o haber perdido un partido.
- Recordar que los niños aprenden mediante el ejemplo.
- Animar a los dos equipos.
- Felicitar a los dos equipos independientemente del resultado del partido.
- Ayudar a eliminar cualquier violencia física o verbal del fútbol.
- Respetar las decisiones de los educadores y de los árbitros, así como enseñar a los niños a hacer lo mismo.

- Apoyar, animar y ayudar a los voluntarios, a los educadores, a los organizadores y a los árbitros en su trabajo. Sin ellos, los niños no podrían jugar a fútbol.
- Mantener el juego limpio en cualquier circunstancia.

### Código de los árbitros

- Comprender que arbitrar a niños y arbitrar a adultos son dos cosas diferentes.
- Proteger a los participantes.
- Centrarse en el espíritu del juego más que en los errores.
- No intervenir de forma excesiva en el juego.
- Dejar jugar.
- Explicar las razones de las infracciones de las reglas del juego cometidas por los niños.
- No dudar en darle la oportunidad a un participante de que vuelva a poner el balón en juego, explicándole su error.
- No tolerar un lenguaje inapropiado.
- Mantenerse constante, objetivo y educado, señalando las infracciones de las reglas del juego.
- Arbitrar de forma pedagógica, explicando todas las sanciones.
- Conservar una actitud positiva y sonriente.
- Mantener el juego limpio en cualquier circunstancia.
- Los jugadores se darán la mano antes y después de cada partido.



## Seguridad y prevención – Las diez funciones importantes del entrenador-educador de fútbol

### 1. Generar un entorno seguro

Las instalaciones deportivas y los equipamientos deben ser seguros para los niños y el resto de participantes. Las condiciones atmosféricas desfavorables también deben tenerse en cuenta durante todas las actividades del fútbol base.

### 2. Equipamiento deportivo seguro y apropiado

Los códigos y las normas existentes para los equipamientos deben respetarse y todo el material debe mantenerse en buen estado y corresponder completamente a la categoría en cuestión (balones nº4, por ejemplo).

### 3. Actividades planificadas

Los lesiones pueden ser resultado de sesiones de fútbol mal planificadas. Las habilidades técnicas que revisten algún tipo de riesgo (juego de cabeza o técnicas defensivas, por ejemplo) se deberán enseñar de forma progresiva obligatoriamente.

### 4. Seguimiento de los niños en caso de lesión o de incapacidad temporal

Los participantes que sufran lesiones o una incapacidad temporal deben quedar exentos de los ejercicios potencialmente peligrosos para ellos.

### 5. Jugar en su categoría de edad

En una primera etapa, e incluso en el caso de jóvenes talentos, es necesario distribuir a los participantes en grupos de nivel, no sólo según la edad, sino también en función de la estatura, el peso o incluso la madurez. La experiencia y el nivel de competencia también deberían considerarse.

### 6. Informar a los participantes y a los padres de los riesgos propios del deporte

Los participantes (o sus padres/tutores) sólo pueden aceptar legalmente los riesgos inherentes al fútbol si los conocen, comprenden y aceptan.

### 7. Actividades estrechamente vigiladas

Se requiere una vigilancia apropiada para asegurarse de que el entorno de práctica es el más seguro posible.

### 8. Conocimiento de primeros auxilios

Los educadores de fútbol deben conocer los procedimientos básicos relativos a los primeros auxilios y mantenerlos al día. Durante las actividades organizadas, deben asegurarse de que la asistencia médica adecuada se encuentra disponible y de que no se haga nada que pudiera agravar una lesión.

### 9. Dictar reglas claras para las actividades y su desarrollo

Deben redactarse por escrito y distribuirse reglas claras antes de cualquier actividad, relativas a su desarrollo y la conducta que se debe mostrar.

### 10. Conocer la información básica sobre la salud de los participantes

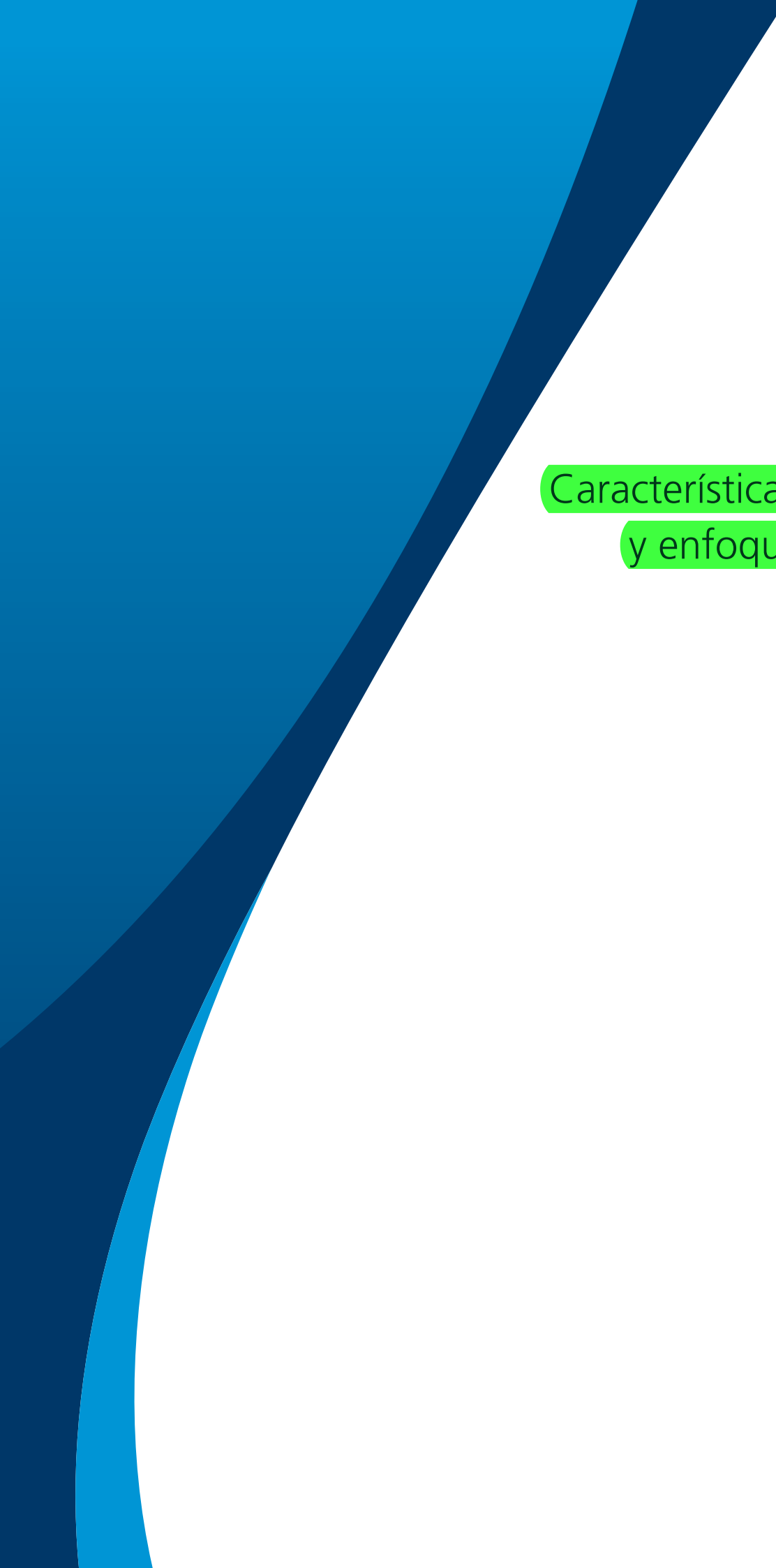
Los educadores de fútbol deben conocer la información básica relativa a la salud de los participantes y los riesgos incurridos, con el objetivo de tomar las mejores decisiones en caso de que se produzca un contratiempo durante una sesión de fútbol.

La protección de los niños es la misión esencial del educador de fútbol, no solamente ante los participantes sino también ante los padres. Teniendo en cuenta la gran cantidad de niños y niñas que participan en las actividades de fútbol, su protección constituye una prioridad. Nadie puede quedarse sin vigilancia. Ejecutados correctamente, los procedimientos de protección de los participantes les permitirán divertirse con la práctica del fútbol.









# Características del niño y enfoque pedagógico

Al crecer, los niños atraviesan diferentes etapas. No tienen las mismas necesidades, ni los mismos comportamientos y su crecimiento tampoco es siempre idéntico. Por eso es importante conocer las características específicas y las prioridades de cada una de las etapas de la infancia o de la adolescencia, centrándose en los aspectos físicos, fisiológicos y psicológicos.

**El entrenador-educador** debe tener muy presente que el joven no es un pequeño adulto y, para disfrutar del mejor enfoque posible, debe tomar en consideración estas etapas del crecimiento y el desarrollo.

Es responsabilidad del entrenador-educador conocer perfectamente estos puntos cruciales y ponerlos en práctica en cada caso en particular.

Es importante tener en cuenta el desarrollo físico de cada joven y, por tanto, distinguir correctamente la edad cronológica de la edad física.

Además, algunos niños empiezan a jugar a fútbol a partir de los 6-8 años, a diferencia de la mayoría de los jóvenes. Por consiguiente, es importante que el entrenador-educador respete el nivel del niño y muestre un enfoque positivo para favorecer el aprendizaje.

**El entrenador-educador debe orientar a niños que juegan a fútbol y no entrenar a futbolistas.**

La escuela del fútbol es también la escuela de la vida.





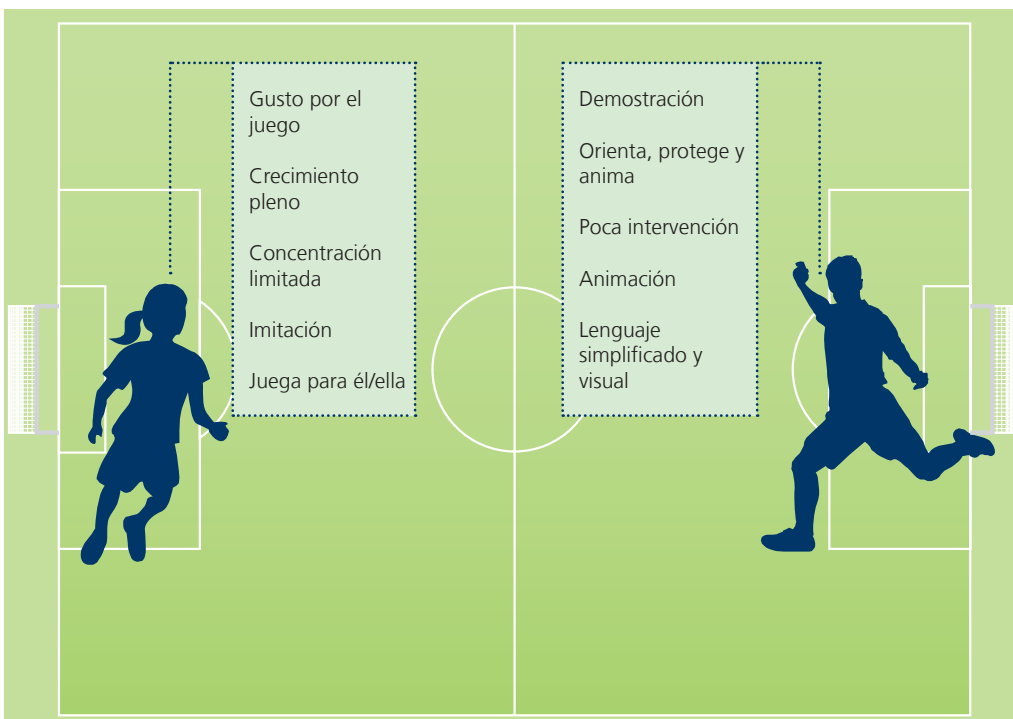
## Etapas de desarrollo y características

### El niño de 6-8 años – Contenido del entrenamiento



### Características del niño

### Papel del educador



**Características del niño**

- Frágil y en pleno crecimiento, dificultades de coordinación
- Atención y concentración limitada en el tiempo
- Gran facultad de imitación (memoria visual)
- Le gusta jugar, juega para él mismo. Egocentrismo.
- Gusto por el juego

**Simplemente un niño****Contenido de entrenamiento**

- Técnica básica de fútbol, ejercicios de coordinación
- Juegos de estimulación, familiarización con el balón
- **Partidos reducidos: Partidos de 4 contra 4, 5 contra 5**
- **Alternancia: partidos, juegos de estimulación, ejercicios**
- Grupos o equipos equilibrados

**Jugar, disfrutar****Papel del educador**

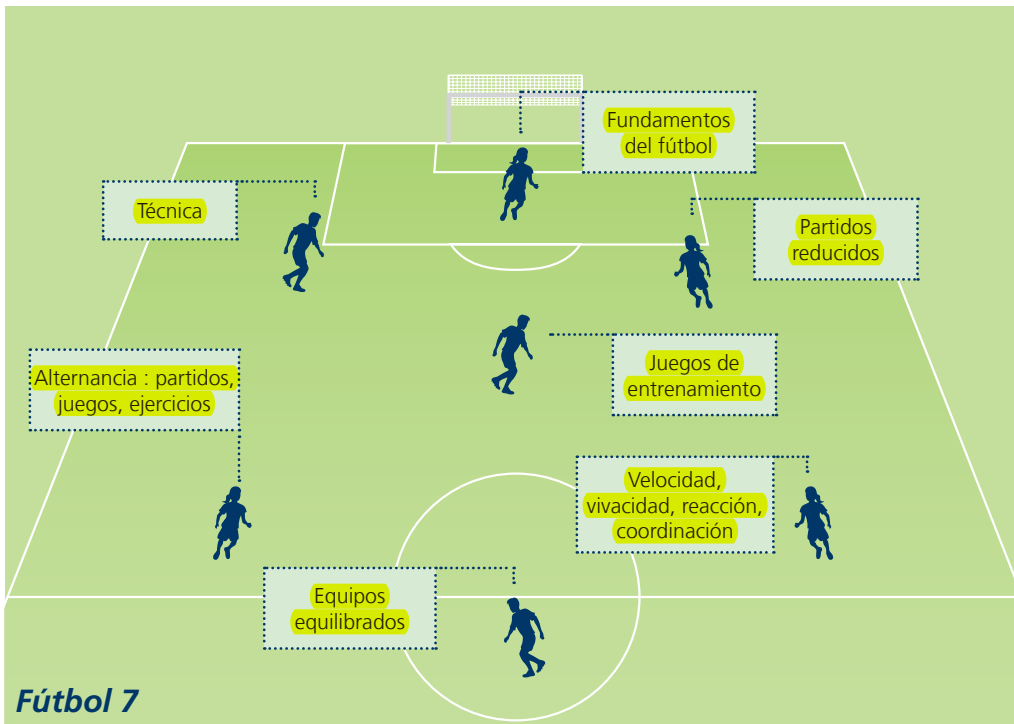
- Orienta, protege y anima los juegos
- Demuestra los ejercicios
- Lenguaje simplificado y visual
- Poca intervención / "dejar jugar"
- Pedagogía del apoyo

**Divertirse jugando al fútbol**



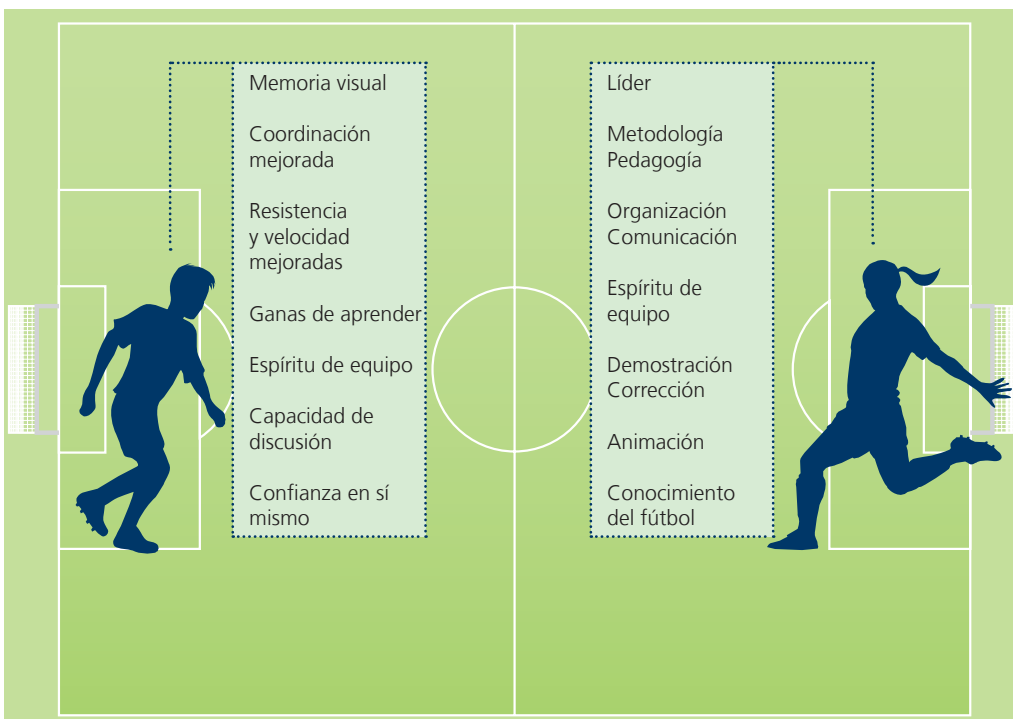
## Etapas de desarrollo y características

### El niño de 9-10 años – Contenido del entrenamiento



### Características del niño

### Papel del educador



**Características del niño**

- Aumento de la resistencia, de la velocidad y de la fuerza
- Coordinación mejorada
- Gran memoria visual
- Gran confianza en sí mismo
- Capacidad de discusión
- Ganas de aprender y descubrir
- Espíritu de grupo, sentido colectivo

**Un niño en un equipo de amigos****Contenido de entrenamiento**

- Técnica de base (fundamentos del fútbol)
- Organización básica del equipo
- Velocidad, vivacidad, reacción, coordinación
- Juegos de entrenamiento
- Partidos reducidos: Partidos de 5 contra 5, 7 contra 7
- Alternancia: partidos, juegos de entrenamiento, ejercicios
- Grupos o equipos equilibrados

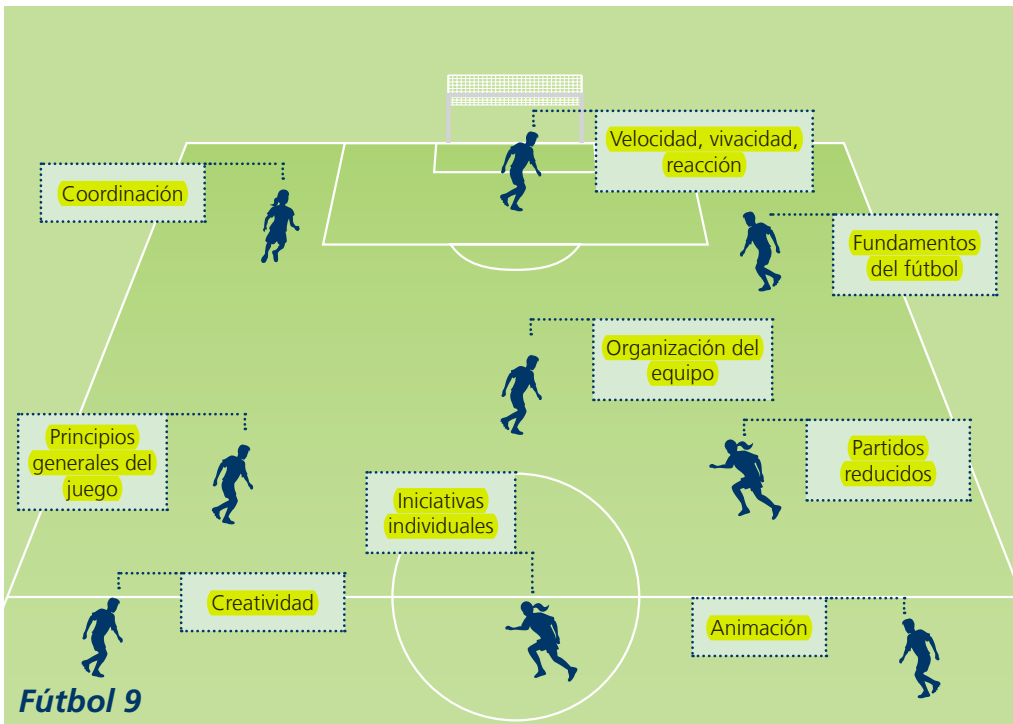
**Jugar, descubrir, experimentar****Papel del educador**

- Metodología y pedagogía de la enseñanza
- Líder afectivo y técnico
- Capacidad de organización y comunicación
- Creación de un espíritu de equipo
- Conocimiento general del fútbol
- Demostración, ejecución, corrección
- Pedagogía del apoyo

**Aprender jugando**

## Etapas de desarrollo y características

### El niño de 11-12 años – Contenido del entrenamiento



### Características del niño

### Papel del educador





**Características del niño**

- Modificaciones importantes en el plano físico
- Mejor equilibrio y coordinación
- Aumento de la memoria visual y auditiva
- Espíritu crítico y capacidad de discusión
- Atención más prolongada
- Ganas de aprender
- Afirmación de sí mismo
- Desarrollo del espíritu competitivo
- Espíritu de equipo

**Un jugador dentro de un equipo****Contenido de entrenamiento**

- Velocidad, vivacidad y reacción
- Coordinación
- Técnica de base (fundamentos del fútbol)
- Organización básica del equipo (3-2-3).
- Principios generales del juego y animación
- Dominio del espacio y de los desplazamientos
- Partidos reducidos: Partidos de 5 contra 5, 7 contra 7 y 9 contra 9
- Fomentar la creatividad
- Favorecer la toma de iniciativas individuales

**Jugar y acometer****Papel del educador**

- Metodología y pedagogía de la enseñanza
- Creación de un espíritu de equipo
- Calidad del comportamiento
- Conocimiento del fútbol
- Lenguaje técnico
- Aprendizaje a través del juego
- Animación del equipo
- Demostración, ejecución, corrección
- Pedagogía del apoyo

**Un futbolista dentro de un equipo**

## Enfoque pedagógico

### 1. Preparar la sesión

- Memoria escrita en un papel
- Conocimiento general del fútbol
- Establecimiento de los objetivos que se desean alcanzar
- Elección de ejercicios adaptados a las aptitudes de los niños
- Preparación de los ejercicios en el tiempo y el espacio
- Individualización de las consignas, en virtud del nivel de los niños
- Evolución progresiva de los ejercicios, teniendo en cuenta el nivel de los niños
- Repetición de los ejercicios y memorización de las situaciones por parte del niño
- Evaluación de los ejercicios y de los progresos del niño.

### 2. Organizar la sesión

- Delimitación del área de juego, espacio adaptado
- Material pedagógico, botiquín de primeros auxilios

- Organización de los ejercicios y juegos: colores de los equipos, desplazamiento y rotación de los jugadores, etc.
- Organización de los equipos. Es importante tener equipos equilibrados, con el objetivo de conservar la motivación de los participantes:
  - Nivel de los jugadores
  - Características físicas de los jugadores
  - Carácter mixto, adaptación de las reglas en caso de que sea necesario
- Evolución progresiva de los ejercicios y de los juegos
- Duración y repetición de los ejercicios
- Periodos de recuperación y rehidratación de los niños

### 3. Animar la sesión

- Explicaciones simples y globales de los objetivos de la sesión.
- Presentación del contenido
- Organización de los equipos y/o de los grupos de trabajo en talleres



- Práctica de los ejercicios:
  - Posicionamiento de los jugadores
  - Demostración del ejercicio
  - Ejecución del ejercicio, controlando el tiempo de juego
- Ejercicios y animación:
  - Pedagogía del apoyo
  - Seguimiento del ejercicio y de la calidad de la ejecución.
  - Corrección individual y/o colectiva de los ejercicios.
  - Control permanente del tiempo y del espacio
  - Búsqueda de la calidad técnica
- Juegos y animación:
  - Pedagogía del apoyo
  - Dejar jugar, intervenciones poco frecuentes
  - Fomentar la iniciativa individual
  - Favorecer la creatividad
  - Controlar continuamente el tiempo y el espacio
  - Mantener el equilibrio técnico entre los equipos

#### 4. Terminar la sesión

- Reagrupación de los niños y vuelta a la calma
- Evaluación, discusión, recomendaciones
- Introducción de la próxima sesión
- Guardar el material
- Organización de la salida de los niños.

#### El fútbol mixto

Durante muchos años, numerosos países se han negado a que los más jóvenes jueguen al fútbol mixto por motivos relacionados con la idiosincrasia de cada nación. Una chica no podía practicar este deporte si no era con otras chicas, independientemente de que hubiera una gran diferencia de edad.

En cuanto a la educación, un gran número de países han implantado en los últimos años la educación mixta, en la

que los niños ya no se dividen por sexo, sino por edad y nivel de estudios. La igualdad en el deporte y en el fútbol entre los más jóvenes sigue este mismo ejemplo.

La experiencia nos demuestra que hasta los 12 o 13 años de edad no existen diferencias en la destreza de niños y niñas, y que éstas aprenden a jugar al fútbol siguiendo las mismas etapas de desarrollo que los niños, ya sea en la parte técnica o en la atlética, la visión del juego o la comunicación.

Cabe destacar que ciertos países permiten el sistema mixto en el fútbol hasta los 19 años, mientras que otros no ponen límite. Así se comprende más fácilmente por qué en estos últimos está tan desarrollado el balompié.

Permitir que chicos y chicas jueguen juntos es una forma de fomentar una mayor tolerancia y respeto mutuo.

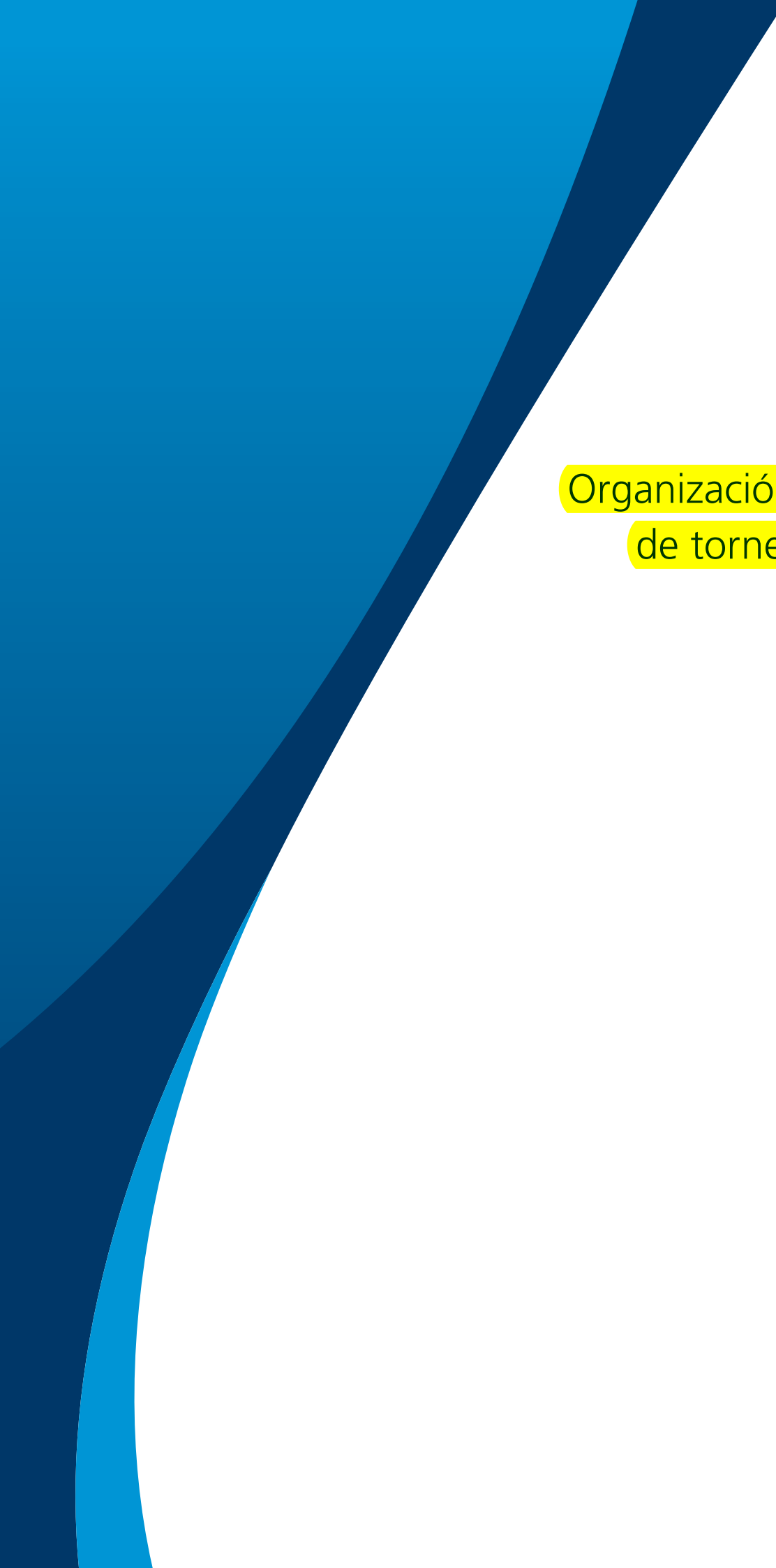
Al jugar con los chicos, las chicas se crean una imagen propia más positiva, aprenden a confiar en sí mismas y son más conscientes de su habilidad.

El sistema mixto en el fútbol engloba todas las formas de competencia en el cual las chicas y los chicos pueden jugar con y contra el otro. Por tanto, podemos hablar de carácter mixto en los siguientes casos:

- un equipo de chicos que juega contra uno de chicas;
- un equipo mixto (chicos y chicas) que juega contra uno de chicos;
- un equipo mixto (chicos y chicas) que juega contra uno de chicas;
- un equipo mixto (chicos y chicas) que juega contra otro mixto (chicos y chicas).

En consecuencia, siempre que sea posible y al mismo tiempo se tengan en cuenta y se respeten la estructura de las diversas sociedades y las posibilidades culturales y educativas. Permitir el sistema mixto en el fútbol, al menos hasta los 12 años, contribuirá enormemente al desarrollo del fútbol.





# Organización de torneos

## Introducción

En la organización de torneos, conviene señalar que los aspectos de la competición y los resultados no son cruciales, y que deberán prevalecer permanentemente las nociones de **juego y diversión**.

Así pues, los educadores de fútbol implicados en la organización de los torneos deberán tener siempre en cuenta:

- el equilibrio de los equipos en materia de nivel de rendimiento;
- la participación equitativa de todos los participantes en términos de tiempo de juego;
- la duración de los partidos en función de su cantidad;
- el nivel de los enfrentamientos de un partido a otro en función de los resultados anteriores;
- las reglas del Juego Limpio dentro y fuera del terreno de juego.

