

COLECCIÓN

preparación futbolística

Fútbol Base: El entrenamiento en categorías de formación



Fútbol Base:

El entrenamiento en categorías de formación

Luis Casáis

Eduardo Domínguez

Carlos Lago

Volumen I

Volumen I



COLECCIÓN

preparación futbolística

2^a
Edición

Fútbol Base:

El entrenamiento en categorías de formación

Luis Casáis

Eduardo Domínguez

Carlos Lago

Volumen I

The logo for MCSPORTS, featuring a stylized bird or flame icon above the text "MCSPORTS".

1ª edición: Febrero 2009

2ª edición: Junio 2011

© Luis Casáis, Eduardo Dominguez, Carlos Lago, Miguel Alonso, Jorge Álvarez, Juan José Crespo, Miguel Martínez Eduardo Parra, Juan José Solla Aguilar.

© MC Sports (Moreno & Conde S.L.)

© Fotografías: Departamento MCSports (www.mcsports.es)

Analista de Texto: Manuel Conde

Correcciones: Lourdes Torrecillas y Robert Moreno

Maquetación: Robert Moreno

Diseño de cubierta: Robert Moreno (MC Sports)

Depósito legal: VG 223-2009

ISBN: 978-84-612-7633-2

Imprime: Gráficas Juvia, S.L. - Tui

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.



Fútbol Base:

El entrenamiento en
categorías de Formación



ÍNDICE

ALGUNAS NOTAS SOBRE EL FÚTBOL EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

ALGUNAS NOTAS SOBRE EL FÚTBOL EN CATEGORIAS DE FORMACIÓN	12
REFERENCIAS	34

PLANIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

1.1. INTRODUCCIÓN	38
1.2. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	40
1.3. LA PLANIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN	51
1.3.1 LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO DEL FÚTBOL	52
1.3.2. PROPUESTA PRÁCTICA	66
1.4. APLICACIONES PRÁCTICAS	72
REFERENCIAS	82

EL DISEÑO DE TAREAS DE ENTRENAMIENTO. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

2.1. INTRODUCCIÓN	96
2.2. EL DISEÑO DE TAREAS EN EL ENTRENAMIENTO	97
2.3. LAS CONDICIONES DE LA PRÁCTICA EN EL ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL	102
2.4. LOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL	105
2.5. EL DISEÑO DE TAREAS EN LA ENSEÑANZA DEL JUEGO	116
2.5.1. LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL	116
2.5.1.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO INDIVIDUAL	119
2.5.1.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL	121
2.5.2. LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO. LA TÁCTICA DE GRUPOS Y DEL EQUIPO	124
2.5.2.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO COLECTIVO	125
2.5.2.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO	126
2.5.3. LAS TAREAS EN LOS SISTEMAS DE JUEGO	135
2.5.3.1. ¿QUÉ SON LOS SISTEMAS DE JUEGO?	135
2.5.3.2. ¿CÓMO SE ENSEÑAN LOS SISTEMAS DE JUEGO?	137
2.5.3.3. ¿CÓMO SE DISEÑAN LAS TAREAS DE LOS SISTEMAS DE JUEGO?	138

LA ENSEÑANZA Y ENTRENAMIENTO DE LOS SISTEMAS DE JUEGO	138
EL CONTROL DE LAS TRANSICIONES	139
LA APLICACIÓN ESTRATÉGICA O CONTROL DEL PARTIDO	141
REFERENCIAS	143

LOS MODELOS DE COMPETICIÓN EN EL FÚTBOL EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN: FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

3.1. INTRODUCCIÓN	154
3.2. ANÁLISIS FORMAL DE LAS MODALIDADES FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5	157
3.3. INFLUENCIA DE LA ESTRUCTURA FORMAL EN LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO	159
3.3.1. CENTRO DE JUEGO	159
3.3.2. NÚMERO DE JUGADORES	161
3.3.3. ESPACIO DE JUEGO	163
3.3.4. MÓVIL	165
3.3.5. TIEMPO	167
3.3.6. META	168
3.4. ANÁLISIS DE LA ESTRUCTURA DE LA ACTIVIDAD COMPETITIVA EN FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5	170
3.4.1. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA EXTERNA	170
3.4.2. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA INTERNA	175
3.5. ESTUDIO COMPARATIVO DE LAS SECUENCIAS TÉCNICO-TÁCTICAS OFENSIVAS EN FÚTBOL 5, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 11	177
3.6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	183
3.7. APLICACIONES PRÁCTICAS	188
REFERENCIAS	198

LA DETECCIÓN DE TALENTOS EN EL FÚTBOL

4.1. DETECCIÓN, CAPTACIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS EN EL FÚTBOL	202
¿CUÁNDO Y CÓMO EMPEZAR A BUSCAR EL TALENTO?	204
4.1.1. MODELOS EXPERIMENTALES DE LA SELECCIÓN DE TALENTOS	206
SISTEMA PIRAMIDAL	208
MODELO DE DESARROLLO SELECTIVO-INTENSIVO	209
4.1.2. EL PROCESO DE IDENTIFICACIÓN DE TALENTOS	210
ANÁLISIS DE LAS TRAYECTORIAS DE CAMPEONES.	210
CONSTRUCCIÓN DE PERFILES DE REFERENCIA PARA EL ALTO NIVEL.	211

MODELOS LONGITUDINALES Y EVOLUTIVOS.	211
4.2. CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL DE REFERENCIA PARA EL ALTO RENDIMIENTO	213
4.3. PRUEBAS Y MEDIDAS PARA LA SELECCIÓN DE FUTBOLISTAS	218
ASPECTO MORFOLÓGICO	218
ASPECTO CONDICIONAL	218
ASPECTO TÉCNICO	219
ASPECTO TÁCTICO	222
ASPECTO PSICOLÓGICO	222
REFERENCIAS	228



NOTAS SOBRE LOS AUTORES

LUIS CASAIS MARTINEZ es Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, licenciado en Psicología, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de *Alto Rendimiento en Fútbol*. Es Experto Universitario en preparación física. Ha sido preparador físico y entrenador en diferentes deportes (fútbol, natación, squash, balonmano,...) y categorías. Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo. Profesor en el *Máster Universitario de Preparación Física en el Fútbol* (UCLM-RFEF), en el *Máster Universitario de Dirección y Entrenamiento de Equipos de Fútbol* (UCLM-RFEF), en el *Máster Universitario de Detección y formación del talento en Jóvenes futbolistas* (UCLM-RFEF) y en el *Máster Universitario de Prevención y Readaptación de lesiones en el Fútbol* (UCLM-RFEF- COE) .

EDUARDO DOMINGUEZ LAGO es licenciado en Educación Física, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de *Alto Rendimiento en Fútbol*. Es Experto Universitario en preparación física. Ha sido preparador físico de diferentes equipos profesionales de fútbol (R.C. Celta de Vigo, R.C. D. Español de Barcelona, Real Sociedad). Actualmente es el preparador físico del R.C. Deportivo de La Coruña. Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo. Profesor en el *Máster Universitario de Preparación Física en el Fútbol* (UCLM-RFEF) y en el *Máster Universitario de Dirección y Entrenamiento de Equipos de Fútbol* (UCLM-RFEF).

CARLOS LAGO PEÑAS es Doctor en Educación Física, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de *Fundamentos Técnicos y Contenidos Didácticos del Fútbol*. Es Experto Universitario en preparación

física. Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo. Profesor en el *Máster Universitario de Detección y formación del talento en Jóvenes futbolistas* (UCLM-RFEF).

MIGUEL ALONSO CALVAR es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y doctorando en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo). Es el Entrenador del Porriño Industrial y el Director Técnico de sus categorías inferiores. Ha sido preparador físico y entrenador en diversos equipos de fútbol Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo.

JORGE ÁLVAREZ ÁLVAREZ es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y doctorando en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo). Es el Preparador Físico del R.C. Celta de Vigo “B”. Se encuentra realizando el *Máster Universitario de Preparación Física en el Fútbol* (UCLM-RFEF). Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo. Ha sido preparador físico y entrenador en las categorías inferiores en diversos equipos de fútbol.

JUAN JOSE CRESPO SALGADO es médico especialista en Medicina del Deporte, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de *Fisiología del ejercicio*. Ha sido Responsable de los Servicios Médicos del R.C. Celta de Vigo y ha estado a cargo de distintos servicios de medicina del deporte. Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo.

MIGUEL MARTÍNEZ GONZÁLEZ es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, maestro en Educación Física y doctorando en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra

(Universidad de Vigo). Ha sido el preparador físico del R.C. Celta de Vigo, y actualmente es readaptador físico del Athletic de Bilbao B. Posee el título de *Máster en Preparación Física en deportes de equipo* (FC. Barcelona-Byomedic). Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo.

EDUARDO PARRA GARCÍA es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y maestro en Educación Física y doctorando en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo). Ha sido preparador físico y entrenador en las categorías inferiores en diversos equipos de fútbol, actualmente es readaptador físico del R.C. Celta de Vigo. Posee el título de *Máster en Psicología* (Universidad de Santiago de Compostela). Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo.

JUAN JOSÉ SOLLA AGUIAR es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, maestro en Educación Física y doctorando en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo). Ha sido preparador físico del Pontevedra C.F. y actualmente lo es del Cádiz C.F.. Posee el título de *Máster en Preparación Física en deportes de equipo* (FC-Barcelona-Byomedic). Pertenece al Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos* – Universidad de Vigo. Ha sido preparador físico en las categorías inferiores del R.C. Celta de Vigo.

INTRODUCCIÓN

ALGUNAS NOTAS SOBRE EL FÚTBOL EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

Carlos Lago Peñas

Luis Casáis Martínez

Eduardo Domínguez Lago

ALGUNAS NOTAS SOBRE EL FÚTBOL EN CATEGORIAS DE FORMACIÓN

En 1984 se estimó que a nivel mundial existían cerca de 60 millones de futbolistas federados e igual número de practicantes que participaban regularmente en competiciones organizadas, de ámbito regional o local. En los censos de la FIFA en el verano de 2001 se calculó que más de 240 millones de personas jugaban habitualmente al fútbol, mientras que aproximadamente 5 millones ejercían funciones de arbitraje o actividades relacionadas con el juego. Si a estos datos sumamos el número de espectadores que habitualmente siguen los partidos, los periodistas que cubren los acontecimientos deportivos, los dirigentes y los miembros de los equipos técnicos, fácilmente comprobaremos como estamos en presencia de un fenómeno de dimensión planetaria.

Tal éxito asociativo y mediático ha repercutido en el valor concedido por la sociedad a este deporte y ha provocado profundas transformaciones en los hábitos deportivos de los ciudadanos. Los mejores futbolistas alcanzan salarios millonarios y se han convertido en modelos sociales cuando, sin embargo, se ignora todo el proceso que han seguido hasta llegar al alto rendimiento. Además, el inicio de la práctica deportiva de niños y jóvenes se produce a una edad cada vez más temprana y con una mayor exigencia.

En el caso del fútbol español no será necesario retroceder muchos años para constatar que la práctica deportiva formal se iniciaba solamente alrededor de los 18 años de edad, en la denominada categoría juvenil. Posteriormente, bajó a los 16 años y progresivamente ha ido anticipándose

hasta los actuales 8-10 años con las categorías de iniciación, si bien en muchos clubes el inicio de la práctica deportiva comienza todavía antes: sobre los 6-8 años. En una reciente entrevista (2007), José María Amorrortu, director del Fútbol base del Atlético de Madrid, justificaba que antes las captaciones de jugadores “se hacían a partir de una determinada edad. Ahora estamos viendo que se está haciendo una apuesta firme por el talento y la modelación a partir de él. Eso provoca que todos los clubes y agentes se fijen en niños de 10 ó 12 años” (Entrevista en la Revista de la UEFA, 23 de marzo de 2007 <http://es.uefa.com/magazine/index.html>),

La evolución ha sido muy rápida y no parece que haya existido por parte de los agentes del fútbol, fundamentalmente por parte de los entrenadores y los dirigentes deportivos, una adecuada adaptación a esas transformaciones. Uno de los grandes frenos a la evolución del fútbol es la denominada *fuerza de la costumbre* que hace mostrar entre los agentes deportivos un gran inmovilismo y poca disponibilidad para discutir sobre los problemas del fútbol español en categorías de formación o también para encontrar soluciones.

La *ley Bosman*, la transformación de los antiguos clubes deportivos en sociedades anónimas, la creación de un nuevo agente social -los agentes deportivos (empresarios, representantes, intermediarios)-, la influencia y poder económico de las cadenas de televisión, la nueva Liga de Campeones, así como la probable creación de una liga de fútbol europea, han venido a agitar la pacífica y, hasta cierto punto, conservadora existencia del mundo del fútbol.

Los países y los clubes con un elevado poder económico tienen la posibilidad de incorporar jugadores de cualquier lugar del mundo sin reparar en el coste de su fichaje. La presencia de una inmensa red de ojeadores al servicio de los clubes más poderosos ha permitido *globalizar* el mundo del fútbol y acceder a las ligas y a los jugadores de prácticamente cualquier

país del globo. Futbolistas a veces totalmente desconocidos ocupan los lugares de jugadores jóvenes que han desarrollado su formación en su propio club y que se ven obligados en el mejor de los casos a cambiar de equipo o a jugar en una categoría inferior, cuando no a abandonar la práctica del deporte. En España, por ejemplo, el Real Madrid ha invertido en los últimos 2 años cerca de 300 millones de euros en nuevos jugadores y que en algunos casos no han permanecido en el club más de uno o dos años. El gasto ocasionado por cualquiera de esos fichajes permitiría soportar el presupuesto económico de todas las categorías inferiores durante varios años. Y, sin embargo, se olvida además que Raúl, Guti, Casillas, Pavón, Torres y Mejía en el Real Madrid o Puyol, Iniesta, Xavi, Oleguer y Valdés en el F.C. Barcelona son futbolistas provenientes del fútbol base de su club.

Los mercados periféricos del mundo del fútbol y los clubes que no poseen el poder económico de los grandes clubes europeos tendrán que adaptarse a esta nueva realidad y reestructurar su plan interno de desarrollo de fútbol si quieren competir de igual a igual con los demás. Por lo tanto, la apuesta recaería en la **formación de jugadores**, que parece ser una vía a seguir para asegurar una posición importante en el contexto futbolístico mundial. En la liga Argentina, por ejemplo, sometida a la constante venta de sus mejores jugadores a los poderosos equipos europeos, es fácil constatar como en un partido de fútbol de la primera división hasta 8-10 jugadores juveniles compiten en cada encuentro con futbolistas de categoría profesional. En España, Fernando Vázquez es reconocido por muchos colegas y aficionados como uno de los entrenadores de alto nivel que más ha apostado por la formación de los jugadores jóvenes y su incorporación a la plantillas del primer equipo profesional. Jaime, Boris, Iván Ania, Esteban y César en el Oviedo de la temporada 1998-1999 (Primera División); Tristán, Eto'o, Novo, Güiza, Romero, Martí o Riera en el Mallorca de la temporada 1999-2000 (Primera División);

Joaquín, Capi, Melli, Arzu y Varela en el Betis de la temporada 2000-2001 (Segunda División); Carmelo, Rubén, Jorge y Ángel López en Las Palmas de la temporada 2001-2002 (Primera División) o Jonathan Aspas, Oubiña y Del Moral en el Celta de la temporada 2004-2005 (Segunda División) son ejemplos de los magníficos resultados de esa filosofía de trabajo. Sin



embargo, en las dos últimas temporadas (2005-2006 y 2006-2007) el Celta, ya en primera división, ha fichado a 20 nuevos jugadores. ¿Apuesta decidida por la cantera o exigencias de las limitaciones económicas de los clubes?

La importancia que sin duda asume la enseñanza del fútbol en la actualidad exige por parte de los clubes que se preste una mayor atención y una mejor coordinación a través de la implementación de un modelo de formación e iniciación, con programas, medios y métodos de entrenamiento adecuados.

Los clubes no podrán continuar viviendo sobre modelos improvisados,

sin una coherencia lógica de desarrollo, bajo criterios personales de varios entrenadores que cíclicamente van pasando por el club y cuyos resultados no nos parecen los más satisfactorios. En España, el Real Madrid de la temporada 2006-2007 con Fabio Capello como entrenador ha fichado a 8 jugadores con una inversión de 100 millones de euros y ha despedido o cedido a 13 y todavía se habla de que la próxima temporada los cambios deben ser más numerosos. Además, parece que esa estrategia no garantiza el éxito deportivo.

Los clubes deberán definir claramente aquello que pretenden del fútbol infantil y juvenil, a través de la implantación de modelos de formación propios, con programas adecuados, que contribuyan a un mejor aprendizaje del juego, respeten las diferentes fases de desarrollo de los jóvenes, sirvan de guía para los entrenadores y contribuyan a una mejor y más eficaz formación de los jóvenes futbolistas.

En un reciente coloquio sobre fútbol juvenil (*Máster de detección y formación del talento en jóvenes futbolistas*, Real Federación Española de Fútbol: Madrid y Universidad de Castilla-La Mancha, Madrid 2007) que contó, entre otros con diversos entrenadores de fútbol juvenil de los mejores clubes españoles y de dos entrenadores de fútbol de alto nivel, todos fueron unánimes al afirmar:

“En España no hay una apuesta seria en la formación de los jugadores de fútbol”

Luis Aragonés, entrenador de la selección nacional española se quejó en la disputa del último Mundial de Fútbol de Alemania 2006, de que “no hay jugadores de mejor nivel en el fútbol español, falta talento

y competitividad". Además, justificó que la gran cantidad de fichajes de jugadores extranjeros por parte de los clubes españoles limita el desarrollo de los futbolistas jóvenes en nuestro país.

Como sugiere Pacheco (2004), se vuelve urgente reflexionar sobre el fútbol juvenil que queremos e intentar resolver los mayores problemas que le afectan en este momento, entre los que destacan:

- Presupuestos reducidos de los clubes destinados al fútbol de formación.
- Falta de un modelo de juego, de entrenamiento, de jugador y de entrenador, que son condicionantes para una intervención de calidad en la formación.
- Inexistencia de una programación coherente y específica para la progresión entre las diferentes categorías de formación.
- Carencia de los objetivos intermedios a alcanzar en cada etapa deportiva y de los objetivos finales del proceso de formación.
- Falta de criterios objetivos para la detección y selección de talentos.
- Horarios escolares incompatibles con los horarios de entrenamiento.
- Bajas condiciones materiales y de entrenamiento.
- Número de campos insuficientes y con superficies inapropiadas.
- Clubes de fútbol de primera división que poseen un único campo propio para sus jugadores y categorías de formación, pero poseen más de 200 jugadores para entrenar y competir, llegando a entrenar dos categorías al mismo tiempo.
- Enseñanza del juego suministrada en la mayoría de los casos por entrenadores aficionados, a los que les gusta el fútbol, pero que no son los más habilitados.
- Gran dependencia de funcionamiento deportivo de personas

“aficionados”, sin ninguna preparación específica.

- Falta de remuneración de la mayoría de entrenadores de fútbol infantil y juvenil.
- Calendarios competitivos heterogéneos y no ajustados a la realidad.
- Elevada presión competitiva sobre los jóvenes.
- Iniciar la competición formal en edades muy tempranas.
- Falta de acompañamiento en información a los padres de los jugadores, para identificarles con el desarrollo del proceso de enseñanza y competición.
- Excesiva importancia atribuida al resultado deportivo inmediato, en detrimento de la calidad de la formación deportiva a largo plazo,
- Falta de equipos médicos, psicológicos y sociales adecuados, al lado de los jóvenes futbolistas.

Uno de los debates que de forma más agitada ocupa la atención de los agentes deportivos en España es el perfil que debería tener el entrenador de fútbol encargado de la formación de jóvenes. Dos posiciones opuestas intentan justificar los méritos que debería poseer el entrenador en el fútbol de formación. ¿Debería ser un ex-futbolista quien aplicando su experiencia deportiva se encargue de la formación de los jóvenes? o ¿deberían tener los que enseñan a los más jóvenes una formación específica de fútbol?

Para Johan Cruyff, ex-futbolista profesional y entrenador de alto nivel, la transmisión de conocimientos en el fútbol debe producirse de futbolista a futbolista, ya que ambos hablan el mismo idioma y, por tanto, pueden llegar a entenderse y sintonizar. Así, para Cruyff si un entrenador no posee un elevado nivel técnico-táctico no puede enseñar el juego del

fútbol a los jóvenes futbolistas: "... si estás entrenando a un chaval y le puedes explicar cómo se debe tocar el balón, con qué parte del pie, en qué posición ponerse para golpear, qué precauciones tomar si se le acerca un rival, qué circunstancias ha de tener en cuenta, cómo debe ser de rápido al ejecutar, podrá entrenarse luego por su cuenta, copiar, imitar, insistir, mejorar, aprender, pulir y luego adaptar y aplicar estos conocimientos a su propia manera de jugar, a su propia personalidad futbolística. Repito, si tú no sabes hacerlo, no puedes enseñarlo" (2002, pp. 26-27).