## Fórmula Campeonato y/o Copa según los formatos

### 3 equipos

Partidos de Ida y Vuelta

3 equipos (2 fases)	
Fase	Partido
1	A – B
	C – A
	B – C
2	B – A
	A – C
	C – B

**4 partidos / equipo**

### 4 equipos

Cada equipo juega contra los otros tres un solo partido

4 equipos (1 fase)		
Vuelta	Partido	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C

**3 partidos / equipo**

### 5 equipos

Cada equipo juega contra los otros 4, un equipo descansa en cada ronda.

5 equipos (1 fase)		
Vuelta	Partido	
1	1	A – B
	2	C – D
	Descansa	E
2	3	E – A
	4	D – B
	Descansa	C
3	5	C – E
	6	A – D
	Descansa	B
4	7	B – E
	8	C – A
	Descansa	D
5	9	D – E
	10	B – C
	Descansa	A

**4 partidos / equipo**

**6 equipos**

**1) Primera fase con dos grupos de tres equipos:**

- Dos grupos de tres equipos, en los que cada equipo juega contra los otros dos.
- Grupo G1 = A, B y C
- Grupo G2 = D, E y F

**Solución 1:**

Un solo partido entre los equipos

6 equipos (Primera fase)		
Grupo	Partido	
G1	1	A – B
G2	2	D – E
G1	3	C – A
G2	4	F – D
G1	5	B – C
G2	6	E – F
<b>2 partidos / equipo</b>		

**Solución 2:**

Partidos de Ida y Vuelta entre los equipos

6 equipos (Primera fase)		
Grupo	Partido	
G1	1	A – B
G2	2	D – E
G1	3	C – A
G2	4	F – D
G1	5	B – C
G2	6	E – F
G1	7	B – A
G2	8	E – D
G1	9	A – C
G2	10	D – F
G1	11	C – B
G2	12	F – E
<b>4 partidos / equipo</b>		

**2) Segunda fase:**

- Dos grupos de tres equipos, en que cada equipo juega contra los otros dos
- Grupo W: los dos vencedores de los grupos G1 y G2 + el mejor segundo
- Grupo L: los otros tres equipos

Vuelta final W		Vuelta final L	
A	1º Gr. A	D	2º Gr. A / B
B	1º Gr. B	E	3º Gr. A
C	Mejor 2º Gr. A / B	F	3º Gr. B

Vuelta final – Organización de los partidos		
Grupo	Partido	
V	1	B – C
D	2	D – E
V	3	C – A
D	4	F – D
V	5	A – B
D	6	E – F
<b>2 partidos / equipo</b>		

**8 equipos**

1) Primera fase: 2 grupos → Cada equipo juega contra los otros tres

Grupo 1 - 4 equipos		
Vuelta	Partido	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C
3 partidos / equipo		

Grupo 2 - 4 equipos		
Vuelta	Partido	
1	1	E – F
	2	G – H
2	3	F – G
	4	H – E
3	5	F – H
	6	E – G
3 partidos / equipo		

Si sólo existe un terreno, jugar los partidos alternativamente, Grupos 1 y 2.

**2) Segunda fase:**

Dos grupos de cuatro equipos, en que cada equipo juega contra los otros tres

- Un grupo W: con los dos primeros de cada grupo,
- Un grupo L: con los dos últimos de cada grupo

Grupo W		Grupo L	
A	1º Gr. 1	E	3º Gr. 1
B	1º Gr. 2	F	3º Gr. 2
C	2º Gr. 1	G	4º Gr. 1
D	2º Gr. 2	H	4º Gr. 2

**Lugar 1 a 4**

Grupo W – 4 equipos		
Vuelta	Partido	
1	1	A – D
	2	B – C
2	3	A – C
	4	D – B
3	5	C – D
	6	A – B
3 partidos / equipo		

**Lugar 5 a 8**

Grupo L – 4 equipos		
Vuelta	Partido	
1	1	E – H
	2	F – G
2	3	E – G
	4	H – F
3	5	G – H
	6	E – F
3 partidos / equipo		

En caso de que solo exista un terreno, jugar los partidos alternativamente, Grupo L y Grupo W.



**16 equipos**

**Primera vuelta: Cuatro grupos → Cada equipo juega contra los otros tres un solo partido**

- Grupo 1: Equipos A, B, C y D  
 Grupo 2: Equipos E, F, G y H  
 Grupo 3: Equipos I, J, K y L  
 Grupo 4: Equipos M, N, O y P

Grupo 1 - 4 equipos		
Vuelta	Partido	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C

**3 partidos / equipo**

**Segunda vuelta**

Dos grupos W con los dos primeros de cada grupo, y dos grupos L con los dos últimos de cada grupo.

Segunda vuelta W1		Segunda vuelta W2	
A	1º Gr. 1	E	1º Gr. 3
B	1º Gr. 2	F	1º Gr. 4
C	2º Gr. 3	G	2º Gr. 1
D	2º Gr. 4	H	2º Gr. 2

Segunda vuelta L1		Segunda vuelta L2	
A	3º Gr. 1	E	3º Gr. 3
B	3º Gr. 2	F	3º Gr. 4
C	4º Gr. 3	G	4º Gr. 1
D	4º Gr. 4	H	4º Gr. 2

*Jugar los partidos alternativamente, Grupos L1, L2, W1 y W2*

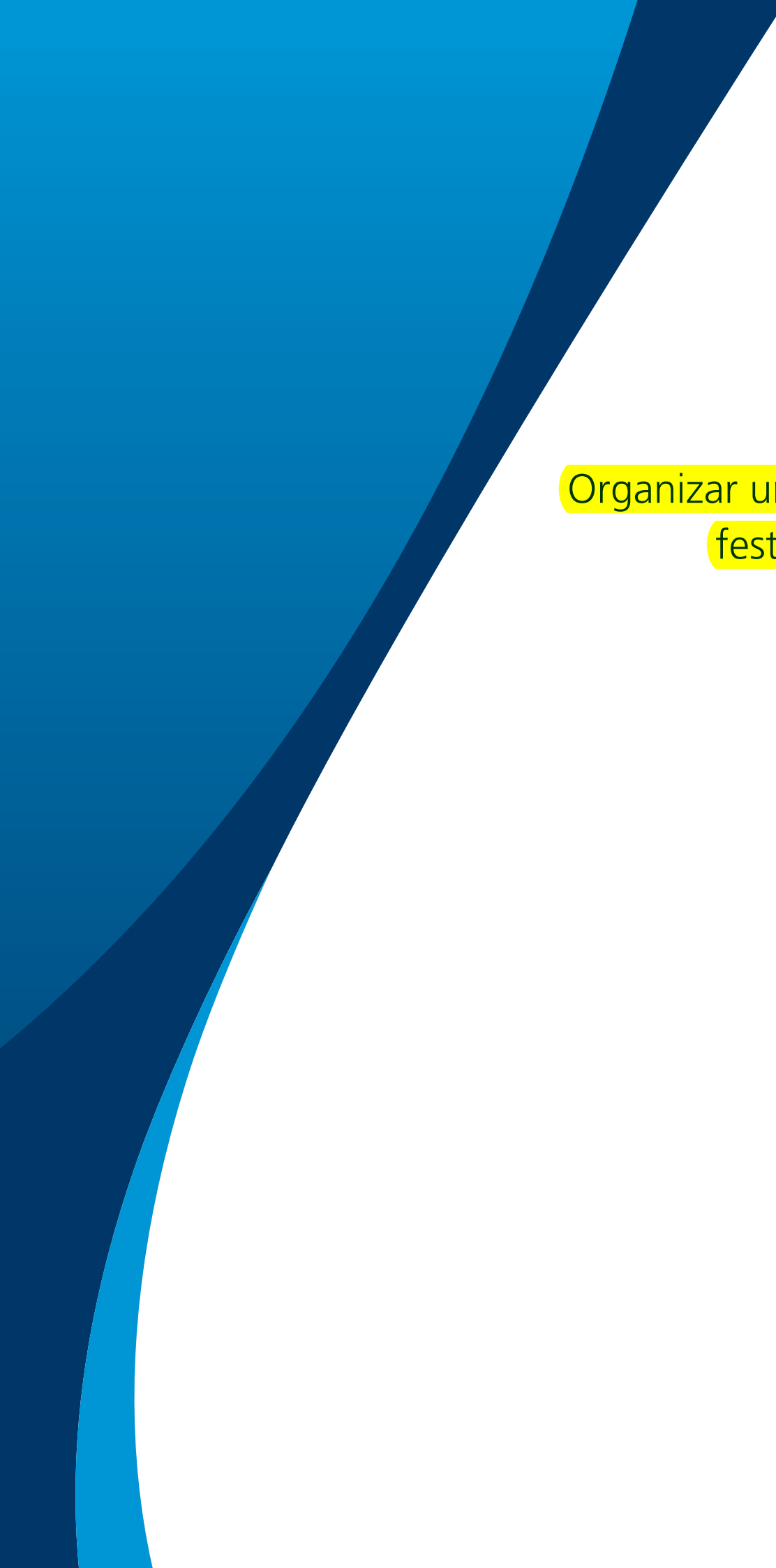
**Semifinales:**

- 1er partido: Vencedor Grupo W1 contra segundo Grupo W2  
 2º partido: Vencedor Grupo W2 contra segundo Grupo W1

**Finales:**

- 3º / 4º lugar: Los dos perdedores de las semifinales  
 1er / 2º lugar: Los dos vencedores de las semifinales





Organizar un  
festival

### Organizar un festival

- La jornada deportiva
- El número de equipos y las infraestructuras disponibles determinarán las dimensiones del festival.
- El número de equipos determina la organización de los terrenos, el número de terrenos y el número de talleres (ejercicios técnicos y juegos reducidos).
- La duración de una jornada: 2 horas y media como máximo. El tiempo jugado por cada participante no puede exceder el tiempo de partido en función de la edad (ver anexo B).

### Los ejercicios y los juegos

- La dimensión del terreno depende del número de jugadores y de su edad.
- Los terrenos y los ejercicios deben estar marcados y numerados.
- Las dimensiones de las porterías pueden variar según los terrenos.
- Los partidos pueden jugarse con o sin porteros.
- Los ejercicios se sitúan entre o cerca de los terrenos de partido (véase organización de los terrenos).
- El número de ejercicios (1-4) depende de las dimensiones de la jornada.
- En primer lugar, los ejercicios se orientarán hacia la técnica.
- Los ejercicios deben estar supervisados (educadores cualificados)
- El organizador debe detallar los tipos de ejercicios.

### El material

- Todos los tipos de porterías son posibles. Dimensión máxima: 5m x 2m
- Delimitación de los terrenos: bandas, conos, marcadores. También es posible trazar las líneas.
- Petos de diferentes colores. Un juego de petos por actividad.
- Balones: Talla 4 (máx. 290 gramos)
- Partidos: un balón por partido + porterías
- Ejercicios: depende de la actividad (balones, petos, conos, marcadores, porterías pequeñas).

### La organización

- Anuncio del evento/sistema de inscripción de los equipos.
- Detalles e información que se enviará a los equipos participantes.

- En función del número de equipos, establecer los terrenos de evolución de los equipos y su plan de rotación (copias para los responsables de los equipos)
- Preparar el programa y el planning de las actividades
- Organizar y prever las infraestructuras y el material
- Organizar al personal.
- Organizar los terrenos y los talleres (personal, asistencia de los responsables de equipo).
- Prever un botiquín de primeros auxilios y bebidas para los niños.

### Los participantes

- Si es posible, sólo un grupo de edad por jornada.
- Cada equipo debe tener un educador / responsable de equipo (si es posible).
- Los equipos no deberían estar formados por más de siete jugadores (niños / niñas)

### Las actividades

- Los equipos se desplazan de terreno en terreno (ver graficos).
- Los niños no deben permanecer en un mismo terreno. En su lugar, deben cambiar de un terreno a otro según el sentido determinado. Asegurarse también de que los porteros y los jugadores suplentes no sean siempre los mismos y también se turnen.
- Sólo los niños y los responsables de equipos están autorizados a estar sobre el terreno. Los padres y aficionados no están autorizados a entrar en el terreno (¡dejen jugar a los niños!).
- No hay árbitros. Los responsables de los equipos y los educadores controlan los juegos conjuntamente desde el exterior del terreno. A tal efecto, deben estar cerca uno del otro.
- La organización del festival puede nombrar a un educador que se ocupe de animar un taller. Si no, los propios responsables de los equipos asumirán este papel: ninguna formación específica es necesaria. (ver capítulo "ejemplos de ejercicios").
- Los resultados no quedan registrados. ¡No hay clasificación!
- Hay que prever pausas para la recuperación y para que los niños tengan tiempo de ir a beber.
- Animar el festival y los ejercicios (equipo de organización, posibilidad de asistencia de los responsables de los equipos).

### El rol del organizador durante el festival

#### Recibimiento e información:

- El organizador recibe a los responsables de los equipos y a los educadores.
- Una media hora antes de que den inicio las actividades, informa a los equipos sobre la organización de los terrenos y las rotaciones de los equipos.
- Cada responsable de equipo debe recibir un plan de la organización de los terrenos y de las rotaciones de equipo con el objetivo de cerciorarse del correcto desarrollo de la jornada.
- El organizador recuerda las reglas de Juego Limpio dentro y fuera de los terrenos de juego, dirigiéndose en primer lugar a los padres y adultos, no a los niños.

#### Durante el festival:

- El organizador debe situarse en el centro del terreno.
- El centro del terreno debería ser la mejor posición, ya que también garantiza el contacto con los responsables de los equipos (preguntas, instrucciones, etc.).

- El organizador fija la duración de cada rotación e indica el inicio y el final de los juegos y ejercicios mediante una señal sonora.

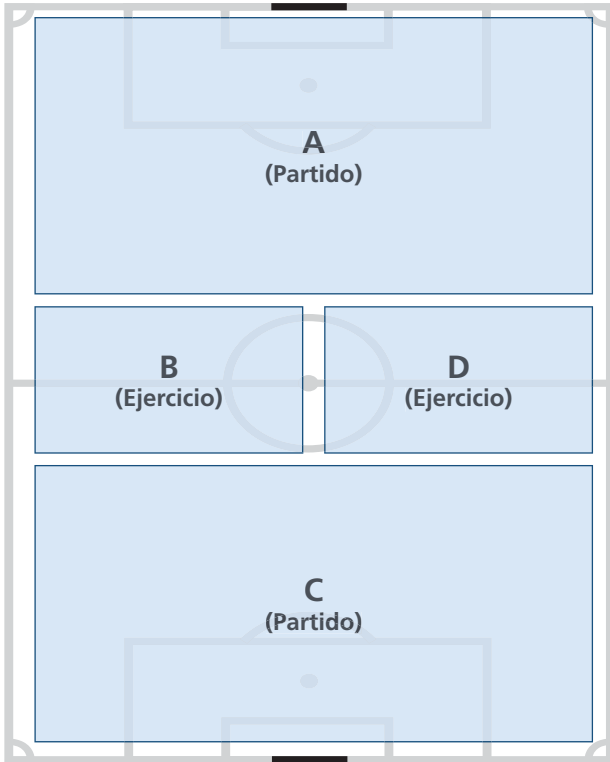
#### El final del festival y el balance:

- Una vez que la jornada ha terminado, el organizador llama a todos los equipos y responsables para que se reúnan en el centro del terreno.
- El organizador realiza un discurso de clausura (agradecimientos a los niños por su participación, su esfuerzo, su ejemplar Juego Limpio, agradecimientos a los responsables, a los padres, a los aficionados, etc.).
- Los responsables de los equipos también están ahí para expresarse y realizar juntos un breve análisis de la jornada.
- Todas las personas implicadas deben velar por hacer la jornada todavía mejor, optimizando la organización, la implementación y la calidad del fútbol (los talleres, la técnica, los partidos).



Diferentes organizaciones

Organización con 6 equipos - Fútbol 7

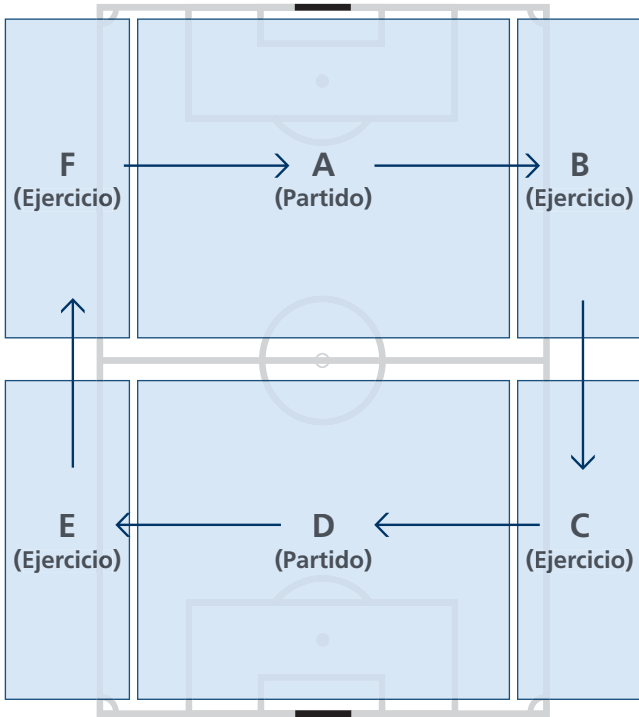


Vuelta	Terreno A	Terreno B	Terreno C	Terreno D
1	1 vs 2	3	4 vs 5	6
2	6 vs 1	2	3 vs 4	5
3	5 vs 6	1	2 vs 3	4
4	4 vs 5	6	1 vs 2	3
5	3 vs 4	5	6 vs 1	2
6	2 vs 3	4	5 vs 6	1

Los partidos y los talleres se desarrollan en los terrenos A, B, C y D. Para cada partido se designan siempre dos equipos, y uno para un taller. Por ejemplo, en un taller pueden jugarse partidos 1 contra 1 o 2 contra 2, o realizarse ejercicios técnicos (diferentes de un taller a otro).



**Organización con 8 equipos - Fútbol 7**

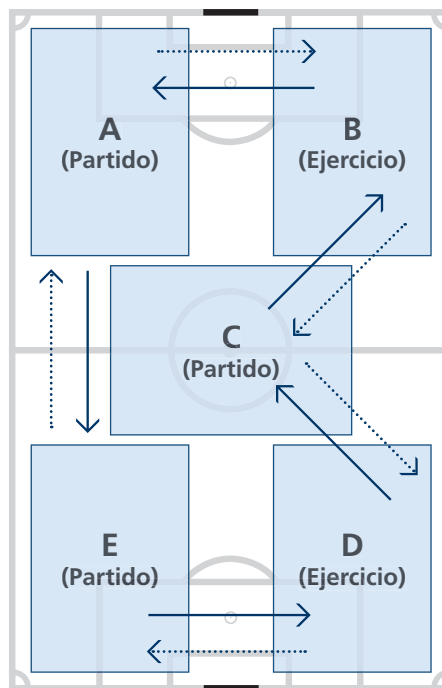
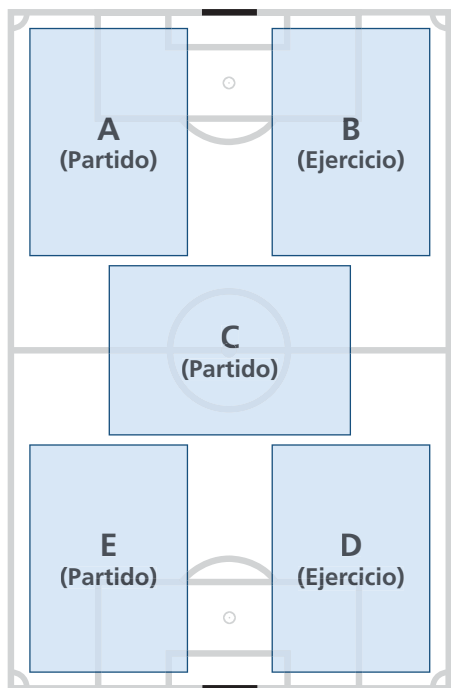


Possible rotación

Los partidos A y D se juegan en el terreno principal, mientras que los talleres B, C, E y F se llevan a cabo alrededor. Se designan dos equipos para los partidos y uno para el taller. Por ejemplo, en un taller pueden jugarse partidos 1 contra 1 o 2 contra 2, o realizarse ejercicios técnicos (diferentes de un taller a otro).

Vuelta	Terreno A	Terreno B	Terreno C	Terreno D	Terreno E	Terreno F
1	1 vs 2	3	4	5 vs 6	7	8
2	8 vs 1	2	3	4 vs 5	6	7
3	7 vs 8	1	2	3 vs 4	5	6
4	6 vs 7	8	1	2 vs 3	4	5
5	5 vs 6	7	8	1 vs 2	3	4
6	4 vs 5	6	7	8 vs 1	2	3
7	3 vs 4	5	6	7 vs 8	1	2
8	2 vs 3	4	5	6 vs 7	8	1

Organización con 10 equipos - Fútbol 5

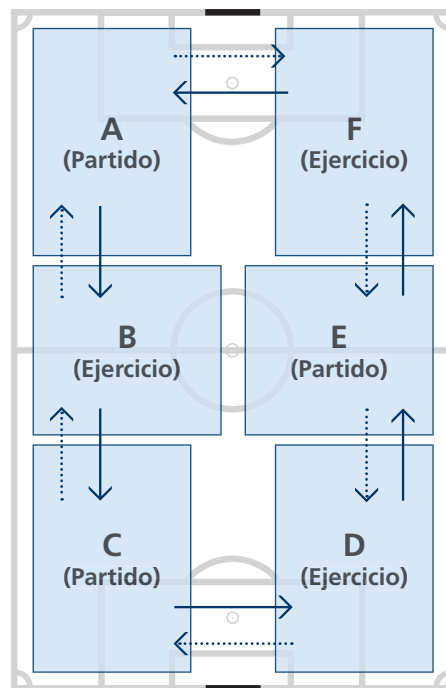
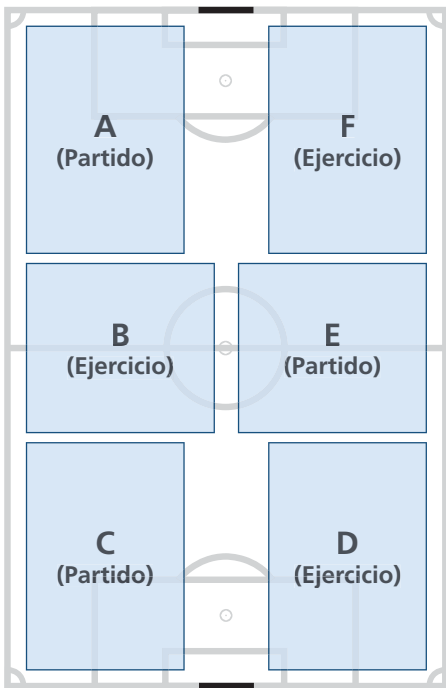


Possible rotación

Los equipos 1, 2, 3, 4 y 5 se desplazan de izquierda a derecha, mientras que los equipos 6, 7, 8, 9 y 10 lo hacen de derecha a izquierda (ver esquema). Se designan siempre dos equipos por terreno. Por ejemplo, en un taller pueden jugarse partidos 1 contra 1 o 2 contra 2, o realizarse ejercicios técnicos (diferentes de un taller a otro). Organizar los terrenos de partidos y talleres: A = partido / B = ejercicio técnico / C = partido / D = ejercicio técnico / E = partido.

Vuelta	Terreno A	Terreno B	Terreno C	Terreno D	Terreno E
1	1 vs 6	2 vs 7	3 vs 8	4 + 9	5 + 10
2	7 vs 5	8 vs 1	9 vs 2	10 + 3	6 + 4
3	4 vs 8	5 vs 9	1 vs 10	2 + 6	3 + 7
4	9 vs 3	10 vs 4	6 vs 5	7 + 1	8 + 2
5	10 vs 2	6 vs 3	7 vs 4	5 + 8	9 + 1

**Organización con 12 equipos - Fútbol 5**

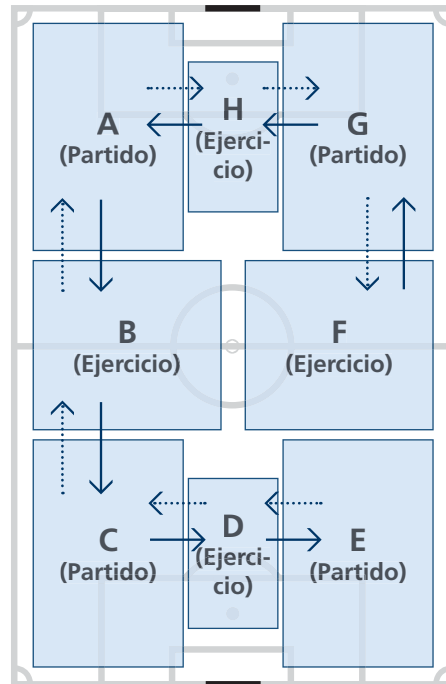
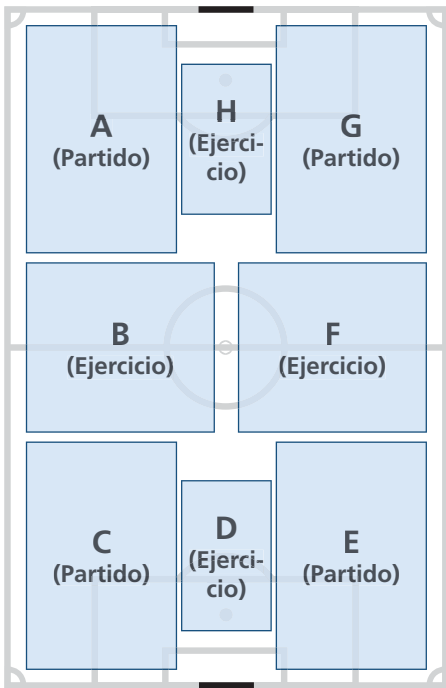


*Possible rotación*

Los equipos 1, 2, 3, 4, 5 y 6 se desplazan de izquierda a derecha, mientras que los equipos 7, 8, 9, 10, 11 y 12 lo hacen de derecha a izquierda (ver esquema). Se designan siempre dos equipos por terreno. Por ejemplo, en un taller pueden jugarse partidos 1 contra 1 o 2 contra 2, o realizarse ejercicios técnicos (diferentes de un taller a otro). Organizar los terrenos de partidos y talleres: A = partido / B = ejercicio técnico / C = partido / D = ejercicio técnico / E = partido / F = ejercicio técnico.

Vuelta	Terreno A	Terreno B	Terreno C	Terreno D	Terreno E	Terreno F
1	1 vs 7	2 vs 8	3 vs 9	4 vs 10	5 vs 11	6 vs 12
2	6 vs 8	1 vs 9	2 vs 10	3 vs 11	4 vs 12	5 vs 7
3	5 vs 9	6 vs 10	1 vs 11	2 vs 12	3 vs 7	4 vs 8
4	4 vs 11	5 vs 12	6 vs 7	1 vs 8	2 vs 9	3 vs 10
5	3 vs 12	4 vs 7	5 vs 8	6 vs 9	1 vs 10	2 vs 11
6	2 vs 7	3 vs 8	4 vs 9	5 vs 10	6 vs 11	1 vs 12

**Organización con 16 equipos - Fútbol 5**



Possible rotación

Los equipos 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8 se desplazan de izquierda a derecha, mientras que los equipos 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 y 16 lo hacen de derecha a izquierda (ver esquema). Se designan siempre dos equipos por terreno. Por ejemplo, en un taller pueden jugarse partidos 1 contra 1 o 2 contra 2, o realizarse ejercicios técnicos (diferentes de un taller a otro). Organizar los terrenos de partidos y talleres: A = partido / B = ejercicio técnico / C = partido / D = ejercicio técnico / E = partido / F = ejercicio técnico / G = partido / H = ejercicio técnico.

*Observaciones – Consejos:*

Para eventos más importantes, es posible doblar las organizaciones:

- Terreno con 16 equipos = 2 terrenos de ocho equipos.
- Terreno con 20 equipos = 2 terrenos de diez equipos.
- Terreno con 24 equipos = 2 terrenos de doce equipos.

Vuelta	Terreno A	Terreno B	Terreno C	Terreno D	Terreno E	Terreno F	Terreno G	Terreno H
1	1 vs 9	2 vs 10	3 vs 11	4 vs 12	5 vs 13	6 vs 14	7 vs 15	8 vs 16
2	8 vs 10	1 vs 11	2 vs 12	3 vs 13	4 vs 14	5 vs 15	6 vs 16	7 vs 9
3	7 vs 11	8 vs 12	1 vs 13	2 vs 14	3 vs 15	4 vs 16	5 vs 9	6 vs 10
4	6 vs 12	7 vs 13	8 vs 14	1 vs 15	2 vs 16	3 vs 9	4 vs 10	5 vs 11

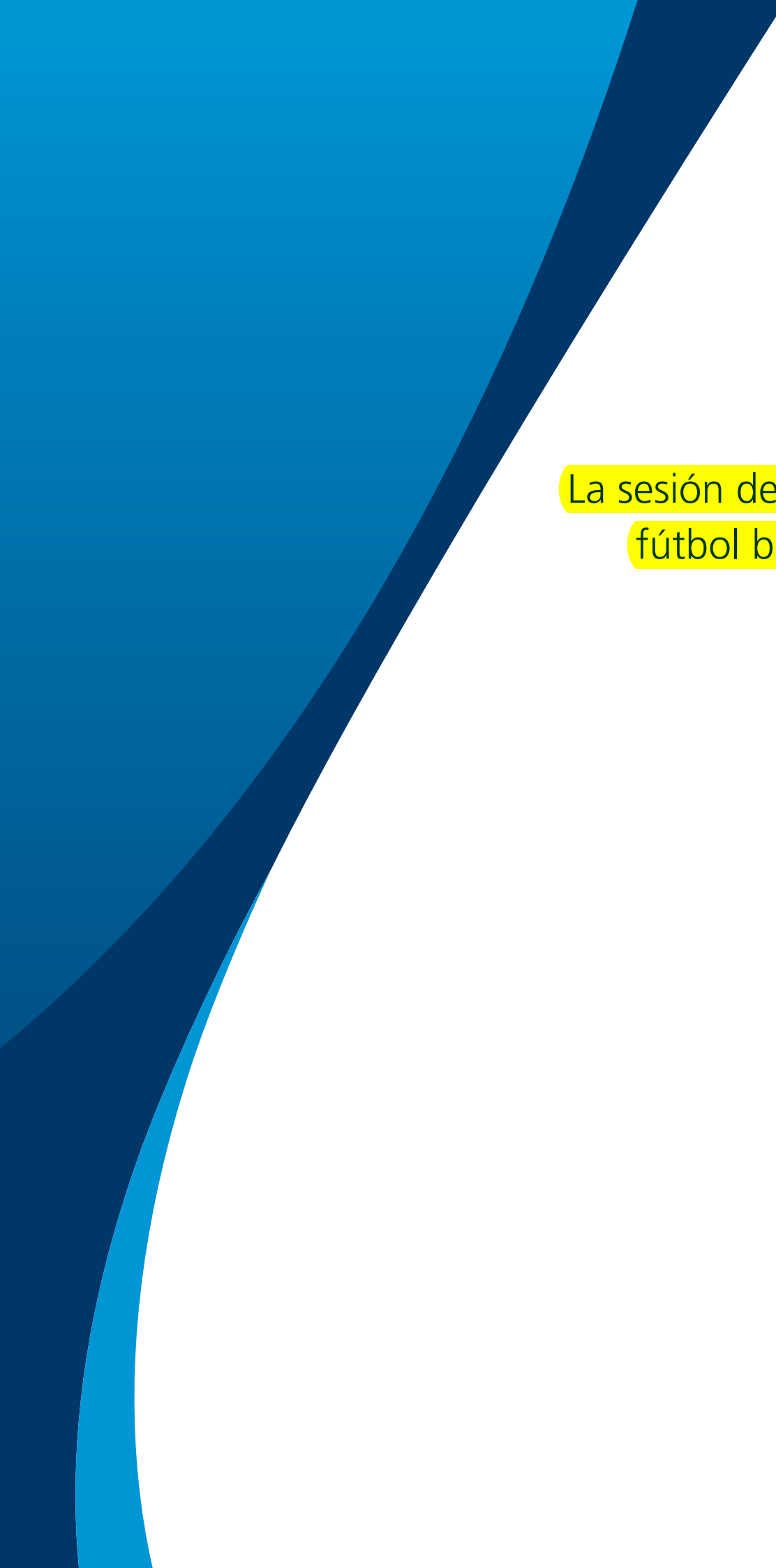
En la siguiente vuelta, los equipos 9 a 15 se quedan en el mismo terreno para no encontrarse de nuevo con un mismo equipo

5	5 vs 14	6 vs 15	7 vs 16	8 vs 9	1 vs 10	2 vs 11	3 vs 12	4 vs 13
6	4 vs 15	5 vs 16	6 vs 9	7 vs 10	8 vs 11	1 vs 12	2 vs 13	3 vs 14
7	3 vs 16	4 vs 9	5 vs 10	6 vs 11	7 vs 12	8 vs 13	1 vs 14	2 vs 15
8	2 vs 9	3 vs 10	4 vs 11	5 vs 12	6 vs 13	7 vs 14	8 vs 15	1 vs 16









La sesión de  
fútbol base

El principal objetivo de una sesión de fútbol base puede resumirse en jugar al fútbol, aprender y divertirse. **La clave es enseñar a los niños las bases del propio juego,** permitiéndoles de esta forma desarrollar sus propias habilidades físicas y mentales a través del mismo. **Es crucial darle importancia a la diversión y a la educación en todas las sesiones.** La principal idea es “aprender el juego jugando”.

La primera impresión siempre es importante para los niños. Por este motivo, el educador debe conocer todos los ejercicios y preparar su sesión con objetivos específicos antes de llevarla a la práctica. Las sesiones de entrenamiento deben adaptarse a las diferentes posibilidades de los participantes y el educador debe asegurarse de que los participantes se den cuenta de que han logrado algo de verdad. Saber esto hará la sesión más agradable y estará repleta de oportunidades para jugar y aprender. No obstante, el educador

debe ser capaz de adaptar su sesión y sus ejercicios si considera que estos cambios aumentarán la motivación e implicación de los niños. Como guía, el educador puede plantearse estas preguntas durante la preparación de la sesión de entrenamiento:

**Objetivos:**

- ¿Qué deseo obtener con esta sesión?
- ¿Cuál es el objeto de mi sesión?

**Ejercicios:**

- ¿Cuántos niños participarán en mi sesión?
- ¿Se divertirán los niños con los juegos y los ejercicios?
- ¿Aprenderán alguna cosa?
- ¿Cuáles son los mejores juegos y ejercicios para lograr los objetivos de mi sesión?
- ¿El nivel de juegos y ejercicios se adapta a las posibilidades de los niños?



- ¿Puedo explicar los juegos y ejercicios de forma clara y precisa para que lo entiendan?
- ¿Tengo suficiente material para esta sesión? Si la respuesta es negativa, ¿puedo adaptar mi sesión al material del que dispongo?
- ¿Tengo suficientes espacios para desarrollar los juegos y ejercicios preparados?
- ¿Cómo pueden ayudarme los niños a mejorar la sesión?

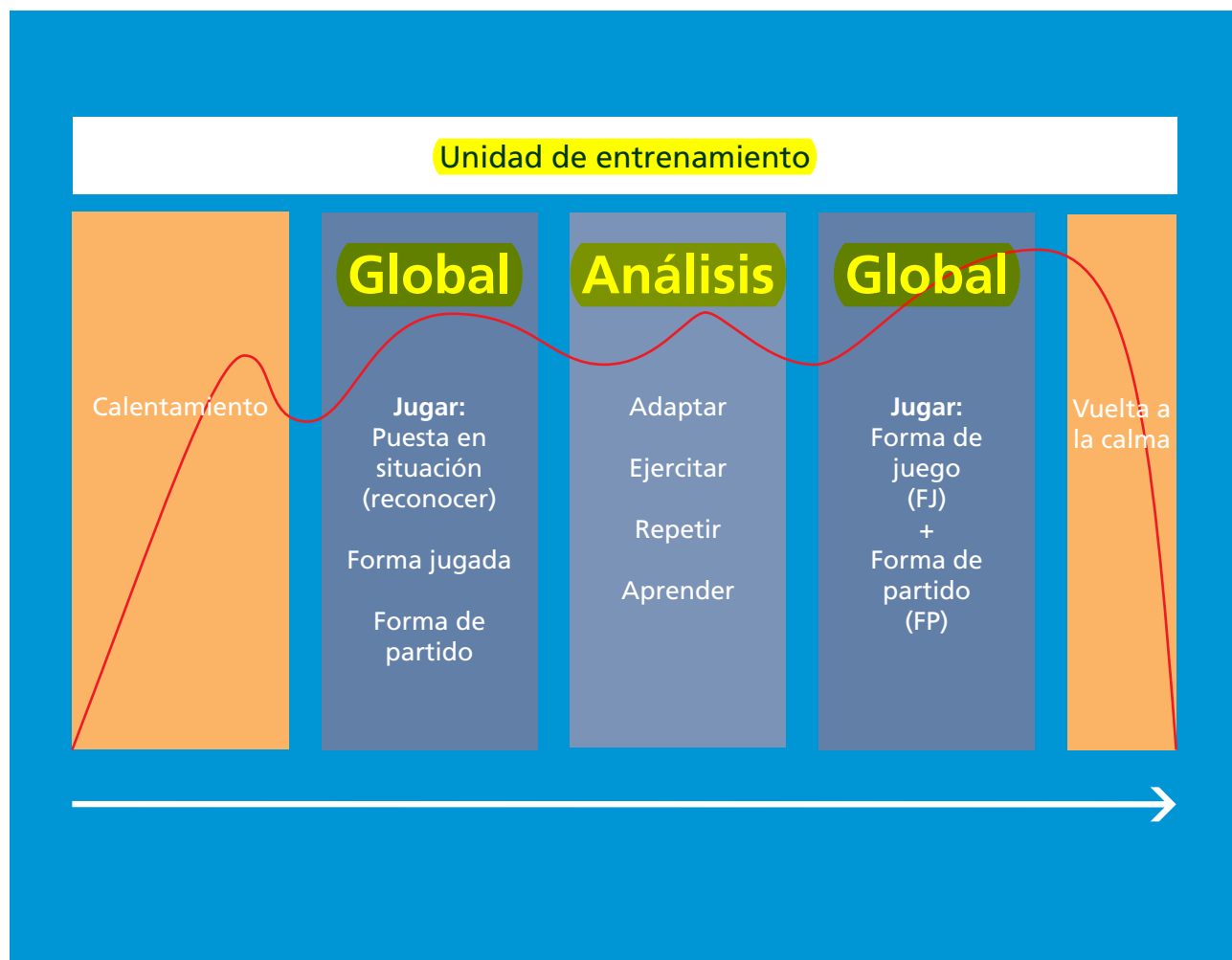
La estructura de la sesión de Grassroots debe adaptarse para cubrir las necesidades de los niños. El calentamiento y la recuperación deben presentarse como juegos para los niños, en los que pueden divertirse mientras hacen ejercicios con su cuerpo (calentamiento y relajación).

La parte principal consistirá en juegos y ejercicios. Deben ser diversificados y mezclados, y lo que es más importante, cubrir los objetivos que el educador se ha marcado para la sesión. El objetivo de la sesión deben ser los partidos

reducidos, puesto que los niños aprenden básicamente jugando. De esta forma, se divertirán y les gustará el fútbol.

No se debe considerar al niño como un adulto en miniatura, y no reproducir las sesiones preparadas para los adultos.

Respecto al material, el educador debe ser capaz de adaptarse a las diferentes situaciones que deberá afrontar, y encontrar una solución alternativa gracias a sus conocimientos y su experiencia. **Es necesario asegurarse de que el material se encuentra disponible para la sesión, y de que todo está listo antes de la llegada de los niños al terreno.** A pesar de que la FIFA envía un kit de material para cada proyecto Grassroots, puede que este material no sea suficiente y que falten petos, conos o que algunos niños no tengan zapatillas para jugar. **Sin embargo, el éxito de una sesión no depende del material, sino de la forma en que el educador lo utiliza y de su capacidad para optimizarlo.**



Es importante informar a los padres de las actividades practicadas, puesto que valoran conocer las actividades en las que participan sus hijos. En algunos casos, los padres pueden ayudar al educador a desarrollar su sesión, y puede ser positivo discutir con ellos sobre sus papeles y responsabilidades e implicarlos en el proyecto.

**La organización de una sesión de entrenamiento**

**Plan de una sesión de iniciación para menores de 8 años (duración = 1h 15 min.)**

*Recomendaciones:*

- Proponer sólo juegos en los que el niño se encuentre a menudo en contacto con el balón.
- Dejar mucha libertad en el juego.
- Minimizar la importancia de los resultados de los juegos y no hacer clasificaciones.
- Formar equipos y grupos equilibrados, modificar los juegos cuando la diferencia de goles sea demasiado grande.
- Animar a todos los niños, de forma positiva.
- Los niños deben disfrutar jugando, animar y no intervenir con demasiada frecuencia.

Fase 1	Fase 2			Fase 3
Calentamiento	Alternancia Ejercicios, juegos de iniciación, partidos			Recuperación
Calentamiento progresivo	Partidos reducidos	Técnica básica de fútbol	Partidos reducidos	Relajación
10 a 15 min.	15 a 20 min.	10 a 15 min.	15 a 20 min.	5 min.
Ejercicios técnicos Juegos de iniciación Juegos con pocos jugadores	Juegos de iniciación	Ejercicios carrera y desplazamientos con balón	4 vs 4, 5 vs 5	Relajación individual
Capacidades psicomotrices	2 vs 2, 3 vs 3 otros juegos consignados secuencias jugadas	Relevos fútbol, circuitos, controles, conducciones, pases, disparos	JUEGO LIBRE	RECUPERACIÓN
coordinación	aspecto lúdico	estimulación técnica y cognitiva	Aspecto lúdico	Relajación física y mental

ENSEÑANZA – PEDAGOGÍA				
Aprendizaje guiado	Aprendizaje guiado	Imitación	Creatividad – Espontaneidad	Discusión
Expresión libre	Expresión libre	Aprendizaje guiado	Expresión libre	Recogida del material
Organización	Organización	Organización	Organización	Evaluación
	Animación	Demostración	Observación	
Animación	Corrección	Animación Aliento	Evaluación	
		Corrección		

**Plan de una sesión de entrenamiento para niños entre 9 y 12 años (duración = 1h 15 min.)**

*Recomendaciones:*

- Dejar mucha libertad durante el juego, fomentar la iniciativa personal.
- Priorizar la técnica y el juego, el niño debe estar a menudo en contacto con el balón.
- Proponer ejercicios progresivos y juegos adaptados, con consignas simples y precisas.

- Formar equipos y grupos equilibrados, modificar los juegos cuando la diferencia de goles sea demasiado grande.
- Minimizar los resultados y centrarse en la forma.
- Valorar la calidad de realización, una buena ejecución antes que la cantidad o la intensidad.
- Animar a todos los niños, de forma positiva.

Fase 1	Fase 2			Fase 3
Calentamiento	Coordinación / Velocidad – Fundamentos – Juegos			Recuperación
Calentamiento progresivo	Coordinación Velocidad	Fundamentos técnicos del fútbol • Partidos reducidos	Partidos con pocos jugadores	Relajación
10 a 15 min.	10 min.	15 a 20 min.	20 a 25 min.	5 min.
Ejercicios técnicos Juegos con pocos jugadores	Relevos fútbol, circuitos con y sin balón, trabajo en taller	Ejercicios carrera y desplazamientos con balón Trabajo en taller	Fútbol 7 vs 7	Relajación individual
Capacidades psicomotrices	Capacidades psicomotrices	Circuitos, técnicas, control, conducción, golpeo, paredes	JUEGO LIBRE	RECUPERACIÓN
		2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4, 5 vs 5 otros juegos consignados secuencias jugadas	Aspecto lúdico	Relajación física y mental

ENSEÑANZA – PEDAGOGÍA				
Aprendizaje guiado	Mejora coordinación Equilibrio Control de apoyos	Imitación	Creatividad – Espontaneidad	Discusión
Expresión libre	Desarrollo Velocidad / Vivacidad / Reacción	Aprendizaje guiado Iniciación Memorización	Expresión libre Iniciativa individual	Recogida del material
Organización	Organización	Organización	Organización	Evaluación
	Demostración	Demostración	Observación	
Animación	Animación	Animación	Evaluación	
	Corrección	Corrección		



## El juego

El **JUEGO** es la gran alegría de la infancia, es durante la actividad lúdica que el niño es él mismo.

La actividad **JUEGO** aparece como un medio prioritario de adquisición en los diferentes ámbitos del comportamiento físico, afectivo y mental.

Sin embargo, no se elimina la idea de competición: lo importante es que las formas competitivas propuestas se adapten a las características del comportamiento del niño.

Así pues, la iniciativa consiste en proponer a los niños situaciones fundamentales sencillas, accesibles para todos y que concuerden con sus motivaciones.

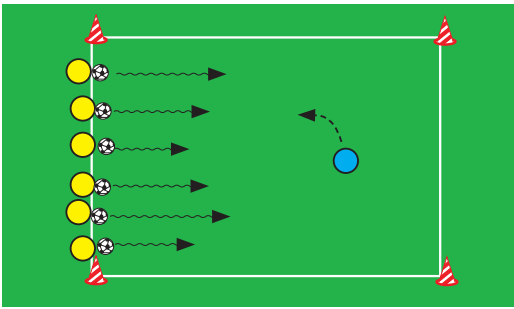
La iniciativa del fútbol base puede presentar las siguientes características:

- Ser ante todo un **JUEGO**
- Presentarse en formatos **JUGADOS**
- Estar simplificado para adaptarse a las características del niño
- Proponer las dos situaciones fundamentales del fútbol: la cooperación y la oposición
- Ser considerado como un medio prioritario de formación física, motriz, psicomotriz, mental y social





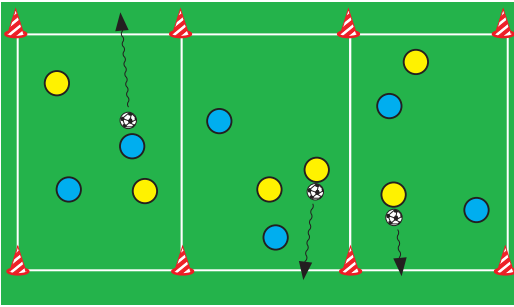
## 6-8 años: conducción del balón y pase



### Calentamiento

#### El gavián

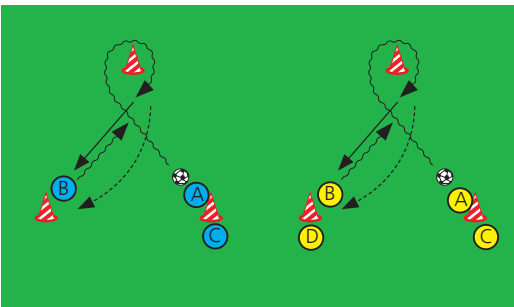
Los jugadores se colocan sobre una línea con un balón cada uno. Del otro lado se encuentra un jugador sin balón. A su señal, los jugadores deben intentar llegar al otro lado del terreno con el balón en los pies. El gavián debe "capturar" al máximo de jugadores tocándoles en el hombro. Se cuentan los puntos. Uno a uno, todos los jugadores ocuparán la posición de "gavián".



### Partido 1

#### 2 contra 2 / 3 contra 3: cruzar la línea

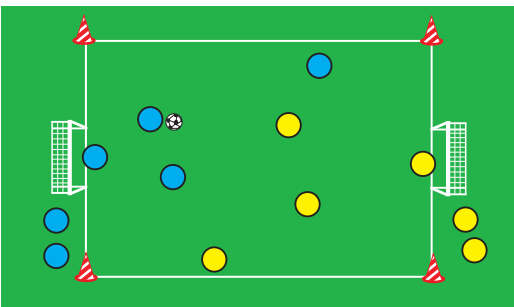
Se forman dos equipos y los jugadores se reparten de dos en dos para formar equipos de dos o tres (según el número de niños). Se marca un punto al cruzar con el balón en los pies la línea de gol. Duración: 1 a 2 minutos. Rotación de las parejas para cambiar de adversario.



### Ejercicio

#### Conducción del balón y pase

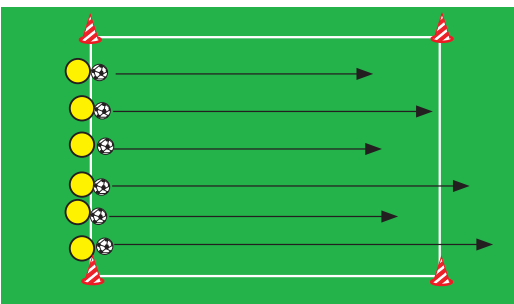
Se forman grupos de tres jugadores como mínimo. Conducción de balón con el interior del pie izquierdo hasta el cono y pase al jugador B, siempre con el interior del pie izquierdo. A continuación, el jugador A corre para tomar el lugar del jugador B, que conduce el balón con el pie derecho, rodea el cono y pasa con el interior del pie derecho. Después corre hacia el jugador C y así sucesivamente.



### Partido 2

#### 4 contra 4 (con portero)

Sobre un terreno (no demasiado grande), se enfrentan dos equipos de cuatro (con portero y sustitutos). Si el número de niños lo permite, también es posible un torneo con tres equipos. Juego libre; entrenador discreto; se fomenta el regate.



### Para acabar

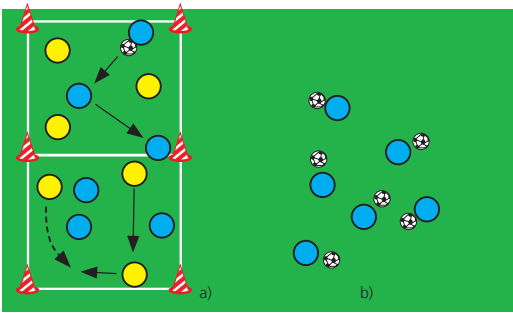
#### Juego de precisión

Cada jugador tiene un balón. Desde una determinada distancia frente a una línea del terreno, cada uno golpea el balón para intentar que se detenga lo más cerca posible de la línea. El que se acerque más suma un punto. El juego se desarrolla en varias mangas.

#### Puntos esenciales:

- Conducción de balón con el pie izquierdo y el pie derecho
- Apoyos en corto, numerosos toques de balón
- Pase raso con el interior del pie izquierdo y el pie derecho

## 9-10 años: control, conducción de balón y pase



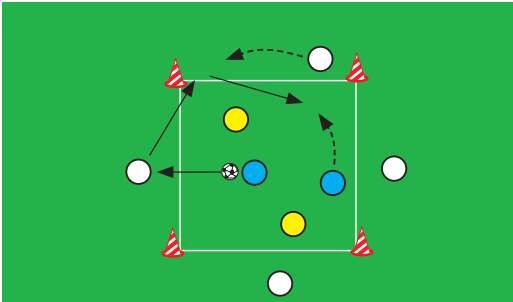
### Calentamiento

#### a) Pases seguidos

Se forman cuatro equipos y se reparten sobre los terrenos de dimensiones adaptadas. El objetivo es hacer la mayor cantidad de pases posible. Primero el equipo amarillo y luego el equipo azul. Se cuentan los pases. Duración: alrededor 1 minuto cada vez.

#### b) Control del balón

Un balón por jugador: ejercicios de coordinación.

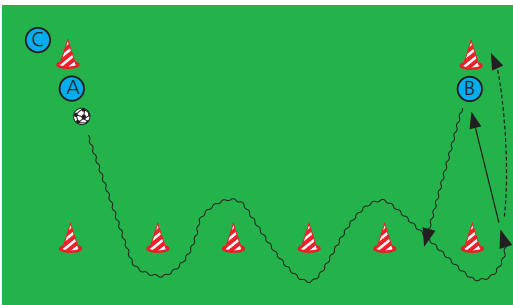


### Partido 1

#### 2 contra 2 + 4 jugadores exteriores

Se organiza un 2 contra 2 (amarillos contra azules) y cuatro jugadores neutrales suplementarios (de blanco) que participan en los lados. Se cuenta el número de pases. Cuando se recupera el balón, el recuento vuelve a empezar de cero. Pueden formarse dos terrenos.

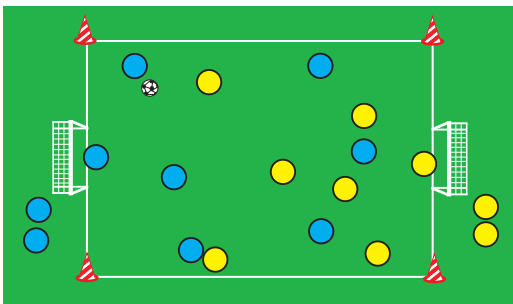
Existe una variante posible con dos o tres jugadores neutrales.



### Ejercicio

#### Control, conducción del balón y pase

Se forman grupos de tres jugadores como mínimo. El jugador A hace un slalom con el balón en los pies y luego pasa con el interior del pie derecho al jugador B. A continuación, el jugador A corre para ocupar la plaza del jugador B, que efectúa el slalom, pasa con el interior del pie izquierdo al jugador C y corre a ocupar su lugar, y así sucesivamente.

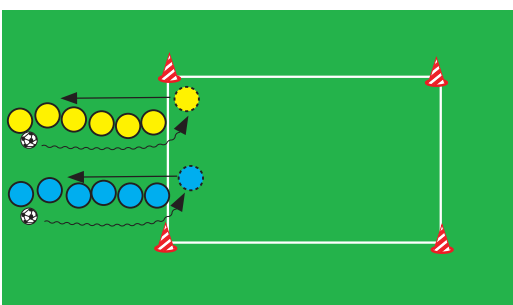


### Partido 2

#### 7 contra 7 (con portero)

Sobre un terreno para 7 jugadores, se enfrentan dos equipos de siete (con portero y sustitutos). Juego libre; entrenador discreto.

Objetivo: efectuar muchos pases. Acciones construidas desde el eje o por las bandas; aspectos ofensivos y defensivos.



### Para acabar

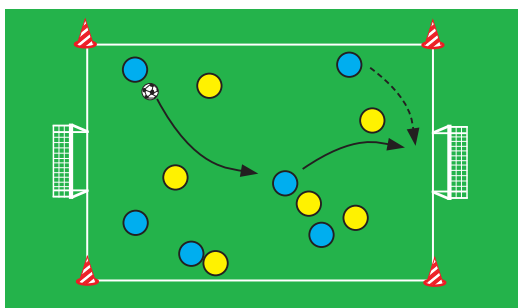
#### El ciempiés

Los jugadores se distribuyen en dos o tres filas. El último jugador sale con el balón en los pies hasta la cabeza (el resto de jugadores permanece inmóvil). Una vez que llegue, pasa el balón al último jugador, que sale a su vez, etc. El "ciempiés" que cruza la línea de llegada en primer lugar es el vencedor. Cambiar de pie para el pase atrás.

#### Puntos esenciales:

- Pase raso con el interior del pie izquierdo y el pie derecho
- Observación de los compañeros
- El balón está siempre controlado

## 11-12 años: trabajo ante la portería



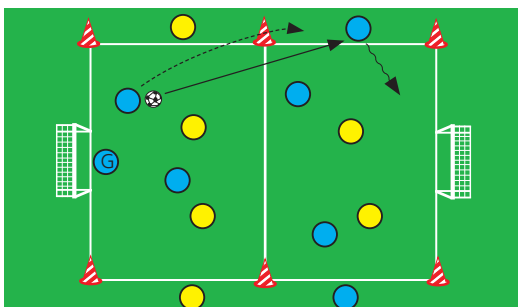
### Calentamiento

#### a) De volea

Se forman dos equipos. El balón se golpea de volea y se atrapa con las manos. Todos son porteros.

#### b) Control del balón

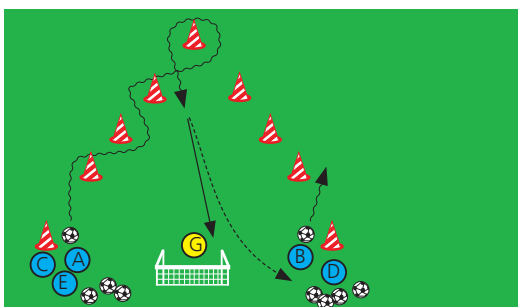
Un balón para dos jugadores: ejercicios de coordinación.



### Partido 1

#### 5 contra 5 + 2 extremos por equipo

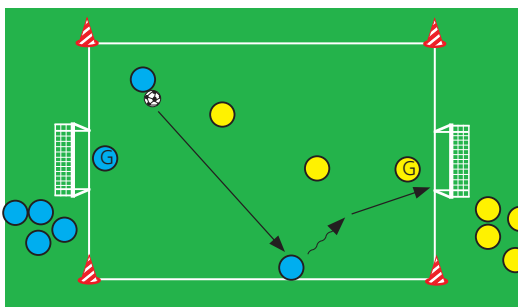
Se organiza un 5 contra 5 (amarillos contra azules) y cada equipo dispone de dos extremos en la zona ofensiva. El objetivo para los jugadores es recurrir a los extremos lo máximo posible, con el objetivo de que éstos últimos puedan entrar en el terreno en posición favorable a la ofensiva. El jugador que pasa el balón al extremo se convierte, a su vez, en extremo. Si el extremo recibe el pase del portero no se produce ningún cambio; devuelve el balón a un compañero y se mantiene en su lugar.



### Ejercicio

#### Conducción de balón y disparo a puerta

Se forman dos grupos de seis jugadores como mínimo. El jugador A conduce y efectúa el slalom con el balón en los pies, rodea el último cono y golpea a portería con el pie derecho. El jugador B comienza entonces el slalom, rodea el último cono y golpea con el pie izquierdo. Los jugadores cambian de fila después de cada disparo. Después de algunas series, se sustituye el portero.

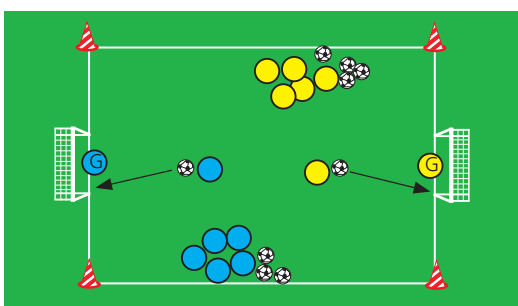


### Partido 2

#### 3 contra 3 (con portero)

Sobre un terreno con las dimensiones adecuadas, se enfrentan dos equipos de tres (con portero y sustitutos). Juego libre. Sustituciones constantes y ritmo alto.

Objetivos: vivacidad en la conducción, asunción de iniciativas en ataque, espíritu de ataque-defensa e implicación de los porteros en el juego.



### Para acabar

#### Rey del penalti

Se forman dos grupos. Se organiza una sesión eliminatoria de penaltis: el que marca pasa a la siguiente vuelta. Los dos vencedores son los "reyes del penalti".

- Puntos esenciales:
- Pase raso y disparo a portería (ajustado), con el interior del pie izquierdo y del pie derecho
  - Observación de los compañeros y de la portería (visión de juego)
  - El balón está siempre controlado





Partidos reducidos

Los partidos reducidos son muy beneficiosos para los participantes. Todas las observaciones e investigaciones efectuadas muestran que los niños se divierten y aprenden más jugando con pocos jugadores y con reglas adaptadas. Tocaban el balón con mayor frecuencia, aprenden más rápidamente y toman más decisiones durante el partido (se incrementa la concentración, puesto que el balón nunca se encuentra lejos). Los niños también se implican más en los juegos (más movimientos y ejercicios) y los aprecian mucho más que si jugaran sobre grandes espacios. Menos jugadores sobre el terreno de juego y en un equipo garantizan más atención individual de los participantes. También tienen más oportunidades de marcar goles (que es lo que desean todos los niños), y los porteros (excepto en el caso del fútbol con 4 jugadores) participarán con mayor frecuencia durante los partidos. Los niños también se implican más en las acciones de ataque y defensa, puesto que de esta forma se encuentran expuestos más a menudo a todo tipo de situaciones futbolísticas y, en consecuencia, se divierten y aprenden más.

Existen varias estadísticas evidentes sobre los beneficios de los juegos reducidos en comparación con el fútbol 11. Entre ellas:

- Los jugadores tocan el balón 5 veces más en el fútbol 4 y 50% más que en el fútbol 7.
- Los jugadores se encuentran tres veces más a menudo en situaciones de 1 contra 1 en el fútbol 4 y dos veces más a menudo que en el fútbol 7.
- En el fútbol 4, se marcan goles cada dos minutos, por cada 4 minutos en el fútbol 7.
- Las intervenciones técnicas de los porteros son de 2 a 4 veces más frecuentes en el fútbol 7 que en el fútbol 11.
- El balón se encuentra detenido un 8% del tiempo en el fútbol 4, un 14% en el fútbol 7 y un 34% en el fútbol 11.

En los juegos reducidos, todos los jugadores:

- Juegan constantemente.
- Reciben el balón a menudo.
- Intentan marcar continuamente.
- Tienen libertad para jugar.
- Son animados por el educador.
- Reciben el apoyo de los educadores y de sus padres

### Jugar con alegría

Para los niños, jugar es lo más importante, y se juega por el mero placer de jugar. Jugar partidos es una parte vital

del entrenamiento, y los niños aprenden más rápidamente jugando. Eso implica mayor competencia e independencia, como la iniciativa y la habilidad para tomar decisiones (creatividad), pero también la relación con los demás y la consideración hacia el resto. Desde un punto de vista más táctico, se trata de visión, de ataque y de defensa. No obstante, cada sesión de fútbol base debe incluir una parte de juego libre. En ese momento, el educador se retirará de la acción y situándose a prudencial distancia. Eso permite a los niños jugar sin restricciones y poner en práctica lo que han aprendido.

### La superficie de juego

La dimensión del terreno también es muy importante. Debe adaptarse a la edad, la habilidad y el número de jugadores. Un terreno pequeño con una gran cantidad de jugadores será difícil para jugar, y requiere grandes habilidades técnicas y visión de juego. Normalmente, no se puede presumir que todos los niños de 6 a 12 años tengan ya tales habilidades. Los niños tienen diferentes características según su desarrollo físico y técnico, y por este motivo, las dimensiones de los juegos reducidos no resultan recomendables para todas las edades. Es importante seguir una evolución lógica, en la que los niños pasen de los juegos reducidos a 4 (sin porteros) y terminen por jugar a fútbol 9.