Para Horst Wein (1995), una de las referencias internacionales más consideradas en la formación de talentos deportivos, *sobran entrenadores y faltan formadores*. Para Wein, uno de los problemas más graves en el fútbol base es que los responsables conocen bien la materia de fútbol, pero no conocen bien a sus discípulos. El fútbol con sus competiciones y programas de formación debe adaptarse siempre a las capacidades físicas e intelectuales de los niños. De la misma manera que el niño crece paso a paso físicamente y mentalmente, la dificultad y complejidad del juego deben aumentar

A nuestro juicio, el educador/entrenador de jóvenes no debería continuar siendo el ex-futbolista o el practicante al final de su carrera deportiva quien, careciendo de formación específica, es invitado por tradición a entrenar a los jóvenes como recompensa por los muchos años de dedicación a su club y que se limita a aplicar su experiencia de antiguo atleta y a organizar y dirigir sesiones de entrenamiento. Poseer vivencias deportivas específicas de la especialidad deportiva que se enseña puede, sin duda, ser una estimulante fuente de orientaciones y conocimientos para guiar el aprendizaje de otros. Pero si las experiencias motrices no han sido bien vividas y reflexionadas por parte de los practicantes, es posible también que se conviertan en una peligrosa influencia. No se pueden reproducir prácticas o tareas bajo la justificación de la *fuerza de la costumbre*: "si

yo lo he aprendido así y siempre se ha hecho del mismo modo, ¿por qué cambiar?” Si observamos una sesión de entrenamiento, como explica Pacheco (2004), no difiere mucho de aquellas que se hacían hace 20 o 30 años atrás. Existe una primera parte destinada al calentamiento, realizada normalmente sin balón; una segunda parte dedicada a la práctica de las habilidades técnicas, descontextualizadas del juego, y una tercera parte



orientada al juego formal (5x5, 7x7, 11x11).

No es cierto, como suponen los ex-practicantes cuando intervienen en la práctica, que los deportistas aprendan las habilidades y conductas del fútbol sólo por *imitación*. Cuando alguien observa a otra persona realizando una habilidad con eficacia, se puede favorecer el aprendizaje de esa habilidad. Es cierto. Por el proceso de imitación, se aprende a realizar una actividad de forma similar a como la realiza el modelo, aunque la adquisición de una habilidad nueva requiere que el aprendiz practique la actividad y compruebe las consecuencias que obtiene. Es decir,

el aprendizaje de una habilidad nueva por imitación incluye también a otros procesos de aprendizaje: en este caso la asociación de estímulos y de consecuencias. El proceso de aprendizaje y adquisición de habilidades y conductas es algo muy complejo donde interaccionan diferentes mecanismos de aprendizaje (ver Tabla 1).

Tabla 1. Procesos de aprendizaje y procedimientos de enseñanza

Proceso de aprendizaje	Procedimientos de enseñanza	Objetivo
Asociación de estímulos	Adecuar las condiciones de práctica	Ajustar el entorno, el objetivo y los instrumentos de la actividad del aprendiz
Asociación de consecuencias	Incrementar el feedback	Resaltar las consecuencias de la actividad del aprendiz
Imitación	Mostrar la habilidad	Orientar la actividad del aprendiz antes de realizarla
Convivencia	Dar pautas	Indicar al aprendiz cómo ha de realizar la actividad
Reflexión	Hacer reflexionar	Fomentar la comprensión de la propia actividad de aprendiz

FUENTE: Riera (2005).

Mostrar la habilidad para orientar la actividad del aprendiz antes de realizarla (imitación) es sólo uno de los recursos didácticos de los que dispone el entrenador para informar al practicante acerca del entorno

con el que interactúa, la tarea que realiza y la utilización del instrumento. El educador/entrenador deberá aprender a utilizar y combinar estos procedimientos con eficacia. Ni demasiada información, ni muy pobre en detalles.

Para Riera (2005) en cuanto a los procesos de aprendizaje y los procedimientos de enseñanza:

- Todos los procesos de aprendizaje pueden intervenir en la adquisición de todas las habilidades
- Al aprendizaje de cualquier habilidad puede ser facilitado por todos los procedimientos de enseñanza
- La adecuación de las condiciones de práctica es el procedimiento más utilizado en el aprendizaje de las habilidades
- Los restantes procedimientos se utilizan casi siempre y son decisivos para facilitar el aprendizaje
- Al educador/entrenador debe seleccionar los procedimientos de enseñanza que considere adecuados a los objetivos educativos/del entrenamiento, las características del aprendiz y la evolución del aprendizaje, procurando siempre que su intervención contribuya siempre a la progresiva autonomía del aprendiz.

Debe quedar claro: *las cualidades de los atletas y de los entrenadores son muy diferentes (Matveev, 1982)*. El hecho de haber sido jugador no nos hace por sí solo buenos entrenadores. Es necesario poseer un conjunto de cualidades y de virtudes, que se van adquiriendo a través del estudio y la experiencia y, desde luego, la propia práctica deportiva bien vivida.

Para Ruiz (1998), será un buen entrenador quien tenga condiciones innatas para serlo y que esté dispuesto a aprender toda su vida y a

perfeccionarse, tal como la hacen los grandes deportistas, pues entrenar y hacer entrenar es una tarea difícil y muy compleja.

Ahora bien, coincidimos con Pacheco (2004) al señalar que el educador/entrenador de jóvenes tampoco deberá ser la persona que, a pesar de tener una formación específica de fútbol, no tiene ninguna experiencia como ex-practicante o de práctica pedagógica con jóvenes futbolistas. El hecho de haber terminado un curso de entrenadores de fútbol o de tener una licenciatura en educación física y deportes, no permite por sí sólo ser un buen entrenador ya que son precisas vivencias de la realidad del entrenamiento y la enseñanza del fútbol.

El educador/entrenador deberá reunir un conjunto de competencias en las siguientes capacidades (Pacheco, 2004):

- saber
- saber hacer
- saber hacer que otros hagan

El tipo ideal de educador/entrenador de fútbol para jóvenes será un individuo que, simultáneamente, posea experiencia como practicante y tenga una formación propia que le habilite para entrenar a jóvenes futbolistas. No obstante, es posible, desde luego, encontrar estupendos entrenadores que no tienen experiencia deportiva de alto nivel o ex-jugadores con una notable capacidad para reflexionar sobre sus propias vivencias y trasladarlas a sus deportistas.

En cualquier caso, deberá ser un educador que posea sólidos conocimientos de fútbol, que le guste trabajar y que consiga establecer una buena relación con los jóvenes; que sea conocedor de las diferentes fases de desarrollo y que conozca los medios y los métodos más adecuados para el desarrollo integral de los jóvenes (Pacheco, 2004).

Para Barata (1999, en Pacheco, 2004), el entrenador debe constituir un buen ejemplo y un buen modelo para los jugadores, fundamentalmente si son niños y jóvenes, ya que éstos se encuentran en la fase de formación de su personalidad y de su adquisición de valores y referencias determinadas para su vida futura. Por esto, el entrenador debe tener conciencia del impacto que sus opciones y prioridades provocan en los niños y en los jóvenes que entrena, ya que éstos son fácilmente influenciados y diariamente están expuestos a nuevas experiencias y situaciones.

Sobre las influencias de los entrenadores es sugerente la idea transmitida por Wodds (1985, en Pacheco, 2004) acerca de la influencia del entrenador sobre un equipo de jóvenes, refiriendo que el entrenador es una de las más potentes referencias para la identificación de un joven. Simboliza la fuerza, la capacidad competitiva y la independencia que los jóvenes buscan conseguir.

En este sentido, el significado del éxito deportivo del educador/entrenador en el fútbol base no puede ser el mismo que en el alto nivel. El éxito de un educador/entrenador en el fútbol base no se manifiesta habitualmente en el presente, sino a largo plazo y se basa en los siguientes aspectos (Pacheco, 2004):



- Progresión en el rendimiento deportivo de los jóvenes, de acuerdo con su desarrollo integral y armónico, ayudándoles a compaginar las exigencias de su vida deportiva, escolar, social y familiar.
- Reducido abandono y aumento visible del gusto por el entrenamiento y la competición entre los jóvenes.
- Capacidad para detectar y desarrollar talentos para el fútbol.
- Número de jóvenes jugadores que consiguen elevados niveles de rendimiento deportivo, a medio y largo plazo.
- Capacidad para establecer con los jóvenes que entrena relaciones de amistad que perduren en el tiempo.
- Saber lo que se pretende y cuales son los caminos a seguir, en una correcta filosofía de intervención como educador/entrenador de jóvenes.

Sin embargo, la importancia social que posee el fútbol y la atracción social ejercida por los grandes encuentros deportivos internacionales han transformado progresivamente las condiciones de su práctica. El soporte ideológico sobre el que descansa el deporte actual, han hecho de éste una actividad donde lo que importa exclusivamente es el resultado (Seirul-lo, 1998). El rendimiento, que inicialmente constituía simplemente una motivación intrínseca, se ha convertido progresivamente en un fin en sí mismo. La lucha denodada por el alto rendimiento y el récord basada en los progresos del conocimiento biológico ha traído como consecuencia la *selección precoz* y el *entrenamiento intensivo* de los jóvenes (Le Boulch, 1991).

Esas prácticas se han generalizado no solamente en los sujetos aptos para grandes rendimientos, sino también en los aficionados más modestos, para quienes el campeón representa un auténtico modelo.

Una investigación realizada por la Federación Italiana de Fútbol (1999) concluyó que de los 19.000 jóvenes que iniciaron la práctica del fútbol sólo uno consiguió llegar a jugar en la primera división. Los restantes acabaron jugando en las divisiones inferiores o dejaron el fútbol. ¿A quién debe ir dirigido entonces el proceso de enseñanza? ¿Es tolerable que para la gran mayoría de los que inician en el fútbol la experiencia sea al final poco gratificante? ¿Son adecuadas las prácticas que se están proponiendo actualmente?

Uno de los valores más destacados del deporte es sin duda su perspectiva *agonística*. La lucha, la competición con el oponente, que puede ser uno mismo, o con algo con la intención evidente de vencer en ese combate es uno de los elementos fundamentales que dan razón a las actividades deportivas. Es más, la actividad deportiva es la muestra por excelencia del movimiento agonístico: las reglas se transforman en complejos reglamentos que permiten canalizar la fuerza agonística de los contendientes y lograr identificar quien, en esas circunstancias, ha ganado. Ahora bien, un énfasis excesivo en la actividad competitiva puede tener un efecto negativo en el proceso de búsqueda de la excelencia, sobre todo con los niños y niñas. De ahí la necesidad de realizar algunas matizaciones a la relación entre competición y excelencia.

- La competición puede llevar a un *énfasis en la superioridad o el elitismo* en lugar de conducir a una excelencia en su sentido más absoluto. Recordemos que la competición se concibe como una lucha consciente entre dos partes que culmina con el establecimiento de la supremacía de una de ellas y, esta noción de lucha, implica la conciencia de una fuerza contraria donde el éxito depende del fracaso de los otros (Devís, 1996)

- La victoria y el ganar *por encima de todo* suelen convertirse en la única meta de la competición. Esto puede llevar a la producción de una innecesaria, peligrosa y excesiva especialización en un solo deporte o incluso en una determinada posición o puesto dentro de un deporte.
- Los/as deportistas de alto nivel o de elite suelen proponerse como modelos sociales de excelencia y formación del carácter, cuando se ignora todo el proceso que se han seguido para alcanzar el éxito. Sparkes (1986, en Devís, 1996) señala que estos papeles-modelo, aunque despierten el interés de algunos, pueden ser de limitada utilidad en la creación de intereses a largo plazo.
- La competición puede actuar como homogeneizadora de diversidades corporales y universalizadora de un único lenguaje si no se diversifican las actividades físicas y corporales.

El deporte en edad escolar se presenta así como un modelo reducido del macromodelo deportivo y antesala de éste (Seirul-lo, 1998). ¿Significa esto que no debe estimularse el valor de la competición en la enseñanza del fútbol? Desde luego que no, pero debe ser matizada. La competición se presenta como el factor desencadenante de la práctica deportiva. Es precisamente su comportamiento agonístico lo que nos atrae de él (pensemos, por ejemplo, la diferencia entre un partido amistoso y los campeonatos). No obstante, “competir es un comportamiento humano que, por eso mismo, no debe ser considerado como bueno o malo, es el uso y orientación del mismo lo que le puede dar un carácter u otro” (Hernández Moreno, 1989:79). Es necesario enseñar a competir, pero siempre como un medio de superación personal, de mejora de resultados personales y nunca

violando los derechos de los otros en beneficio propio. (Gómez Rijo, 2001). Desde este punto de vista, *el rendimiento no constituye un fin en sí mismo, sino la posibilidad de ejercitar, a través de un mayor autoconocimiento, la propia eficacia en el entorno mediante el dominio de la propia motricidad.*

La enseñanza del fútbol con niños y jóvenes debe contener en sus propuestas prácticas los otros valores de la motricidad y el deporte (Casamort y Seirul-lo, 1987): el movimiento como **actividad lúdica** permite localizar la intención de movernos en el área del atractivo por lo intrascendente, lo festivo y fortuito, y dirigirlo sobre uno mismo; la **intención expresiva** del movimiento proporciona al individuo la posibilidad de comunicar ideas, sentimientos o sensaciones por medio del propio cuerpo al resto de personas con quien comparte esa actividad de movimiento; la **creatividad** por medio del movimiento pone en evidencia ciertas capacidades del ser humano que le permiten realizar movimientos nuevos, teniendo como base la experiencia motriz mediante la actividad de sus aptitudes creadoras; el movimiento como **valor eronista**, de sentir las sensaciones que emana el propio cuerpo en sus movimientos.

En el contexto de la formación de jugadores en los clubes de fútbol, el entrenador deberá construir junto con el deportista, un modelo de relaciones interpersonales que permitan elaborar tareas con, entre otros, los siguientes criterios (Seirul-lo, 1998):

- descubrir la estructura del juego e interpretarlo de muchas formas, desarrollando aquella en la que ambos coinciden, para que pueda así florecer con toda la fuerza el talento individual.
- ofrecer al deportista la mayor cantidad posible de información objetiva, tanto en relación a su ejecución, como a su resultado, pero estimulándolo para el acceso a esa información por cuenta propia.

- contrastar los elementos de juicio, con los de auto-observación, para lograr la auto-afirmación en base a resultados reales.
- construir modelos de prácticas que sean estructurales, no cerrados o unidimensionales, pues así se evitará el estancamiento técnico.
- proponer modificaciones tempo-espaciales a todas las adquisiciones motrices, incitando a su auto-exploración para crear un deportista con opciones creativas, no estandarizadas.
- situar al deportista en interacciones individuales o grupales donde tenga que situarse en el lugar del otro para comprender el comportamiento del compañero y el oponente y, si es posible, anticiparlo.
- estimular al deportista a que descubra sus identidades personales con las del fútbol para que pueda jerarquizar sus intereses al modo como los ha constado en la práctica real.

En este libro participan 9 autores que comparten un punto de vista común acerca de la influencia recíproca de la investigación en ciencias del deporte y la práctica del entrenamiento deportivo. El conocimiento generado a través de la investigación científica debe ser una clara orientación para organizar la práctica diaria del entrenamiento y éste supone a su vez la mejor prueba de validez de los hallazgos de la investigación y, en última instancia, el principio de las preguntas de aquella. Todos los autores se encuentran vinculados con la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de la Universidad de Vigo – Campus de Pontevedra en calidad de profesores y/o investigadores y desarrollan su actividad en el equipo profesional de clubes de fútbol de alto nivel (Real Sociedad, Celta de Vigo y Pontevedra) o en sus categorías de formación en calidad de directores

técnicos o entrenadores. Además, todos ellos se encuentran integrados dentro del Grupo de Investigación *Análisis del rendimiento en deportes colectivos* (<http://webs.uvigo.es/luisca/hi20/>).

El objetivo de este libro es proporcionar a entrenadores, profesores de fútbol y educación física y estudiantes una herramienta práctica para orientar su proceso de intervención en el entrenamiento en el fútbol en categorías de formación. El texto pretende resolver cuestiones tales como qué contenidos técnico-tácticos, psicológicos y condicionales deberían ser desarrollados en cada etapa formativa (Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil), cómo diseñar las tareas de entrenamiento en cada momento, cómo debería iniciarse a los niños y jóvenes en el puesto de portero, cuál debería ser el modelo competitivo de referencia a utilizar (fútbol 5, fútbol 7 o fútbol 11) en cada categoría, cómo deberían planificarse las competiciones anualmente en el fútbol base, qué aspectos físico-médicos deberían contemplarse en cada momento y los criterios que podrían orientar a los entrenadores para detectar posibles talentos deportivos entre sus jóvenes jugadores. Todos los capítulos terminan con una recomendación de cómo habría que presentar y desarrollar los contenidos abordados en cada caso en cada una de las categorías federativas.

El libro está compuesto por **9 capítulos** distribuidos en dos volúmenes. En el primero de ellos (el que tiene entre sus manos) se desarrollan los primeros cuatro capítulos y en el segundo volumen los cinco restantes.

En el **capítulo 1** se presenta y justifica una planificación de los contenidos técnico-tácticos individuales, grupales y colectivos en las categorías prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. Es decir, se intentará justificar el “qué” y el “cuándo” trabajar cada contenido técnico-táctico en las etapas de formación del futbolista. Además, se propone un instrumento de valoración del proceso de aprendizaje de los jóvenes deportistas que podría orientar el control de la consecución de los objetivos en cada momento.

El **capítulo 2** tiene como objetivo reflexionar acerca de los elementos y las condiciones de práctica que deberían orientar el diseño de tareas de entrenamiento para la enseñanza del fútbol. La tarea representa la estructura elemental del proceso de aprendizaje y entrenamiento del deportista. Los ejercicios de entrenamiento permiten acceder a la motricidad de los deportistas y lograr su mejora. Los jugadores pueden mejorar por diferentes procesos de aprendizaje. Pero, sobre todo, los deportistas aprenden cuando son ellos los que hacen las cosas. Ésta es la verdadera posibilidad que tenemos de llegar al jugador y modificar su comportamiento, cambiar sus esquemas motrices, cognitivos, condicionales,... la tarea es la llave que nos permite acceder a la motricidad del individuo y modificarla (Espar y Gerona, 2004).

En España, los modelos de competición para los más jóvenes han sido relegados a un segundo plano. Nos encontramos con que la forma más simple es utilizar por cualquiera las mismas estructuras, la misma organización utilizada por los profesionales. No se han tenido en consideración ni la edad, ni las fases de desarrollo de los jóvenes, ni los objetivos formativos a desarrollar en las diferentes etapas de aprendizaje de juego por el joven futbolista. Y sin embargo, el proceso de aprendizaje de cualquier modalidad deportiva debería adaptarse a las necesidades y condiciones de los participantes; así sucede en el balonmano, baloncesto o voleibol, pero no tanto en el fútbol. En el **capítulo 3** se realiza una propuesta de las características de modelo de competición y del proceso de enseñanza-aprendizaje en las distintas categorías de formación del fútbol base.

En el marco del deporte de rendimiento actual, uno de los aspectos más críticos se centra en el interés por los condicionantes necesarios para alcanzar el alto rendimiento deportivo. El talento constituye una de las condiciones fundamentales para acceder a la excelencia en el deporte de competición, pero ha de tenerse presente que no sólo ha de ser descubierto sino también estimulado. Su identificación representa el primer paso para seleccionar sujetos con las aptitudes necesarias para conseguir las más altas cotas de perfeccionamiento deportivo a través de un complejo proceso de

especialización. En el **capítulo 4** se reflexiona sobre estas y otras cuestiones vinculadas con la detección de talentos en el fútbol.

La preparación física está considerada como uno de los factores más importantes en el proceso de formación del joven futbolista. Las cualidades físicas (velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad) e incluso resoluciones técnicas específicas de la disciplina deportiva no permanecen constantes de la niñez a la juventud. En el **capítulo 5** se analizan algunos aspectos del desarrollo de las capacidades físicas, teniendo en cuenta la evolución madurativa del jugador (física, psicológica y social), las características del crecimiento, las fases sensibles de las diferentes capacidades y las exigencias que el juego reclama del soporte condicional. Todo ello, por supuesto, relacionado con las categorías establecidas por la Federación Española de Fútbol y los ciclos de enseñanza.