Juegos reducidos \ Edad	6-8 años	9-10 años	11-12 años
4 vs 4	X	X	X
5 vs 5	X	X	X
7 vs 7		X	X
9 vs 9			X

### Las porterías y el material

El tamaño de las porterías debe reflejar la edad de los niños. Niños pequeños = porterías pequeñas, niños mayores = porterías grandes. En caso de que sea posible, utilizar porterías con redes. Sin lugar a dudas, las redes hacen los juegos más agradables. Si sólo hay disponibles porterías de fútbol 7, pueden reducirse y dividirse (reducirse en tamaño) con marcas. Si no, fabricar porterías utilizando simplemente marcas como conos, marcadores o picas. También conviene distinguir los dos equipos, por lo que habrá que distribuir petos de diferentes colores en cantidad suficiente.



### Técnica en el juego

Las habilidades técnicas, como la posesión de balón, el disparo a portería, el pase, el control, la conducción de balón o el juego de cabeza se utilizan durante el juego y, gracias a la presión de los adversarios, éstas pueden enseñarse y mejorarse. Durante el entrenamiento es importante asegurarse de que se trabajan todas las facetas del juego. Si, por ejemplo, durante una sesión específica se pone énfasis en el regate, el formato de juego debe escogerse correctamente con el objetivo de fomentar el regate.

### Ejercicios y formatos de juego reducidos

Marcar goles y evitar que lo haga el adversario son las ideas básicas del fútbol. La mejor forma de alcanzar estos objetivos es utilizar formatos de juego adaptados y aplicados a los diferentes ejercicios.

- El formato de juego más pequeño es el uno contra uno.
- En este ejercicio, nos concentramos en la vertiente técnica del regate y en la protección del balón.
- El niño debe aprender también a imponerse y a utilizar su cuerpo correctamente.
- ¡Se trata también de una cuestión de “yo y el balón”!

Cuando se añade otro participante a este ejercicio (2 contra 1), la situación cambia. Ahora, el niño tiene una opción de pase y debe decidir (él mismo) qué opción escoger: ¿debe conservar el balón o debe realizar el pase?

El nivel siguiente, con varios adversarios y compañeros, requiere mayor visión, mayor noción de juego colectivo y creatividad. Cuanto mayor es el partido, más complejo es el juego. Por este motivo, es importante tener en cuenta la edad y dejar progresar a los niños pasando de los juegos reducidos a mayores superficies de juego.

Otro argumento clave es el hecho de que, en los juegos reducidos, los niños tocan más a menudo el balón y no pueden “escondarse”. Al contrario, deben buscar activamente el balón. Los juegos reducidos son realmente intensos. No puede subestimarse ninguna circunstancia, y un partido no puede prolongarse durante demasiado tiempo. Es necesario el uso de sustitutos (al pie del terreno de juego) ya que permite mantener un ritmo de juego / ejercicio a un nivel elevado. Dependiendo de la habilidad y de la edad, también deben usarse los formatos de juego sin porteros. Durante las primeras etapas, es importante asegurarse de que es fácil marcar goles. Eso anima a los niños a disparar a portería y también ayuda a enseñar la técnica. Los participantes más

avanzados necesitarán mayor resistencia, y deben aprender a marcar goles con mayor presión. Eso requiere usar una mayor técnica, que se encuentra ya en un nivel más avanzado y requiere introducir un portero. Sin embargo, también es importante enseñar la táctica de juego a los porteros. Los juegos reducidos son perfectos para enseñar a los porteros el aspecto táctico del juego (los disparos a portería, las situaciones de presión, las oportunidades de iniciar ataques o contraataques, etc.).

Para resumir, es cierta la afirmación según la cual los jugadores tocan el balón mucho más a menudo en los juegos reducidos. Efectúan más pases y se encuentran más a menudo en situaciones de uno contra uno. Las repeticiones de situaciones en que deben tomar decisiones ayudarán a los niños a aprender y a adquirir una experiencia positiva, y su participación activa en el juego incrementará sus ganas de jugar. El juego resulta más fácil de comprender y, lo que es más importante, los niños se divierten y gozan de la libertad de expresión con el balón en los pies.







# Los fundamentos técnicos

Para el fútbol base, resulta sencillo clasificar los fundamentos técnicos en tres familias:

- **Controlar el balón**
- **Conducir el balón**
- **Golpear el balón**

## 1. Controlar el balón



- a. **Control**
- b. **Toque**

### El control

Controlar el balón significa hacerse el amo del mismo. La perfecta ejecución del control entraña el éxito de la combinación.

Los controles que deben trabajarse prioritariamente son los controles orientados y los controles en movimiento, puesto que generan velocidad en el juego.

### El toque

Repetido regularmente, desarrolla en los jóvenes futbolistas cualidades de destreza, de coordinación y también de equilibrio. Unos elementos que favorecerán una adquisición más rápida del resto de gestos técnicos.

## 2. Conducir el balón



- a. **Sin obstáculos**
- b. **Con obstáculos = regate**

### La conducción

Se trata de un medio de progresión individual en un espacio libre. Conducir bien el balón significa ser su dueño en todo momento, lo que requiere un buen equilibrio y un excelente dominio de los apoyos.

Finalmente, conducir el balón con la cabeza levantada permite recabar información y realizar correctamente la jugada que el juego requiere.

### El regate

Es un medio de progresión individual entre adversarios. El regate permite al jugador en posesión del balón eliminar a uno o varios adversarios para:

- iniciar una acción y asumir riesgos individuales.
- preparar una acción colectiva.
- ganar tiempo y lograr el apoyo de los compañeros.
- engañar al adversario (noción de finta).

## 3. Golpear el balón



- a. **Pases**
- b. **Disparos**

### El pase

Acción de dar el balón a un compañero. Constituye el elemento primordial del juego colectivo.

Argumento principal del juego, el pase permite al equipo:

- conservar colectivamente el balón.
- preparar los ataques.
- invertir el juego.
- contraatacar.
- dar el pase de gol o último pase.

Los centros, tipo de pase corto o largo, pueden considerarse como preparatorios del disparo, por lo que son equiparables a un último pase.

### El disparo

Gesto que intenta enviar el balón hacia la portería rival.

Constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque.

Es la finalidad del fútbol.

Requiere cualidades técnicas (buen golpeo de balón, precisión en las trayectorias), cualidades físicas (potencia, coordinación, equilibrio) y cualidades mentales (determinación, audacia, confianza en uno mismo).

## 4. Técnicas especiales



- **El juego de cabeza**
- **El juego de volea**
- **Los gestos defensivos**
- **Técnica del portero**

### El juego de cabeza

Puede compararse con el CONTROL del balón (destreza y control) y con el GOLPEO del balón (pases y disparos). Representa una cualidad determinante para defender y para marcar.

### El juego de volea

Empalmar un balón aéreo directamente sin control previo, es decir:

- antes de que toque el suelo (volea)
- en el momento en que cae al suelo (semivolea)

### Los gestos defensivos

- Permiten robar el balón a un adversario
- Conquistar el balón en posesión del adversario (intercepción)
- Luchar contra el adversario dentro de los límites permitidos por las reglas del juego (duelo defensivo)
- Retrasar un ataque (retroceso freno)
- Enseñar al jugador a no lanzarse al suelo y a defender de pie es primordial

## Técnicas del portero



### El portero

El objetivo del portero es evitar que el balón entre en la portería. Es el único jugador del equipo autorizado para utilizar las manos (excepto para poner el balón en juego) pero solo dentro de una zona limitada alrededor de la portería, denominada área.

Su formación específica es un proceso a largo plazo que inicia en la infancia y finaliza el día en que cuelga los guantes definitivamente. Este período incluye un determinado número de etapas:

- los primeros pasos en la portería.
- el aprendizaje de los gestos del portero.
- el desarrollo de las cualidades físicas indispensables para el puesto.
- la adquisición de una "resistencia mental fuerte".

### Fundamentos del portero – 6 - 10 años

La preparación técnica

- primer contacto con el balón, primeros pasos "en la portería".
- aprendizaje progresivo de los gestos del portero.
- iniciación al juego con el pie.

La preparación física

- las cualidades físicas (resistencia, velocidad, coordinación, flexibilidad, etc.) se desarrollan a través de los diferentes juegos.

La preparación psicológica

- aceptar la derrota.
- respetar al entrenador, a los compañeros, a los adversarios y al árbitro.
- aprender a "estar solo".
- hacer de su portería el castillo que defiende.



## 11 - 14 años

La preparación técnica

- mejora permanente de los gestos técnicos adquiridos.
- evolución hacia el “terreno grande” y la “portería grande”.
- trabajo con balones aéreos.
- perfeccionamiento del juego con los pies.
- papel del portero en el juego colectivo.
- aumento de las dificultades.

La preparación física

- Desarrollo de las cualidades físicas específicas (resistencia, velocidad, flexibilidad, relajación) mediante ejercicios específicos.
- Trabajo de coordinación con y sin balón.

La preparación psicológica

- tomar sus propias decisiones, asumir el mando.
- controlarse y conservar la calma.
- mantener su concentración.
- hacer de la portería su territorio.

## La preparación técnica del portero

- colocación.
- desplazamiento.
- recolocación.

Las paradas del portero

- las diferentes formas de coger el balón (en el suelo, en altura, a media altura, con rebote, etc.).
- las diferentes formas de tirarse.
- los balones aéreos.
- los duelos 1 contra 1.
- las paradas de reflejos.

Los lanzamientos

- saque con el pie (desde el suelo, de volea, de semivolea).
- saques con la mano.
- los despejes tras un pase atrás de un compañero.

Las faltas

- colocación de la barrera.
- posición del portero.
- ordenar y comunicar.





## Los principios tácticos individuales

### *Cómo enseñar la táctica:*

1. Hacer jugar (juegos reducidos, etc.).
2. Dar contenido (cultura táctica).
3. Desarrollar situaciones favorables (juegos temáticos).
4. Desarrollo de situaciones-problemas (ataque-defensa con consignas a los adversarios).
5. Juego libre o dirigido con reflexión y diálogo con los jugadores.

### Principios generales

- Todos están ahí para ayudar al compañero.
- Todos participan en ataque.
- Todos participan en defensa. La defensa comienza desde que perdemos el balón.

Los principios tácticos individuales son principios simples que un jugador aprende para tomar las mejores decisiones cuando la situación de juego se presenta. Estos principios pueden colocarse en un lugar visible de los vestuarios.

### Principios tácticos individuales de la ofensiva

- Juegue el balón inmediatamente, no deje que sus compañeros se desmarquen en vano. Desmárquese inmediatamente tras haber dado el balón.
- Desmarcarse mejor, “Arrancar desmarcado”.
- Entregue y vuélvase a colocar para:
  - ayudar a un compañero,
  - pedir el balón,
  - apoyar a un compañero.
- Evite las oposiciones inútiles. Vale más eliminar que desbordar.

### En caso de oposición:

- Conduzca el balón por el lado contrario a su adversario.
- Despiste a sus adversarios mediante arranques rápidos, fintas o cambios súbitos de dirección.
- Conduzca el balón con la izquierda, entregue a la derecha y viceversa.
- No conduzca demasiado el balón, la progresión debe hacerse mediante pases cortos y largos.
- Utilice pases transversales para un compañero que se ofrece.
- Evite jugar por el centro de su propio terreno de juego, un balón perdido resulta peligroso.

- No envíe el balón donde haya más jugadores, juegue hacia un compañero que tenga espacio libre.
- Juegue entre dos adversarios para un compañero que la pide.
- Un compañero que tenga el balón siempre debe tener apoyos.
- Corra al encuentro del balón, no espere que le llegue.
- No deje pasar un balón cerca sin controlarlo. Un adversario puede hacerlo en su lugar.
- No pierda su tiempo haciendo filigranas.
- Juegue con sobriedad, claridad y de forma útil. Es lo más difícil. Es así como se reconoce un gran jugador.

### Principios tácticos individuales de la defensa

- Muévase siempre entre su adversario y su portería.
- No pierda nunca de vista el balón ni a su adversario.
- Esfuércese por controlar lo antes posible las construcciones de los atacantes rivales, haciendo un trabajo de marcaje.
- No ceda terreno a su adversario. Hágale perder velocidad (freno mediante retroceso) cuando conduce el balón.
- En el momento de la recepción, intente “llegar al balón” antes que su adversario. Si no, moléstele. Juegue todos los balones.
- Marque a su adversario del lado del balón, es decir, del lado que va a hacer el pase.
- En las trayectorias aéreas, salte un momento antes.
- Evite regatear en el área.
- Evite los pases transversales del exterior hacia el interior.
- Juegue hacia el exterior en dirección de la línea de banda.
- No golpee el balón al azar, construya la ofensiva desde atrás.
- Si pierde el balón, hay que recuperarlo.
- Evite las entradas inútiles, no se “lance” sobre un adversario que tenga el balón. Espere a que cambie de apoyo para atacarlo.
- No se gire nunca delante de un atacante.
- Llévelo hacia la banda.
- Siga atentamente el juego, aunque el balón esté lejos.
- Un buen defensor no abandona nunca.
- El portero debe ser el dueño y señor del área.





## Ejemplos de ejercicios

He aquí algunos ejemplos de ejercicios que se pueden utilizar en las diferentes actividades Grassroots. Su dificultad varía entre 1 y 3 estrellas, en función de la complejidad del ejercicio. Es importante seguir una tendencia desde el inicio. También es importante tener en cuenta la edad, la organización, los materiales, etc.

Sin embargo, el entrenador-educador debe estar en condiciones de tener en cuenta cualquier situación, de forma que los recursos sean utilizados y los niños puedan efectuar los ejercicios.

### Clasificación de ejercicios

- Juego de iniciación / carreras de relevos / Juegos de coordinación (circuitos)
- Los ejercicios técnicos
- Los juegos de entrenamiento (1 vs 2, 2 vs 3, etc.)
- Los partidos reducidos (1 vs 1, 2 vs 2, 3 vs 3, etc.)



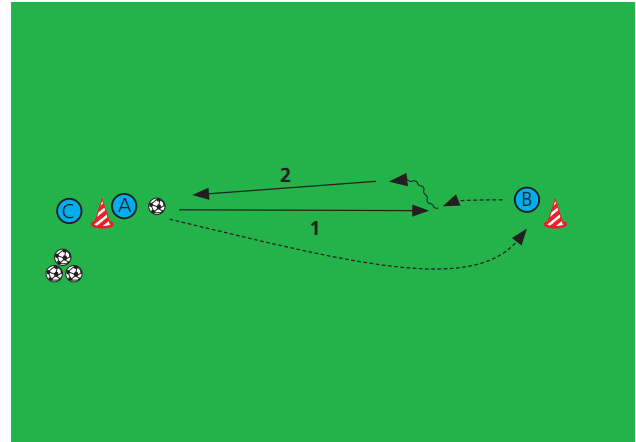
## Ejercicio técnico 1

## Pase / recepción y conducción

## 1er ejercicio

dificultad: ★

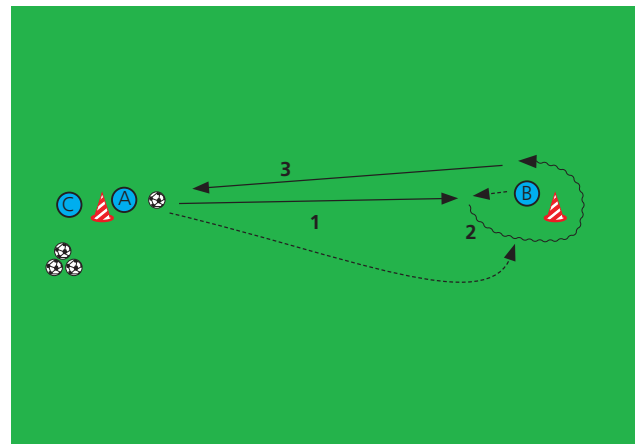
- Pase del jugador A al jugador B y de B a A (1, 2).
  1. Sólo con el pie derecho
  2. Sólo con el pie izquierdo
  3. Alternando pie izquierdo y derecho
- El jugador persigue el balón por el otro lado.
- El jugador corre al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo. Variante: con movimientos progresivos y contrarios.



## 2º ejercicio

dificultad: ★

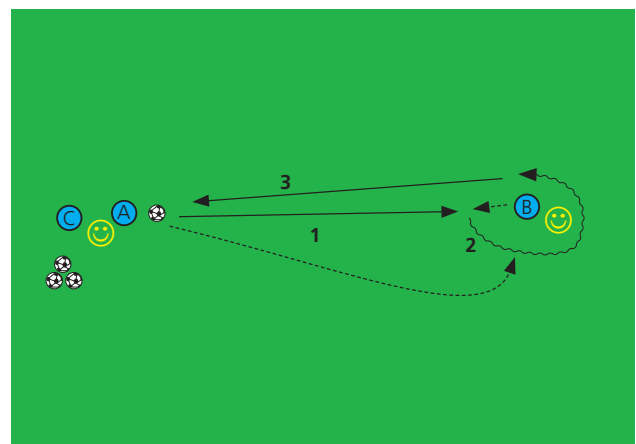
- Pase del jugador A al jugador B y de B a A, turnando pie derecho e izquierdo (1).
  1. El jugador recibe el balón, lo conduce hacia la izquierda y lo conduce alrededor del cono con el pie derecho (2). Pasa con el pie derecho (3).
  2. El jugador recibe el balón, lo conduce hacia la derecha y lo conduce alrededor del cono con el pie izquierdo. Pasa con el pie izquierdo.
  3. Alternando hacia la izquierda y hacia la derecha.
- El jugador persigue el balón por el otro lado.
- El jugador corre al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo. Variante: con movimientos progresivos y contrarios.



## 3er ejercicio

dificultad: ★★

- Igual que en el segundo ejercicio.
- Cambiamos los conos por jugadores.
- Ligera resistencia al recibir y conducir el balón, al regatear y al pasar.



## Organización / material

- 3 jugadores (lo ideal) o más
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 2 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)

## Ejercicio técnico 2

## Tiro complejo a puerta

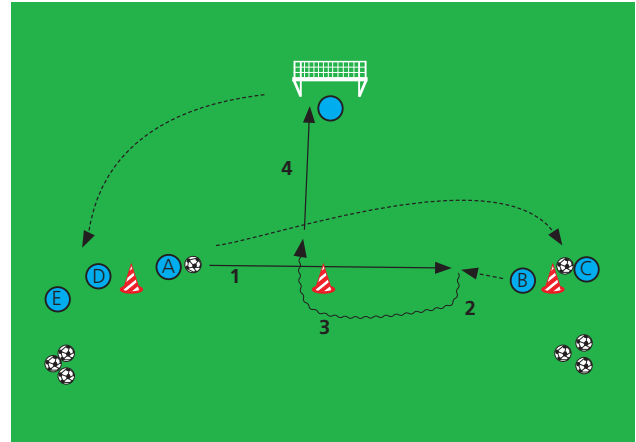
1<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★

- El jugador A pasa el balón con el pie izquierdo al jugador B (1).
- El jugador B recibe el balón y lo conduce hacia la izquierda en dirección al jugador A (2).
- Conduce el balón con el pie izquierdo alrededor del cono (3) y tira a puerta con la izquierda (4).

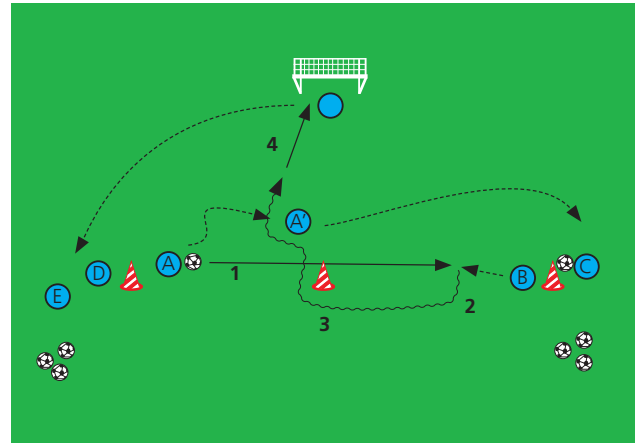
Después por el lado contrario:

- Pase del jugador C al jugador D
- El jugador recibe y conduce el balón hacia la derecha en dirección al jugador C.
- El jugador conduce el balón con el pie derecho alrededor del cono y tira a portería con la derecha.

2<sup>o</sup> ejercicio

dificultad: ★★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador A hace de jugador contrario (de camino al otro lado de la zona), primero pasivo, después activo.

**Organización / material**

5 jugadores (lo ideal) o más  
 Varios balones (1 por cada dos jugadores)  
 3 conos  
 La duración máxima del ejercicio es de 8 a 10 minutos.

**Puntos del entrenamiento:**

- Pase y tiro a puerta con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores, buscando la portería)
- Diferenciación (pase, tiro a puerta, recepción y conducción)
- Finta al regatear



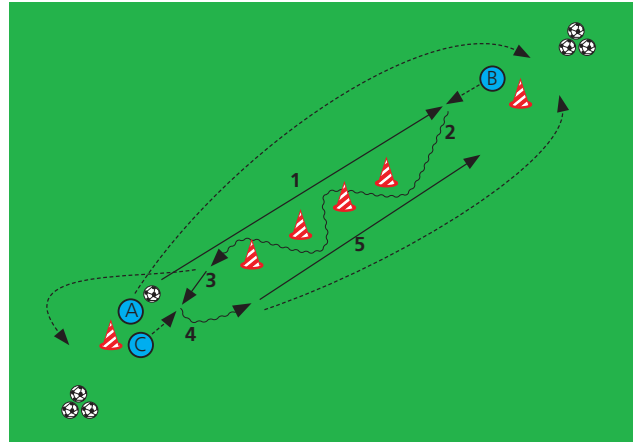
## Ejercicio técnico 3

## Pase / recepción y conducción / regate

1<sup>er</sup> ejercicio

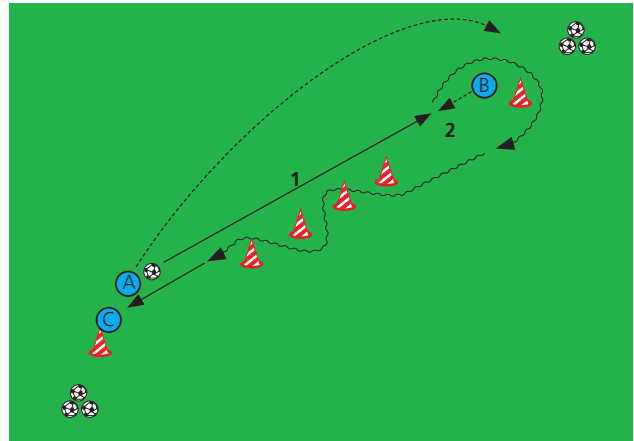
dificultad: ★

- El jugador A pasa el balón con el pie izquierdo al jugador B (1).
- B sale al encuentro del balón, lo recibe y lo conduce por el lado izquierdo (2), regateando a continuación los conos.
- Pasa con el pie derecho al jugador C (3).
- El jugador C sale al encuentro del balón, lo recibe y lo conduce por el lado derecho (4).
- Pase del jugador C con el pie derecho al jugador A (5).
- El jugador A sale al encuentro del balón, lo recibe y lo conduce por el lado derecho (4), regateando a continuación.

2<sup>o</sup> ejercicio

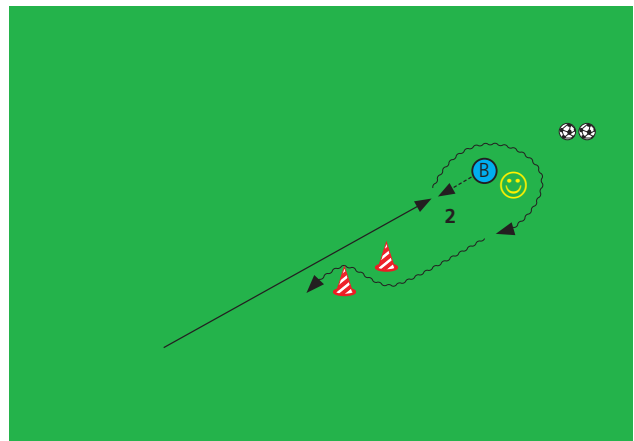
dificultad: ★★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador B recibe el balón de espaldas a los conos y lo conduce hacia la derecha con el pie izquierdo alrededor de los conos. Después regateando, y así sucesivamente.
- El jugador C recibe el balón de espaldas a los conos y lo conduce hacia la izquierda con el pie derecho alrededor de los conos.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio.
- Cambiamos los conos por jugadores.
- Ligera resistencia al recibir y conducir el balón, al regatear y durante el pase a continuación.



## Organización / material

- 3 jugadores (lo ideal) o más
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 6 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear.
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)

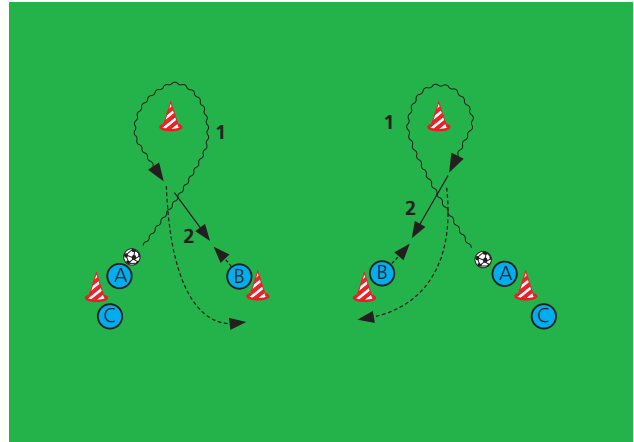
## Ejercicio técnico 4

## Pase / recepción y conducción / regate

1<sup>er</sup> ejercicio

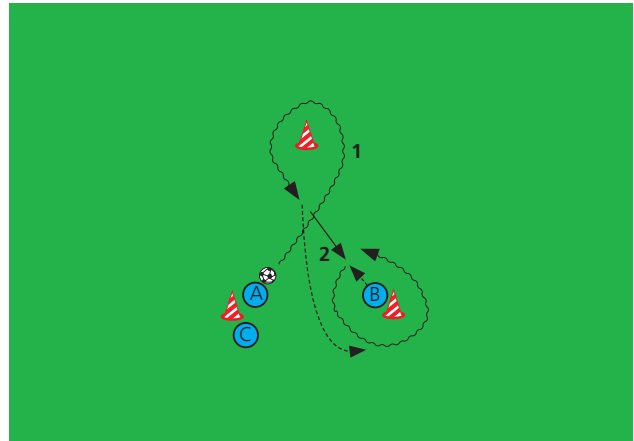
dificultad: ★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (por el interior).
- A continuación, pasa a B.
- El jugador B sale al encuentro del balón y lo recibe, continuando con un regate en dirección al jugador C.
- Regatea y pasa con el pie izquierdo y el derecho.

2<sup>o</sup> ejercicio

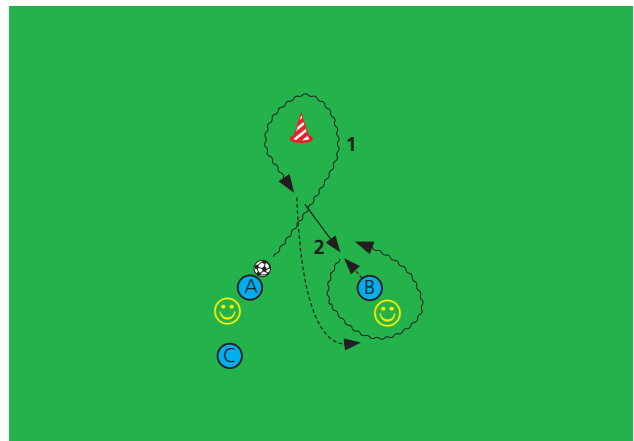
dificultad: ★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador B recibe el balón de espaldas a los conos y lo conduce hacia dentro y hacia fuera en torno a los conos. Después regateando, y así sucesivamente.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★

- Igual que en el segundo ejercicio.
- Cambiamos los conos por jugadores.
- Ligeras resistencias al recibir y conducir el balón, al regatear y durante el pase a continuación.

**Organización / material**

- 3 jugadores (lo ideal) o más
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 3 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

**Puntos del entrenamiento:**

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear
- Conducción del balón por delante del cuerpo.
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)

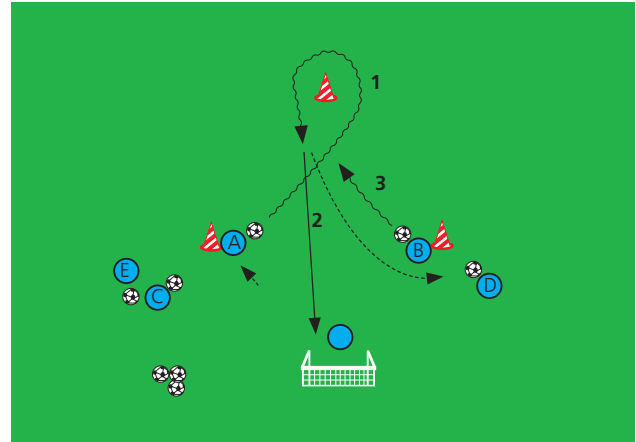
## Ejercicio técnico 5

## Tiro a puerta complejo

1<sup>er</sup> ejercicio

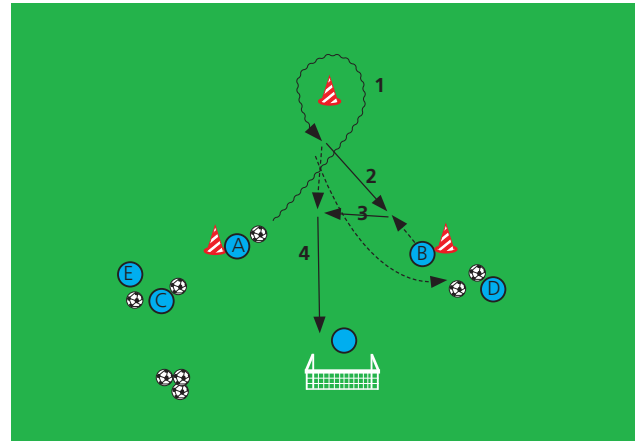
dificultad: ★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (por el interior con la derecha) (1).
- A continuación tira a puerta con el pie derecho (2).
- El jugador B inicia el regate (por el interior con la izquierda).
- A continuación tira a puerta con el pie izquierdo.

2<sup>o</sup> ejercicio

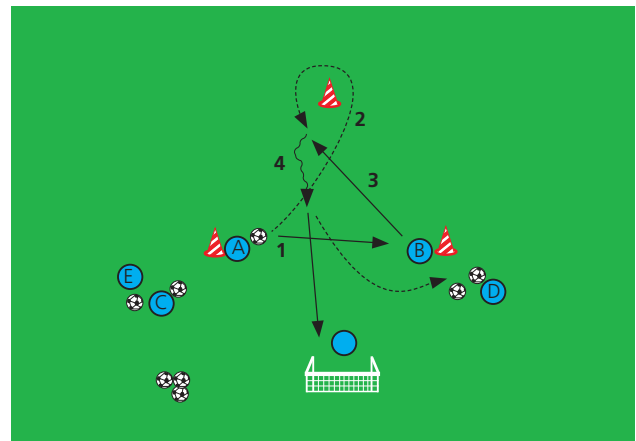
dificultad: ★★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (por el interior con la derecha) (1).
- A continuación, pasa con el pie derecho al jugador B y se desmarca (2).
- El jugador B sale al encuentro del balón y lo pasa al jugador A desmarcado (eventualmente, haciendo una pared) (3).
- El jugador A recibe y conduce el balón y, a continuación, tira a puerta (4).
- El jugador B toma un balón e inicia el regate.
- Así sucesivamente.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★

- El jugador A pasa el balón al jugador B (1).
- El jugador A se desmarca en torno a los conos y se coloca para recibir el pase del jugador B (2).
- El jugador B pasa en carrera o a los pies de A (3).
- El jugador A recibe y conduce el balón y, a continuación, tira a puerta (4).
- El jugador B toma un balón y se lo pasa al jugador C.
- Así sucesivamente.



## Organización / material

5 jugadores (lo ideal) o más

Varios balones

3 conos

La duración máxima del ejercicio es de 8 a 10 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Tiro a puerta / pase con la cara interior del pie, pase raso, con la izquierda y la derecha
- Pasos cortos con el balón y hacia el balón
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (tiro a puerta)

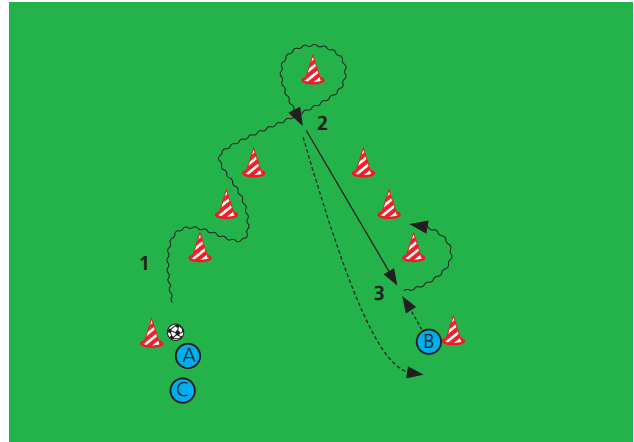
## Ejercicio técnico 6

## Regate / pase / recepción y conducción

1<sup>er</sup> ejercicio

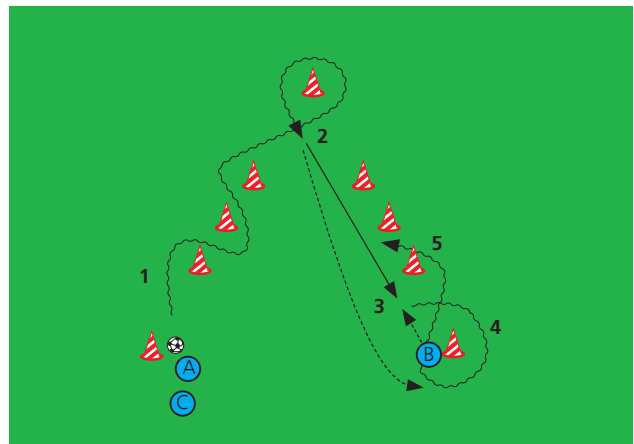
dificultad: ★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (1).
- A continuación, pasa con el pie derecho al jugador B (2).
- El jugador B sale al encuentro del balón y lo recibe girando hacia la derecha y continuando con un regate en dirección al jugador C (3).
- El jugador B pasa el balón al jugador C con el pie izquierdo.

2<sup>o</sup> ejercicio

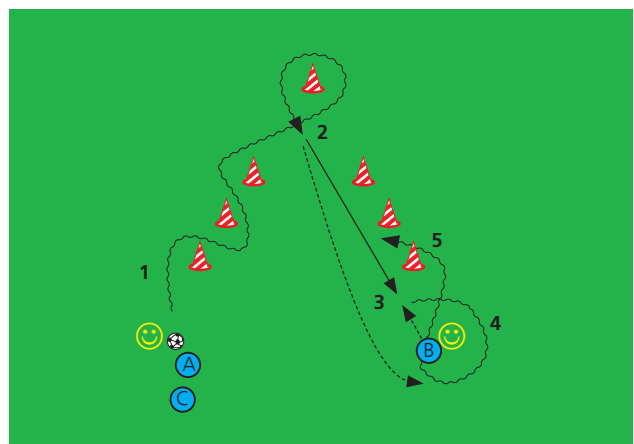
dificultad: ★★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador B recibe el balón de espaldas a los conos (3) y lo conduce hacia la derecha con el pie izquierdo con pasos cortos, por fuera, alrededor de los conos (4). Después regateando (5).
- Hace lo mismo por el lado contrario, pero con el pie derecho y por la izquierda.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio.
- Cambiamos los conos por jugadores.
- Ligeras resistencias al recibir y conducir el balón, al regatear y durante el pase a continuación.



## Organización / material

- 3 jugadores (lo ideal) o más
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 9 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)

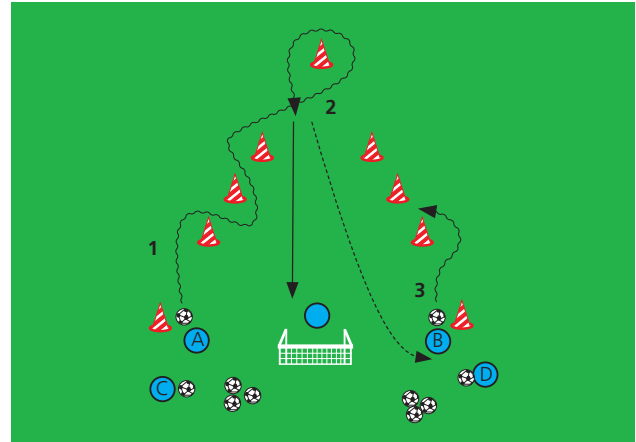
## Ejercicio técnico 7

## Tiro a puerta complejo

1<sup>er</sup> ejercicio

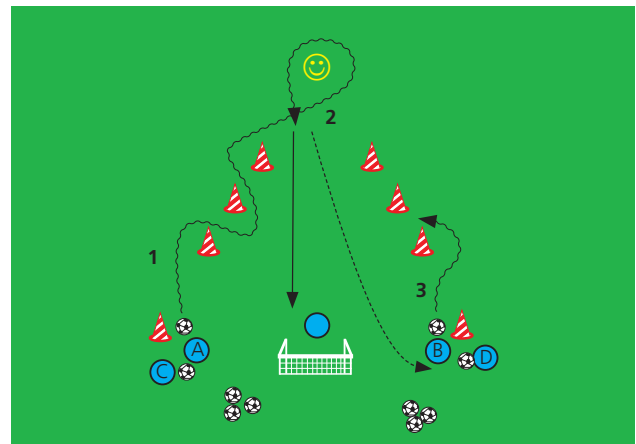
dificultad: ★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (1).
- A continuación tira a puerta con el pie derecho (2).
- El jugador B inicia el regate en torno a los conos (3), tirando a continuación a puerta con el pie izquierdo.

2<sup>o</sup> ejercicio

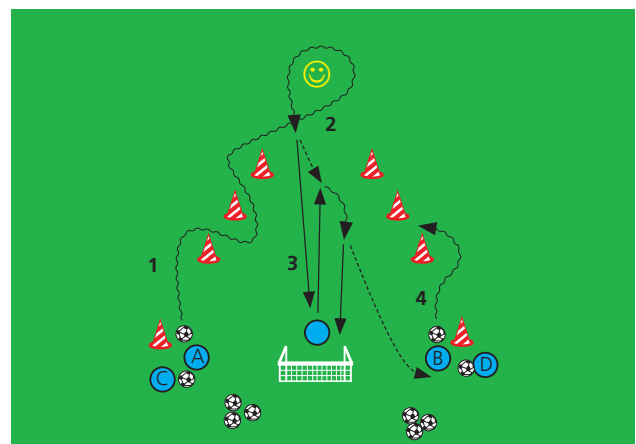
dificultad: ★★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador A regatea a un jugador contrario en vez de a un cono (2).

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio.
- El jugador atacante (A) hace una pared con el portero. Pasa al portero, éste le devuelve el pase al atacante, que controla el balón y tira a puerta (3).
- El jugador B inicia el regate (4).



## Organización / material

- 5 jugadores (lo ideal) o más
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 9 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 8 a 10 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Tiro a puerta con la cara interior del pie, pase raso con el pie izquierdo y el derecho
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a la portería)
- Diferenciación (tiro a puerta)

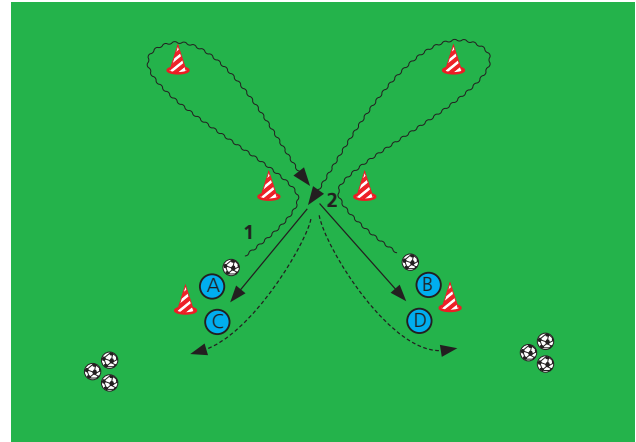
## Ejercicio técnico 8

## Regate / pase / recepción y conducción

1<sup>er</sup> ejercicio

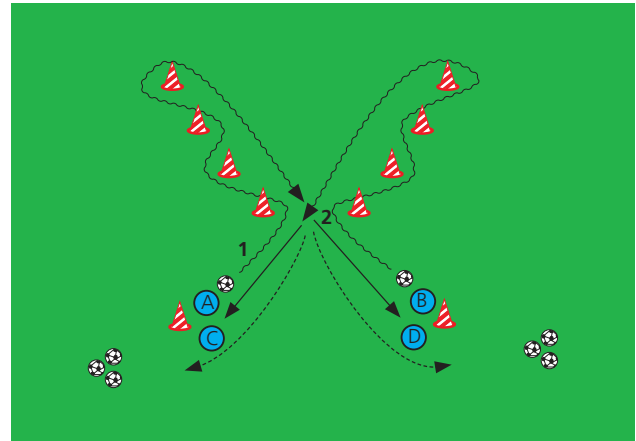
dificultad: ★

- Los jugadores A y B inician simultáneamente el regate en torno a los conos (1).
- A continuación, pasan con el pie izquierdo y el derecho respectivamente a los jugadores C y D (2).
- Los jugadores C y D, salen ligeramente al encuentro del balón y lo conducen (3), regateando a continuación los conos.
- Los jugadores deben comenzar el ejercicio, regatear y pasar lo más paralelamente posible.

2<sup>o</sup> ejercicio

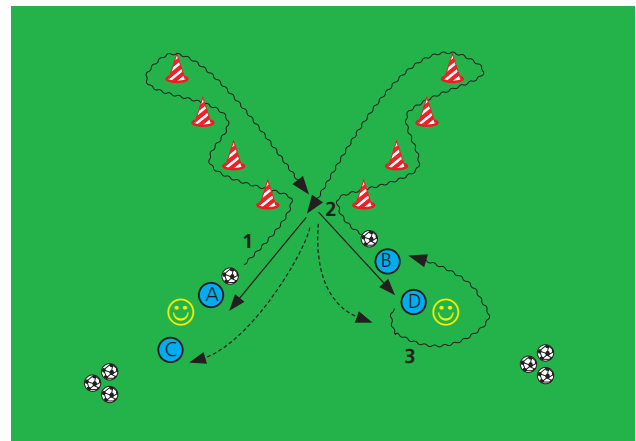
dificultad: ★-★★

- Igual que en el primer ejercicio, no obstante, con dos conos más a ambos lados.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio, pero sustituyendo los dos primeros conos por dos jugadores contrarios.
- El jugador recibe el balón con el jugador contrario a la espalda y se voltea completamente hacia dentro (3).



## Organización / material

- 4 jugadores (lo ideal) o más
- 2 balones (más otros de reserva a un lado)
- De 6 a 10 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)



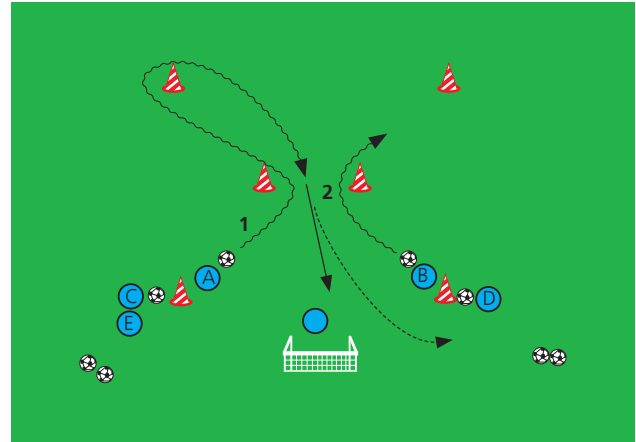
## Ejercicio técnico 9

## Regate / pase / recepción y conducción

1<sup>er</sup> ejercicio

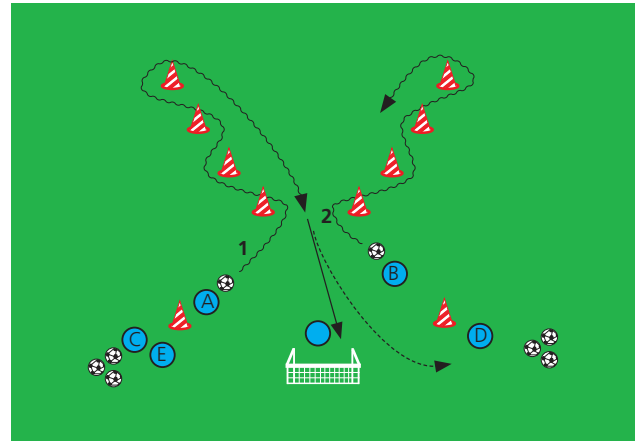
dificultad: ★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (1).
- A continuación tira a puerta con el pie izquierdo (2).
- El jugador B inicia el regate en torno a los conos (1).
- A continuación tira a puerta con el pie derecho (2).
- Así sucesivamente.

2<sup>o</sup> ejercicio

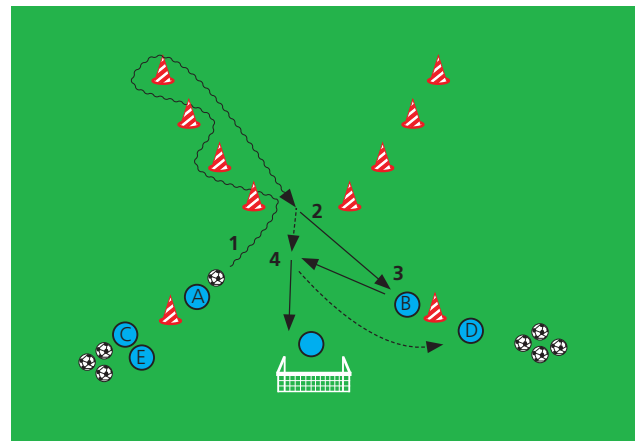
dificultad: ★-★★

- Igual que en el primer ejercicio, no obstante, con dos conos más a ambos lados.

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio, pero haciendo una pared antes de tirar a puerta. El jugador A pasa al jugador B (2), B devuelve el pase al jugador A (3), que controla el balón y tira a puerta (4).



## Organización / material

- 6 jugadores (lo ideal) o más
- 2 balones (más otros de reserva a un lado)
- De 6 a 10 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 8 a 10 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Tiro a portería / pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a la portería)
- Diferenciación (tiro a puerta)

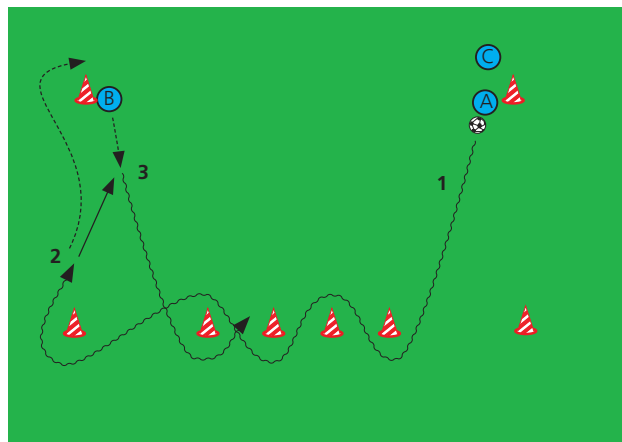
## Ejercicio técnico 10

## Regate / pase / recepción y conducción

1<sup>er</sup> ejercicio

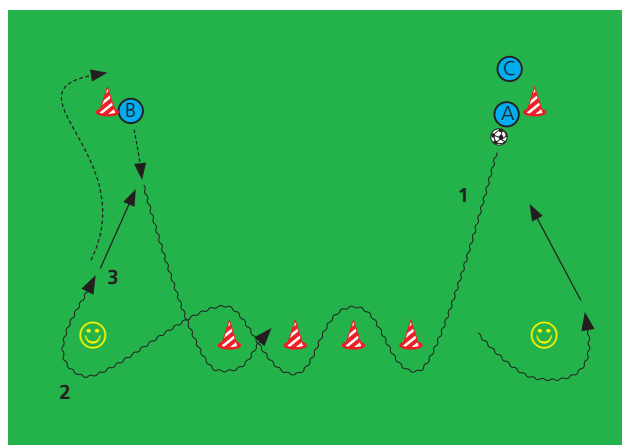
dificultad: ★-★★

- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (1).
- A continuación, pasa el balón al jugador B con el pie izquierdo (2). B sale al encuentro del balón y lo conduce (3), a continuación regatea en dirección al jugador C.
- Pasa con el pie derecho al jugador C.

2<sup>o</sup> ejercicio

dificultad: ★★-★★★

- Igual que en el primer ejercicio.
- El jugador A regatea a un contrario al final del eslalon (2), el cuerpo entre el balón y el contrario, manteniendo el balón por fuera con el pie izquierdo. A continuación pasa al jugador B (3). Así sucesivamente.
- Hace lo mismo por el lado contrario, pero con el pie derecho.



## Organización / material

- 3 jugadores (lo ideal) o más (2<sup>o</sup> ejercicio)
- 1 balón (más otros de reserva a un lado)
- 8 conos
- La duración máxima del ejercicio es de 6 a 8 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Pase con la cara interior del pie, pase raso, con el pie izquierdo y el derecho
- Ir al encuentro del balón para recibirlo y conducirlo.
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a los jugadores)
- Diferenciación (pase, recepción y conducción)

## Ejercicio técnico 11

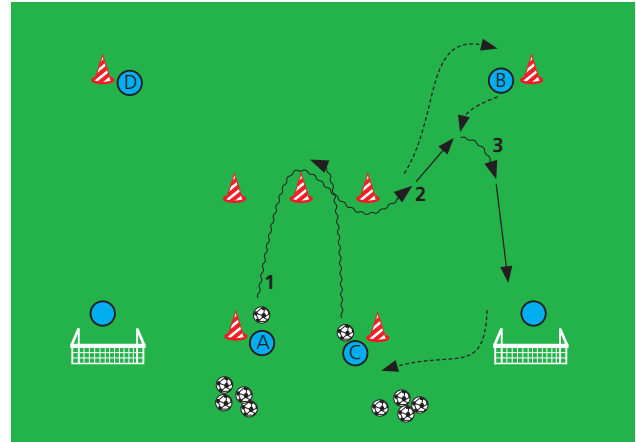
## Tiro complejo a puerta

1<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★

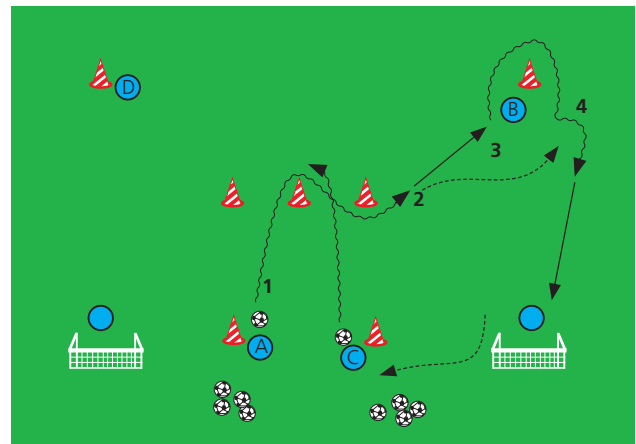
- El jugador A inicia el regate en torno a los conos (1).  
 – A continuación, pasa con el pie derecho al jugador B (2).  
 – El jugador B conduce el balón y, a continuación, tira a puerta (3).

Trayectos: jugador A hacia jugador B, jugador B hacia jugador C, jugador C hacia jugador D, jugador D hacia jugador A...

2<sup>o</sup> ejercicio

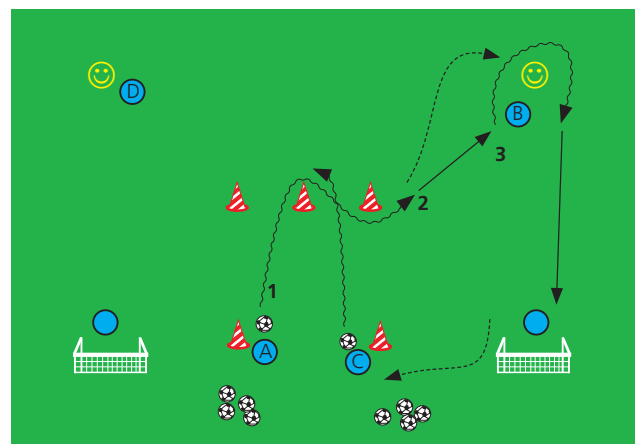
dificultad: ★★★

- Igual que en el primer ejercicio.  
 – Una vez recibido el balón, el jugador B regatea los conos a su espalda (3). Conduce el balón y regatea con el pie izquierdo.  
 – El jugador A obstaculiza al jugador B pasiva o activamente (4).

3<sup>er</sup> ejercicio

dificultad: ★★★

- Igual que en el segundo ejercicio.  
 – Una vez recibido el balón, el jugador B regatea a un contrario que está a su espalda (3). Conduce el balón y regatea con el pie izquierdo.



## Organización / material

6 jugadores (lo ideal) o más

Varios balones

7 conos

La duración máxima del ejercicio es de 8 a 10 minutos.

## Puntos del entrenamiento:

- Tiro a puerta con la cara interior del pie, pase raso con el pie izquierdo y el derecho
- Pasos cortos con el balón al regatear (tomando ritmo)
- Conducción del balón por delante del cuerpo
- Posición del cuerpo entre el balón y el contrario
- Practican juntos los jugadores que tengan el mismo nivel.
- Orientación (cabeza elevada, mirando a la portería)
- Diferenciación (tiro a puerta)

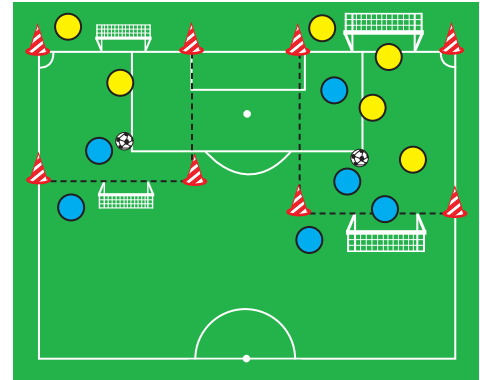
## Sistemas de juego

### 1-1 / 2-2

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Porterías pequeñas (de todo tipo)
- Sin portero / con o sin jugadores suplentes

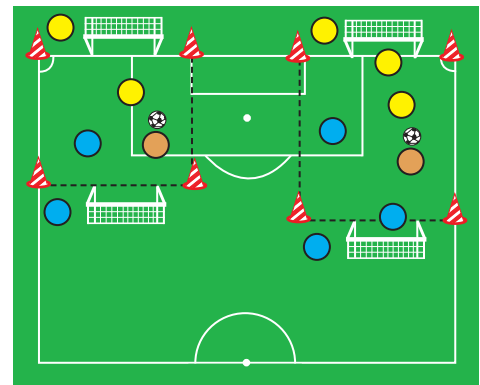
### 3-3 / 4-4 (+ portero)

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Balones y porterías para niños
- Con o sin portero / con jugadores suplentes



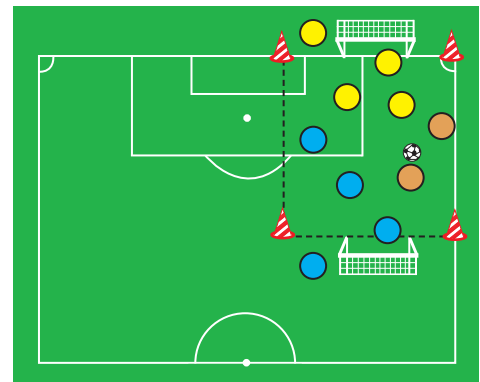
### 2-1 / 3-2 / 4-3 (+ portero)

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Balones y porterías para niños
- Con o sin portero / jugadores suplentes
- Número excedente de jugadores neutral (siempre en posesión de balón)
- Cambio rápido del sistema de defensa al de ataque



### 4-2 / 5-3 (+ portero)

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Balones y porterías para niños
- Con o sin portero / jugadores suplentes
- Número excedente de jugadores neutral (siempre en posesión de balón)
- Cambio rápido del sistema de defensa al de ataque

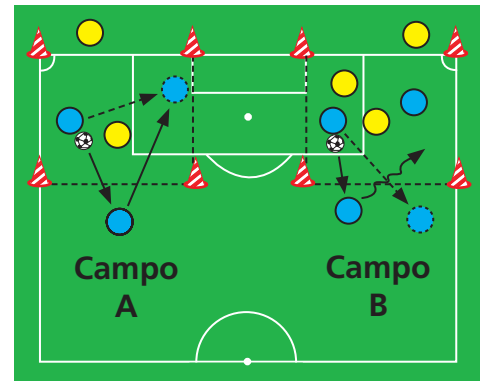


## Sistemas de juego

### 1-1 + 1 (4 jugadores) / 2-2 + 1 (6 jugadores)

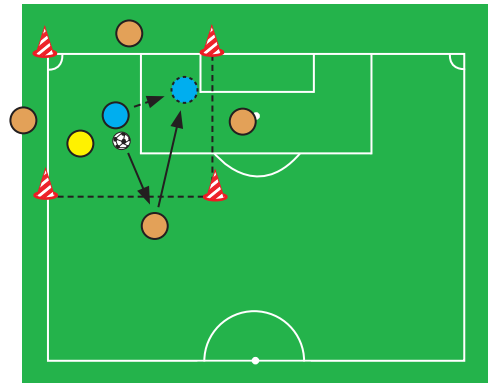
#### 3-3 + 1 (8 jugadores)

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Sin porterías
- Campo A: pase al jugador que está fuera del campo, devolución del pase al jugador que está en el campo
- Campo B: pase al jugador que está fuera del campo, cambio de posición de los jugadores que están dentro y fuera del campo (el jugador que está fuera del campo conduce el balón al campo)



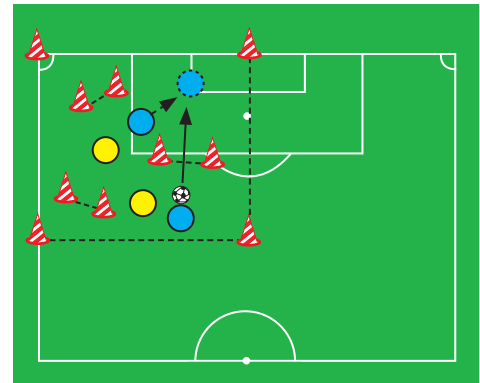
### 1-1 + 4 / 2-2 + 4

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Sin porterías
- pase al jugador que está fuera del campo, devolución del pase al jugador que está en el campo



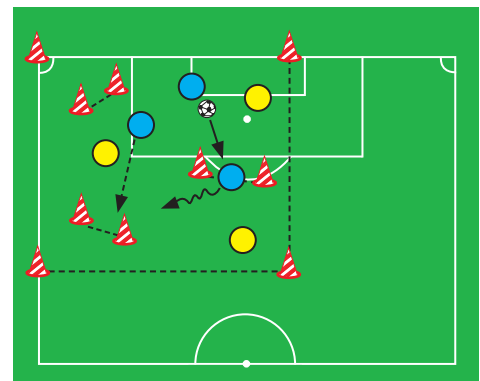
### 2-2 / 3-3 en portería de conos

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Todas las porterías que se quiera (conos / postes).
- Pase a través de la portería



### 3-3 / 4-4 en portería de conos

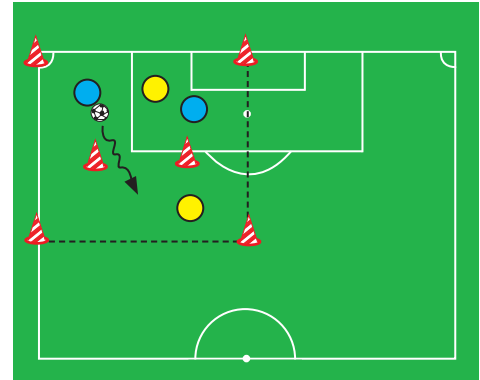
- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Todas las porterías que se quiera (conos / postes).
- Los jugadores deben colocarse en la portería.
- Recepción y conducción del balón y, después, pase al siguiente jugador que esté en la portería.