Desde muy joven, el futbolista con pretensiones profesionales estará expuesto a una red de intereses y presiones económicas (contratos, representantes, directivos, etc.), difícilmente manejables sin la adecuada orientación. La intervención psicológica en el fútbol base debería preparar al deportista para asimilar estas necesidades. En el **capítulo 6** se analizan las necesidades que se requieren para competir y entrenar en el fútbol y se presenta una propuesta de secuenciación de las técnicas psicológicas en las distintas categorías de formación del fútbol base.

En todos los deportes colectivos en los que existe el portero, lo primero a considerar es que se está hablando de un jugador que tiene una serie de condicionamientos especiales. El más importante es el reglamentario, ya que las reglas de juego determinan la especificidad del portero, al limitar parte de su comportamiento. En el **capítulo 7** se propone el diseño de un protocolo de trabajo específico para que este jugador llegue al alto nivel en las mejores condiciones físicas, técnico-tácticas y psicológicas posibles.

En el **capítulo 8**, se presentan los conceptos y las orientaciones básicas (número de sesiones, orientación de los ejercicios, modelos de periodización,...) para la adecuada planificación del entrenamiento en

niños y jóvenes futbolistas en las diferentes categorías de formación. No hay que saltarse etapas, pero tampoco hay que perder la capacidad de estimular adecuadamente en cada momento al joven futbolista.

El niño no es un adulto en miniatura. El crecimiento es el resultado de la interacción entre los factores genéticos y las variables ambientales desde el nacimiento hasta la edad adulta. Los diferentes estímulos de entrenamiento que se proponen a los niños y deportistas jóvenes deberían respetar las diferentes etapas que se suceden en el proceso de crecimiento y maduración de la infancia y la adolescencia. En el **capítulo 9** se presentan las pautas generales para un adecuado seguimiento médico y fisiológico del crecimiento y la maduración en niños y adolescentes futbolistas.

Esperamos que el esfuerzo haya merecido la pena.

Pontevedra, Marzo de 2008.

REFERENCIAS

- Casamort, J.; Seirul-lo, F. (1987). Aspectos formativos de la educación física y el deporte en la edad escolar, *Revista de Educación Física*. 15, pp. 5-11.
- Cruyff, J. (2002). *Me gusta el fútbol*. Barcelona:
- Devís, J. (1996). *Educación Física, deporte y currículum. Investigación y desarrollo curricular*. Madrid: Visor.
- Espar y Gerona (2004). *Elementos para el diseño de tareas del entrenamiento en los deportes de equipo*, Master Profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo: Área Coordinativa, Barcelona: Byomedic – Fundació F.C. Barcelona.
- Federación Italiana de Fútbol (1999). Artículo publicado en el periódico *O Jogo*, 16 de Enero.
- Gómez Rijo, A. (2001). Deporte y moral: los valores educativos del deporte escolar. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 31 www.efdeportes.com
- Hernández Moreno, J. (1989). La delimitación del concepto de deporte y su agonismo en la sociedad de nuestro tiempo. *Apunts*, 16, pp. 76-80.
- Le Boulch, J. (1991). *El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor*, Barcelona: Paidós.
- Matveev, L.P. (1982). *El proceso de entrenamiento*. Buenos Aires: Stadium.
- Pacheco, R. (2004). *Fútbol. La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7*. Barcelona: Paidotribo.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Barcelona: INDE.
- Ruiz, L. (1998). *Cómo lograr ser un gran futbolista*. Barcelona: Ediciones Deporte y Cultura.
- Seirul-lo, F. (1998). Valores educativos del deporte en D. Blázquez (ed). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (2ª edición), pp. 61-75, Barcelona: INDE.
- Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño. Un óptimo modelo como clave de futuros éxitos*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol.



CAPÍTULO 1

PLANIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

Miguel Alonso Calvar
Carlos Lago Peñas

1.1. INTRODUCCIÓN

1.2. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

1.3. LA PLANIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN
CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

1.3.1 LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO DEL FÚTBOL

1.3.2. PROPUESTA PRÁCTICA

1.4. APLICACIONES PRÁCTICAS

REFERENCIAS

1.1. INTRODUCCIÓN

Conciliar el aprendizaje deportivo y las exigencias relativas al desarrollo del niño y el adolescente parece en principio una evidencia. Sin embargo, a lo largo de los años, las relaciones entre el deporte y la educación física nunca han sido fáciles.

En un análisis retrospectivo sobre el proceso de enseñanza de los deportes de equipo en general, y del fútbol en particular, comprobamos cómo, en un primer momento, la técnica fue considerada un factor fundamental del rendimiento y fue optimizada a través del dominio de acciones aisladas con o sin balón. Este soporte teórico se fundamentaba en el modelo de análisis del movimiento y del juego característico de ese momento. El juego se entendía como la suma de las acciones individuales de los jugadores, con la particularidad de que el análisis correspondía fundamentalmente a las acciones que realizaba el jugador sobre el balón. El centro del proceso de enseñanza recaía en el aprendizaje de las técnicas con el balón, olvidándose de que el jugador a lo largo de un partido únicamente actúa sobre el balón entre dos y tres minutos. A esta etapa le siguió otra que atribuyó a la táctica el papel fundamental en la enseñanza del juego, y que se materializa en la capacidad del practicante para tomar decisiones frente a los problemas o situaciones que se le plantean en el juego. Esta dicotomía entre técnica y táctica se ve reflejada en metodologías de abordaje de la enseñanza de fútbol contrarias.

Como sostienen Ardá y Casal (2003), sin poder prescindir de la necesidad de una buena técnica que le permita al jugador libertad para “hacer” el juego, y de la táctica que define colectivamente la esencia del mismo, proponemos un nuevo modelo basado en la estructura del rendimiento en el fútbol, definido por los comportamientos individuales de los jugadores en las situaciones de interacción con compañeros y adversarios,

por los comportamientos grupales en situaciones espacio-temporales puntuales y por las actuaciones táctico-estratégicas colectivas. El juego y sus características pasan a ser el centro del proceso de enseñanza. Además, no sólo hay un referente del juego del que partir para definir la metodología, sino que tenemos dos: el juego de alto nivel al que pretendemos acceder y el juego puntual en el que se encuentra el practicante. Las características del juego particular y las posibilidades motrices del joven jugador orientan la definición de las propuestas de aprendizaje.

El objetivo de este capítulo es desarrollar una planificación de los contenidos técnico-tácticos individuales, grupales y colectivos en las categorías prebenjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil. Es decir, se intentará justificar el “qué” y el “cuándo” trabajar cada contenido técnico-táctico en las etapas de formación del futbolista. A pesar de que es una cuestión bien conocida por todos aquellos que se dedican al entrenamiento en el fútbol en categorías de formación, no está de más recordar las categorías federativas en las que se organiza el fútbol en nuestro país:

- Prebenjamín (1º-2º Primaria / 6-7 años)
- Benjamín (3º-4º Primaria / 8-9 años)
- Alevín (5º-6º Primaria / 10-11 años)
- Infantil (1º-2º ESO / 12-13 años)
- Cadete (3º-4º ESO / 14-15 años)
- Juvenil (1º-2º BACHILLERATO y 1º UNIVERSIDAD / 16,17 y 18 años)

Esta clasificación servirá para presentar de forma organizada los contenidos a desarrollar en cada momento, por lo que debe ser tomado como referencia en todo momento.

1.2. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

En este apartado se realiza una revisión de los distintos modelos que se han propuesto en la literatura para organizar las fases de enseñanza y los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación en el fútbol. La revisión que se presenta a continuación no pretende ser en, ningún caso, exhaustiva. El objetivo es recoger las diferentes orientaciones metodológicas que han guiado la elaboración de las propuestas prácticas en el fútbol base y ofrecer una visión general del estado de la cuestión en este ámbito. Además, se presentan únicamente aquellas propuestas más vinculadas con la cultura deportiva propia de nuestro país y el entorno más inmediato.

Los criterios que se siguen para presentar sucesivamente los diferentes modelos son:

- Modelos que se refieren de forma general a las etapas del proceso de formación deportiva en el fútbol o los deportes de equipo de colaboración-oposición en función del jugador (Antón, 1997; Benedek, 2001; Brüggeman, 2004; Lealli, 1994, Sans y Frattarola, 1996; Sanpedro, 2001; Seirul-lo, 2004)
- Modelos que presentan las etapas de formación en función de los elementos estructurales del juego (Ardá y Casal, 2003; Corbeau, 1990; Garganta y Pinto, 1997; Moreno y Fradua, 2001, Wein, 1994)
- Modelos que incorporan algún tipo de estructuración de objetivos, contenidos y medios de entrenamiento en su propuesta. (Fradua, 2005; García Aliaga, 2005; Lago, 2001, 2002; Martínez Garfia y Sáez-López, 2000; Moreno y Morcillo, 2004)

Dentro del **primer grupo** de modelos, **Lealli** (1994) presenta las siguientes etapas en la formación del futbolista.

Tabla 1.1. Etapas en la formación de jóvenes futbolistas y consideraciones generales

ETAPAS	CONSIDERACIONES
Preparación preliminar (8-10 años)	<ul style="list-style-type: none"> - Práctica multideportiva - Escasa intervención del entrenador, consejos esporádicos - Libertad para la asimilación técnica - Evitar los puestos específicos. Competición adaptada
Especialización deportiva inicial (10-12 años)	<ul style="list-style-type: none"> - Fase auténticamente razonadora. Sentido crítico. - Aceptan el aprendizaje analítico de la técnica - Adquisición de una correcta ejecución técnica - El juego sigue siendo el medio más utilizado
Especialización profundizada (12-14 años)	<ul style="list-style-type: none"> - Etapa de desequilibrio emocional - La repetición sistemática, medio más idóneo.
Perfeccionamiento deportivo (14-16 años)	<ul style="list-style-type: none"> - Técnica aplicada en conexión con los lances del juego - Incluyendo un significado táctico

FUENTE: Fradua (2005).

Benedek (2001) propone las siguientes etapas en el desarrollo de la formación de los niños y jóvenes en el fútbol:

- De familiarización con el balón (4-6 años).

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- De preparación (7-10 años).
- De consolidación, de transmisión de los elementos básicos (10-12 años).
- De consolidación y fin de formación base (12-14 años).

Para **Brüggeman** (2004), la organización del entrenamiento a largo plazo en el fútbol debería pasar por las siguientes etapas:

- Formación de base (5-8 años): familiarización con la actividad.
- Entrenamiento de base (8-12 años): tiempo para establecer normas propias de la situación mediante métodos de entrenamiento..
- Entrenamiento de profundización I y II (12-16 años): tiempo de periodización y perfeccionamiento.
- Entrenamiento de rendimiento (a partir de 17 años): tiempo de asentamiento y estabilización de la condición física.

Para **Sans y Frattarola** (1996), las fases a tomar en consideración son las siguientes:

- De promoción (8-11 años).
- De iniciación (11-15 años).
- De tecnificación (15-17 años).
- De familiarización con el balón



Para **Seirul-lo** (2004), el proyecto deportivo de **iniciación a la práctica** en deportes de equipo consta de 10-12 años y se subdivide en fases:

- A1. Fase de la práctica regular inespecífica (edad de 5 a 7 años)
- A2. Fase de la formación genérica polivalente (edad de 8 a 10 años)
- A3. Fase de la preparación multilateral orientada (edad de 11 a 13 años)
- A4. Fase de la iniciación específica (edad de 14 a 16 años)

Para **Sampedro** (2001, en García Aliaga, 2005), en el diseño de las etapas de formación táctica de los deportes de equipo de colaboración/oposición es preciso considerar tres etapas:

- **Iniciación táctica** (5-8 años, desarrollo del potencial general).
- **Desarrollo de los aprendizajes táctico** (9-12 años, desarrollo de la competencia del juego adaptado, mini-deporte)
- **Perfeccionamiento táctico** (13-16 años, tendente a la competencia motriz colectiva)

Para **Antón** (1997, en Moreno y Morcillo, 2004) el proceso de formación del joven deportista debería seguir las siguientes etapas:

Tabla 1.2. Categoría federativa y etapa de formación del jugador

Categoría Federativa	Etapas en función del proceso de formación del jugador (Antón, 1997)
Benjamín	Iniciación al aprendizaje global básico
Alevín	
Infantil	Consolidación del aprendizaje global básico e iniciación al aprendizaje específico
Cadete	Consolidación del aprendizaje específico
Juvenil	Iniciación al perfeccionamiento específico
Señor	Altas prestaciones

FUENTE: Moreno y Morcillo (2004).

Dentro del **segundo grupo** de modelos, **Corbeau** (1990), articula el proceso de enseñanza del fútbol en 5 etapas:

- Etapa 1. Iniciación.
- Etapa 2. El balón, el adversario y yo: el enfrentamiento.
- Etapa 3. El balón, el compañero, el adversario y yo: el juego entre dos.
- Etapa 4. El balón, el equipo, los adversarios y yo: el juego entre tres.
- Etapa 5. El balón, el equipo, los adversarios y yo: el juego entre once.

De este modo, de acuerdo con **Garganta y Pinto** (1997), la enseñanza del fútbol puede ser considerada como un proceso de construcción durante el cual los practicantes van integrando niveles de relación cada vez más complejos de acuerdo con los diferentes elementos del juego. Esta misma secuenciación es seguida por **Moreno y Fradua** (2001). Así, La **primera fase** consiste en desarrollar la relación **jugador-balón**. La **fase 2** se centra en la **construcción de la presencia de las porterías**. La **fase 3** pretende la **construcción de la presencia del adversario** y se privilegian las situaciones de 1x1. La **fase 4** corresponde al **desarrollo del nivel de relación yo-compañero(s)-adversario(s)**. Finalmente, la **fase 5** se centra en la **relación yo-balón-equipo-adversarios**, en donde el desarrollo de las nociones espacio-tiempo revela una importancia capital para la evolución del nivel del juego.

Ardá y Casal (2003), sugieren que las fases en el proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol deberían ser:

- Fase I. Construcción de la relación con el balón y construcción del juego colectivo básico.
- Fase II. Construcción del juego en presencia del adversario.
- Fase III. Construcción del juego en presencia de compañeros y adversarios.
- Fase IV. Construcción del juego de un equipo contra el equipo contrario en el centro del juego.
- Fase V. De la enseñanza de la construcción del juego entre once.

Para **Wein** (1995), el modelo de enseñanza-aprendizaje en el fútbol base debe ser considerado como un plan específico de formación que está subdividido en 5 niveles de formación:

- 1.-Juegos de habilidades y capacidades básicas (a partir de los 7 años)

- 2.- Juegos para el Mini-Fútbol (a partir de 8 años)
- 3.- Juegos para el fútbol a 7 (a partir de 10 años)
- 4.- Juegos para el fútbol a 8 y a 9 (a partir de 12 años)
- 5.- Fútbol reglamentario (a partir de 16 años)

Dentro del **tercer grupo** de modelos, **Fradua** (2005), a partir de la propuesta de **Garganta y Pinto** (1997), propone organizar la propuesta en las etapas de formación del futbolistas se concreta en las siguientes fases:

1. Construir la relación de niño con su entorno: motricidad.
2. Construir la relación con el balón: entrenamiento técnico-táctico individual.
3. Construir el juego con compañeros y contra adversarios: entrenamiento técnico-táctico grupal.
4. Desarrollar las nociones de espacio y tiempo, relacionado con el juego de equipo: entrenamiento técnico-táctico de equipo.

Para dar sentido a estas fases, priorizando una sobre otra y según el diagnóstico o información sobre la realidad en cada escuela deportiva, propone unos porcentajes de trabajo por etapas para tener una guía general.

Tabla 1.3. Porcentajes de entrenamiento de diferentes bloques de contenidos

	Alevín	Infantil	Cadete	Juvenil	Señor
Modicidad	20%	20%	10%	5%	5%
Individual	40%	30%	20%	15%	10%
Grupal	30%	30%	40%	40%	40%
Equipo	10%	20%	30%	40%	45%

FUENTE: Fradua (2005).

En la Tabla 1.4, se detallan los cuatro grandes bloques de contenidos de entrenamiento con los objetivos más importantes relacionados con los medios de entrenamiento.

Tabla 1.4. Esquema de estructuración de objetivos, contenidos y medios de entrenamiento. Grupo de Entrenadores del Athletic Club de Bilbao 2002-2004.

Término	MOTRICIDAD GENERAL Y ESPECÍFICA	ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL	ENTRENAMIENTO GRUPAL	ENTRENAMIENTO DE EQUIPO
Objetivo	Mejorar la coordinación, agilidad y movimientos específicos del futbolista sin balón	Mejorar la técnica individual y la táctica individual o toma de decisiones en el fútbol	Mejorar las habilidades de cooperación básica entre 2, 3, 4, 5, 6 jugadores para obtener ventaja, marcar, progresar	Mejorar la compenetración del equipo, de los 11, en la forma de posicionarse, bascular, atacar, etc.
Medios	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios sueltos en los calentamientos y en el resto de la sesión - Circuitos de habilidades - Circuitos combinados con habilidad con balón - técnica - Recorridos 	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercicios manejo, dominio, regates. - Ejercicios de técnica individual rotando puestos con o sin toma de decisión. - Situaciones jugadas, 1 x 1 a progresar o marcar, juegos de desmarques, rondos de pases, juego de cabeza. 	<ul style="list-style-type: none"> -Ejercicios aislados de presentación sin oposición -Juegos reducidos 	<ul style="list-style-type: none"> - Ejercicios aislados de presentación sin oposición - Situaciones jugadas (con oposición progresiva) - Partidos y juegos amplios
Contenidos	Giros, saltos, carreras, cambios de dirección y ritmo, volteretas,...	Regates, manejo, dominio Pases, controles rasos, fintas, conducciones Tiros y controles complejos Lo anterior con decisiones Lo anterior con juegos	Pared, desdoblamientos, coberturas, permutas, pase al tercer jugador,... Todo lo anterior con compañeros y contra oponentes para progresar, mantener la posesión y finalizar	Sistemas de juego, posicionamiento y elaboración del ataque y la defensa del equipo, estilo de juego,.. Comportamiento en equipo en los ciclos, repliegue, basculación y contraataque, estrategias a balón parado.

FUENTE: Fradua (2005).

Lago (2001, 2002) presenta una propuesta acerca de la organización temporal de los medios técnico-tácticos o habilidades específicas del juego en el proceso de iniciación en el fútbol, evolucionando desde la familiarización contextualizada con el balón y con el juego en general, hasta la elaboración de un modelo colectivo de actuación. En tal estructuración es posible distinguir:

- **Fases de la enseñanza del Fútbol :**
 - Construir la relación con el balón.
 - Construir la presencia del adversario.
 - Construir la presencia de los compañeros.
 - Construir la presencia de los compañeros y adversarios.
 - Construir la adecuación espacio-temporal.

- **Contenidos y elementos a presentar progresivamente en cada una de las fases de la enseñanza** (objetivos, principios específicos de ataque y defensa, elementos individuales y colectivos de ataque, elementos individuales y colectivos de defensa y las tareas específicas a desarrollar en cada etapa).

Tabla 1.5. Fases en la enseñanza del Fútbol y secuenciación de los contenidos técnico-tácticos

Fases de la enseñanza	Fase 1: Construir la relación con el balón	Fase 2: Construir la presencia del adversario	Fase 3: Construir la presencia de los compañeros	Fase 4: Construir la presencia de compañeros y adversarios	Fase 5: Desarrollar la adecuación espacio-temporal
Objetivos	Avanzar hacia el balón con el fin de dominarlo activamente Mantener el equilibrio para controlar el balón Dominar las trayectorias del balón Emplear las distintas superficies de contacto	Controlar el balón para utilizarlo eficazmente Poseer el balón y conservarlo para pasarlo o marcar Descentralizar el balón así como el juego	Jugar con el compañero (juego entre dos) Utilización del espacio medio	Proponer técnicas difíciles: juego largo, juego aéreo. Consiguir velocidad de ejecución en las acciones	Hacer circular el balón y los jugadores Ocupar racionalmente los espacios libres.
Principios específicos de ataque		Penetración	Penetración Cobertura ofensiva	Penetración Cobertura ofensiva Movilidad Espacio	Penetración Cobertura ofensiva Movilidad Espacio
Principios específicos de defensa		Contención	Contención	Contención Cobertura defensiva Equilibrio Concentración	Contención Cobertura defensiva Equilibrio Concentración
Elementos individuales de ataque	Técnica de tiro Técnica de pase Técnica de conducción Técnica de recepción, control y dominio	Técnica de dribling, finta y simulación. Técnicas de desmarque	Ejecución de los elementos anteriores en situaciones de juego	Principios ofensivos Ejecución de los elementos anteriores en situaciones de juego	Principios ofensivos Ejecución de los elementos anteriores en situaciones de juego
Elementos colectivos de ataque			Desmarques Combinaciones Principios ofensivos Permutas, compensaciones y desdoblamientos Esquemas tácticos	Desmarques Combinaciones Principios ofensivos Permutas, compensaciones y desdoblamientos Esquemas tácticos	Tareas y funciones Esquemas tácticos Circulaciones tácticas Sistemas tácticos Métodos de juego ofensivo (ataque organizado, contraataque)
Elementos individuales de defensa		Técnicas de despeje Técnicas de interceptación Técnicas de marcaje	Técnicas de despeje Técnicas de interceptación Técnicas de marcaje	Principios defensivos Ejecución de los elementos anteriores en situaciones de juego	Principios defensivos Ejecución de los elementos anteriores en situaciones de juego
Elementos colectivos de defensa				Marcajes Principios defensivos Compensaciones Doblamientos Métodos de defensa	Tareas y funciones Sistemas tácticos Métodos de juego defensivo (defensa en zona, individual, mixta)

FUENTE Lago (2001, 2002).