## Sistemas de juego

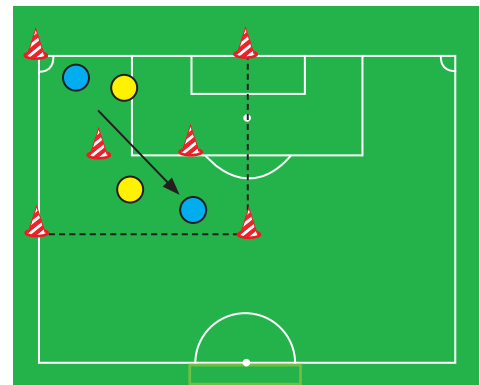
### 2-2 / 3-3 / 4-4 con una portería de conos

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Regate a través de la portería



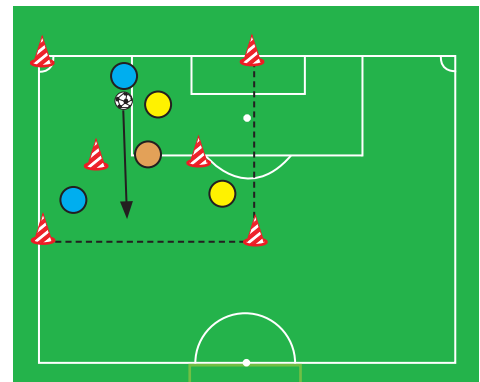
### 2-2 / 3-3 / 4-4 con una portería de conos

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Pase a través de la portería de conos



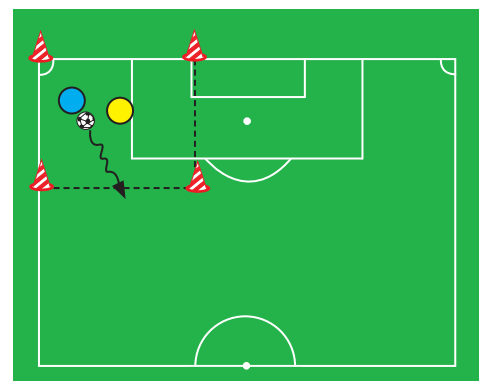
### 2-2 / 3-3 / 4-4 con una portería de conos

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Con un portero neutral
- Tiro a puerta por la portería de conos
- Para jugadores avanzados:  
pase al compañero a través de la portería de conos



### 1-1 / 2-2 / 3-3 / 4-4 con portería sobre una línea

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- Regate sobre la línea de banda (línea de portería)

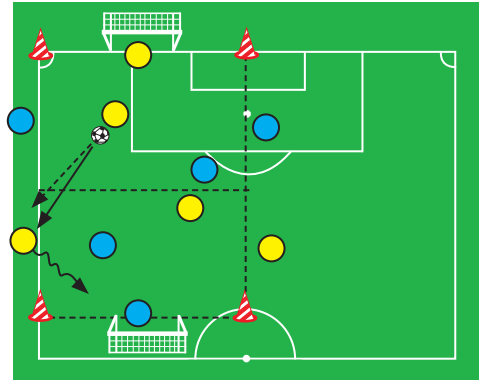




## Sistemas de juego

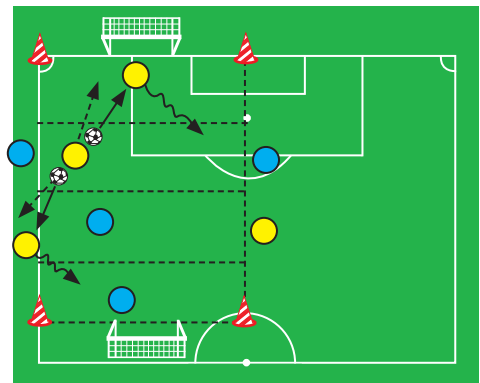
### 1-1 + 2 / 2-2 + 2 / 3-3 + 2 / 4-4 + 2 con zonas

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- 2 porterías con portero
- Dos jugadores fuera del campo en cada una de las zonas ofensivas
- Variante: los jugadores que están fuera del campo se colocan en la zona defensiva.
- Al pasar a los jugadores de fuera del campo, los jugadores cambian sus posiciones.
- El jugador que está fuera del campo pasa a jugar dentro del campo.
- Si es el portero el que pasa al jugador de fuera del campo, no hay cambio de posición.



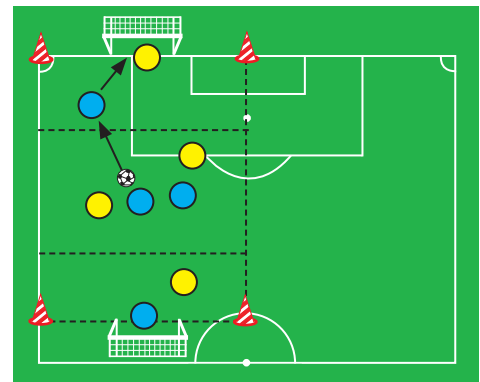
### 2-2 + 2 / 3-3 + 2 / 4-4 + 2 con zonas

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- 2 porterías con portero
- Dos jugadores fuera del campo en la zona ofensiva o en la defensiva
- Se puede cambiar también al portero.
- El jugador atacante se adentra regateando en la zona ofensiva y una vez en esta zona no puede entrarle ningún defensa (1-1 contra el portero).
- Si es el portero el que pasa al jugador de fuera del campo, no hay cambio de posición.
- Al pasar a los jugadores de fuera del campo, los jugadores cambian sus posiciones.
- El jugador que está fuera del campo pasa a jugar dentro del campo.



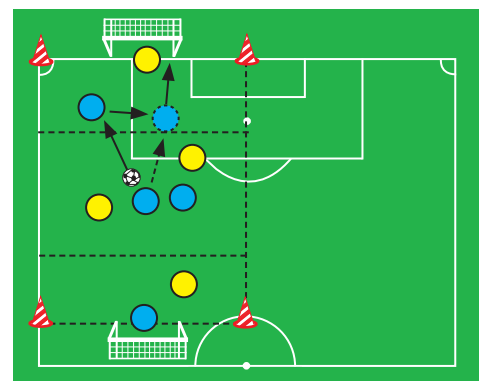
### 2-2 / 3-3 / 4-4 con zonas – tiro a puerta

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- 2 porterías con portero
- Se coloca un jugador en la zona ofensiva al que se le pasará el balón.
- Se pasa el balón desde el medio campo al jugador que está en la zona ofensiva.
- Después, el jugador atacante tira a puerta.
- El jugador que ha pasado el balón al atacante desde el medio del campo pasa ahora a jugar como atacante.

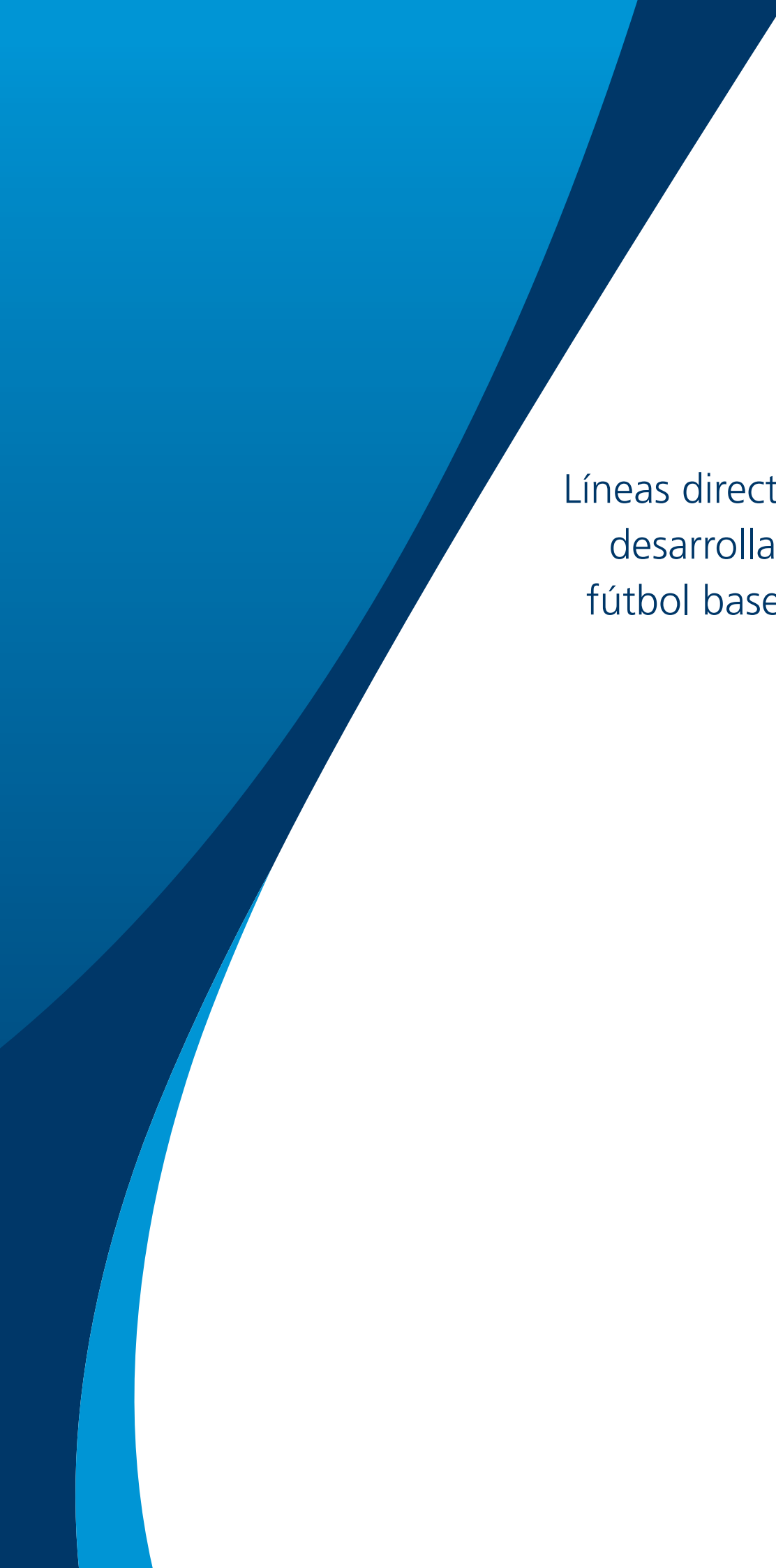


### 2-2 / 3-3 / 4-4 con zonas – tiro a puerta

- El tamaño del campo se adapta al número de jugadores.
- 2 porterías con portero
- Se coloca un jugador en la zona ofensiva al que se le pasará el balón.
- El jugador que pasa desde el medio campo busca al que está en la zona ofensiva para que le haga una pared. Después, tira a puerta.







Líneas directivas para  
desarrollar un plan de  
fútbol base

Es muy importante analizar la situación actual de las estructuras de Grassroots o fútbol base en el país antes de iniciar el programa, puesto que el contexto será diferente en cada una de las asociaciones miembro y el personal implicado en su desarrollo deberá adaptarse a las diferentes realidades. Con el objetivo de responder de forma adecuada a la visión y a los objetivos del programa Grassroots de la FIFA, deben analizarse determinados aspectos antes del lanzamiento de este programa.

### Líneas directivas

#### Análisis de las especificidades de un país

- Población
- Organización administrativa y técnica nacional, regional y local
- Sistema educativo
- Política deportiva
- Existencia de la estructura de fútbol de los jóvenes
- Infraestructuras e instalaciones deportivas
- Vínculo entre la asociación miembro y los ministerios.

#### Práctica del fútbol

- El estudio del fútbol en todo el país, en las provincias o regiones indicará el nivel de práctica en todos los sectores.
- Las instalaciones disponibles en todos los sectores, en especial en las zonas rurales, aportarán datos cruciales, como el número de niños que tienen acceso a estas instalaciones y bajo qué condiciones.
- La disponibilidad de los educadores, de los equipamientos y todos los tipos de torneos organizados en el país indicarán las necesidades por sector.
- ¿Puede lanzarse un programa en estos sectores o incluso la organización de un seminario para estudiar la viabilidad de este programa?
- ¿Existen relaciones oficiales entre los miembros de la asociación, las ligas, los clubes, las administraciones y las escuelas?
- Cualquier garantía de continuidad del programa Grassroots en los sectores rurales o cualquier otra región debe basarse en la estabilidad de las partes participantes, incluyendo las administraciones y los ministerios de Sanidad, de Juventud, del Deporte y de Educación. Estos órganos no sólo deben estar presentes, sino también activos en la ejecución del objetivo común.

#### Análisis de las necesidades

- Los educadores: cantidad y cualificación
- Desarrollo del Fútbol de los Jóvenes
- Actividades: competiciones, torneos y festivales
- Equipamientos y material
- Infraestructuras
- Comité de fútbol base.

#### Objetivos

- Introducir el fútbol base para niños y niñas (6-12 años).
- Fomentar la filosofía del fútbol base.
- Desarrollar las actividades de fútbol base.
- Incrementar la participación en los programas de fútbol base.
- Desarrollar las instalaciones de entrenamiento y de juego.
- Formar a los profesores/as para convertirse en educadores de fútbol.
- Animar a los padres y voluntarios a implicarse.
- Crear vínculos y construir relaciones con todos los colaboradores.
- Implementar una auténtica estructura de desarrollo del fútbol base.
- Captar audiencia y aumentar el reconocimiento.
- Buscar sponsors y patrocinadores.

#### Las etapas de la implementación

1. Consultas iniciales: educadores, profesores, padres, etc.
2. Rodearse de las personas cruciales: un comité de decisión, personas clave, etc.
3. Preparación y presentación de un plan de desarrollo.
4. Seminarios y reuniones de consulta: asociación miembro, Ministerios, Patrocinadores, etc.
5. Presentación del plan final: departamento técnico de la federación
6. Aprobación: asociación miembro / FIFA
7. Lanzamiento del Plan: proyecto Grassroots de la FIFA
8. Plan de implementación: Plan de desarrollo a corto, medio y largo plazo

#### Principios que guiarán hacia el éxito el programa Grassroots en el país

- **CONSULTA:** necesidad de consultar a todas las partes involucradas con el objetivo de que se tengan en cuenta y se consideren todos los puntos de vista y, si es posible, que estén representados en el plan.

- **PARTICIPACIÓN:** para aumentar la cantidad de personas implicadas en el juego.
- **CALIDAD:** un deseo de mejorar y desarrollar el juego a todos los niveles. Ofrecer una asistencia técnica de calidad
- **RESPONSABILIDAD SOCIAL:** ofrecer una alternativa al modo de vida actual para los jóvenes en las zonas desfavorecidas.
- **IGUALDAD:** velar por que los ámbitos menos desarrollados del juego (las chicas, las escuelas, los jugadores con minusvalías) reciban asistencia y servicios adaptados.
- **COLABORACIÓN:** el reconocimiento de que el desarrollo del juego se base en un enfoque de colaboración entre todos los sectores del juego y de la sociedad.

### Recomendaciones

Las principales recomendaciones para el desarrollo exitoso de un programa Grassroots son las siguientes:

- El fútbol debe estar al alcance de todos, sin discriminación de sexo, raza o clase social. Cualquier persona que desee jugar a fútbol debe saber que es posible hacerlo en su escuela, su comunidad y utilizando las instalaciones del país.
- Los educadores formados deben representar factores de éxito para imponer una disciplina y una conducta que sea respetada por todos. Un determinado nivel de psicología humana constituye un factor de éxito en el desarrollo de los jóvenes, en especial para aquellos que provienen de medios desfavorecidos.
- La educación y la salud son obligatorias para todos los niños, con independencia de la educación y de los antecedentes familiares. Estos son los principales elementos que conviene tener en cuenta. Debe preguntarse a los jóvenes sobre sus progresos escolares, sus cuidados de salud y la implicación de sus padres en la vida diaria.

El fútbol de élite sufrirá si no se fomenta el fútbol base.





- Debe fomentarse el desarrollo de las relaciones entre los niños de orígenes culturales, religiones y razas diferentes, con el objetivo de reducir las diferencias y aumentar el nivel de respeto dentro y fuera del terreno de juego. El juego limpio debe primar como respuesta general cuando se produzcan situaciones difíciles dentro del terreno de juego, en la evaluación de las derrotas y las victorias, a fin de mejorar y extraer lecciones de todas las circunstancias.
- Deben llevarse a cabo todos los esfuerzos necesarios para garantizar que existe un trato igual para todos, independientemente de las diferencias que existan en términos de desarrollo físico, mental y psicológico. El respeto por los demás puede ayudar a superar obstáculos y generar un sentido de la amistad más amplio entre las comunidades.
- Los educadores deben estar atentos al desarrollo técnico y humano de los niños, y animar a los más avanzados a dirigirse hacia escuelas de fútbol, clubes o equipos de las comunidades. Sin duda, esta iniciación llevará a algunos niños a mejorar su nivel de juego y, por extensión, su madurez.
- Tras haber establecido que el juego es el mejor profesor, conviene señalar que el proceso de selección no depende del talento individual, sino que está vinculado al número de niños que participan en las sesiones y juegan entre ellos, sabiendo que todos se divierten, una característica que el educador debe fomentar. La idea es que estos niños tengan ganas de regresar después de cada sesión y desarrollen paulatinamente su pasión por el fútbol.













# Estructura del fútbol base en la asociación miembro

La organización de una estructura Grassroots o de fútbol base, en el interior de las Asociaciones Miembro tiene por objetivo ofrecer a la mayor cantidad posible de jóvenes la posibilidad de jugar a fútbol sin restricciones.

Cada asociación debe contar con un Director Técnico (DT), responsable de todas las cuestiones técnicas en la asociación miembro.

Bajo la responsabilidad del DT, un responsable del fútbol base o "Grassroots Manager" asumirá la responsabilidad del departamento de fútbol base con dos misiones principales:

- 1) la organización de torneos y/o festivales
- 2) la formación de los educadores de fútbol a cargo de estas categorías jóvenes.

Para determinadas federaciones que se encuentren más avanzadas sobre el plan de desarrollo, se puede estudiar la implantación de estructuras descentralizadas a nivel regional o a nivel departamental con, a su vez, un responsable regional o departamental encargado de dirigir la estructura.

En la parte inferior de la estructura nos encontramos con la escuela o el club.

El educador de fútbol es el elemento crucial e indispensable en el éxito del programa de fútbol base del país. Debe aprender como organizar una jornada de fútbol, preparar un torneo y cómo trabajar con los niños para lograr el éxito del proyecto.

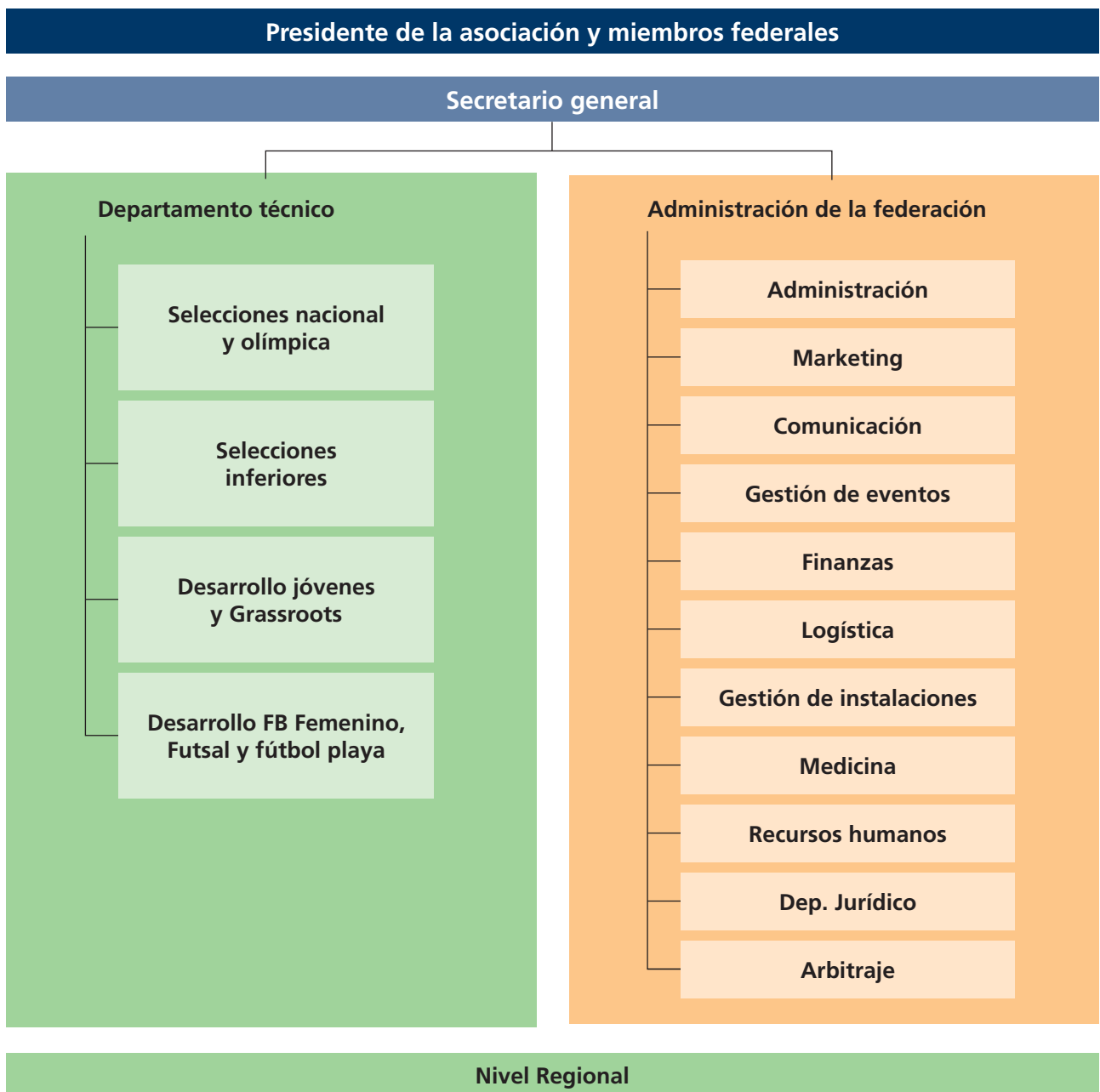


**Ejemplo de organigrama**

Así pues, el departamento de fútbol base se sitúa dentro del Departamento Técnico de la asociación miembro, al mismo nivel que otros programas como el fútbol femenino o el fútbol sala. Es crucial que las asociaciones miembro se apoyen, cuando sea posible, en las organizaciones regionales o departamentales de fútbol, que son los enlaces de

proximidad de las escuelas, de los clubes o de las comunidades. Estas estructuras descentralizadas, que a su vez se apoyan en un Departamento Técnico, también tienen por función relevar o asistir al Departamento Técnico de la asociación miembro en todas las acciones regionales o departamentales que deben implementarse.

**Estructura de una asociación miembro (Ejemplo)**



### Composición del Departamento de fútbol base

- Director del Departamento + Coordinador de fútbol base
- Miembros de la asociación nacional
- Representantes de los poderes públicos (Ministerio del Deporte y la Educación)
- Educadores de fútbol
- Padres
- Representantes del fútbol femenino

### Estructura técnica nacional (Ejemplo)

Dirección técnica nacional					
Élite	Jóvenes	Fútbol Femenino	Fútbol sala / Fútbol playa		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selecciones nacional y olímpica</li> <li>• Selecciones inferiores</li> <li>• Sub-20</li> <li>• Sub-18</li> <li>• Sub-17</li> <li>• Sub-16</li> <li>• Sub-15</li> <li>• Sub-14</li> <li>• Selecciones fútbol sala</li> <li>• Selecciones fútbol playa</li> </ul>	Incremento del número de practicantes y su fidelización.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diversión y amistad.</li> <li>• Salud y forma física.</li> <li>• Integración social.</li> <li>• Persona especializada en garantizar la faceta recreativa (el resultado no es importante).</li> <li>• Campeonato, torneo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Divertido.</li> <li>• Importante para el desarrollo técnico de los jóvenes</li> <li>• Indoor-outdoor.</li> <li>• Campeonato, torneo.</li> </ul>		
	<b>Fútbol base</b> Ofrecer a los jóvenes de 6 – 12 años la posibilidad de jugar a fútbol sin límites ni restricciones y orientar a los mejores hacia el fútbol de rendimiento.			<b>Educación:</b> Formación y reciclaje de los entrenadores, educadores e instructores.	
	<b>Desarrollo deportivo, formación, salud e integración social.</b>				

Apertura sobre el entorno social. Organización y participación en los eventos y acciones de las autoridades locales, nacionales, de las ONG, de las escuelas, universidades y patrocinadores.

**Terrenos de entrenamiento y terrenos de competición**

### La relación asociación miembro / Clubes / Escuelas

La implantación de un programa de fútbol en la escuela no puede contemplarse sin el apoyo total del mundo formativo y de su organización. La escuela es la única responsable y habilitada para organizar el deporte en las escuelas primarias.

**Por consiguiente, es necesario que las asociaciones miembro colaboren alrededor de un proyecto común, a través, por ejemplo, de la creación de una comisión mixta asociación miembro / Estructura escolar a cargo del deporte, y de la firma de un convenio que precise el papel y las atribuciones de cada uno.**

Pueden formar parte diferentes colaboradores:

- profesores
- padres
- responsables de los clubes
- educadores de fútbol

### Patrocinio

El patrocinio también constituye un aspecto importante para el desarrollo de los programas de fútbol base. Las asociaciones miembro deben incrementar sus esfuerzos en la contratación de voluntarios para colaborar en sus proyectos, como padres, profesores o líderes de las comunidades. Aunque no tengan atribuido un papel dentro de la estructura de la asociación miembro, su participación será crucial para el éxito del fútbol base en el país. Determinados patrocinadores desearán invertir en funciones administrativas, mientras que otros preferirán otras tareas, como la organización de torneos o jornadas deportivas, o simplemente colaborarán en el transporte de los niños.



### Grassroots Manager / Responsable del fútbol base

El papel del Grassroots Manager o Responsable del fútbol base es crucial para el éxito del programa.

Será el responsable de todos los aspectos relativos a las diferentes actividades de fútbol base:

- organización de torneos y festivales
- desarrollo de las estructuras de Grassroots en las escuelas, los clubes o las comunidades
- coordinación general de las actividades
- elaboración del calendario de actividades
- desarrollo de reuniones con los responsables regionales o departamentales
- contacto permanente con las escuelas y los clubes
- información y formación de los educadores del fútbol base.

Idealmente, esta persona debe tener una sólida experiencia en el fútbol base Grassroots y suficientes conocimientos técnicos para desarrollarlo. Debe ser ante todo un PEDAGOGO.

### La protección de los niños

Como se indica en el capítulo dedicado al educador, la política de protección de los niños debe ser la base de todas las iniciativas de fútbol base en las asociaciones miembro. Esta declaración debe definir claramente la protección del niño, lo que resulta aceptable o no para las asociaciones miembro, el procedimiento de notificación de las reclamaciones o de las quejas, así como el papel de la asociación miembro. Conviene también señalar que el programa de protección de un niño puede constituir una herramienta útil para desarrollar relaciones con otros colaboradores, como el gobierno y determinados patrocinadores.


Puesto que cada país vive una realidad diferente, todas estas directivas deberán adaptarse a la situación específica de cada una de las asociaciones miembro.











Crear vínculos  
con los gobiernos



### ¿Cuál es el vínculo con el gobierno?

Ningún gobierno puede prescindir del deporte y los beneficios que puede generar para su población. El fútbol transmite nociones de educación, salud, espíritu de equipo y juego limpio, nociones que también forman parte de los objetivos de los gobiernos nacionales y de los valores de las civilizaciones modernas.

Los objetivos del programa Grassroots son similares a los valores establecidos en cualquier país:

- Ofrecer los medios para practicar el deporte en cualquier lugar, en la calle, en las escuelas, en los clubes, etc. El fútbol accesible para todos sin distinción de sexo, raza o lugar.
- Permitir a los niños jugar juntos. El fútbol como medio de comunicación e intercambio.
- El deporte es positivo para la salud, con mensajes básicos como el bienestar, el equilibrio y el sentirse a gusto con su cuerpo.
- El deporte como herramienta de educación, a través del aprendizaje y el respeto de las reglas del juego, la práctica de ejercicios y de juegos codificados, el respeto hacia los

adversarios y colaboradores, la voluntad de ser el mejor, de superarse, la alegría de ser el vencedor y la tristeza de resultar vencido, etc.

- El deporte es uno de los componentes de la vida, asociado a la diversión, al placer y a la emoción.

### ¿Qué hace que la relación con los gobiernos sea importante?

Normalmente, el fútbol se practica en clubes, más o menos estructurados según la situación económica de los países y el desarrollo del fútbol (popularidad, finanzas, medios humanos y patrocinio, voluntad y estructuras de las federaciones). Pero el fútbol no puede limitarse únicamente a la práctica en un club, el fútbol es universal y se practica en todas partes. La reciente mediatización del fútbol en la calle y el desarrollo del fútbol sala, en ocasiones asociados a los barrios de las grandes ciudades, recuerdan que el fútbol se juega en cualquier lugar en que los jóvenes tienen la libertad de expresarse y los medios para comprarse o fabricarse un balón. En consecuencia, los establecimientos escolares constituyen un vivero importante de futbolistas, puesto



que el deporte es una asignatura en la mayoría de sistemas educativos.

A partir de estos elementos, es evidente que el deporte, y más concretamente el fútbol, se inscribe naturalmente en los programas gubernamentales. Aquí se presentan algunos ejemplos:

- La educación mediante programas regulares y periódicos de fútbol a lo largo del curso escolar, reforzados por intercambios y reuniones entre clases, entre establecimientos más o menos alejados, que pueden llegar hasta la organización de jornadas nacionales...
- El deporte y la juventud, facilitando la accesibilidad a las estructuras deportivas nacionales y los programas destinados a la juventud (día de la infancia, fiesta del deporte, etc.)...
- La salud, asociando la práctica del fútbol a un mayor bienestar y al equilibrio del ser humano, velando por la nutrición, transmitiendo mensajes contra el uso de drogas y otras sustancias nocivas...
- La política de la ciudad y el desarrollo rural, mediante la realización o la adaptación de jornadas deportivas, el empleo de educadores deportivos, los puntos de encuentro de la juventud, la organización de jornadas recreativas, etc.
- La condición femenina, fomentando la práctica del fútbol para los dos sexos, mixta para los niños más pequeños...

### ¿Quiénes son los colaboradores prioritarios?

Los ministerios responsables de la Educación, de la Sanidad, de la Juventud y del Deporte deben implicarse prioritariamente en el programa de fútbol base. Conviene señalar que la distribución de las carteras ministeriales y otras secretarías de estado difiere de un país a otro, por lo que los siguientes ministerios se citan a modo de ejemplo.

#### **Ministerio de la Educación**

Este ministerio gestiona la mayoría de los establecimientos escolares del país, elaborando programas educativos y proporcionando la enseñanza.

A través de esta red de escuelas, se pueden identificar las siguientes ventajas:

- Acceso a todas las escuelas del país, incluyendo aquellas situadas en los sectores poco accesibles, zonas rurales o islas distantes.
- El beneficio de la red de la educación, en especial la comunicación con las escuelas: organización de reuniones y

formaciones, entrega de material, informes de actividades, etc.

- La implicación posible de los profesores (deportivamente cualificados o no) para ofrecer contenidos deportivos. Puede crearse una cooperación de calidad que incluya la formación de profesores de escuelas y también su implicación en las competiciones, entre escuelas, o incluso dentro de ligas regionales de fútbol.
- La relación con los clubes, orientando hacia los clubes de proximidad los jóvenes escolarizados interesados en la práctica más regular, o haciendo participar a los educadores de los clubes en las actividades de las escuelas.

Es importante crear la relación con este Ministerio, y especialmente en los países en vías de desarrollo, en que la práctica del deporte no siempre es periódica o está mal dirigida. En ocasiones, la situación económica también hace difícil el acceso a las estructuras (calidad mínima de práctica) y, por encima de todo, la compra de material deportivo (comenzando por los balones).

*NB: En algunos países no todas las escuelas son gestionadas por un ministerio, como por ejemplo en el caso de comunidades religiosas o escuelas internacionales financiadas por países terceros. En los programas de fútbol base es importante evitar la segregación e integrar también a estas escuelas.*

#### **Ministerio del Deporte y de la Juventud**

El vínculo con este ministerio también es importante, en concreto para:

- Las estructuras deportivas: la autorización de acceso y el mantenimiento de estos lugares son primordiales, para las reuniones entre establecimientos escolares o para los establecimientos que no cuenten con un lugar para entrenar.
- La puesta a disposición de educadores deportivos para la enseñanza de los educadores o de profesores de escuela, o para la gestión de programas de fútbol: entrenamientos, reuniones, etc.

#### **Ministerio de Sanidad**

Es importante iniciar los comportamientos correctos ante los jóvenes, y resulta sencillo comunicar sobre la Sanidad y el Deporte en los programas de fútbol base:

- El no consumo de sustancias ilícitas y nocivas.
- Una buena nutrición y comportamientos higiénicos y sanos.

El ministerio también puede prestar asistencia mediante una contribución más directa:

- El seguimiento médico a través de la asistencia de enfermeros, cuidadores o doctores durante los eventos deportivos.
- La puesta a disposición de médicos para los controles médicos de los niños.
- El suministro de medicamentos u otros kits de primeros auxilios para determinadas escuelas o para los encuentros entre establecimientos.

*Otros departamentos gubernamentales*

Otras instancias gubernamentales pueden estar implicadas en la implementación del programa. Por ejemplo:

- Las regiones y las ciudades: integrar el programa en las acciones regionales y de los municipios, etc.
- El medio ambiente: asociar los programas de fútbol con el respeto de la naturaleza, la protección de los puntos de agua para el consumo de agua potable, la gestión de los residuos, etc.
- La condición femenina: participación en la lucha contra la discriminación sexual, mediante equipos mixtos, el

fomento de la práctica del fútbol por parte de las chicas, etc.

**Otros colaboradores no gubernamentales**

Las administraciones y ciudades

Las administraciones locales y regionales constituyen la base de la vida social en numerosos países. Considerando la importancia de las regiones y de determinadas ciudades, puede establecerse una relación directa con estas instancias. En este caso encontramos todos los elementos mencionados anteriormente en el caso del gobierno.

- El uso de terrenos municipales o regionales.
- La asistencia del departamento de deportes de los municipios y de las regiones.
- La red de escuelas gestionadas por los municipios y las regiones, o incluso por el Ministerio.

*Las ONG*

A menudo, las Organizaciones no Gubernamentales gozan de la asistencia del país o de organismos exteriores (Unicef, Cruz Roja, Unión Europea, etc.) y actúan en nombre del Gobierno en sectores muy específicos, en concreto los



proyectos de desarrollo y asistencia. Estas organizaciones tienen objetivos que pueden asociarse a las acciones de desarrollo del fútbol, como por ejemplo:

- Las formaciones en Primeros Auxilios de la Cruz Roja durante las formaciones de fútbol para los educadores o para los profesores de escuela.
- Los mensajes de salud de UNICEF (campana contra la malaria, etc.) asociadas con encuentros entre múltiples establecimientos escolares,
- La colaboración financiera de la Unión Europea para programas de desarrollo deportivo y educativo.

*Los patrocinadores*

Numerosos patrocinadores pueden estar interesados en vincular su imagen a un programa de fútbol base. Estar asociado al deporte y a la salud, a la educación de la juventud, a un programa de ámbito nacional, etc. son elementos atractivos para el marketing de una empresa.

La naturaleza del patrocinio puede revestir varias formas. Las más comunes son el material deportivo (con un logotipo o un mensaje comercial), la entrega de premios y la participación financiera (como contrapartida de una cobertura mediática ofrecida).

**La iniciativa de proximidad**

Es crucial antes de emprender contacto alguno con una instancia ministerial, y posteriormente considerar la firma de un convenio, asegurarse de que el proyecto es realizable.

**El proyecto de fútbol base**

Deben respetarse las siguientes etapas:

- El inicio del proyecto debe recibir el apoyo del Comité Ejecutivo de la Federación.
- El proyecto debe formar parte de la visión a largo plazo de la Federación, como mínimo cuatro años, y debe formar parte del Long Term Development Plan (Plan de Desarrollo

a Largo Plazo) elaborado por los oficiales de desarrollo de la FIFA.

- En concreto, el proyecto debe incluir los objetivos, los criterios de éxito, el contenido deportivo, el calendario de acción, el presupuesto y el plan de financiación.
- El proyecto debe apoyarse en el departamento técnico de la asociación, y debe involucrar a las ligas regionales de fútbol.
- El expediente final debe recibir la aprobación del Comité Ejecutivo de la Federación.

*NB: la participación de colaboradores privados, e incluso ONG, representa un punto positivo para el expediente.*

**La relación con el Gobierno**

Durante las reuniones con los ministerios, es importante respetar los siguientes puntos:

- Preparar un expediente de presentación concreto y eficaz, incluso efectuar una proyección informática en caso de que esté adaptada.
- Presentar el proyecto de forma objetiva, bajo un formato "ganador-ganador", es decir, en el que el ministerio y el fútbol en sentido amplio salgan ganando con la implementación del proyecto (además, por supuesto, de los beneficiarios finales, tal y como se presenta en los objetivos del proyecto).
- Presentar el interés de colaborar para lograr el éxito del proyecto, destacando los compromisos de cada uno.
- Presentar al resto de colaboradores del proyecto, privados o públicos, sin olvidar a la FIFA, o incluso la Confederación, en caso de que esté implicada.
- Elaborar un calendario común de reuniones y acciones, en especial durante la fase de inicio del proyecto.
- En caso de que se cree un Comité de Dirección para la gestión del proyecto, proponer un puesto de miembro para este ministerio (NB: velar siempre por que los

Comunidades	ONG	Sponsors
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asociaciones locales</li> <li>• Municipios</li> <li>• Distritos / provincias / regiones</li> <li>• Pueblos</li> <li>• Padres</li> <li>• Instalaciones locales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programas juventud</li> <li>• Programas de asistencia</li> <li>• Poblaciones vulnerables</li> <li>• Integración social</li> <li>• Programas educativos</li> <li>• Campañas anti-drogas</li> <li>• Lucha contra la pobreza</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoteles, bancos, empresas</li> <li>• Organizadores de eventos y personalidades</li> <li>• Infraestructuras deportivas</li> <li>• Soporte financiero y logístico</li> <li>• Proyectos de fútbol base</li> </ul>



miembros del fútbol sean mayoritarios al final en el Comité de Dirección, no hay que perder el control del proyecto en beneficio de otros participantes).

- Proponer la redacción de un convenio y ponerse de acuerdo sobre el contenido.

*NB: Si la legislación del país lo permite y es necesario, no conviene olvidar solicitar el apoyo del Ministerio para obtener las exenciones de importación de materiales deportivos.*

### El contenido del convenio

El convenio debe ser muy sencillo y no debe poder malinterpretarse. Evitar también las firmas tripartitas que impliquen, por ejemplo, a una liga de fútbol o un departamento del ministerio. Conviene implicar directamente a la asociación miembro y al ministerio.

Propuesta de contenido:

- Designar a las dos partes.
- Presentar de forma concreta: 1) cada una de las partes y su interés en la implementación del proyecto, o bien, 2) el interés común de ambas partes.
- El objeto del convenio con la enumeración de los compromisos de cada una de las partes.
- La duración del convenio y las condiciones de rescisión.
- La fecha de inicio del convenio.
- El seguimiento de las actividades: balance del año anterior y plan de acciones para el año siguiente.
- La posible reconducción del convenio.
- La resolución de los litigios.
- La firma de ambas partes.









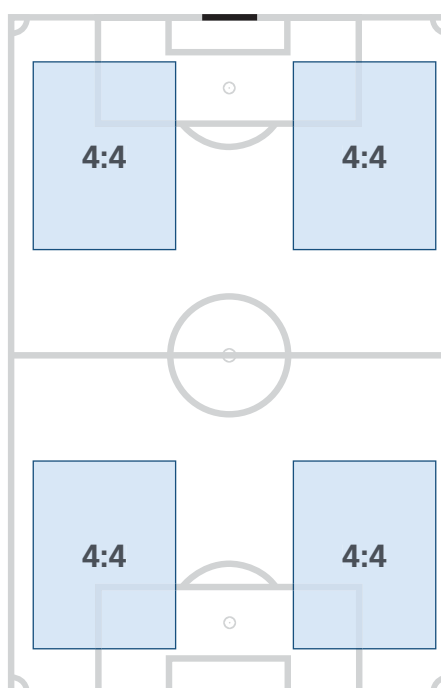
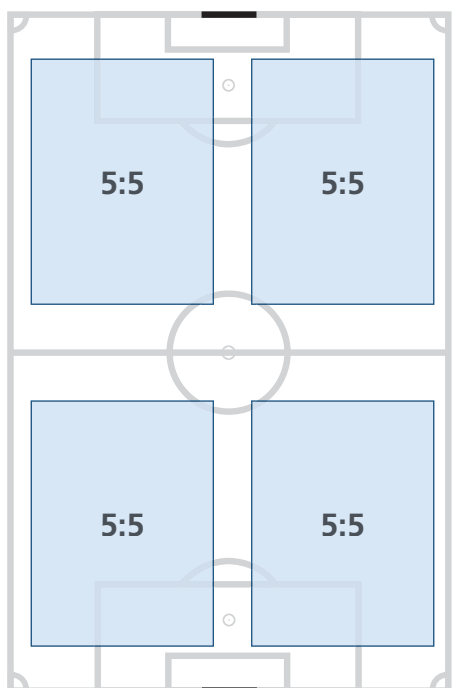
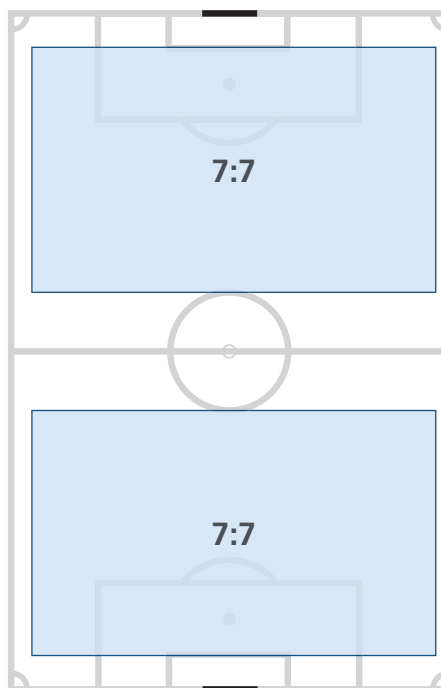
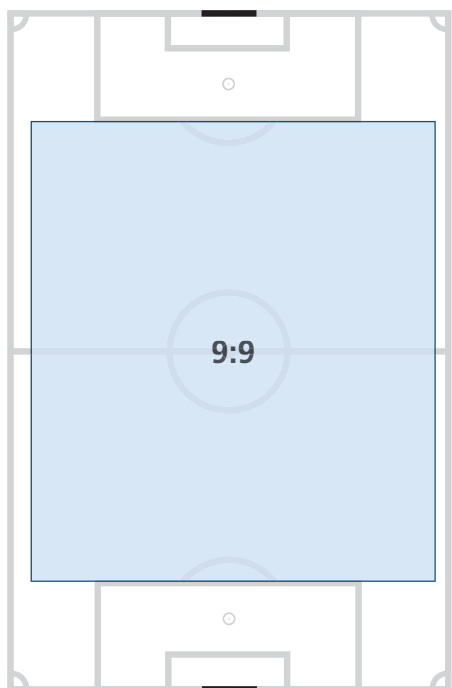
Anexos



## ANEXO A. Normas del juego y reglamentos de los partidos reducidos

### Dimensión de los terrenos. Partidos de fútbol

4 v. 4	Mínima: 12m x 20m	Máxima: 15m x 25m
5 v. 5	Mínima: 20m x 30m	Máxima: 25m x 35m
7 v. 7	Mínima: 30m x 45m	Máxima: 35m x 50m
9 v. 9	Mínima: 45m x 60m	Máxima: 50m x 67m



## Los formatos de juego

Formato de juego según las edades. Superficie de juego

### 6-8 años

4 v. 4 sin portero (4 v. 4)	De 12m x 20m a 15m x 25m
4 v. 4 con portero (3+1 contra 3+1)	De 12m x 20m a 15m x 25m
5 v. 5	De 20m x 30m a 25m x 35m

### 9-10 años

4 v. 4 sin portero (4 v. 4)	De 12m x 20m a 15m x 25m
4 v. 4 con portero (3+1 contra 3+1)	De 12m x 20m a 15m x 25m
5 v. 5	De 20m x 30m a 25m x 35m
7 v. 7	De 30m x 45m a 35m x 50m

### 11-12 años

4 v. 4 sin portero (4 v. 4)	De 12m x 20m a 15m x 25m
4 v. 4 con portero (3+1 contra 3+1)	De 12m x 20m a 15m x 25m
5 v. 5	De 20m x 30m a 25m x 35m
7 v. 7	De 30m x 45m a 35m x 50m
9 v. 9	De 45m x 60m a 50m x 67m

## El arbitraje

### 6-8 años

Sin árbitros (educadores fuera del terreno. ¡Deje jugar a los niños!).

### 9-10 años

Arbitraje posible (con y sin árbitros).

### 11-12 años

Con árbitros.

## Duración de juego del partido en un campeonato

Depende del formato y del tiempo a disposición del torneo. El tiempo de juego total (es decir, todos los partidos de un equipo) debe ser equivalente, aproximadamente, a un partido completo.

### Ejemplo:

9-10 años: 4 partidos de 12 minutos = 48 minutos en total

## Duración de juego de partidos para un campeonato

### 6-8 años

2 x 15 / 20 min.

### 9-10 años

2 x 20 / 25 min.

### 11-12 años

2 x 25 / 30 min.

## Material

Porterías: Dimensiones máximas: 5m x 2m. Es posible utilizar conos o picas a falta de porterías. También pueden usarse las porterías de fútbol sala (3m x 2m). Las porterías (pesadas y de grandes dimensiones) deben fijarse de tal forma que los jugadores y los aficionados no puedan moverlas y no se caigan al suelo.

Balones: 6-10 años      Talla 4 (máx. 290 gramos)  
11-12 años      Talla 4

El trazado de las líneas se efectúa según el material disponible (5 v. 5, 7 v. 7, 9 v. 9). No hay área de penalti. Para el 4 v. 4 se requiere una línea de mediocampo.

## Normas del juego

### 6-8 años

No hay fuera de juego o prohibición de pase al portero. Para el resto, se aplican las normas de juego normales de la FIFA (manos, faltas).

### 9-10 años

- Fuera de juego a partir de la línea de penalti.
- Los saques del portero con la mano y los saques con el pie no deben superar la línea del mediocampo (excepto si son rasos).
- Cuando el balón se encuentra en juego, el portero (y el resto de jugadores) puede sacar más allá de la línea de

mediocampo. Para el resto, se aplican las normas de juego normales de la FIFA (manos, faltas).

### 11-12 años

- Fuera de juego a partir de la línea de mediocampo, aplicación de la norma de pase al portero (como en 11 v. 11).
- Los saques del portero con la mano y los saques con el pie pueden sobrepasar la línea de mediocampo (como en 11 v. 11)
- Aplicación de las normas de juego normales de la FIFA.

## Los cuidados y tratamientos médicos

- Si es posible, hay que tener un botiquín de primeros auxilios cerca del terreno de juego.
- Conocer los números de teléfono en caso de urgencia: ambulancia / médico de guardia / hospital.
- Organizar pausas para hidratarse (beber agua a menudo y en pequeñas cantidades). La cantidad de agua ideal: 200 ml cada 15-20 minutos.
- Un buen calentamiento antes del partido, y relajación después del mismo. Si es posible, todos los niños juntos.
- Relajación después del torneo (todos juntos, como una acción de Juego Limpio).
- Proteger las porterías de tal forma que no se puedan mover y caer al suelo.

## Espectadores

- Distancia del borde del terreno de juego (por cuestiones de seguridad): 2-3 m.
- No deben situarse espectadores (ni padres) en la zona reservada a los educadores y niños.

## Juego Limpio

- Organizar una acción de bienvenida y despedida para todos los equipos al inicio y al final del torneo.
- Estrecharse las manos antes y después de cada partido, tanto jugadores como educadores (véase Anexo E).



## ANEXO B. El fútbol 4, 5, 7 y 9

### El fútbol 4 y 5

#### Se permite una gran variedad de partidos según si se utiliza portero o no:

- 4 v 4 sin portero y sin portería (conservación del balón, juego de pases, detener línea).
- 4 v 4 sin portero, con porterías pequeñas (2 o 4).
- 3 v 3 con un portero.
- 4 v 4 con un portero.

#### Las 5 ventajas del fútbol a 4/5 jugadores

1. Iniciación al fútbol gracias a la variedad de juegos propuestos.
2. Posibilidad de hacer jugar a una cantidad considerable de niños y niñas.
3. Espíritu festivo permanente (sesiones, jornadas, animaciones, meriendas).
4. Participación en los desarrollos motriz, intelectual y afectivo de los niños.
5. Prioridad del juego en relación al desafío.

#### Los 5 principios que se deben tener presentes durante la práctica

1. Proponer sólo juegos.
2. Evitar todas las formas de competición y de clasificación.
3. Valorar y hacer jugar a todos los niños por igual.
4. Preparar y organizar las sesiones y las jornadas.
5. Proponer un marco de calidad (importancia del aspecto humano).

#### Ejemplos de organización

Principio:

- Un terreno de fútbol a 11 permite colocar entre 4 y 6 áreas de juego para 5 jugadores, en las que pueden desarrollarse partidos simultáneamente, o al mismo tiempo que relevos y juegos escolares.
- Medio terreno de fútbol permite colocar entre 2 y 3 áreas de juego para 5 jugadores, en las que pueden desarrollarse partidos simultáneamente, o al mismo tiempo que relevos y juegos escolares.
- Se recomienda utilizar:
- Las líneas existentes: largo, ancho, áreas del terreno a 11.

- Conos para acabar de delimitar las áreas de juego para 5 jugadores (no es necesario efectuar un trazado suplementario).
- Desarrollo (cómo proceder):
- Depende del número de equipos. Cada equipo participa alternativamente en (como mínimo):
  - 2 partidos.
  - un juego escolar adaptado al fútbol.
  - un relevo.

### El fútbol 4

#### El terreno

4 v. 4 sin portero	de 12m x 20m a 15m x 25m
4 v. 4 con portero	de 12m x 20m a 15m x 25m

- 4 conos o picas situados cada uno a 3 metros de cada esquina, sobre la longitud del terreno, permiten, sin trazado particular, determinar las dos áreas. En esta área, el portero tiene derecho a jugar con la mano.
- Penalti: 4 metros.
- A falta de porterías, utilizar dos conos o picas situados a 3 metros el uno del otro.

#### Los equipos

- Un equipo está formado por 4 jugadores (niños y niñas), sin portero. En caso de que el equipo juegue con portero, tendrá solo tres jugadores de campo.
- Puede incluir 4 sustitutos/as. Estos pueden entrar en juego en cualquier momento del partido.
- Los jugadores sustituidos continúan participando en el juego y, por tanto, podrán entrar de nuevo en el terreno de juego.
- Durante el transcurso de festivales, todos los jugadores (o jugadoras) deben participar de la misma forma.

#### Las normas del juego

- Las normas del fútbol utilizadas:
  1. Todas las faltas son directas.
  2. No hay fuera de juego.
  3. Habrá penalti si el árbitro considera la falta como grave dentro del área.
  4. Saque inicial, saque de falta, saque de esquina y saque de portería con el pie: jugadores rivales a una distancia de 3 metros.
- Balón: nº 4.
- Arbitraje: arbitraje educativo (sin silbato) desde el exterior del terreno.

## El fútbol 5

### El terreno

5 v. 5 de 20m x 30m a 25m x 35m

- 4 conos o picas situados cada uno a 4 metros de cada esquina, sobre la longitud del terreno, permiten, sin trazado particular, determinar las dos áreas. En esta área, el portero tendrá derecho a jugar con la mano.
- Penalti: 5 metros.
- A falta de porterías, utilizar dos conos o picas situados a 4 metros el uno del otro.

### Los equipos

- Un equipo está formado por 5 jugadores (niños y niñas), uno/a de los cuales será un/a portero/a.
- Puede incluir 5 sustitutos/as. Estos pueden entrar en juego en cualquier momento del partido.

- Los jugadores sustituidos continúan participando en el juego y, por tanto, podrán entrar de nuevo en el terreno de juego.
- Durante el transcurso de festivales, todos los jugadores (o jugadoras) deben participar de la misma forma.

### Las normas del juego

- Las normas del fútbol utilizadas:
  - Todas las faltas son directas.
  - No hay fuera de juego.
  - Habrá penalti si el árbitro considera la falta como grave dentro del área.
  - Saque inicial, saque de falta, saque de esquina y saque de portería con el pie: jugadores rivales a una distancia de 4 metros.
- Balón: nº 4.
- Arbitraje: arbitraje educativo (sin silbato) desde el exterior del terreno.



## El fútbol 7

### 7 razones para jugar a 7

1. Adaptarse a las instalaciones existentes.
2. Hacer jugar una cantidad importante de chicos y chicas.
3. Favorecer una buena transición entre el fútbol 5 y el fútbol 9.
4. Descubrir zonas y puestos.
5. Desarrollar el juego en equipo.
6. Descubrir reglas.
7. Aportar una fuente de progreso y de felicidad.

### Las 7 reglas que se deben tener presentes durante la práctica

1. Valorar y hacer jugar a todos los niños.
2. Dejar mucha libertad en el juego.
3. Restarle importancia a los resultados y centrarse en la forma.

4. Utilizar las relaciones (amigos) para crear un espíritu de equipo.
5. Impedir todo entrenamiento físico (siempre el balón).
6. Priorizar la técnica y el juego.
7. Proponer ejercicios progresivos y juegos adaptados.

### Los dispositivos de base

El éxito del fútbol 7 depende, además de la calidad técnica, de la implantación de un sistema sencillo y que todos comprendan.

A través de las formas de juego, el educador también puede desarrollar las bases de un juego ordenado:

- Selección de un sistema y un juego coherente.
- Colocación de los jugadores (puestos).
- Animación de un sistema.



### Los comportamientos durante el partido

Dos situaciones se suceden durante el partido y entrañan comportamientos diferentes.

#### El equipo posee el balón

- Desplazamiento hacia delante
- Desmarque
- Ayudas-apoyos
- Pases, regates, disparos

#### El equipo no posee el balón

- Regreso delante del balón
- Recolocación (retrasar el avance del rival)
- Marcaje
- Intercepciones
- Duelos

### El terreno

7 v. 7 de 30m x 45m a 35m x 50m

- 4 conos o picas situados cada uno a 10 metros de cada esquina, sobre la longitud del terreno, permiten, sin trazado particular, delimitar las dos áreas. En esta área, el portero tendrá derecho a jugar con la mano.
- Penalti: 8 metros.
- A falta de porterías, utilizar dos conos o picas situados a 6 metros el uno del otro.

### Los equipos

- Un equipo está formado por 7 jugadores (niños y niñas), uno/a de los cuales será un/a portero/a.
- Puede incluir 7 sustitutos/as.
- Las sustituciones pueden realizarse en cualquier momento del partido, con la condición de esperar que se detenga el juego y tenga la autorización del entrenador-educador.
- Los jugadores sustituidos continúan participando en el juego y, por tanto, podrán entrar de nuevo en el terreno de juego.
- Durante el transcurso de festivales, todos los jugadores (o jugadoras) deben participar de la misma forma.

### Las normas del juego

- Las normas del fútbol utilizadas:
  - Todas las faltas son directas.

- Habrá penalti si el árbitro considera la falta como grave dentro del área.
- Saque inicial, saque de falta, saque de esquina: jugadores rivales a una distancia de 6 metros.
- Fuera de juego: delimitado por una línea imaginaria que pasa por el punto de penalti.
- Balón: nº 4.
- Duración máxima del juego: 50 minutos. Sin prórroga.
- Arbitraje: arbitraje educativo (sin silbato) desde el exterior del terreno.

### El fútbol 9

#### 9 razones para jugar a 9

1. Se adapta a las instalaciones existentes.
2. Permite hacer jugar una cantidad importante de jóvenes, chicos y chicas.
3. Constituye una buena transición entre el fútbol 7 y el fútbol 11.
4. Favorece una ocupación más racional del terreno.
5. Asegura un mejor equilibrio entre las líneas.
6. Desarrolla el juego por las bandas.
7. Fomenta el juego ofensivo.
8. Desarrolla respuestas individuales y colectivas adaptadas.
9. Constituye una fuente de progreso y de felicidad.

**La pedagogía asocia el entrenamiento, la asimilación de los dispositivos de base y la adopción de comportamientos durante el partido.**

El fútbol 9 es un juego educativo ampliamente influido por la reducción del espacio de juego:

- Aumenta las oposiciones y el número de duelos en relación al fútbol 7.
- Impone también la realización de gestos técnicos más precisos y limitados en el tiempo.

Por tanto, el educador debe darle mayor importancia al aprendizaje de la técnica (control, conducción, golpeo).

La relación cuerpo-balón constituye, junto con el juego, la parte más importante de las sesiones de entrenamiento. A través de las formas de juego, el educador también debe desarrollar las bases de un juego ordenado:

- Selección de un sistema de juego coherente.

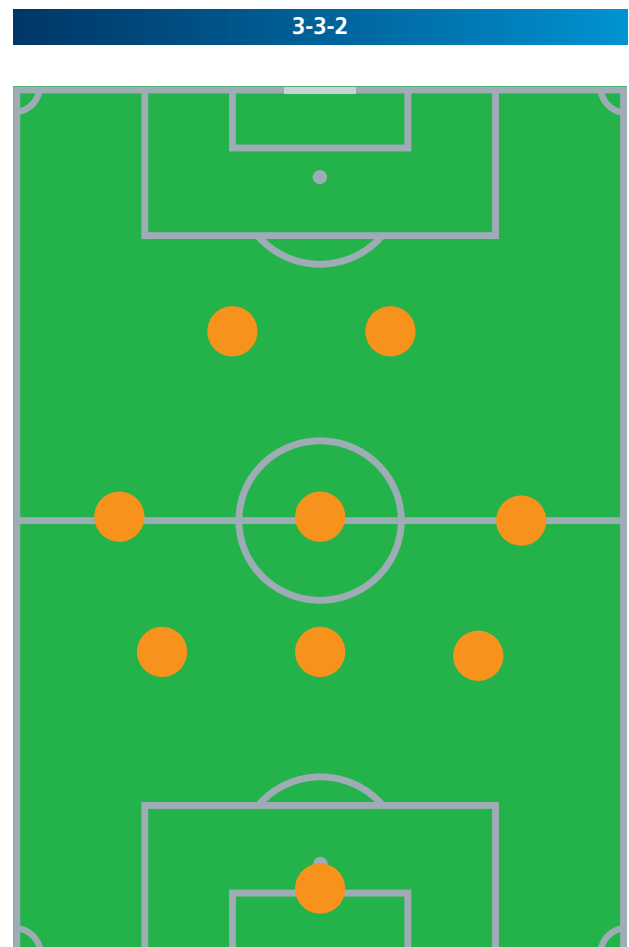
- Colocación de los jugadores (véase esquema).
- Animación del sistema (desplazamiento coordinado de los jugadores, circulación del balón, recolocación, etc.).

### Los sistemas de base

El éxito del fútbol 9 depende de la implantación de un sistema sencillo y que todos comprendan. Por ejemplo:

#### Características:

- Sistema en 3 líneas: equilibrio, mejor ocupación del terreno.
- Juego por las bandas (extremos y defensores 3-2-3 / medios y defensores 3-3-2).
- Fomento del juego ofensivo (más disparos).



### Los comportamientos durante el partido

Dos situaciones se suceden durante el partido y entrañan comportamientos diferentes:

El equipo posee el balón (ataque)	El equipo no posee el balón (defensa)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento hacia delante</li> <li>• Desmarque</li> <li>• Ayudas-apoyos al jugador que lleva el balón</li> <li>• Pases</li> <li>• Regates</li> <li>• Disparos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Regreso delante del balón</li> <li>• Recolocación (retrasar el avance del rival)</li> <li>• Marcaje</li> <li>• Intercepciones</li> <li>• Duelos</li> </ul>

### El terreno

9 v. 9 de 45m x 60m a 50m x 67m

- Estas dimensiones corresponden (aproximadamente) a medio terreno de fútbol 11.
- Las dimensiones de las porterías son de 6x2 metros (aproximadamente).
- El punto de penalti está situado a 9 metros de la portería.
- El círculo central tiene 6 metros de radio.

### Los equipos

- Un equipo está formado por 9 jugadores (niños y niñas), uno/a de los cuales será un/a portero/a.
- Puede incluir 7 sustitutos/as.
- Las sustituciones pueden realizarse en cualquier momento del partido, con la condición de esperar que se detenga el juego y tenga la autorización del entrenador-educador.
- Los jugadores sustituidos continúan participando en el juego y, por tanto, podrán entrar de nuevo en el terreno de juego.

- Durante el transcurso de festivales, todos los jugadores (o jugadoras) deben participar de la misma forma.

### Las normas del juego

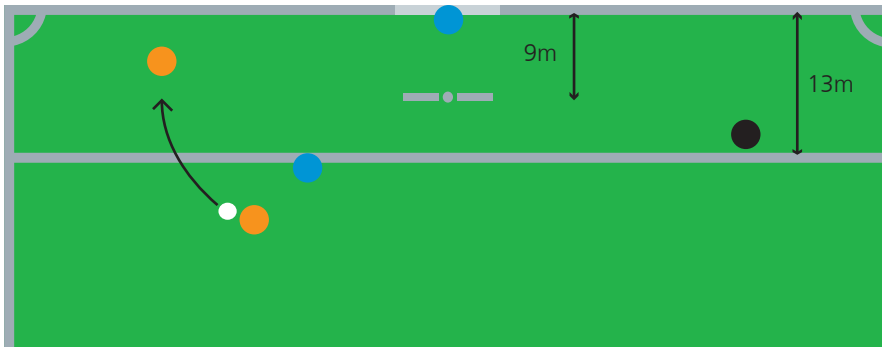
- Las normas del fútbol utilizadas:
  - Todas las faltas son directas.
  - Habrá penalti si el árbitro considera la falta como grave dentro del área.
  - Saque inicial, saque de falta, saque de esquina: jugadores rivales a una distancia de 6 metros.
  - Fuera de juego: idéntico al fútbol 11, pero la zona de fuera de juego está delimitada por la línea de fondo, las líneas de banda y una línea interior trazada a 13 metros de la línea de fondo.
- Balón: nº 4.
- Duración máxima del juego: 60 minutos. Sin prórroga.
- Arbitraje: arbitraje educativo (sin silbato) desde el exterior del terreno.