A modo de síntesis, podemos considerar que no existe una propuesta clara y precisa acerca de las etapas y los contenidos técnico-tácticos que deberían desarrollarse en cada momento del proceso de formación del futbolista. Falta investigación científica que justifique los “cómos” y los “cuándo” en la enseñanza del fútbol y que permitan generar propuestas adaptadas a las capacidades que manifiesta en cada momento evolutivo el joven deportista y que permitan además lograr éxito en los aprendizajes. Ése será nuestro objetivo a partir de este momento.



1.3. LA PLANIFICACIÓN DE LOS CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN

El proceso de enseñanza del fútbol debe articularse a través de dos aspectos fundamentales. Por un lado, deben reconocerse los principios de juego más evolucionados de la práctica de alto nivel que deben ser presentados por el preparador para que sean aprendidos por los practicantes; y por otro, las características reveladas por los jóvenes deportistas, es decir, el *juego* y el *jugador*. Sabemos que el fútbol de alto nivel presenta estructuras y contiene situaciones que debido a su complejidad son incompatibles con el proceso natural de desarrollo de los jóvenes. En la enseñanza del fútbol se hace necesaria la existencia de referencias que posibiliten la selección de los medios y métodos más adecuados para alcanzar los objetivos pretendidos. El proceso de intervención sólo podrá ser eficaz si se circunscribe a un cuadro de ideas y principios (modelos) que recojan los aspectos determinantes del juego y que orienten la tarea de quien enseña y la acción de quien aprende (Garganta y Pinto, 1997).

La preparación en edades tempranas no debe tener como objetivo inmediato un estado de especialización prematuro; debemos proponer una intervención adecuada y sistematizada en armonía con el proceso de desarrollo de los debutantes. Antes de presentar las acciones colectivas más complejas y los sistemas de juego, los principiantes deben conocer la mayor parte de los principios básicos del fútbol y dominar los elementos técnico-tácticos ofensivos y defensivos fundamentales. Las etapas iniciales de formación constituyen el soporte para el futuro; y el entrenamiento y la competición los medios de esa formación y no las formas de obtención de rendimientos inmediatos (Ferreira, 1983).

El proceso de enseñanza debe adoptar una metodología de intervención fundamentada en la adquisición consciente y racional de las situaciones propuestas favoreciendo la creatividad. No se puede reducir el aprendizaje a un proceso de imitación y repetición de un repertorio de gestos técnicos como respuesta a este o aquel problema aislado; debe

perfilarse una línea de actuación que lleve al practicante a la adquisición de “aptitudes de decisión” que le permitan identificar y seleccionar las respuestas adecuadas para resolver con éxito los diferentes episodios del juego. La adquisición superficial de las técnicas y el tránsito demasiado rápido por las diferentes etapas de formación limita la evolución del practicante y, en el futuro, el nivel de calidad del juego. La enseñanza del fútbol debe considerar simultáneamente el desarrollo de los jóvenes practicantes y los contenidos propios del juego, estructurando el proceso de aprendizaje en etapas que relacionen niveles de complejidad del juego con niveles de aptitud del practicante (Ferreira, 1983).

1.3.1 LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO DEL FÚTBOL

La concepción que cada entrenador o deportista tiene del juego es un aspecto clave para la organización del proceso de entrenamiento tanto en el ámbito del alto rendimiento como en la formación. En cada momento de su intervención el preparador debe enfrentarse con una situación específica que deberá resolver con eficacia seleccionando un tipo u otro de ejercicio, de acuerdo con el objetivo que pretenda alcanzar. Resulta indispensable para ello que el educador/entrenador sepa organizar sus propias tareas en función de los problemas que se le presentan, de modo tal que la comprensión y el dominio de los criterios de organización de los ejercicios cobra una importancia fundamental en la consecución del éxito en la enseñanza (Queiroz, 1986). Centrémonos en las etapas de formación del futbolista.

El dominio del juego debe ser asegurado a través de tareas que permitan la adquisición gradual por parte de los deportistas de los contenidos propios del juego. Este pensamiento se manifiesta de una forma evidente en el modelo didáctico propuesto por Dietrich (1978) para quien *aprender a jugar equivale a acumular experiencias en la situaciones fundamentales del juego*. Ahora bien, ¿cuáles son las situaciones fundamentales del juego?,

¿qué contenidos son los más relevantes?, ¿cómo deben ser presentados?, ¿cuándo es el momento ideal para estimular cada contenido?

En el juego del fútbol es posible identificar dos grandes FASES, en cada una de las cuales los jugadores y los equipos persiguen objetivos contrarios: la **fase de ataque**, cuando el equipo que tiene la posesión del balón y la iniciativa en el juego, construye la acción ofensiva e intenta crear situaciones de finalización y anotar gol; y **la fase de defensa**, cuando el equipo que no tiene la posesión del balón y pretende apoderarse de él, intenta impedir la progresión de los jugadores rivales y del móvil hacia la propia zona de puntuación, evitando así la creación de situaciones de finalización y de gol (Heddergott, 1978; Teodorescu, 1984; Bayer, 1987).

El **proceso ofensivo** representa quizás la más importante y significativa porque es a partir de ella cuando podemos lograr el objetivo del juego: marcar el gol. En la fase de ataque, en la que el equipo tiene el balón y la iniciativa sobre la finalidad del juego, intenta crear situaciones de finalización y marcar un tanto, aunque muchas veces ése no sea su objetivo inmediato, por lo que podemos encontrar fases del juego cuyo objetivo principal sea la conservación del balón (Castelo, 1994, 1996, 1999; Garganta, 1997; Grehaigne, 2001; Queiroz, 1983, 1986).

En función de circunstancias particulares podemos definir estilos de juego definidos por la premura en lograr la finalización: unos invertirán mucho tiempo en esa primera fase de mantenimiento de la posesión; y otros, por el contrario, darán mucha menos importancia a la posesión y buscarán de forma rápida la consecución de situaciones de finalización.

- *Progresión-finalización*

Una vez que el equipo recupera la posesión del balón, su objetivo fundamental será progresar hacia la portería contraria normalmente de forma rápida, para lograr llevar a cabo la finalización, considerando el indicador de éxito de la acción ofensiva.

- *Mantener la posesión del balón*

Mantener la posesión del balón no es un objetivo en sí mismo en la fase ofensiva, sino que debemos considerarlo un medio para poder acceder al objetivo último.

El **proceso defensivo** representa la fase del juego que desarrolla el equipo que no tiene el balón. En esta situación, el equipo lucha por lograr la posesión del mismo, sin olvidar la protección del espacio defensivo y de la portería para que el equipo contrario no logre su objetivo, marcar gol (Castelo, 1994, 1996, 1999; Garganta, 1997; Grehaigne, 2001; Queiroz, 1983, 1986). El objetivo básico de la defensa es el de restringir el tiempo y el espacio disponible por los atacantes poniendo en dificultad la progresión del equipo hacia la portería. Dentro de este objetivo básico, podemos definir dos objetivos más específicos que darán lugar a dos planteamientos tácticos defensivos diferenciados.

- *Recuperar la posesión del balón (iniciativa)*

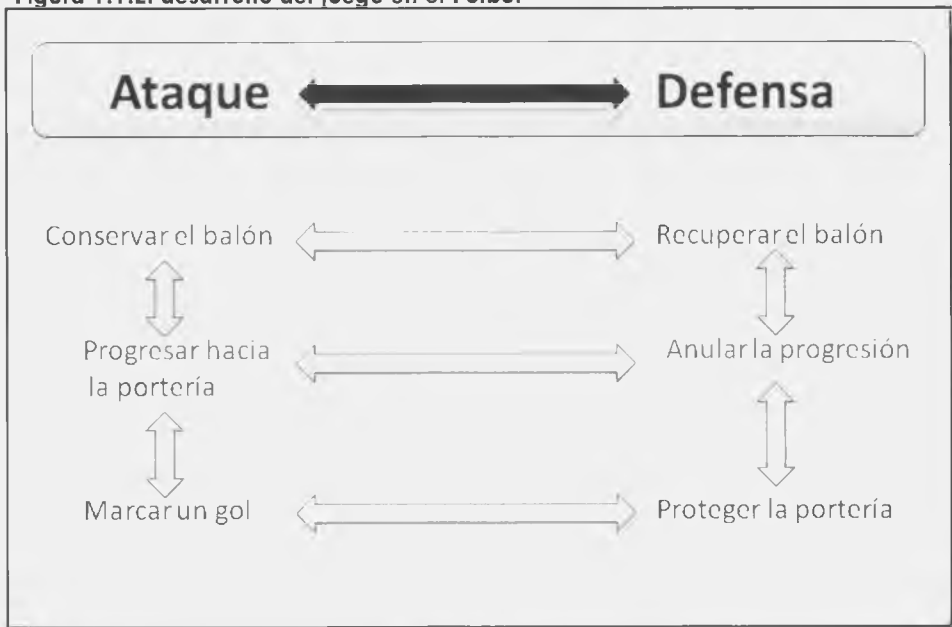
El equipo que no tiene el balón no está en disposición de atacar la portería contraria, y en ningún caso podrá alcanzar la finalidad del juego, aunque sí podrá mantener una actitud de iniciativa en el mismo mediante los comportamientos que están implicados en el objetivo de recuperar el balón, desarrollando procedimientos de presión constante sobre el jugador rival y sobre los posibles receptores del balón.

- *Defender el espacio y la portería (expectativa)*

Como consecuencia de la imposibilidad de recuperar el balón o como consecuencia intencionada de la elección de un modelo de expectativa en el juego, los jugadores se plantean una densa agrupación en los espacios cercanos a portería o zonas predominantes de finalización esperando el

error del rival. La elección y organización de un determinado modelo, tanto ofensivo como defensivo, determina y exige la definición de las tareas y funciones individuales y colectivas.

Figura 1.1.El desarrollo del juego en el Fútbol



FUENTE: Bayer (1992).

En cualquier caso, dentro de las fases de ataque y defensa es posible identificar tres niveles de juego claramente diferenciados (Lago, 2000, 2002; Lago y Martín Acero, 2004):

- **Microestructura de oposición (1x1)**

Es la estructura de juego individual por excelencia en el fútbol, en la que se demuestran los niveles de eficacia de un jugador en los comportamientos de oposición. Supone la lucha entre el jugador atacante

y el defensor, y en ella se define la prestación de cada jugador en la competición, incidiendo directamente en el rendimiento colectivo del equipo (Hohman y Brack, 1983).

- **Mesoestructura de colaboración-oposición o *parcialmente colectiva***

Como principio general, tanto en ataque y/o defensa, todo equipo debe procurar crear situaciones de superioridad numérica, evitar las situaciones de igualdad y no permitir nunca las situaciones de inferioridad, fundamentalmente en defensa (Querioz, 1983; Garganta y Pinto, 1999). Por ello aparece la conducta habitual de ayuda al poseedor del balón que da lugar a una superioridad numérica momentánea, la cual se convierte en igualdad cuando aparece una nueva ayuda defensiva. Nos encontramos así ante una situación de 2x2 y posteriormente de 3x3, que ofrece varias posibilidades de colaboración y oposición, y que favorece la aparición de los comportamientos de apoyo, desmarque o cobertura.

- **Macroestructura de colaboración-oposición o *totalmente colectiva***

Hacemos referencia a las confrontaciones globales entre los dos equipos y se manifiestan a través de la oposición de las estructuras más básicas (microestructura y mesoestructura) de un equipo contra otro en una oposición de ataque y defensa.

Esta relación de adversidad se manifiesta tanto en las acciones individuales (lucha entre el atacante y el defensor) como en las colectivas (lucha entre el ataque y la defensa), específicas y congruentes con los objetivos y las finalidades en cada momento del juego, según reglas reacción y principios de gestión bien definidos. Estas reglas de acción y principios de gestión de juego, son denominados en su conjunto según Teodrescu (1984), *componentes fundamentales de la táctica*.

De acuerdo con este autor, los componentes fundamentales de la táctica son:

- Las **fases**: etapas que transcurren desde el inicio al final de un ataque o defensa.
- Los **principios**: normas de base que orientan y coordinan la actividad individual y colectiva de los jugadores durante las fases del juego.
- Los **factores**: medios mediante los cuales los jugadores actúan en las fases de ataque y defensa, aplicando simultáneamente los principios de juego.
- Las **formas**: estructuras organizadoras de la actividad durante el juego y en las diversas fases (Queiroz, 1986).

La diferente interpretación y valoración de las diversas finalidades del juego en ataque y defensa se traducen en diferentes tipos de juego. El ataque puede basar su organización en una actitud más objetiva, directa y agresiva donde el riesgo asumido es alto (juego con iniciativa acelerando el ritmo de las acciones) o, por el contrario, en una actitud menos intensa que se traduce en un juego menos directo, más lento, valorando el mantenimiento de la posesión (juego sin iniciativa desacelerando el ritmo de las acciones). La defensa puede asumir un rol más activo, defendiendo lejos de la portería, procurando recuperar rápidamente la posesión del balón e intentando obligar al ataque a cometer errores (iniciativa en el juego) o, por el contrario, asumir un rol más pasivo, defendiendo más cerca de la portería y dando la iniciativa al adversario, esperando que éste cometa errores (expectativa en el juego temporizando las acciones del equipo rival) (Garganta y Pinto, 1997).

Independientemente de esta diferente interrelación de las finalidades del ataque y la defensa, las etapas recorridas durante el desarrollo de estos procesos son las mismas.

Para llevar a cabo con éxito los comportamientos motores perseguidos, los miembros de un equipo requieren de un proyecto de

juego común (para el ataque y la defensa) organizado según principios generales y específicos.

Los **principios generales** reflejan una preocupación que se puede presentar del siguiente modo: en las zonas de disputa del balón debe procurarse crear situaciones de superioridad numérica, evitar las situaciones de igualdad y, sobre todo, eludir la inferioridad.

Los **principios específicos** constituyen un conjunto de reglas que deben coordinar las acciones de los jugadores. A cada uno de los cuatro principios específicos del ataque (penetración, cobertura ofensiva, movilidad y espacio) le corresponden otros tantos de la defensa (contención, cobertura defensiva, equilibrio y concentración).

Los principios de juego son pues un conjunto de normas que orientan al jugador en la búsqueda de soluciones más eficaces para resolver con éxito las diferentes situaciones de juego. A continuación revisaremos las características de tales principios siguiendo la propuesta de Queiroz (1983) y Garganta y Pinto (1997).

Cuando un jugador se encuentra en posesión del balón, deberá perseguir como primer objetivo el remate (marcar gol) o la conquista de un espacio libre que le permita avanzar hacia la portería contraria, respetando así el primer principio del ataque: la **penetración**. En respuesta a la penetración, el equipo que defiende debe cerrar rápidamente la posible línea de remate o avance hacia la portería colocando un jugador entre el portador del balón y la portería. Tal comportamiento provoca la aparición de una situación de 1x1, cumpliendo así el primer principio de la defensa: la **contención**.

Esta situación de igualdad numérica creada no deja de tener, en cualquier caso, un mayor riesgo para el equipo que defiende. La superación del oponente directo por parte del portador del balón volvería a crear una situación de finalización. Los defensores deben generar una superioridad numérica mediante la incorporación de un segundo defensor, cumpliendo de este modo el segundo principio de la defensa: la **cobertura defensiva**. El equipo que defiende, dado que se encuentra en inferioridad numérica,

debe procurar restablecer el equilibrio incorporando a un segundo atacante que, respetando el segundo principio del ataque, da **cobertura ofensiva** a su compañero creando una relación de igualdad numérica (2x2).

Esta situación de 2x2 resulta, no obstante, menos ventajosa para el ataque de lo que es el episodio de 1x1. Se justifica así que el segundo atacante se aleje del jugador en posesión del balón de forma que lo libere del marcaje (cobertura defensiva) procurando restituir la situación original de 1x1. En el caso de que el segundo defensor no le acompañe se genera una línea de pase que debe ser utilizada por el ataque con intención de provocar una situación 1 x 0. Éste el principio de **movilidad**. Entre estas dos alternativas es conveniente para la defensa optar por la menos peligrosa. En consecuencia, el segundo defensor debe acompañar al segundo atacante restableciendo, aunque en un modo algo débil, situaciones de igualdad numérica (1x1), a través del cumplimiento del principio de **equilibrio**.

Podemos observar pues que la intención del ataque consiste en que el juego sea más abierto, con mayor amplitud, en anchura y profundidad, en crear líneas de pase, en la forma de obligar a la defensa a fluctuar y a tener mayor dificultad para crear situaciones de superioridad numérica. Se justifica por ello la aparición del cuarto principio del ataque: el **espacio**. Por su parte a la defensa le interesa restringir el espacio útil para jugar, disminuir la amplitud del ataque, obligando al adversario a jugar en espacios reducidos, buscar la forma de facilitar la cobertura defensiva y la creación permanente de situaciones de superioridad numérica. Se explica de esta forma la **concentración** como cuarto principio de la defensa.

Para que estos principios puedan llevarse a cabo con éxito, los deportistas deben, respetando el reglamento, recurrir a diversos medios y utilizarlos de acuerdo con la situación de juego. A este conjunto de medios utilizados, aplicando los principios de juego y siempre con el objetivo de jugar con eficacia, se le denomina **FACTORES**.

Si observamos el juego y sus diferentes situaciones, en particular las que se desarrollan en el entorno próximo del balón, es posible identificar sucesivas configuraciones en la estructura de la acción de juego en el fútbol

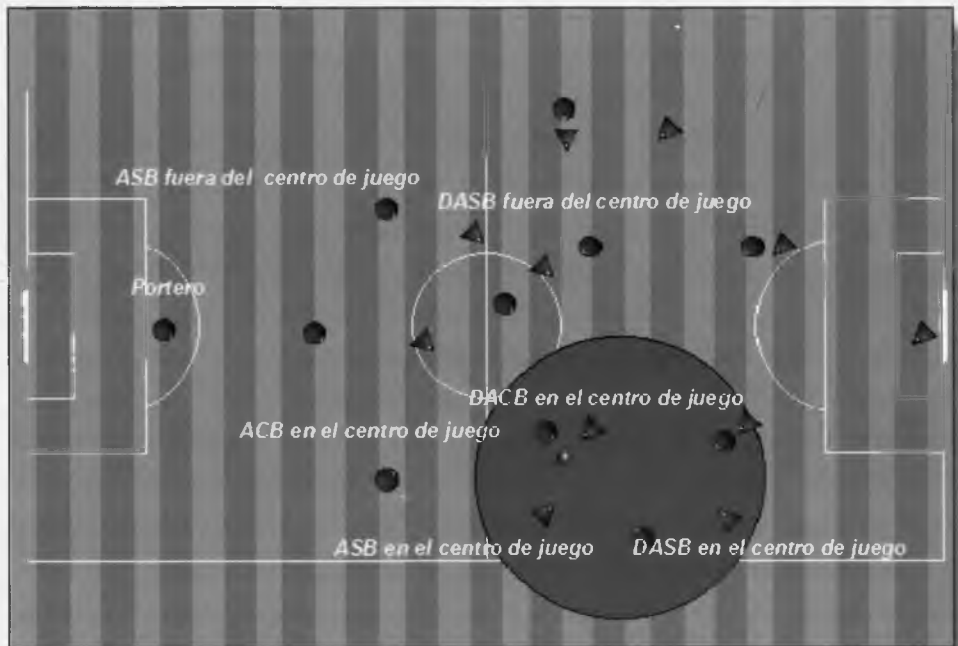
(episodios de 1x1, 2x1, 2x2, 3x2, 3x3, etc.). A estos niveles organizadores de la actividad de los jugadores durante las fases de ataque y de defensa, se les denomina **FORMAS** (Queiroz, 1983)

Queiroz (1983) entiende que la utilización de estas formas se constituye como punto de partida para el aprendizaje del juego. En esa misma línea se entiende la iniciación en este módulo. En cualquier caso, para el desarrollo de esta propuesta resulta determinantes dos conceptos dentro del juego: los roles y el espacio funcional.

En el fútbol, el comportamiento de los jugadores se encuentra condicionado por el rol sociomotor que un jugador puede adquirir en el desarrollo del juego. El rol sociomotor es considerado, de acuerdo con Hernández Moreno (1998:296), *como la situación de juego asumida por un jugador a la que se le asocian una serie de funciones o acciones y decisiones propias del juego que lo diferencian de otro u otros jugadores toda vez que él y sólo él puede realizar esas determinadas funciones o acciones y decisiones.*

Los diferentes roles sociomotores presentes en el juego se encuentran definidos por la situación espacial que ocupan los jugadores con respecto al balón y a sus posibilidades de intervención sobre el mismo. Así, es posible identificar claramente un **espacio de juego de primer nivel o centro de juego**, donde se encuentra en cada momento el balón y en el que el objetivo es, para unos, mantener su posesión y progresar hacia la portería rival, y, para otros, recuperar su posesión y evitar su progresión; y un **espacio de segundo nivel** (o fuera del centro del juego o espacio de fase), en el que no se actúa directamente sobre el móvil.

Figura 1.2. El concepto de centro del juego y los diferentes roles sociomotores



FUENTE: Elaboración propia.

Leyenda: ACB= Atacante con balón; DACB = Defensor atacante con balón; ASB = Atacante sin balón; DASB = Defensor del atacante sin balón

De este modo, podemos clasificar los roles sociomotores en el juego del fútbol del siguiente modo:

- Roles de ataque:
 - Atacante con balón ASB (Microsistema de la acción de juego)
 - Atacante sin balón en el centro del juego: ASB dentro del CDJ (Mesosistema de la acción de juego)
 - Atacante sin balón fuera del centro del juego: ASB fuera del CDJ (Macrosistema de la acción de juego)

- Roles de defensa:
 - Defensor del atacante con balón: DACB (Microsistema de la acción de juego)
 - Defensor del atacante sin balón en el centro del juego: DASB dentro del CDJ (Mesosistema de la acción de juego)
 - Defensor del atacante sin balón fuera del centro del juego: DASB fuera del CDJ (Macrosistema de la acción de juego)

Una aclaración. Dentro del **espacio del centro de juego** es preciso diferenciar, a su vez, entre el **espacio de intervención**, propio del Atacante con balón y el Defensor del atacante con balón y el **espacio de ayuda mutua** donde en número reducido los ASB próximos a él participan en esa situación ayudando al ejecutor a concluir su actuación de manera exitosa. Estas acciones y la proximidad espacial definen un valor espacial donde las interacciones afectivas interpersonales son de alto valor. Mientras estos acontecimientos están sucediendo en un lugar concreto del espacio de juego, la totalidad del espacio restante debe estar ocupado de una determinada manera por el resto de componentes del equipo y toso ellos deben estar en situación de cooperación con los que están en la interacción de ayuda mutua. Los individuos que cooperan se ajustan espacialmente respecto al espacio de intervención en diferentes coordenadas que atienden a los sistemas de juego globales que el entrenador haya propuesto para ese partido y que tienen una diferente interpretación en función de la fase de ataque o defensa en que se encuentra el equipo. Por ello, el espacio que ocupan los jugadores que están cooperando se denomina **espacio de fuera del centro de juego o espacio de fase** para diferenciarlo del espacio del centro del juego. Así tenemos que todo el equipo está ocupando un espacio de fase según la fase táctica en que está comprometido y, en algún lugar de ese espacio, hay un grupo más reducido que ocupa un espacio singular en el entorno del balón que es el espacio de intervención donde se establecen relaciones de ayuda mutua de un alto valor afectivo (Seirul-lo, 2004).

Así, **el atacante con balón** puede proponer en el juego alguna de

las siguientes **INTENCIONES TÉCNICO-TÁCTICAS**: *conservar la posesión del balón, progresar hacia la portería y/o finalizar la acción ofensiva* (ver Figura 1.3). Cada una de estas intenciones comportamentales se manifiesta externamente en el juego mediante las **ACCIONES TÉCNICO-TÁCTICAS** *del pase, la conducción, la protección o el remate*. Desde esta perspectiva, las acciones técnico-tácticas constituyen una acción motriz dependiente de la intención estratégica adoptada en cada momento después del análisis del contexto situacional del episodio de juego (condiciones del espacio, tiempo, oposición,...). Por su parte, **el defensor del atacante con balón**, posee las intenciones técnico-tácticas antagónicas al atacante con balón: *recuperar la posesión del balón, impedir la progresión del atacante y/o proteger la portería* (ver Figura 1.4). Cada una de estas intenciones se expresa en el juego mediante las acciones técnico-tácticas *del robo, la interceptación y/o la disuasión*.

El atacante con balón dentro del centro de juego puede desarrollar las siguientes intenciones técnico-tácticas: *buscar la recepción del balón o crear un espacio libre*. Estas intenciones se hacen operativas en el juego mediante las acciones técnico-tácticas propias del *desmarque*. **El defensor de atacante con balón en el centro de juego** puede, por su parte, *ayudar al defensor del atacante con balón* (situación de 2x1) *y/o marcar a su oponente directo* (situación de 2x2) a través de la *disuasión y/o la interceptación*.

Finalmente, **el atacante con balón fuera del centro de juego** posee la intención técnico-táctica de *vigilar el desarrollo del episodio de juego con el objetivo de crear equilibrio defensivo en relación al espacio de juego y/o al oponente directo o bien intervenir en el centro de juego* mediante la ejecución de *desplazamientos ofensivos y/o el control a distancia*. Por su parte, **el defensor del atacante con balón fuera del centro de juego** presenta la intención técnico-táctica de *vigilar la evolución del episodio de juego para intervenir en el desarrollo del juego, intervenir sobre el oponente directo y/o prepararse para intervenir* mediante la ejecución de *desplazamientos defensivos, el control a distancia y/o los desplazamientos ofensivos* en el caso de la última intención técnico-táctica (*prepararse para el ataque*).

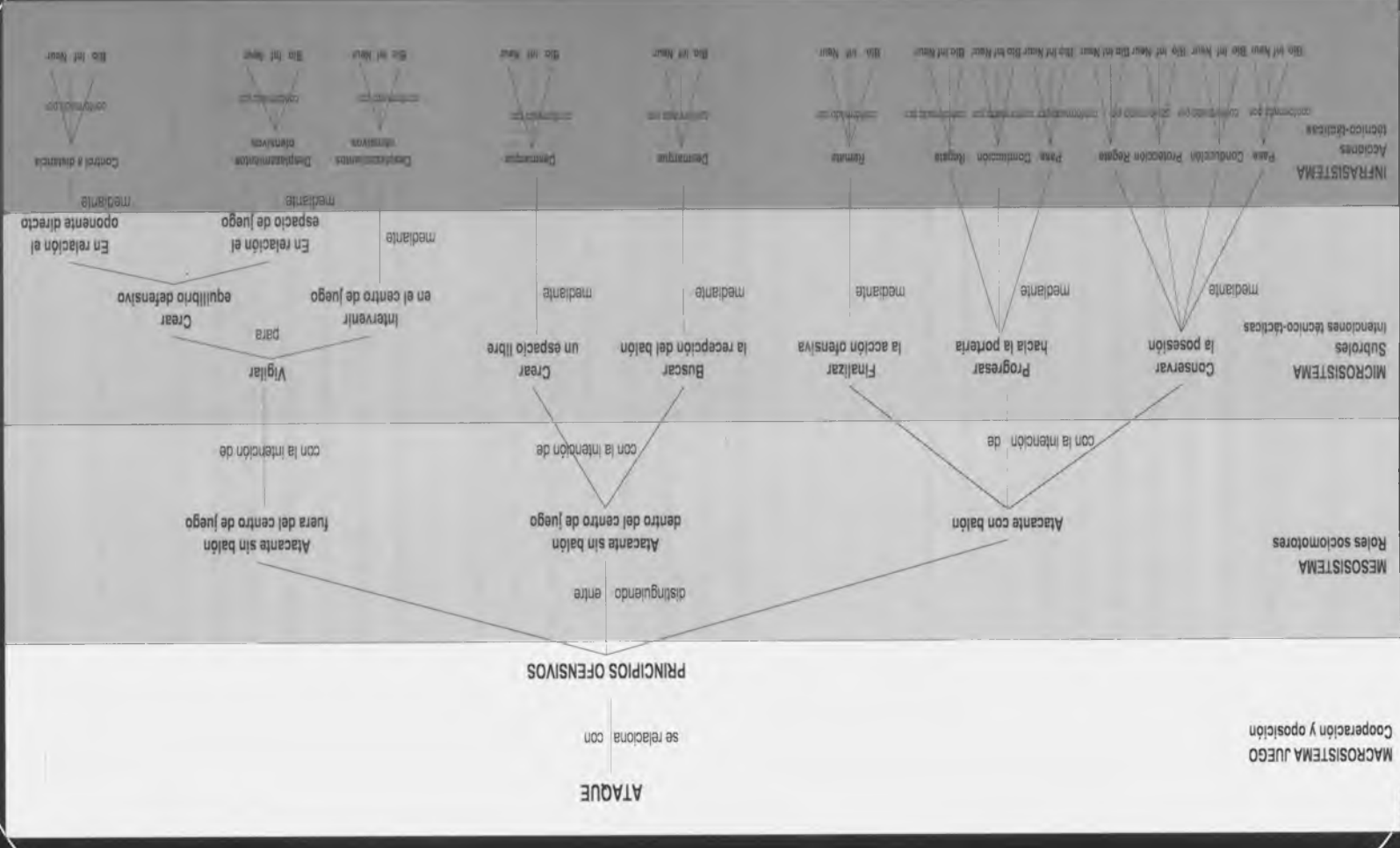
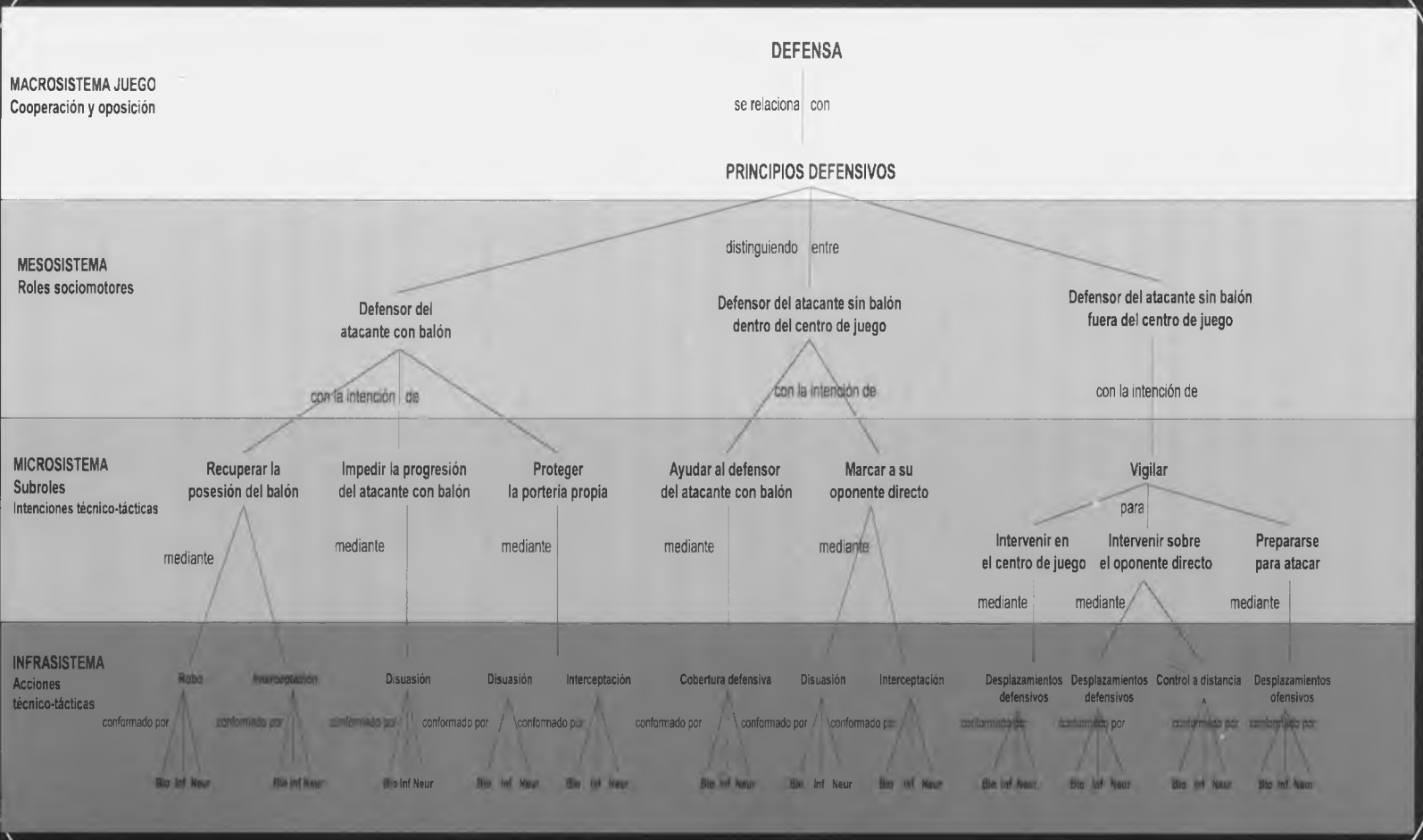


Figura 1.3. Intenciones y acciones técnico-tácticas de los roles de defensa en el fútbol
FUENTE: Elaboración propia.



FUENTE: Elaboración propia

1.3.2. PROPUESTA PRÁCTICA

Una vez presentado el soporte teórico de la propuesta, nuestra atención se desvía desde este momento a la propuesta práctica de la planificación de los contenidos técnico-tácticos en etapas de formación.

El criterio metodológico que se propone para iniciar al debutante en el fútbol y progresar hasta las metas más elevadas de eficacia se basa en el concepto de *centro de juego*. Primero debemos centrarnos en desarrollar todos los aspectos vinculados al atacante con balón y que se vinculan con la familiarización con el balón. Los contenidos en esta fase, como veremos a continuación, son los principios generales y específicos del juego y las intenciones y acciones técnico-tácticas individuales ofensivas propias de este rol. El paso siguiente consiste en introducir el rol de defensor del atacante sin balón con los contenidos específicos: principios generales y específicos de la defensa y las intenciones y las acciones técnico-tácticas defensivas propias del rol. A continuación abordaríamos el *espacio de ayuda mutua* que surge en el centro de juego y donde en número reducido los ASB próximos al ACB y los DASB participan en esa situación ayudando o dificultando al ejecutor en la conclusión de su actuación de manera exitosa o en fracaso. Los contenidos serán nuevamente los principios generales y específicos y las intenciones y las acciones técnico-tácticas que se dan preferencialmente en este espacio y en estos roles. Finalmente, la atención del proceso de enseñanza se centrará en el espacio fuera del centro de juego o espacio de cooperación que obliga a los individuos que cooperan a ajustarse espacialmente respecto al centro del juego en diferentes coordenadas dependiendo de los objetivos de la tarea o los sistemas de juego globales que el entrenador haya propuesto para ese partido y que tienen una diferente interpretación en función de la fase de ataque o defensa en que se encuentra el equipo.

En la Tabla 1.5 se presenta la planificación de los contenidos técnico-tácticos individuales y colectivos en las categorías Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil. Dentro de cada categoría

federativa se recoge el espacio de juego preferencial a estimular en cada etapa (espacio de intervención, de ayuda o de fase o el desarrollo de la capacidades coordinativas generales), el rol sociomotor protagonista de la fase (atacante con balón (ACB), atacante sin balón dentro del centro de juego (ACB dentro CDJ), atacante sin balón fuera del centro de juego (ASB fuera CDJ), defensor del atacante con balón (DACB), defensor del atacante sin balón dentro del centro de juego (DACB dentro CDJ), defensor del atacante sin balón fuera del centro de juego (DASB fuera CDJ), los principios generales y específicos de ataque y de defensa y los elementos técnico-tácticos individuales y colectivos de ataque y de defensa a desarrollar en cada momento.

Dos aclaraciones merecen ser destacadas antes de revisar la propuesta. En primer lugar, los contenidos técnico-tácticos han sido distribuidos tomando como referencia las categorías federativas reglamentarias y, en segundo lugar, dentro de cada casilla el contenido destacado en mayúscula indica que es un aspecto muy importante a estimular en esa etapa formativa y el contenido en minúscula significa que su relevancia es menor, aunque deba ser presentado a los practicantes.

Así, por ejemplo, la categoría alevín en su segundo año (6º de primaria) debería proponer tareas que impliquen preferencialmente el espacio de intervención, aunque también deban ser solicitados en menor medida comportamientos propios del espacio de ayuda y se estimulen aspectos coordinativos generales del sujeto; las fases de ataque y defensa podrían estar solicitadas en los ejercicios; los roles sociomotores más relevantes son ACB y el DACB, aunque progresivamente se vayan introduciendo el rol del ASB dentro del CDJ y el DASB dentro del CDJ; los principios generales de ataque y defensa son la progresión, la finalización y la conservación y en defensa la recuperación, impedir la progresión y proteger la portería; los principios específicos de ataque y de defensa a desarrollar en esta etapa son la penetración y la contención y en menor medida la cobertura ofensiva y defensiva; se deben seguir trabajando los elementos técnico-tácticos individuales de ataque aunque

con mayor exigencia coordinativa, cognitiva y condicional; los elementos técnico-tácticos individuales de defensa más importantes son el robo, la interceptación, la disuasión y los desplazamientos defensivos y, finalmente, se debe estimular los desmarques de apoyo y los marcajes en cuanto a los elementos técnico-tácticos colectivos de ataque y defensa.

Las fases con sus respectivos contenidos y objetivos se suceden en orden descrito pero de forma rápida. No podemos dejar pasar varios años para poner en contacto al niño con un sistema de juego o con una determinada forma de ataque. Con esta idea los contenidos del proceso de entrenamiento se repiten durante la vida deportiva del futbolista, pero en cada edad o etapa existen unos objetivos y contenidos preferentes. En las primeras edades primará la formación del jugador, mucho tiempo dedicado a su desarrollo personal, sin que esto quiera decir que las tareas sean individuales y analíticas. Poco a poco irán aumentando los contenidos relacionados con la formación del equipo. A medida que las capacidades del niño evolucionan también lo hará la forma en la que puede afrontar el juego y las tareas requeridas en él, y las situaciones se presentarán con mayor complejidad y velocidad.

Debemos pensar que el niño que juega debe afrontar la competición con todos los elementos de ésta, por ello deberá conocerlos y practicarlos en el entrenamiento. Cuando el joven juega no sólo tiene que hacerlo con el rol de atacante con balón, debe hacerlo con los otros roles, y debe conocer los conceptos básicos del juego colectivo, cómo situarse en el espacio, qué tipo de ataque realizar y qué tipo de posicionamiento defensivo llevar a cabo. Vemos constantemente en partidos de niños grandes desórdenes tácticos colectivos propiciados por el poco tiempo que se dedica a la organización del equipo; el juego precisa de la organización colectiva y ésta debe ser entrenada desde el primer momento.

Con esta teoría de la enseñanza del juego se entrena igual a un profesional que a un niño. Los contenidos básicos del fútbol son los mismos, sólo los diferencia la capacidad de los jugadores para ejecutarlos y la forma de presentarlos el profesor/entrenador. En el fútbol de los niños,

igual que en el de los adultos, se desarrollan acciones colectivas de ataque y defensa, los jugadores deben saber situarse en un sistema y realizar las situaciones básicas de oposición (1x1) y las básicas de cooperación-oposición (2x1, 2x2,...)-

El criterio que se puede manejar para introducir a los jóvenes futbolistas en una nueva etapa formativa no debe ser sólo estrictamente cronológica (la categoría federativa). Cuando un grupo de practicantes desarrollen la capacidad de ejecutar las intenciones y las acciones técnico-tácticas con eficacia en las tareas propuestas por el entrenador pueden avanzar en el plan de formación, de tal modo que no limitemos su potencial de aprendizaje. De la misma manera, no sería correcto introducirse en conceptos del juego de mayor complejidad cuando no se dominan los de la fase anterior.