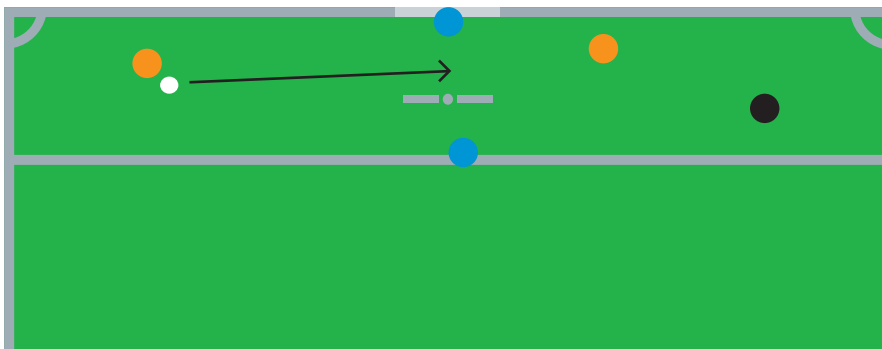
## Fútbol 7 y 9

### Regla del fuera de juego:

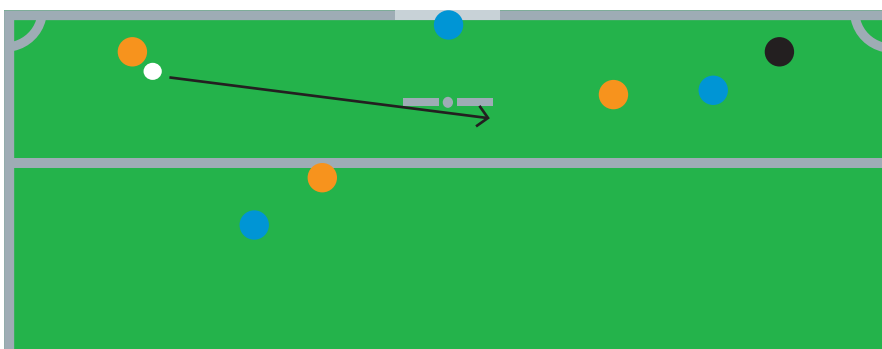
Idéntica a la del juego a 11, pero la zona de fuera de juego está delimitada por la línea de fondo, las líneas de banda y una línea interior trazada a 13 metros de la línea de fondo (véase esquema).



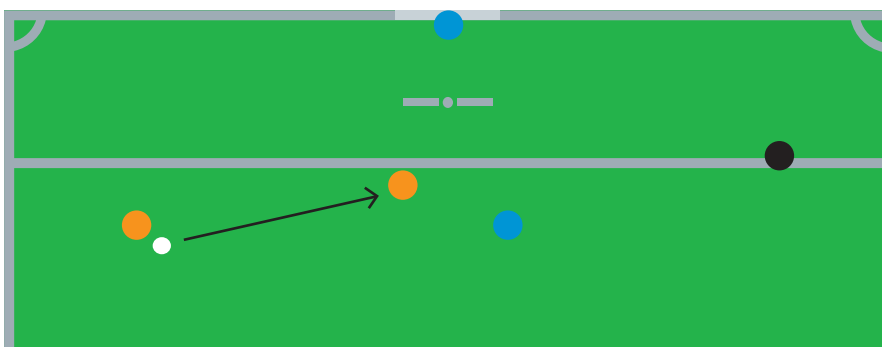
Fuera de juego: jugador delante del balón dentro de la zona de fuera de juego



Fuera de juego: jugador delante del balón dentro de la zona de fuera de juego



No hay fuera de juego: jugador dentro de la zona de fuera de juego, pero detrás del balón



No hay fuera de juego: jugador delante del balón pero fuera de la zona de fuera de juego

## ANEXO C. Plan de desarrollo a medio plazo

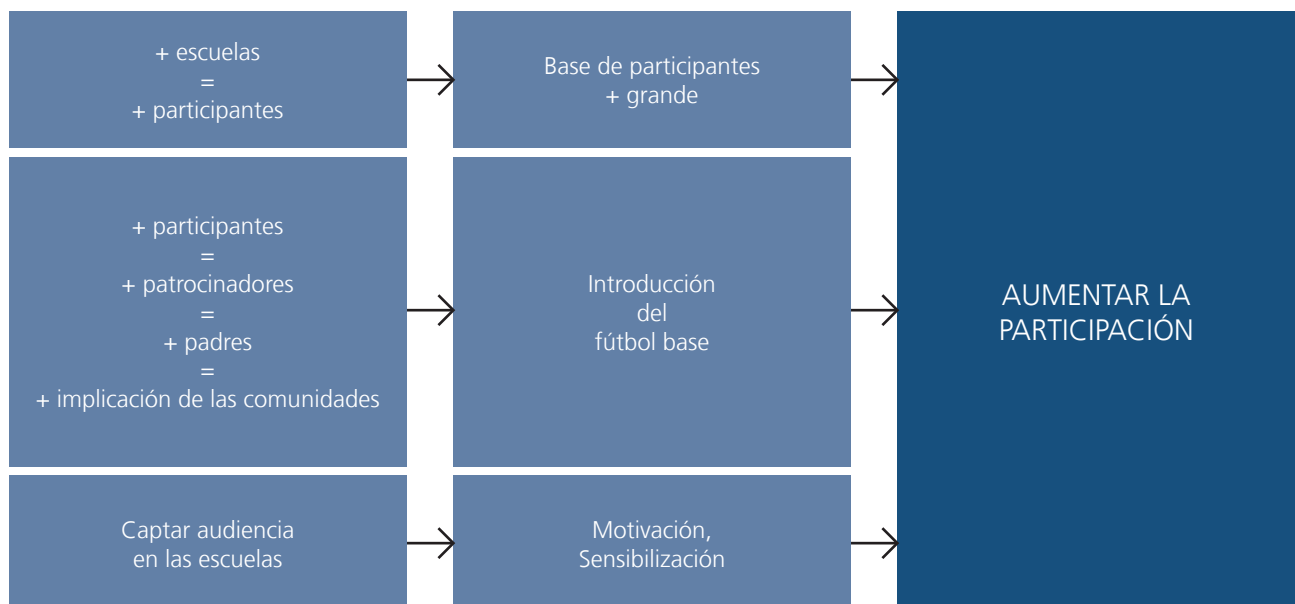
### Objetivos

- Establecer un departamento de fútbol base dentro del Departamento Técnico de la asociación miembro.
- Fijar objetivos específicos para los siguientes ámbitos:
  - Los juegos para los niños.
  - El fútbol en la escuela.
  - El fútbol en las comunidades.
  - El fútbol de masas.
  - La formación de los entrenadores educadores.
- La organización de los partidos y de las competiciones.
- Preparar un plan detallado para un desarrollo a nivel local, regional y nacional.

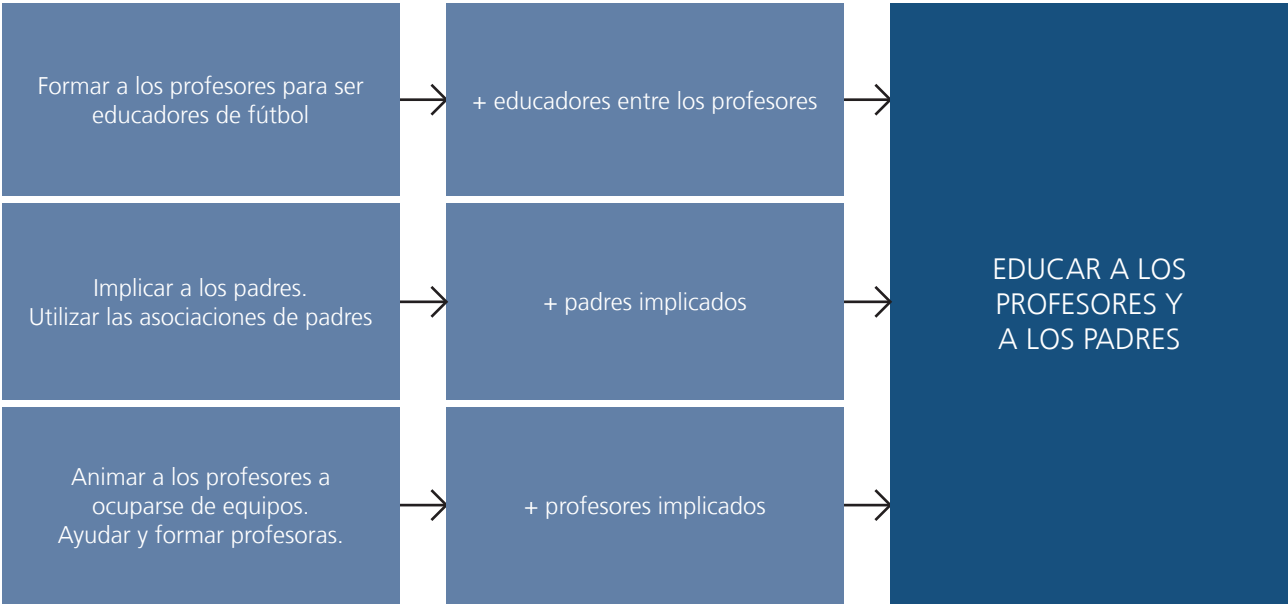
### Objetivos que se deben alcanzar (3 años)

- Aumentar la participación (6-12 años / niños y niñas).
- Mejorar el nivel de los educadores y aumentar el número de formaciones.
- Organizar más jornadas deportivas y torneos (diferentes formatos adaptados a las situaciones).
- Mejorar la comunicación y desarrollar relaciones con los colaboradores.
- Mejorar las instalaciones deportivas.
- Animar a los profesores, patrocinadores y padres implicados.
- Crear una unidad profesional de desarrollo del fútbol base dentro del Departamento Técnico.
- Firmar convenios con los ministerios, comenzando por el Ministerio de Educación.

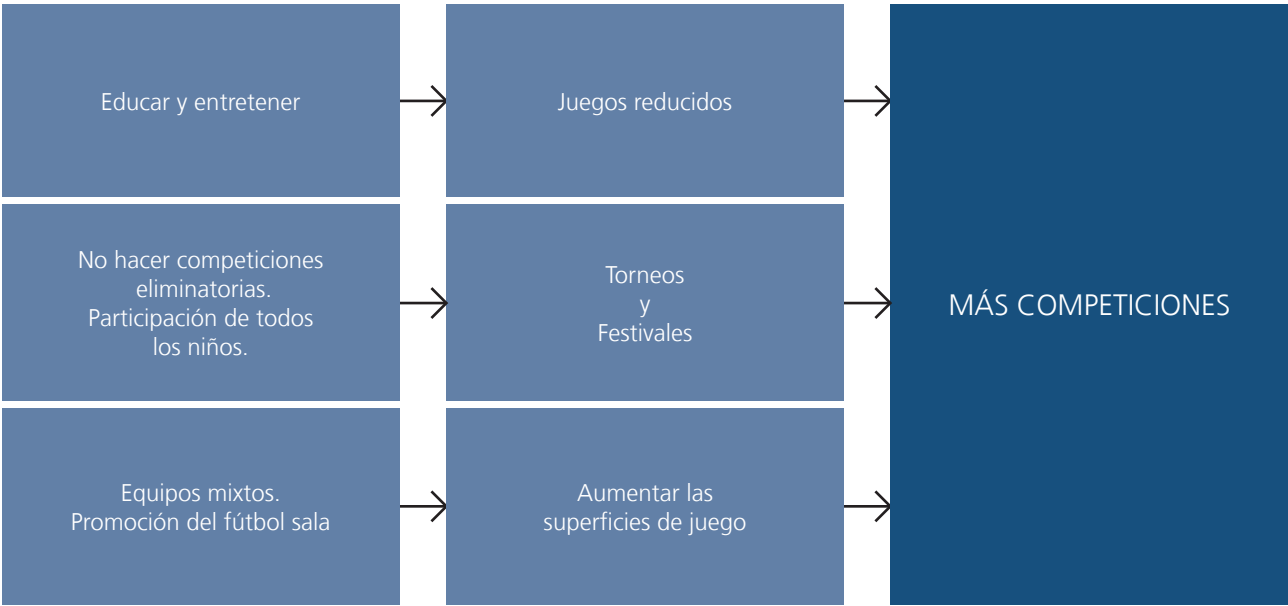
### Fútbol en la escuela



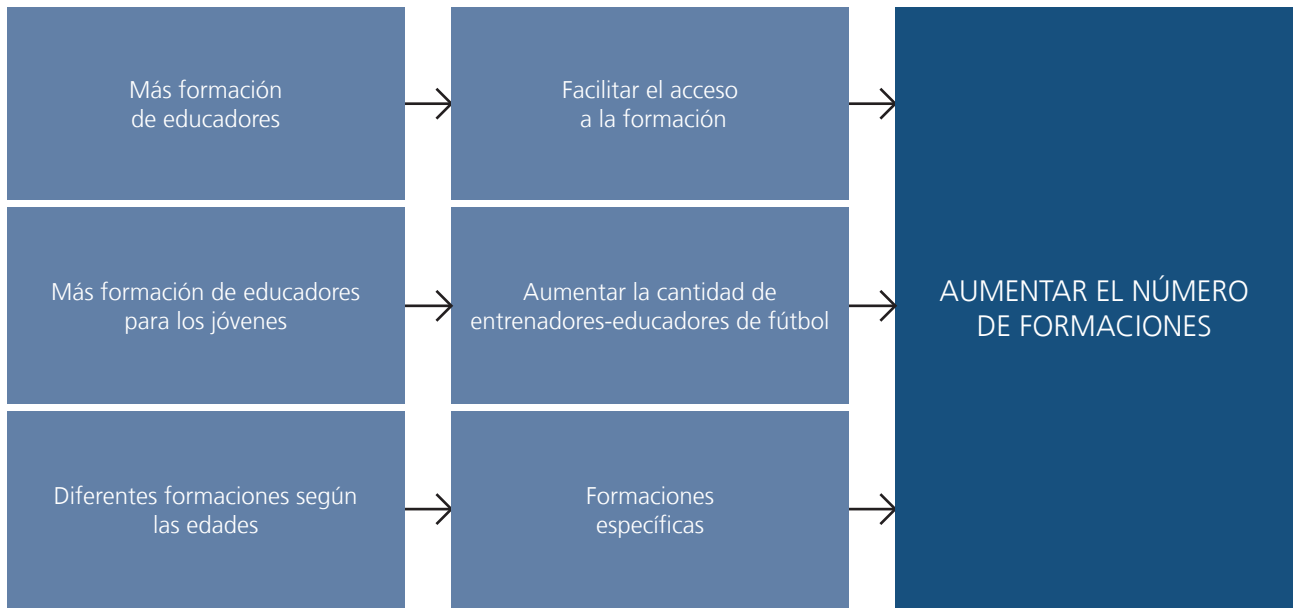
Crear acuerdos de colaboración



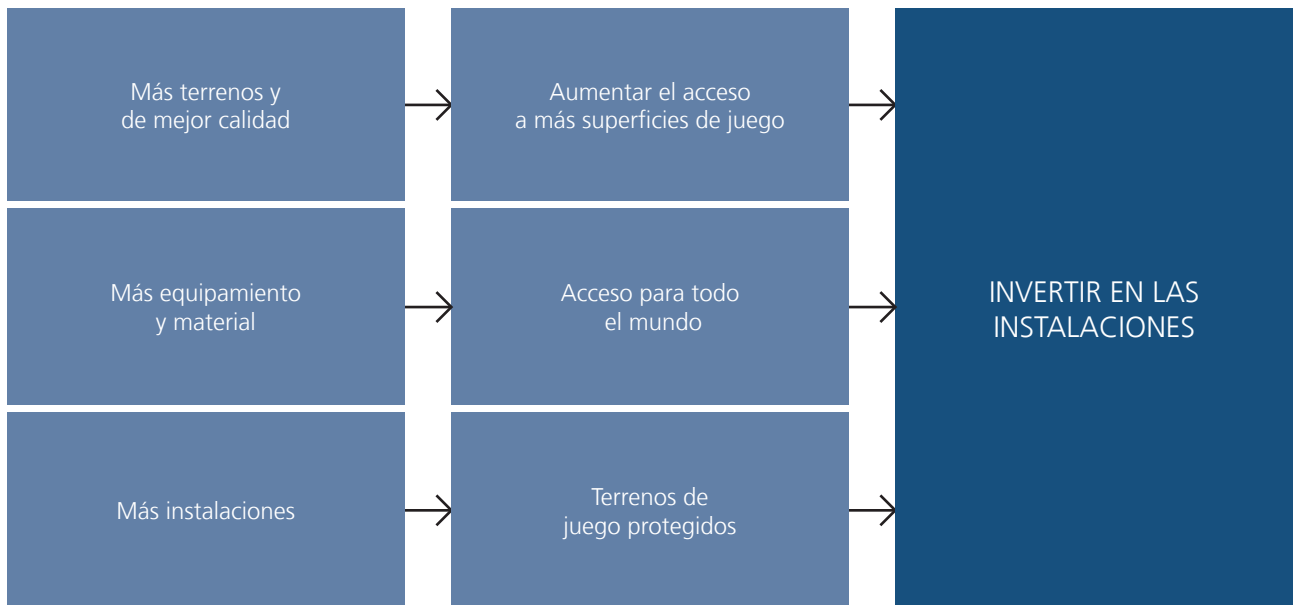
Formatos de competición



### Educadores de fútbol



### Las instalaciones de entrenamiento y de partido



## Organización de un plan de desarrollo de 3 años

OBJETIVOS	AÑO 1	AÑO 2	AÑO 3	AÑO 3 (II)
IMPACTO	Local	Regional	Nacional	Nacional
<b>Estructura</b>	Implementar: <ul style="list-style-type: none"> <li>Una unidad de desarrollo de fútbol base</li> <li>Un Comité de Dirección</li> </ul>	Crear: <ul style="list-style-type: none"> <li>Un departamento fútbol base en cada región</li> <li>Vínculos con las comunidades</li> </ul>	Crear un departamento de fútbol base bien organizado dentro del departamento técnico de la asociación miembro	Emplear personal cualificado (ejemplo: coordinadores locales, responsable de fútbol base, etc.)
<b>Participación</b>	Lanzamiento del proyecto piloto de Grassroots FIFA en las escuelas primarias	Desarrollar las actividades de fútbol base en las escuelas primarias	Introducir las competiciones de fútbol a 4, a 5, a 7 y a 9.	Introducir el Futsal y el fútbol playa. Fomentar el fútbol comunitario
<b>Entrenadores-educadores de fútbol</b>	Formaciones FIFA de Grassroots para los profesores y los jóvenes educadores	Desarrollar más formación para diferentes grupos	Aumentar el acceso a las formaciones de entrenadores-educadores (padres, profesores, etc.)	Aumentar el número de formaciones de entrenadores-educadores
<b>Actividades</b>	Lanzamiento del proyecto FIFA Grassroots. Torneos y festivales	Desarrollar los torneos y festivales entre escuelas primarias en toda la región	Crear un torneo nacional entre escuelas primarias para diferentes grupos de edad. Y jornadas.	Introducir otros torneos y festivales (fútbol sala, fútbol playa)
<b>Instalaciones y equipamientos</b>	Uso de las instalaciones, material y equipamiento existente	Mejorar el material y las instalaciones existentes. Crear un vínculo con el Gobierno.	Ampliar las instalaciones existentes y construir otras nuevas	Mejorar el material y las instalaciones existentes.

## ANEXO D. Ejemplo de declaración

### **Programa Grassroots de Trinidad y Tobago Pronunciada por el ex-jugador internacional Travis Mulrane, durante la ceremonia de clausura.**

Como ex-jugador de fútbol internacional, viví grandes experiencias durante mi carrera, que comenzó en el gueto y continuó en un club de pueblo, antes de alcanzar reconocimiento a nivel nacional. Me siento feliz por haber sido escogido para compartir esta maravillosa experiencia que es el programa Grassroots.

Gracias a lo que he presenciado durante estos tres días, he aprendido mucho sobre la importancia de trabajar con los niños y valoro mucho estos días pasados con ellos durante sus numerosos juegos. Solo mirar a estos jóvenes utilizar su talento natural junto con otros niños de la misma edad me ha entusiasmado y me ha recordado los días en que yo también realizaba acciones similares. Nunca me había dado cuenta de que el arte de enseñar a los jóvenes requería más que ser un mero entrenador-educador. Hay que ser además un consejero, un amigo y, a través de la alegría, contribuir aportando felicidad a su vida.

Curiosamente, este grupo de niños ha mostrado una inteligencia que me ha parecido superior a la de los niños

de esta edad. Su capacidad motriz en movimiento está bien asentada, aunque los rivales no se lo pongan fácil. En estos ejercicios, he aprendido en gran medida a ser un educador para estos jóvenes jugadores, animándoles a mejorar su técnica, que parecía venir de forma natural. En algunos casos, me ha parecido divertido constatar cuántos de ellos habían avanzado tanto, sobre todo cuando supe que nunca habían participado en un entrenamiento.

Esta gran experiencia me conducirá hacia una nueva carrera, en la que podré utilizar mis conocimientos y mis experiencias adquiridas durante estos años jugando como profesional.

Mi deseo de trabajar con los niños y, más concretamente, en las pequeñas comunidades de mi país, se ha multiplicado, sabiendo que las nuevas informaciones recibidas durante la formación en la que participé justo antes de las jornadas de los niños, me aportaron muchos conocimientos sobre la educación del fútbol, y que nos fueron enseñados y presentados de la forma más sencilla y organizada posible.

En nombre de mis compañeros educadores, deseo expresar mi gratitud a la FIFA. Los mensajes que nos ha hecho llegar durante la formación de educadores viajarán hasta los numerosos pueblos y distritos rurales de Trinidad y Tobago. Nuestro compromiso en este proyecto será seguido con la mayor atención y los frutos de nuestro trabajo serán reconocidos, o así lo esperamos, en los próximos años.







## ANEXO E. Código Fair Play de la FIFA

### Código del Fair Play

El Código Fair Play de la FIFA abraza todos los principios deportivos, morales y éticos que defiende la FIFA, y por los cuales continuará luchando en el futuro, independientemente de las influencias y presiones que pueda afrontar. Las diez reglas de oro no sólo sirven de credo a la FIFA como órgano rector del fútbol mundial, sino que también refuerzan el sentido de fraternidad y cooperación entre los miembros de la familia universal del fútbol.

#### 1. Juega limpio

La victoria pierde su valor si no se conquista de forma honesta y justa. Engañar es fácil, pero no aporta nada. Para jugar limpio se necesita coraje y carácter. Esto brinda una mayor satisfacción. El juego limpio tiene su recompensa, incluso si se pierde el partido. Quien juega lealmente gana el respeto de los demás, quien engaña, sólo el desprecio. Recuerda: es sólo un juego. Y los juegos no tienen sentido si no se juega limpio.

#### 2. Juega a ganar, pero acepta la derrota con dignidad

Cualquier partido tiene por finalidad la victoria. Nunca comiences a jugar con la intención de perder. Quien no juega a ganar embauca al adversario, defrauda al espectador y se engaña a sí mismo. Nunca te rindas ante adversarios fuertes, pero tampoco cedas ante los débiles. Es un insulto para cualquier adversario jugar sin poner todo el empeño en el partido. Juega a ganar hasta que suene el pitido final. Nadie es invencible. A veces se gana, a veces se pierde. Aprende a perder con una sonrisa. No busques excusas. Las razones genuinas hablan por sí mismas. Felicita de buena fe a los ganadores. No culpes al árbitro o a cualquier otra persona. Proponte hacerlo mejor la próxima vez. La afición respeta más a los buenos perdedores que a los malos ganadores.

#### 3. Acata las Reglas de Juego

Todos los juegos necesitan reglas que los guíen. Sin reglas, reinaría el caos. Las reglas del fútbol son sencillas y fáciles de aprender. Esfuérzate por entenderlas para que comprendas mejor el juego. Así serás un mejor jugador. También es importante entender el espíritu de las reglas. Las reglas fueron concebidas para que el juego sea divertido cuando

se juega y cuando se disfruta. Si acatas las reglas, disfrutarás más del juego.

#### 4. Respeta a los adversarios, a los compañeros, a los árbitros, a los oficiales y a los espectadores

Fair Play significa respeto. El respeto forma parte del juego. Sin adversarios no hay partido. Los rivales tienen los mismos derechos que tú tienes, incluido el derecho a ser respetados. Tus compañeros son tus colegas. Tú formas parte de un equipo en el que todos los miembros son iguales. Los árbitros están en el campo para mantener el orden y el juego limpio. Acepta siempre sus decisiones sin alegar y ayúdalos a que el partido pueda disfrutarse aún más. Los oficiales de ambos equipos también forman parte del juego y por tanto hay que respetarlos. Los espectadores crean el ambiente. Ellos desean ver un partido en el que se juegue limpio, pero también deben comportarse deportivamente.

#### 5. Promueve los intereses del fútbol

El fútbol es el deporte universal por excelencia. No obstante, necesita de tu ayuda para seguir siendo el número uno. Pon en primer plano los intereses futbolísticos. Reflexiona si tus acciones pueden afectar la imagen de nuestro deporte. Difunde los aspectos positivos del fútbol, anima a los demás a participar limpiamente en todos los aspectos del juego, ayúdalos a disfrutar tanto como tú lo haces. Conviértete en un embajador del juego.

#### 6. Honra a quienes defienden la buena reputación del fútbol

La buena reputación del fútbol ha sobrevivido porque la mayoría de las personas que lo quieren es honesta y justa. A veces alguien hace algo excepcional digno de nuestro reconocimiento, a esta persona deberá honrarsele y hacer público su buen ejemplo para alentar a otros a actuar de igual manera. Promueve la buena imagen del fútbol dando a conocer sus mejores acciones.

#### 7. Rechaza la corrupción, las drogas, el racismo, la violencia, las apuestas y otros males que representan una amenaza para nuestro deporte

La enorme popularidad del fútbol lo convierte en presa fácil de los intereses ajenos al juego. Mantente alerta y rechaza las tentaciones de utilizar drogas o engañar a los demás. Las drogas no tienen cabida en el fútbol, ni en ningún otro deporte, ni en nuestra sociedad. Rechaza las drogas. Ayudar





a eliminar el racismo y la intolerancia en el fútbol. Trata a todos los jugadores y a toda persona con equidad, sin hacer distinciones de color, raza u origen. No toleres de ninguna manera las apuestas en los partidos que tú participes. Esto afecta negativamente tu habilidad y crear un conflicto de intereses. Demuestra que el fútbol y su afición no desean ser víctimas de la violencia. El fútbol es un deporte y el deporte es símbolo de la paz.

### 8. Ayuda a otros a no ceder ante instigaciones de corrupción

Si ves que se insta a compañeros o a otras personas a engañar de alguna manera, ofrece tu ayuda. No dudes en ningún momento en brindar apoyo y fuerza para resistir. Recuérdales el compromiso con sus compañeros y con la buena imagen del fútbol. Forma un bloque solidario, como una buena defensa sobre el terreno de juego.

### 9. Denuncia a quienes intentan desacreditar nuestro deporte

Si estás seguro de que alguien fomenta el engaño, no dudes en denunciarlo. Es preferible mostrar al mundo su verdadera cara y expulsarlo del juego antes de que haga más daño. A menudo es necesario más valor para denunciar lo erróneo que continuar con un plan deshonesto. Se admirará tu honestidad, pero no tu complicidad. No basta con negarse. Denuncia a los culpables antes de que logren convencer a alguien.

### 10. Utiliza el mundo para mejorar el mundo

La fuerza del fútbol es grandiosa y puede utilizarse para mejorar el mundo y convertirlo en un lugar donde todos puedan vivir dignamente. Usa esta poderosa plataforma para promover la paz, la igualdad, la salud y la educación para todos. Mejora el juego y entrégalo al mundo. Así crearás un mundo mejor.

### Apretón de manos al final del partido

En 2003, el Comité ejecutivo de la FIFA mostró su apoyo a un nuevo elemento de la estrategia de juego limpio de la FIFA, que anima a todos los participantes del juego a no relajar sus esfuerzos con el objetivo de hacer del juego limpio una preocupación constante.

La introducción de un apretón de manos tanto al final como al inicio de cada partido constituye una de las partes esenciales de esta decisión. El Ejecutivo decidió integrar este gesto en todas las competiciones de la FIFA con efecto inmediato.

### Objetivos del apretón de manos tras el partido

- Poner fin al partido de forma apropiada y digna aplicando el procedimiento de la ceremonia de apertura o de la ceremonia de clausura.
- Poner “oficialmente” fin al partido con un apretón de manos y expresar a través de este gesto el respeto mutuo dentro del espíritu del juego.
- Ofrecer la posibilidad a los equipos y a los árbitros del partido de dejar el terreno más o menos “juntos”.
- Permitir a los jugadores enviar un mensaje a los aficionados: “A pesar de la dureza del combate, las emociones, las decepciones o la frustración, mirad, seguimos siendo pacíficos, les damos las gracias a nuestro rival y a los árbitros por el partido, y aceptamos su resultado. Así pues, compórtese también de forma pacífica y no olvide que, a pesar de todos los desafíos y el prestigio, sólo se trata de un juego limitado en el tiempo, el espacio y por las Reglas del Juego y que no sirve para nada perder el tiempo en eso una vez que ha concluido el partido y los jugadores han salido del terreno de juego”.
- Este procedimiento de dos minutos permite a los participantes molestos calmarse un poco antes de las primeras entrevistas de televisión que tienen lugar inmediatamente después del partido.

### Procedimiento del apretón de manos tras el partido

1. Pitido final.
2. Los árbitros se reúnen en el círculo central.
3. Invitan a los equipos a acudir también.
4. Los dos capitanes tienen la responsabilidad de reunir a todos los jugadores de su equipo detrás de ellos.
5. Los dos capitanes se estrechan la mano y los equipos siguen como antes del partido. Los jugadores no tienen que alinearse obligatoriamente de forma precisa. También estrechan la mano a los árbitros.
6. Tras este apretón de manos, los jugadores saludan a los espectadores y dejan el terreno de juego al mismo tiempo que los árbitros.

Estos procedimientos se aplican en todas las fases finales de las competiciones organizadas por la FIFA. Paralelamente, la FIFA anima a todas las federaciones y confederaciones a implementar este gesto a nivel nacional y continental.





Presidente: Joseph S. Blatter  
Secretario General: Jérôme Valcke  
Dirección: Fédération Internationale de Football Association  
FIFA-Strasse 20  
Apdo. postal  
8044 Zúrich  
Suiza  
Teléfono: +41-(0)43-222 7777  
Fax: +41-(0)43-222 7878  
Internet: [www.FIFA.com](http://www.FIFA.com)

### **Grassroots**

Concepto: Departamento de Educación y Desarrollo Técnico de la FIFA  
Autores: Yvon Avry, Marco Bernet, Alvin Corneal, Belhassen Malouche, Govinden Thondoo,  
Departamento de Educación y Desarrollo Técnico de la FIFA  
Tipografía: Producción de la FIFA  
Traducción: Hurst & Freelancers  
Fotos: Federación de Fútbol de Chile, Asociación de Fútbol de China, Asociación de Fútbol de Hungría,  
Asociación de Fútbol de Mauricio, Asociación de Fútbol de Vanuatu  
Imprenta: RVA Druck und Medien, Altstätten, Suiza





**Fédération Internationale de Football Association**

FIFA-Strasse 20 Apdo. postal 8044 Zúrich Suiza  
Tel.: +41-(0)43-222 7777 Fax: +41-(0)43-222 7878 [www.FIFA.com](http://www.FIFA.com)