Tabla 1.5. Planificación de los contenidos técnico-tácticos individuales y colectivos en las categorías Prebenjamín, Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil.

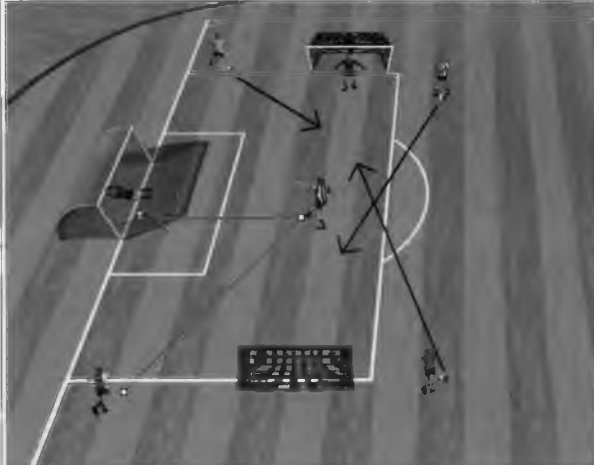
	Prebenjamín		Benjamín		Alevín	
	1º primaria	2º primaria	3º primaria	4º primaria	5º primaria	6º primaria
Espacio preferencial	MOTRICIDAD Intervención	MOTRICIDAD Intervención	MOTRICIDAD Intervención	MOTRICIDAD intervención	INTERVENCIÓN motricidad	INTERVENCIÓN ayuda motricidad
Fase del juego	Circuitos de habilidad	ataque	ATAQUE	ATAQUE defensa	ATAQUE defensa	ATAQUE DEFENSA
Rol/es preferente/s	Acb	acb	acb	acb dacb	ACB dacb	ACB Asb dentro cdj DACB
Intenciones téc-tác de ataque	progresar finalizar	progresar finalizar	PROGRESAR FINALIZAR	PROGRESAR FINALIZAR CONSERVAR	PROGRESAR FINALIZAR CONSERVAR	PROGRESAR FINALIZAR CONSERVAR buscar la recepción crear espacio
Intenciones téc-tác de defensa				Recuperar Impedir la progresión Proteger la portería	Recuperar Impedir la progresión Proteger la portería	RECUPERAR IMPEDIR LA PROGRESIÓN PROTEGER LA PORTERÍA Ayudar DACB
Principios específicos de ataque	Penetración	penetración	PENETRACIÓN	PENETRACIÓN	PENETRACIÓN	PENETRACION Cobertura
Principios específicos de defensa				contención	contención	CONTENCIÓN cobertura
Elem. téc-tác indiv. de ataque	Pase Conducción Remate	Pase Conducción Remate	Anterior + Regate Protección	Incremento complejidad	Incremento complejidad	Incremento complejidad
Elem. téc-tác indiv. de def.				Robo Interceptación Disuasión Desplazamientos	ROBO INTERCEPTACIÓN DISUASIÓN DESPLAZAMIENTOS	ROBO INTERCEPTACIÓN DISUASIÓN DESPLAZAMIENTOS cobertura
Elem. téc-tác colect. de ata						DESMARQUE APOYO
Elem. téc-tác colect. de def.						marcajes

Tabla 1.5 cont. Planificación de los contenidos en las categorías Infantil , Cadete y Juvenil.

	Infantil		Cadete		Juvenil
	1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO	1º Y 2º BACHILLERATO UNIVERSIDAD
Espacio preferencial	INTERVENCIÓN, AYUDA, matricidad	intervención AYUDA fase	Intervención, AYUDA FASE	Intervención, ayuda, FASE	Intervención, ayuda,FASE
Fase del juego	ATAQUE, DEFENSA	ATAQUE, DEFENSA	ATAQUE, DEFENSA	ATAQUE, DEFENSA	ATAQUE, DEFENSA
Rol/es preferente/s	ACB, ASB dentro CDJ, DACB, DASB dentro CDJ.	acb, ASB dentro CDJ, asb fuera cdj, DACB DASB dentro CDJ, dasb fuera cdj.	acb, ASB dentro CDJ, ASB fuera CDJ, dasb, DASB dentro CDJ, DASB fuera CDJ.	Acb, asb dentro cdj, ASB fuera CDJ, dasb, dasb dentro cdj, DASB fuera CDJ.	Acb, asb dentro cdj, ASB fuera CDJ, dasb dasb dentro cdj, DASB fuera CDJ.
Intenciones técn-tác de ataque	Progresar, finalizar, conservar, BUSCAR LA RECEPCIÓN, CREAR ESPACIO	Progresar, finalizar, conservar, BUSCAR LA RECEPCIÓN, CREAR ESPACIO, vigilar	Progresar, finalizar, conservar, BUSCAR LA RECEPCIÓN, CREAR ESPACIO, VIGILAR	Progresar, finalizar, conservar, BUSCAR LA RECEPCIÓN, CREAR ESPACIO, VIGILAR	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo
Intenciones técn-tác de defensa	RECUPERAR, IMPEDIR LA PROGRESIÓN, PROTEGER LA PORTERÍA, AYUDAR DACB	Recuperar, impedir la progresión, proteger la portería, AYUDAR DACB, vigilar.	Recuperar, impedir la progresión, proteger la portería, AYUDAR DACB, VIGILAR	Recuperar, impedir la progresión, proteger la portería, Ayudar DACB, VIGILAR	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo
Principios específicos de ataque	PENETRACION COBERTURA	Penetración, COBERTURA, espacio.	Penetración, COBERTURA, ESPACIO, MOVILIDAD.	Penetración, COBERTURA, ESPACIO, MOVILIDAD.	Trabajo conjunta de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo
Principios específicos de defensa	CONTENCIÓN, COBERTURA	Contención, COBERTURA, concentración.	Contención, COBERTURA, CONCENTRACIÓN, EQUI-LIBRIO.	Contención, COBERTURA, CONCENTRACIÓN, EQUI-LIBRIO.	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo
Elem. técn-tác indiv. de ataque	Incremento complejidad	Incremento complejidad	Contenidos previos en función tiempo	Contenidos previos en función tiempo	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo. Control estratégico del partido. Juego en función del rival. Dominio de diferentes estilos de juego
Elem. técn-tác indiv. de def.	ROBO, INTERCEPTACIÓN, DISUASIÓN, DESPLAZAMIENTOS, COBERTURA.	Robo, Intercepción, Disuasión, Desplazamientos, COBERTURA, Control a distancia	Robo, Intercepción, Disuasión, Desplazamientos, COBERTURA, CONTROL A DISTANCIA.	Robo, Intercepción, Disuasión, Desplazamientos, COBERTURA, CONTROL A DISTANCIA, DESPLAZAMIENTOS OFENSIVOS	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo Control estratégico del partido Juego en función del rival Dominio de diferentes estilos de juego
Elem. técn-tác colect. de ata	DESMARQUE APOYO COMBINACIONES	Desmarque apoyo combinaciones DESMARQUE RUPTURA MTG. ofensivos	Desmarque apoyo, combinaciones, desmarque ruptura, AMPLITUD DE ATAQUE, PROFUNDIDAD DE ATAQUE, MTG OFENSIVOS, JUEGO POR LINEAS, SISTEMAS DE JUEGO	Desmarque apoyo, combinaciones, desmarque ruptura, amplitud de ataque, profundidad de ataque, MTG. OFENSIVOS, JUEGO POR LINEAS, SISTEMAS DE JUEGO, TRANSICIONES.	Trabajo conjunto de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo Control estratégico del partido Juego en función del rival Dominio de diferentes estilos de juego
Elem. técn-tác colect. de def.	MARCAJES	MARCAJES Basculaciones MTG... defensivos	Marcajes BASCULACIONES MTG. DEFENSIVOS JUEGO POR LINEAS SISTEMAS DE JUEGO	Marcajes BASCULACIONES MTG. DEFENSIVOS JUEGO POR LINEAS SISTEMAS DE JUEGO TRANSICIONES	Trabajo conjunta de todos los aspectos vinculados al modelo de juego de cada equipo Control estratégico del partido Juego en función del rival Dominio de diferentes estilos de juego

1.4. APLICACIONES PRÁCTICAS

Con el objeto de facilitar una mejor comprensión, a continuación se facilitan algunos ejemplos de tareas que permiten concretar la propuesta.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA	DESCRIP. DE LA TAREA
	<p>Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico del lanzamiento en situaciones variables.</p> <p>Descripción: En un espacio de 20x20, un lanzador recibe pases desde 4 zonas diferentes y debe finalizar en la portería más cercana cumpliendo las reglas de la tarea.</p>


Manipulación de la dificultad de la tarea:

desde		hasta
...porterías grandes	a	...porterías pequeñas
...sin oposición	a	...oposición semiactiva o real
...sin límites en la relación con el balón	a	...limitaciones en la relación con el balón (nº de toques)
...superficie de golpeo libre	a	...superficie de golpeo asociada a un estímulo
...trayectorias del balón conocidas	a	...trayectorias variadas
...orden de emisión del pase conocido	a	...orden de emisión variable
...más porterías	a	...menos porterías

REPRESENTACIÓN GRÁFICA	DESCRIP. DE LA TAREA
	<p>Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico del robo.</p> <p>Descripción: En un espacio de 15x15, dos equipos de tres jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo por parte de los atacantes de mantener la posesión del balón y de los defensores de recuperarla.</p>


Manipulación de la dificultad de la tarea:

desde		hasta
...superioridad numérica defensiva (con comodín)	a	...igualdad o inferioridad defensiva (con comodín ofensivo)
...marcaje individual	a	...marcaje zonal
...oposición semiactiva	a	...oposición real
...con límites para los atacantes en la relación con el balón	a	...sin limitaciones para los atacantes en la relación con el balón (nº de toques)
...sin cambio de rol (atacante-defensor)	a	...con cambios de rol (atacante-defensor)
...lograr impedir continuidad en la posesión del balón	a	...lograr recuperación del balón (cambio de rol) como criterio de éxito.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA	DESCRIP. DE LA TAREA
	<p>Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico del lanzamiento en situaciones variables.</p> <p>Descripción: En un espacio de 20x20, dos equipos de 3 jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de marcar el mayor número de goles</p>

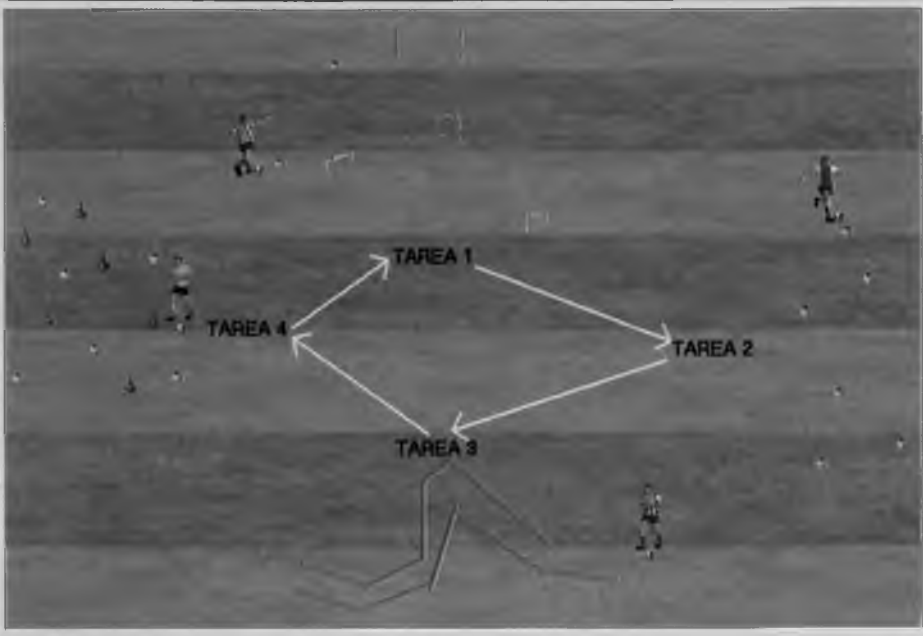
Manipulación de la dificultad de la tarea:

desde		hasta
...superioridad numérica ofensiva (con comodín)	a	...igualdad o inferioridad ofensiva (con comodín defensivo)
...porterías grandes	a	...porterías pequeñas
...oposición semiactiva	a	...oposición real
...sin límites en la relación con el balón	a	...limitaciones en la relación con el balón (nº de toques)
...superficie de golpeo libre	a	...superficie de golpeo asociada a un estímulo
...libertad en cuanto a las zonas de finalización	a	...impedir finalizar en ciertas zonas
...sin límites de contactos	a	...limitar a un solo toque el lanzamiento
...más porterías	a	...menos porterías

REPRESENTACIÓN GRÁFICA	DESCRIP. DE LA TAREA
	<p>Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico del desvío y despeje.</p> <p>Descripción: En un espacio de 30x30, dos equipos de 5 jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de evitar la progresión del equipo contrario y evitar que finalice</p>

Manipulación de la dificultad de la tarea:

desde		hasta
...superioridad defensiva	a	...igualdad o inferioridad defensiva
...menos porterías	a	...más porterías
...porterías pequeñas	a	...porterías grandes
...sin criterios de éxito intermedio	a	...criterios de éxito intermedios (p.ej: lograr la superioridad numérica defensiva en el centro de juego)
...sin cambio de rol ataque-defensa	a	...con cambio de rol ataque-defensa
...marcaje individual	a	...marcaje zonal

REPRESENTACIÓN GRÁFICA

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA
<p>Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico de la conducción mediante un circuito técnico-táctico..</p>
<p>Descripción: circuito con 4 estaciones.</p>
<p>Tarea 1. Conducción superando los obstáculos mediante autopases, pasar el balón por encima..</p>
<p>Tarea 2. Conducción mediante un eslabon entre los conos lo más rápido posible.</p>
<p>Tarea 3. Conducción por dentro de un pasillo de picas evitando que el balón salga de los límites marcados.</p>
<p>Tarea 4. Conducción entre conos de diferentes colores y/o formas. Cada color y/o forma implica un ritmo, una superficie de contacto,..</p>

Manipulación de la dificultad de la tarea:

Tarea 1.

desde		hasta
...más distancia entre obstáculos	a	..menos distancia entre obstáculos
...alturas uniformes	a	...diferentes alturas de obstáculos
...velocidad uniforme	a	...más velocidad o diferentes velocidades
...menos superficies de contacto	a	...diferentes superficies de contacto
...sin competición	a	...con competición
...sin fatiga	a	...con fatiga (varias repeticiones)
...pocos obstáculos	a	...muchos obstáculos
...obstáculos estáticos	a	...obstáculos móviles

Tarea 2.

desde		hasta
...más distancia entre obstáculos	a	...menos distancia entre obstáculos
...menos superficies de contacto	a	...diferentes superficies de contacto
...móviles conocidos	a	...móviles in experiencias (otros deportes, más o menos hinchados,...)
...sin competición	a	...con competición
...sin fatiga	a	...con fatiga (varias repeticiones)
...sin tareas simultáneas	a	...con tareas simultáneas

Tarea 3.

desde		hasta
...más anchura	a	...menos anchura
...móviles conocidos	a	...móviles in experiencias (otros deportes, más o menos hinchados,...)
...velocidad uniforme	a	...más velocidad o diferentes velocidades
...recorrido lineal	a	...recorrido con más cambios de dirección y sentido
...sin competición	a	...con competición

Tarea 4.

desde		hasta
...menos estímulos en los conos (- colores)	a	...más estímulos
...menos nº de conos	a	...mayor nº de conos
...movimiento libre	a	...movimiento condicionado 8por compañeros, entrenador,...)
...menos superficies de contacto	a	...diferentes superficies de contacto o superficies asociadas a estímulos
...velocidad uniforme	a	...más velocidad o diferentes velocidades
...sin competición	a	...con competición (velocidad, tiempo de ejecución,...)
...sin fatiga	a	...con fatiga (varias repeticiones)

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIP. DE LA TAREA

Objetivo: Mejorar el elemento técnico-táctico del desmarque.

Descripción: En medio campo, dos equipos de 8 jugadores más 3 comodines ofensivos (8x8 +3) se enfrentan entre sí con el objetivo de mantener la posesión del balón. Mediante la creación de situaciones de superioridad numérica en el centro de juego

Manipulación de la dificultad de la tarea:

desde		hasta
...de superioridad ofensiva	a	...igualdad o inferioridad ofensiva
...sin limitaciones de pases en los sectores	a	...limitación en el nº de pases cada sector
...sin límites de contacto	a	...limitaciones en la relación con el balón (nº de toques)
...sin criterios de éxito intermedio (p. ej: sin superioridad numérica)	a	...criterios de éxito intermedios (p.ej: lograr la superioridad numérica en el centro de juego)
...sin cambio de rol ataque-defensa	a	...con cambio de rol ataque-defensa

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

Objetivo: Mejorar las transiciones defensa-ataque (contraataque) y ataque-defensa.

Descripción: En el espacio de 70x60, el equipo A realiza un ataque en inferioridad numérica (6x8). El equipo B intenta recuperar el balón y realizar una transición defensa-ataque lo más rápida posible para intentar marcar un gol. El equipo A debe a su vez realizar una transición ataque-defensa y defender su portería

Manipulación de la dificultad de la tarea:

Desde		Hasta
<i>Criterios de dificultad para el equipo A</i>		
...realizar repliegue defensivo	a	...lograr recuperación en zona ofensiva
...impedir la progresión del ataque rival	a	...recuperar la posesión del balón
...permitir libertad en la evolución del ataque rival	a	...obligar la evolución por una zona determinada
...la defensa de la portería	a	...la defensa del espacio

<i>criterios de dificultad para el equipo B</i>		
...superioridad numérica	a	...igualdad o inferioridad
...sin limitación de pases	a	...con límite de pases para tratar de finalizar la jugada
...sin límite de tiempo en la creación de la jugada	a	...con límite de tiempo
...sin criterios para la elaboración del contraataque	a	...con criterios del éxito intermedios (p.ej: tocar el balón 3 jugadores o menos)
...con finalización libre	a	...con finalización definida



REFERENCIAS

- Alonso, M.; Ropero, B. (2004). *Planificación das etapas de formación do fútbol*. 10º Congreso de Ciências do Desporto de da Educaçao Física dos países de lingua portuguesa. Oporto.
- Álvaro, J. (1995). *Estructura, planificación y programación de los deportes de equipo*, Master en Alto Rendimiento Deportivo. Módulo 2.1.7., Madrid. C.O.E.-Universidad Autónoma de Madrid.
- Álvaro, J.; Dorado, A.; González Badillo, J.J.; González, J.L.; Navarro, F.; Molina, J.J.; Portolés, J.; Sánchez, F. (1995). Modelo de análisis de los deportes colectivos basado en el rendimiento en competición. *INFOCOES*, Vol. 7, 0, pp. 21-41.
- Anguera, M.T. (1992). *Metodología de la observación en las ciencias humanas*. Madrid. Cátedra.
- Anguera, M.T. (2003). Metodología básica de observación en fútbol. En T. Ardá y C. Sanjurjo (Eds.). *Metodología de la enseñanza del fútbol* pp. 301-322). Barcelona. Paidotribo..
- Anguera, M.T., Blanco, A., Hernández Mendo, A. y Losada, .L. (2000). La metodología observacional en el deporte. Conceptos básicos, Lecturas E.F. y Deportes. Revista Digital, 24 agosto, 2000. <http://www.efdeportes.com/efd24b/obs.htm>.
- Ardá, T.; Casal, C. (2003). *Metodología de la enseñanza del fútbol*., Barcelona. Paidotribo.
- Ardá, A. (1998). *Análisis de la acción de juego en el Fútbol-7*, Tesis Doctoral inédita, Universidad de A Coruña.
- Benedek, E. (2001). *Fútbol infantil*, Barcelona. Paidotribo.
- Berstein, N. (1967). *The co-ordination and regulation of movement*, New York. Pergamon Press.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Bauer, G. (1994). *Fútbol. Entrenamiento de la técnica, la táctica y la condición física*, Barcelona. Hispano-Europea.
- Bauer, G.; Ueberle, H. (1988). *Fútbol. Factores de rendimiento, dirección de jugadores y del equipo*, Barcelona. Martínez Roca.
- Bayer, C. (1992). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*, Barcelona. Hispano-Europea.
- Benedek, E. (2001). *Fútbol infantil*. Barcelona. Paidotribo.
- Berstein, N. (1967). *The co-ordination and regulation of movement*. New York. Pergamon Press.
- Blázquez, D. (1986). *La iniciación a los deportes de equip.*, Barcelona. Martínez Roca.
- Blázquez, D. (1998). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (2º edición), Barcelona. INDE.
- Bruggemann, D. (2004). *Fútbol. Entrenamiento para niños y jóvenes*, Barcelona. Paidotribo.
- Bruggemann, D.; Albrecht, D. (1993). *Entrenamiento moderno del fútbol*, Barcelona. Hispano-Europea.
- Brugger, L.; Schmid, A.; Bucher, W. (1995). *1000 ejercicios y juegos de calentamiento*, Barcelona. Hispano-Europea.
- Bruggman, B. (1998). *1000 ejercicios y juegos de fútbol*. Barcelona. Hispano-Europea.
- Bruner, J.S. (1988). *Desarrollo cognitivo y educación*. Madrid. Morata
- Bunker, D.; Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools, *Bulletin of Physical Education*. Vol. 1, 19, pp. 5-8.
- Cárdenas, D. (2000). *El entrenamiento integrado de las habilidades visuales en la iniciación deportiva*. Málaga. Ediciones Aljibe.
- Castelo, J. (1994). *Futebol. Modelo técnico-táctico do jog.*, Lisboa. Edições FMH.
- Castelo, J. (1996). *Futebol. A organização de jogo*. Lisboa. Edição do autor.
- Castelo, J. (1999). *Fútbol. Estructura y dinámica del juego*. Barcelona. Inde.
- Cook, M. (1982). *Soccer. Coaching and team management*. London. E.P. Publishing.
- Corbeau, J. (1990). *Fútbol. De la escuela... a las asociaciones deportivas*. Lérida. Agonos.
- Chagas, P.; Graco, J. (1992). Considerações teóricas de tática nos Jogos Desportivos Colectivos, *Revista Paulista de Educação Física*. N. 6 (2), pp. 45-52.
- Da Fonseca, V. (1998). *Manual de observación psicomotriz*. Barcelona. Inde.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Díaz Carcavilla, A. (2005). *Desarrollo metodológico del entrenamiento táctico*. Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Dietrich, K. (1978). *Le Football apprentissage et pratique par le jeu*. París. Vigot.
- Domínguez, E.; Valverde, A. (1993). Nueva concepción y organización de los deportes colectivos. Mapa conceptual del fútbol, *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Vol. 7, 2, pp. 3-11.
- D'Ottavio, S; Tranquilli, C. (1992). La prestazione del giocatore di calcio. *Rivista di Cultura Sportiva*. N. 24, pp. 74-78.
- Dufour, W. (1989). Fútbol. la reflexión táctica. *Revista de Entrenamiento Deportiva*, Vol. 3, 1, pp. 22-30.
- Dufour, W. (1990). Las técnicas de observación del comportamiento motor. Fútbol. La observación tratada por ordenador. *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Vol. 4, N.4, pp. 16-24
- Dugrand, M. (1989). *Football, de la transparence á la complexité*, París. P.U.F.
- Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*, Barcelona. Paidós.
- Ericsson, E. (1982). *Juego y desarrollo*. Barcelona. Crítica.
- Espar, X. (1997). El concepto de táctica individual en los deportes colectivos, *Apunts*, 51, pp. 16-22.
- Espar, X. (1998). Preparación física en deportes de equipo, *Curso de Postgrado en Preparación Física*, A Coruña, inédito.
- Espar, X. (2001). *Balonmano*, Barcelona. Martínez Roca.
- Espar y Gerona (2004). *Elementos para el diseño de tareas del entrenamiento en los deportes de equipo*, Master Profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo. Área Coordinativa, Barcelona. Byomedic – Fundació F.C. Barcelona.
- Famose, J.P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*, Barcelona. Paidotribo.
- Famose, J.P. (1999a) (dir.). *Cognición y rendimiento motor*, Barcelona. INDE.
- Famose, J.P (1999b). Papel de las valencias y las expectativas en el rendimiento motor. En J.P. Famose (dir). *Cognición y rendimiento motor*, pp. 109-151, Barcelona. INDE.
- Flavell, J.H. (1984). *El desarrollo cognitivo*. Madrid. Visor.
- Florence, J. (1991). *Tareas significativas en educación física escolar*, Barcelona. INDE
- Fradua, L. (1997). *La visión de juego en el futbolista*, Barcelona. Paidotribo.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Fradua, L. (2005). *El entrenamiento con jóvenes jugadores en las escuelas de fútbol*, Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Fradua, L.; Figueroa, J.A. (1995). Construcción de situaciones de enseñanza para la mejora de los fundamentos técnico-tácticos individuales en Fútbol, *Apunts*, 40, pp. 27-33.
- García Aliaga, A. (2005). *Entrenamiento táctico en el fútbol base. fundamentos metodológicos y conceptuales*, Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Garganta, J. (1996). Modelação da Dimensao Táctica do Jogo de Futebol. En J. Oliveira y F. Tavares, (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*, pp. 63-82, Oporto. Universidade de Oporto.
- Garganta, J. (1997a). Para una teoría de los juegos deportivos colectivos. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, pp. 9-23, Barcelona. Paidotribo.
- Garganta, J. (1997b). *Modelação táctica do jogo de futebol. Estudo da organizaçao da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*, Tesis doctoral no publicada, Porto. Universidade de Porto.
- Garganta, J; Oliveira, J. (1996). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*. En J. Oliveira y F. Tavares, (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*, pp. 7-23, Oporto. Universidade de Oporto.
- Garganta, J.; Pinto, J. (1993). Contributo da modelação da competiçao e do treino para a evoluçao do nivel do jogo en fútbol, *Xornadas Internacionales de Fútbol Xacobeo '93*, Santiago de Compostela.
- Garganta, J.; Pinto, J. (1997). La enseñanza del fútbol. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, pp. 97-138, Barcelona. Paidotribo.
- Graça, A. (1997). Los cómo y los cuándo en la enseñanza de los juegos deportivos,. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, pp. 25-33, Barcelona. Paidotribo.
- Graça, A.; Oliveira, J. (1997) (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, Barcelona. Paidotribo.
- Greco, P. (1989). Consideraciones psiopedagógicas del entrenamiento táctico, *Stadium*, N. 136, pp.14-19.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Gréhaigne, J.F. (2001). *La organización del juego en el fútbol*, Barcelona. INDE.
- Gréhaigne, J.F.; Guillon, R. (1992). L'Utilisation des Jeux d'Opposition à l'école, *Revue de L'Education Physique*, 32 (2), pp. 51-67.
- Godik, M.A.; Popov, A.V. (1993). *La preparación del futbolista*, Barcelona. Paidotribo
- Harre, D. (1987). *Teoría del entrenamiento deportivo*, Buenos Aires. Stadium
- Hedergott, K-H. (1978). *Fútbol. del aprendizaje a la competición*, Buenos Aires. Kapelusz.
- Hernández Moreno, J. (1992). Los subroles sociomotores comunes a los deportes de equipo de cooperación-oposición, *Deporte y salud*, 11, pp. 5-7.
- Hernández Moreno, J. (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo. Fundamentos del deporte*, Barcelona. INDE.
- Hernández Moreno, J. (1998). Diferentes perspectivas de análisis de la acción de juego en los deportes de equipo, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. VI, 5 y 6, pp. 2-11.
- Hedergott, K-H. (1978). *Fútbol. del aprendizaje a la competición*, Buenos Aires. Kapelusz.
- Hohman, A.; Brack, R. (1983). Giochi sportivi e diagnosi della prestazione, *SDS, Rivista di cultura sportiva*, Anno 3, N.3, pp. 36-41.
- Knapp, B. (1963). *Skilling sport. The attainment of proficiency*, London. Routledge & Kegan Paul.
- Kohlberg, L. (1992). *Psicología del desarrollo moral*. Bilbao. Desclée de Brouwer,
- Konzag, I. (1992). Actividad cognitiva y formación del jugador, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. 7, 6, pp. 35-43.
- Konzag, I. (1995). El problema de la objetivación de los aspectos cognitivos. El rendimiento en los juegos deportivos, *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Tomo IX, pp. 15-22.
- Konzag, I.; Döbler, H.; Herzog, H-D. (1997). *Entrenarse jugando*. Barcelona. Paidotribo.
- Lago, C. (2000). *La acción motriz en los deportes de equipo de espacio común y participación simultánea*, Tesis Doctoral inédita. Universidad de A Coruña.
- Lago, C. (2001). El proceso de iniciación en el fútbol. Secuenciación de los contenidos técnico-tácticos, *Training Fútbol*, N.66, pp.34-45.
- Lago, C. (2002). *La enseñanza del fútbol en la edad escolar*. Sevilla. Wanceulen.
- Lago, C.; Martín Acero, R. (2004). *Deportes de Equipo. Comprender la Complejidad para elevar el Rendimiento*. Barcelona. INDE.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Le Boulch, J. (1991). *El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor*. Barcelona. Paidós.
- Lealli, G. (1994). Fútbol Base. Entrenamiento óptimo del futbolista en el período evolutivo. Barcelona. Martínez Roca.
- López de Viñaspre (2000). *Manual de educación física y deportes. Técnicas y actividades prácticas*. Barcelona. Océano
- Lorenzo, A. (2005). *Detección, desarrollo y selección del talento en fútbol*, Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Mahlo, F. (1969). *L'acte tactique en jeu*. Paris. Vigot.
- Manno, R. (1991). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Barcelona. Paidotribo.
- Marchesi, A., Palacios, J., Coll, A. (2000). *Desarrollo psicológico y educación. (1) Psicología evolutiva*. Madrid. Alianza Editorial.
- Martín Acero, R. (1992b). Sistema Funcional. nuevo concepto de la organización del entrenamiento de las carreras de velocidad. *Apunts*, 28, pp. 35-48.
- Martín Acero, R. (1993). *Velocidad y velocidad en deportes de equipo*, Colección Cuadernos Técnico-Pedagógicos do INEF de Galicia, A Coruña. Centro Galego de Documentación e Edicións Deportivas.
- Martín Acero, R. (1998). El entrenamiento de la velocidad y la resistencia en los deportes de equipo a través del juego. *I Congreso de Educación Física y Deporte de Alto Rendimiento*, Las Palmas de Gran Canaria.
- Martín Acero, R. (2004). Planificación y programación en deportes de equipo. Tendencias de práctica e investigación, Valencia. Actas II Congreso de la Asociación Española de Ciencias de Deporte.
- Martín Acero, R; Vittori, C. (1997a). Metodología del rendimiento deportivo (I). Sentido, definición y objeto de estudio. *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Tomo XI, 1, pp. 5-10.
- Martín Acero, R; Vittori, C. (1997b). Metodología del rendimiento deportivo (II). Reconceptualización sistémica. *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Tomo XI, 2, pp. 35-40.
- Martín Acero, R; Vittori, C. (1997c). Metodología del rendimiento deportivo (y III). Formación y entrenamiento. Investigación-Acción. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XI, 4, pp. 37-43.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Martín Acero, R.; Crescente, J.L.; Ballesteros, R. (1997). Estudio y análisis de calendarios de competición. Criterios de Matveiev. *INFOCOES*. Vol. II, 2, pp. 15-30.
- Martínez Garfía, F. ; Sáenz-López Buñuel, P. (2000). *Iniciación al Fútbol*. Sevilla. Wanceulen.
- Martínez González, M.; Solla Aguiar, J.J. (2005). Análisis de las modalidades de fútbol 5, fútbol 7 y fútbol 11 en jóvenes futbolistas entre 6 y 13 años. Propuesta de intervención, Documento inédito. Universidad de Vigo.
- Massafret, M. (1998). Preparación física en deportes de equipo, *Curso de Postgrado en Preparación Físic.*, A Coruña, inédito.
- Meinel, K.; Schnabel, G. (1987). *Teoría del movimiento. Síntesis de una teoría de la motricidad deportiva bajo el aspecto pedagógico*. Buenos Aires. Stadium.
- Mertens, B.; Musch, E. (1990). Lé enseignemenet des sports collectifs. Une conception élaborée á L'ÍSEP de l'Université de Gand. *Révue de l'Education Physique*. 31 (1), pp. 7-20.
- Mombaerts, E. (1991). *De l'analyse du jeu á la formation du joueur de football*. París. Actio.
- Mombaerts, E. (1998). *Fútbol. Entrenamiento y rendimiento colectivo*. Barcelona. Hispano Europea.
- Moreno, R.; Fradua, L. (2001). La iniciación al fútbol en el medio escolar, en Ruiz Juan, F.; García López, A.; Casimiro, A.J. *La iniciación deportiva en la edad escolar*. pp.145-177. Madrid. Gymnos.
- Moreno, R.; Morcillo, J.A. (2004). *La enseñanza del fútbol en las escuelas deportivas de iniciación*. Madrid. Gymnos.
- Morino, C. (1985). Alcuni problemi del giochi sportivi. *SDS, Rivista di cultura sportiva*, 1, pp. 54-58.
- Navarro Valdivielso, F. (1998). *La resistencia*. Madrid. Gymnos.
- Oña, A.; Martínez, M.; Moreno, F.; Ruiz, L.M. (1999). *Control y aprendizaje motor*, Síntesis. Madrid.
- Pacheco, R. (2004). *Fútbol. La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7*. Barcelona. Paidotribo.
- Papalia, D.E.; Wendkos, S. (2001). *Psicología del desarrollo*. Colombia. McGraw-Hill.
- Parlebas, P. (1981). *Contribution á un lexique commenté en science de l'action matrice*. París. INSEP.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Parlebas, P. (1987). *Perspectivas para una Educación Física moderna*, Málaga. Unisport.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga. Unisport.
- Parlebas, P. (1996). Los universales de los juegos deportivos. *Praxiología Motriz*, Vol. 1, 0, pp. 15-29.
- Piaget, J. (1972). *Memoria e inteligencia*. Buenos Aires. Ateneo.
- Pieron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona. INDE.
- Pino Ortega, J. (2002). *Análisis funcional del Fútbol como deporte de equipo*. Sevilla. Wanceulen Editorial.
- Poulton, E.C. (1957). On prediction in skilled movement. *Psychological Bulletin*. N. 54, pp. 467-478.
- Pozo, J. I. (1993). *Teorías cognitivas del aprendizaje*. Madrid. Morata.
- Queiroz, C. (1983). Para uma teoria do ensino/treino do futebol, *Ludens*. Vol. 8, N. 1, pp. 23-44.
- Queiroz, C. (1986). *Estrutura e organização dos exercícios de treino em futebol*, Lisboa. Federação Portuguesa de Futebol.
- Ramírez, M^a.I.; Herrera, F. (2004). *Desarrollo intelectual en la adolescencia*. Universidad de Granada
- Read, B.; Devis, J. (1990). Enseñanza de los Juegos Deportivos. Cambio de enfoque. *Apunts*. 22, pp. 51-56.
- Ricart, F. (1998). *Aplicación práctica de entrenamiento integrado en el Fútbol*, Madrid. Gymnos.
- Riera, J. (1989). *Aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas*. Barcelona. INDE.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Barcelona. INDE.
- Ruiz Juan, F.; García López, A.; Casimiro, A.J. (2001). *La iniciación deportiva en la edad escolar*, Madrid. Gymnos.
- Ruiz Pérez, L.M. (2005). *La formación del futbolista y el aprendizaje deportivo*. Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Sampedro, J. (1995a). Análisis de los subroles en el fútbol-sala desde una perspectiva praxiológica deportiva, *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Tomo XII, 3, pp. 29-36.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Sampedro, J. (1995b). Propuesta de roles como parte de las unidades de acción motriz en los deportes de equipo, *Congres de les ciencies de l'esport, l'educació física i la recreació*. Lleida.
- Sampedro, J. (1998). Análisis de los subroles en el fútbol-sala desde una perspectiva praxiológica deportiva. *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Tomo XII, 1, pp. 29-57.
- Sampedro, J. (2001). *Fundamentos de táctica deportiva*. Madrid. Gymnos.
- Sans, A.; Frattarola, C. (1996). *Manual para la organización y el entrenamiento en las escuelas de fútbol.*, Barcelona. Paidotribo.
- Sans, A.; Frattarola, C. (1998). *Fútbol base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificació.*, Barcelona. Paidotribo.
- Sans, A.; Frattarola, C. (2000). *Entrenamiento en el fútbol bas.*, Barcelona. Paidotribo.
- Schnabel, G. (1988). El factor técnico-coordinativo. *Stadium*. 139, pp. 23-27.
- Seirul-lo, F. (1990). Entrenamiento de la fuerza en balonmano. *Revista de Entrenamiento Deportivo*. Vol. IV, N. 6, pp. 30-34.
- Seirul-lo, F. (1993a). *Planificación del entrenamiento en deportes de equipo*, Master en Alto Rendimiento Deportivo. Módulo 2.1.7., Madrid. C.O.E.-Universidad Autónoma de Madrid.
- Seirul-lo, F. (1993b). *Preparación física aplicada a los deportes de equipo*. Colección *Cadernos Técnico-Pedagógicos do INEF de Galicia*, A Coruña. Centro Galego de Documentación e Edicións Deportivas.
- Seirulo, F. (1993c). *Preparación física en deportes de equipo*. *Curso de Postgrado en Preparación Física*. A Coruña, no publicado.
- Seirul-lo, F. (1994). *Preparación física aplicada ós deportes colectivos*. *Balonmá.*, Santiago de Compostela. Lea.
- Seirulo, F. (1998a). *Preparación física en deportes de equipo*. *Curso de Postgrado en Preparación Física*. A Coruña, no publicado.
- Seirul-lo, F. (1998b). Valores educativos del deporte en D. Blázquez (ed). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (2ª edición), pp. 61-75, Barcelona. INDE.
- Seirul-lo, F. (2004). *Estructura socioafectiva*, Master Profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo. Área Coordinativa, Barcelona. Byomedic – Fundació F.C. Barcelona

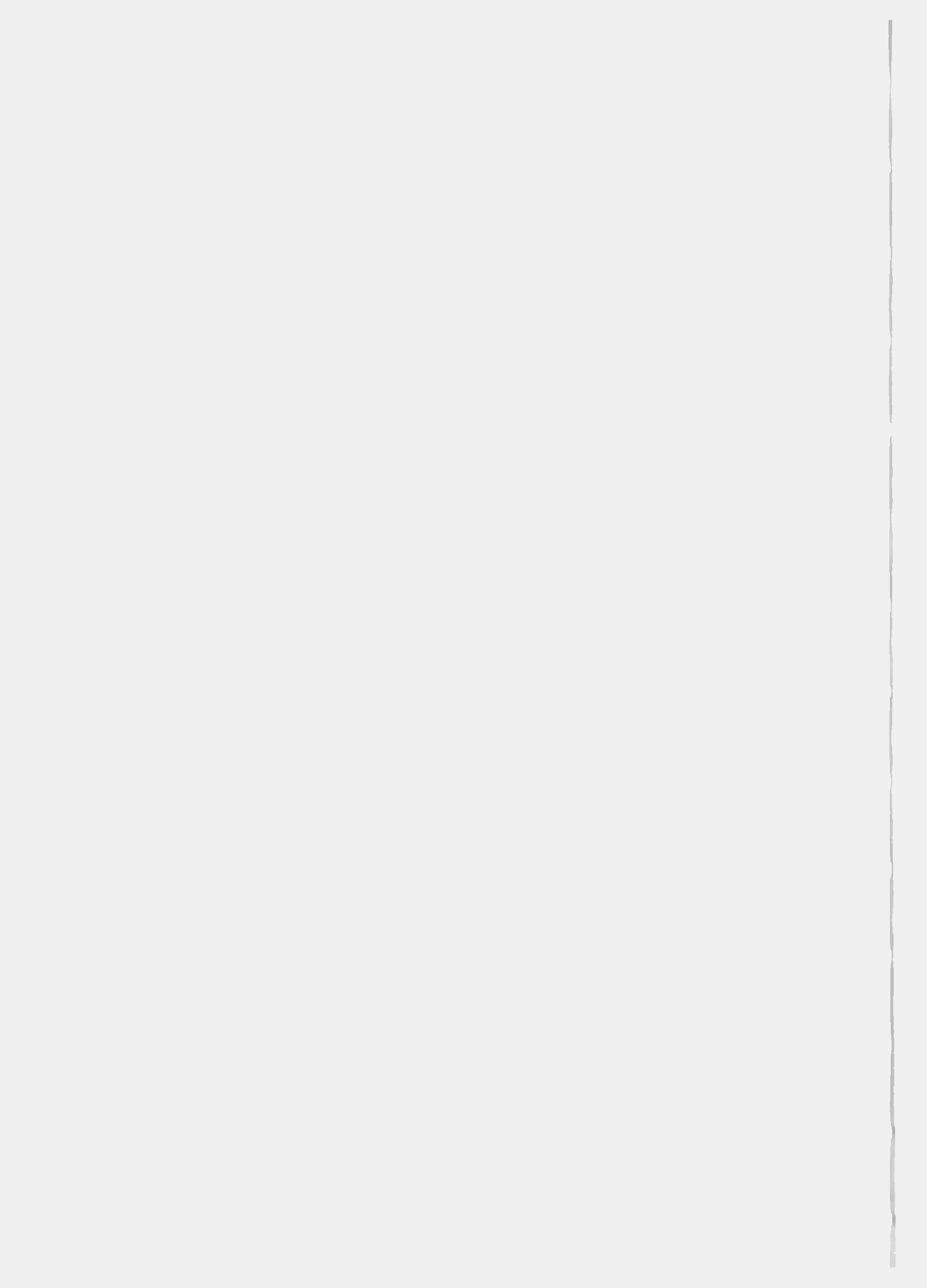
- Seirul-lo, F. (2005). Motricidad básica y su aplicación a la Iniciación Deportiva, Barcelona. Documento inédito.
- Singer, R.N. (1986). Motor learning and human performance. New York. MacMillan.
- Sonnenschein, I. (1991). Percepción y entrenamiento táctico. *Stadium*, 147, pp. 24-30.
- Stapelfeld, W. (1995). *El duelo entre dos en el fútbol. Libro de ejercicios del uno contra uno*, Barcelona. Paidotribo.
- Stratton, G.; Reilly, T., Williams, A.M.; Richardson, D. (2004). *Youth soccer. From science to performance*, London. Routledge.
- Tavares, F.; Faria, R. (1996). A capacidade de Jogo como Pré-requisito de Rendimento para o Jogo. En J. Oliveira y F. Tavares (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*, pp. 39-50, Oporto. Universidade de Oporto.
- Temprado, J.J.; Alain, C. (1999). Elementos para el análisis del comportamiento de decisión del defensor en los deportes de raqueta. En J.P. Famose (dir). *Cognición y rendimiento motor*, pp. 43-64, Barcelona. INDE.
- Temprado, J.J.; Famose, J.P. (1999). Análisis de la dificultad en el tratamiento de información y descripción de las tareas motrices. En J.P. Famose (dir). *Cognición y rendimiento motor*, pp. 177-195, Barcelona. INDE.
- Teodorescu, L. (1984). *Problemas de teoria e metodologia nos jogos desportivos*, Lisboa. Livros Horizonte.
- Vales, A. (1996). Análisis de la estructura competitiva del fútbol base. *El Entrenador Español*, N.60, pp.48-58.
- Vankersschaver, J. (1982a). Football. La formation à l'école ou au club. *EPS*, 177, pp. 58-61.
- Vankersschaver, J. (1982b). Football. La formation à l'école ou au club. *EPS*, 178, pp. 46-50.
- Vankersschaver, J. (1983a). Football. La formation à l'école ou au club. *EPS*, 179, pp. 64-67.
- Vankersschaver, J. (1983b). Football. La formation à l'école ou au club. *EPS*, 180, pp. 55-57.
- Vankersschaver, J. (1983c). Football. La formation à l'école ou au club. *EPS*, 181, pp. 51-53.

Capítulo 1. Planificación de los contenidos técnico-tácticos en categorías de formación

- Veleirinho, A.C. (1999). O jogo reduzido. Pertinência e possibilidades no ensino dos jogos desportivos colectivos, en F. Tavares (ed). Estudo dos jogos desportivos. Concepções, metodologias e instrumentos, pp. 69-76, Porto. CEJD-FCDEF. Universidade de Porto.
- Vygotsky, L. (1988). *El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores*. México. Grijalbo.
- Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño. Un óptimo modelo como clave de futuros éxitos*, Madrid. Real Federación Española de Fútbol.
- Worthington, E. (1980). *Teaching soccer skill*, London. Henry Kinton.
- Zubiaur, M. (2003). Posibilidades de la demostración en el aprendizaje motor. *Lecturas. Educación Física y Deporte. Revista Digital* N. 62 julio

www.mcSPORTS.es





CAPÍTULO 2

EL DISEÑO DE TAREAS DE ENTRENAMIENTO. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Miguel Alonso Calvar
Carlos Lago Peñas

2.1. INTRODUCCIÓN

2.2. EL DISEÑO DE TAREAS EN EL ENTRENAMIENTO

2.3. LAS CONDICIONES DE LA PRÁCTICA EN EL ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL

2.4. LOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL

2.5. EL DISEÑO DE TAREAS EN LA ENSEÑANZA DEL JUEGO

2.5.1. LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL

2.5.1.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO INDIVIDUAL

2.5.1.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL

2.5.2. LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO. LA TÁCTICA DE GRUPOS Y DEL EQUIPO

2.5.2.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO COLECTIVO

2.5.2.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO

2.5.3. LAS TAREAS EN LOS SISTEMAS DE JUEGO

2.5.3.1. ¿QUÉ SON LOS SISTEMAS DE JUEGO?

2.5.3.2. ¿CÓMO SE ENSEÑAN LOS SISTEMAS DE JUEGO?

2.5.3.3. ¿CÓMO SE DISEÑAN LAS TAREAS DE LOS SISTEMAS DE JUEGO?

REFERENCIAS

2.1. INTRODUCCIÓN

Una tarea puede ser definida como *una situación simuladora del hecho competitivo, la cual simplificamos para facilitar el umbral de accesibilidad al jugador o para sobre-estimular algún aspecto que nos interese focalizar* (Espar y Gerona, 2004)

La tarea representa la estructura elemental del proceso de aprendizaje y entrenamiento del deportista. Constituye el proceso mediador a través del cual las intenciones del entrenador, hechas operativas mediante ejercicios *preferencialmente orientadas* (búsqueda selectiva), son presentadas a los deportistas para que éstos las valoren y las identifiquen en la práctica, facilitando así su interacción con el entorno que les rodea (Seirul-lo, 1993c, 1998a).

Los ejercicios de entrenamiento permiten acceder a la motricidad de los deportistas y lograr su mejora. Los jugadores pueden mejorar por diferentes procesos de aprendizaje (Riera, 2005). Pero, sobre todo, los deportistas aprenden cuando son ellos los que hacen las cosas. Ésta es la verdadera posibilidad que tenemos de llegar al jugador y modificar su comportamiento, cambiar sus esquemas motrices, cognitivos, condicionales,... la tarea es la llave que nos permite acceder a la motricidad del individuo y modificarla (Espar y Gerona, 2004).

Ahora bien, no todas las tareas son iguales y poseen el mismo *potencial entrenante*. No todos los ejercicios sirven. No son las intenciones —siempre generosas— del entrenador las que ejercen más influencias, sino las estructuras espaciales, temporales e interactivas del juego; y esta imposición es más eficaz en tanto que habitualmente es clandestina

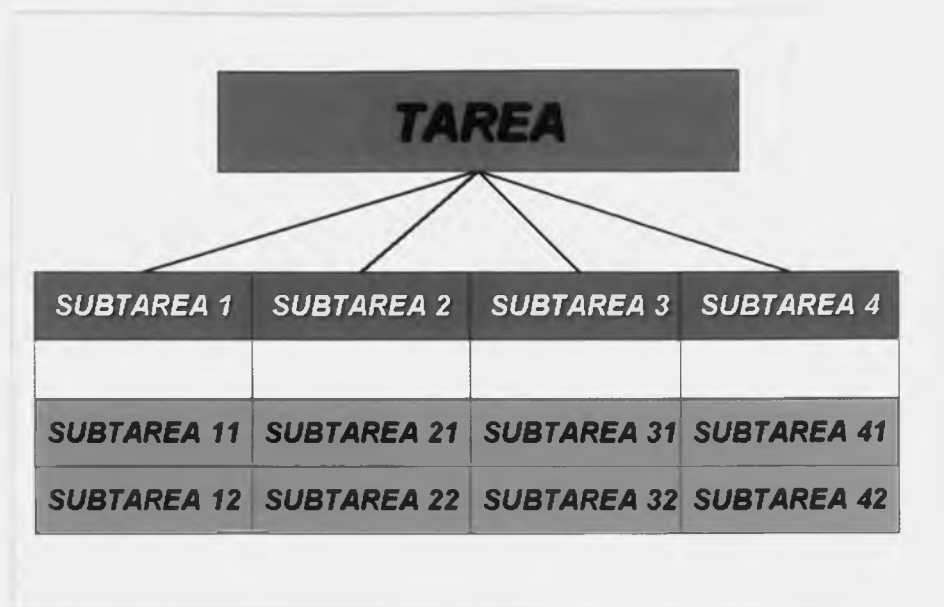
(Parlebas, 1987, 1988, 1996). Los entrenadores deben tener un claro conocimiento de esta alquimia lúdica y de los procedimientos que permiten su diseño si no quieren correr el riesgo de equivocarse. El preparador debe ser un experto en la estructuración del deporte, capaz de mostrar al sujeto las situaciones más significativas para que éste las resuelva en la práctica y de reconocer simultáneamente las estructuras humanas de los practicantes que compromete en cada caso con sus propuestas.

2.2. EL DISEÑO DE TAREAS EN EL ENTRENAMIENTO

Diseñar situaciones de enseñanza/aprendizaje implica establecer relaciones positivas y significativas entre la práctica de la tarea, los objetivos y contenidos que se deseen tratar (propios de cada fase de la enseñanza del juego) y el nivel de destreza que manifiestan en cada momento los practicantes; partiendo del presupuesto de que la vivencia motriz de una situación (actividad, juego o ejercicio) permite estimular cierto tipo de aprendizajes o capacidades que pueden facilitar el desarrollo del deportista.

Una tarea puede ser definida como *una situación simuladora del hecho competitivo que permite estimular selectivamente algún componente de la práctica, incrementando su grado de exigencia (sobre-estimulación) o reduciéndolo (simplificación)* (Espar, 2001; Espar y Gerona, 2004). Siguiendo la propuesta de Espar (2001) y Espar y Gerona (2004) un ejercicio puede ser entendido como la sucesión de diferentes momentos o subtareas que, una vez dispuestas conjuntamente en el tiempo, conforman la tarea principal.

Figura 2.1. La estructura de las tareas en los deportes de equipo



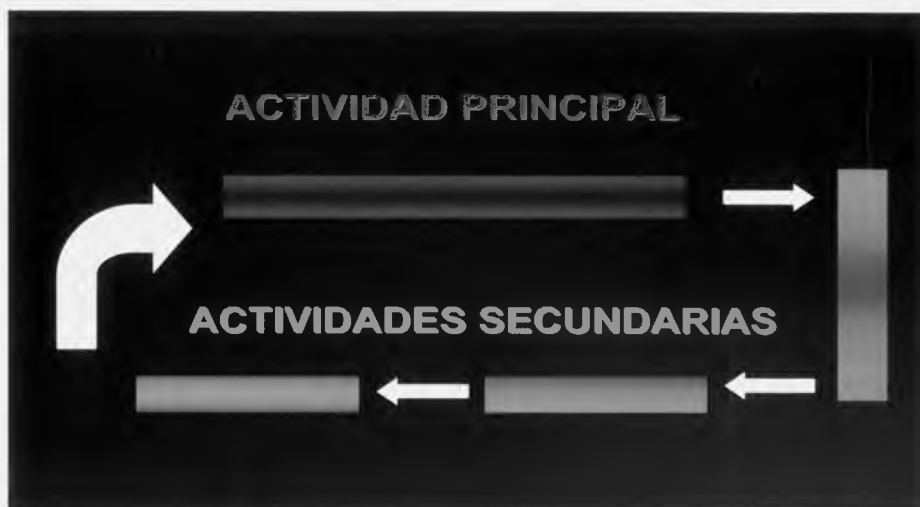
FUENTE: Espar (2001).

En cualquier caso, no todas las *sub-tareas* poseen la misma relevancia en la definición del ejercicio. Para Espar y Gerona (2004), una tarea está formada por dos partes principales:

- la parte interna (o actividad principal)
- la parte externa (o actividades secundarios)

Una de ellas contiene el contenido principal de la tarea: es la *sub-tarea núcleo* o *actividad principal* de la tarea. Las demás sub-tareas o *actividades secundarias* sirven de soporte a la anterior y conforman conjuntamente con ella el objetivo global del ejercicio (Espar, 2001).

Figura 2.2. Actividad principal y secundaria de las tareas



FUENTE: Espar y Gerona (2004).

Un aspecto que se nos antoja clave en el diseño de nuestras propuestas prácticas es que las *sub-tareas* o *actividades secundarias* que acompañan a la *sub-tarea núcleo actividad principal* no deben ser más atractivas o tener más valor para los jugadores que ésta. En tal caso, es posible que los deportistas perciban erróneamente cuál es el objetivo o contenido principal a desarrollar y trasladen su atención a una fase del ejercicio que no sea la prioritaria para el entrenador (Espar y Gerona, 2001).

Esto es lo que sucede, por ejemplo, en las tareas que acaban con un lanzamiento a portería. Esta es una acción muy motivante para los jugadores, de manera que cuando queremos trabajar otro contenido y el lanzamiento aparece en la tarea, los deportistas suelen dejar de prestar atención a la *sub-tarea núcleo* o más importante para el entrenador y trasladan la mayor parte de su atención a la acción de lanzamiento (¡y la atención no es ilimitada!).

Cuando nos proponemos que los jugadores aprendan algo es muy importante que resuelvan bien la tarea de aprendizaje o entrenamiento. De este modo, se dan cuenta de cuál es el contenido y el objetivo a trabajar, y además añadimos un cierto contenido emocional ya que la autoestima de los jugadores aumenta por retroalimentación de haber resuelto bien la tarea. Por el contrario, si la tarea no está bien resuelta, porque es demasiado difícil, por ejemplo) entonces el jugador no puede aprender qué es exactamente lo que se espera de él, ya que ha vivido adecuadamente la experiencia práctica. Además el hecho de fracasar en la ejecución, puede provocar cierta frustración o desencanto capaz de desmotivar al deportista (Espar y Gerona, 2004).

El criterio metodológico básico a la hora de manipular los niveles de exigencia de las tareas consiste en modificar el número y la dificultad de las subtareas presentes en el ejercicio. Cuando queramos simplificar una tarea eliminaremos algunas de sus subtareas. Por el contrario, cuando deseemos aumentar su complejidad incrementaremos su número y su dificultad.

La modificación de las subtareas debería producirse por orden de mayor importancia es decir, primero las *subtareas soporte* y luego la *subtarea núcleo* (Espar y Gerona, 2004).

La adición de otra/s subtarea/s para aumentar la complejidad de un ejercicio puede realizarse de dos maneras:

- añadiendo la nueva subtarea *simultáneamente* a otra ya existente;
- incorporando la nueva subtarea a *continuación* de otra ya existente.

Así, por ejemplo, el hecho de añadir oposición a un ejercicio de pase aumenta la complejidad ya que el pasador, además de prestar atención al aspecto motriz, debe prestar atención al aspecto táctico. Otro ejemplo relacionado también con el lanzamiento lo podemos ver cuando pedimos que se realice una acción previa al lanzamiento: hacer una finta o

un desmarque o tener que recibir con la pierna no dominante, añade una dificultad adicional a la tarea original.

El orden habitual para modificar la complejidad de la tarea, pasa por empezar por las subtareas soporte y finalmente la tarea núcleo. Lógicamente, si los jugadores son capaces de aumentar la dificultad de la subtarea núcleo, su nivel de disponibilidad alrededor de esa tarea habrá aumentado considerablemente.

El criterio metodológico básico para disminuir la complejidad de las tareas consiste en sustraer alguna o algunas de las subtareas que que hemos dividido la acción.

Nuevamente nos encontramos con una doble opción:

- eliminar una de las subtareas que coincide temporalmente con otra;
- eliminar una de las subtareas que hay entre dos de las subtareas del ejercicio con el que estamos trabajando.

Evitar la presencia de oposición o la intensidad de ésta, facilita cualquier tarea de ataque. Realizar las acciones estáticamente (eliminado el desplazamiento) también simplifica considerablemente la dificultad de la tarea.

Muchas veces las tareas son demasiado difíciles, no por la dificultad de la subtarea núcleo, sino porque las subtareas que la acompañan distraen la atención de los jugadores lo suficiente como para que no se encuentren en la mejor disposición a la hora de enfrentarse con la subtarea núcleo. La actuación del entrenador no debe ser en este caso cambiar de tarea, sino ir a un ejercicio que con la misma subtarea núcleo, pueda ser resuelto por los jugadores, de manera que el tiempo de práctica del objetivo sea alto. Poco a poco, podemos regresar a la tarea base añadiendo de nuevo las subtareas eliminadas cuando ya no sea una dificultad.

En cualquier caso, si bien el hecho de diversificar las condiciones de realización de las habilidades que deben adquirirse contribuye a aumentar

el vigor y la precisión de las reglas construidas y favorece su transferencia a situaciones nuevas, condiciones demasiado cambiantes no permiten al deportista construir esas reglas de respuesta. Es preciso cierto nivel de constancia. Todo el arte del entrenamiento consiste en saber dosificar la parte correspondiente a lo nuevo y la correspondiente a lo conocido, de manera tal que favorezca la construcción de habilidades motrices estables pero flexibles (Durand, 1988).

2.3. LAS CONDICIONES DE LA PRÁCTICA EN EL ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL

Las condiciones en las que se practican las tareas del entrenamiento deportivo son las que determinan la virtual eficacia de los estímulos propuestos por el entrenador en la práctica, pues es lo que conduce a la autoconfiguración de la estructura funcional del deportista (Seirul-lo, 1993a, 1993b, 1998b). La naturaleza cambiante de las situaciones de juego en el fútbol (variaciones temporales y espaciales, nivel de oposición, valor de las acciones a desarrollar, comportamientos motores perseguidos, etc.) provoca que el jugador eficaz sea aquel que es capaz de identificar en cada tarea las modificaciones del entorno de competición y adaptar su actividad motriz a las condiciones a las que se ve sometido. Ese conocimiento debe proponérselo el entrenador al deportista, pero en una situación que permita ir más allá de la simple ejecución del modelo, estimulando una experiencia abierta que pasa por la ejercitación de los jugadores en un entorno de práctica intencionadamente variable.

En el fútbol no existen los modelos ideales de ejecución que puedan ser adoptados como referencia para orientar el entrenamiento. Cada futbolista vive y reacciona de modo personal ante los distintos estímulos

del entorno en función de sus propios recursos y posibilidades. .

Bajo este punto de vista, en el intento de modificar la conducta externa del deportista en la competición (alcanzando elevados niveles de éxito), la atención del entrenador debe destinarse a mejorar la **interpretación personal que cada sujeto realiza de los acontecimientos ambientales que le rodean**. El aprendizaje reside en la capacidad de cada sujeto para analizar las señales del entorno, identificar los estímulos del contexto más significativos para llevar a cabo los comportamientos motores perseguidos y aplicar las soluciones motrices que se ajustan a sus propias necesidades y recursos (Seirul-lo, 1993a, 1993b, 1994, 1998b).

Para el desarrollo de esta línea de actuación pedagógica, resulta importante pues atender a los procesos interoceptivos que los deportistas son capaces de despertar con la ayuda del entrenador, el cual debe decidir en sus ejercicios los pasos necesarios para que la calidad de los estímulos entre a formar parte de los problemas que es necesario superar.

¿Cómo podemos construir en la práctica situaciones de aprendizaje que permitan la autoconfiguración de los deportistas? Siguiendo a Durand (1988) y a Seirul-lo (1993a, 1993b, 1994, 1998b), las categorías fundamentales que debería incluir en su diseño una tarea que pretenda potenciar la autoconfiguración de la estructura funcional de los practicantes serían:

- a) Contribuir a la identificación y jerarquización por parte del deportista de los estímulos propios y del entorno más significativos para llevar a cabo los comportamientos motores perseguidos.
- b) Desarrollar estrategias de decisión variadas (no sólo estímulo-respuesta) adaptadas a las demandas de la situación que se tiene que resolver.

c) Implicar estrategias de programación y ejecución diversas en función de los recursos personales del propio practicante.

d) Afianzar todas las categorías de autoevaluación y autocontrol por parte del deportista a través de la evaluación de la tarea por su propia ejecución y resultado:

Figura 2.3. Condiciones que deben cumplir las situaciones de aprendizaje



FUENTE: Seirul-lo (1993a, 1993b, 1994, 1998b).

2.4. LOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL

Los métodos de enseñanza/entrenamiento en el fútbol se han desarrollado y han cobrado actualidad de acuerdo con la propia evolución que el fútbol ha tenido a lo largo del tiempo. Así, siguiendo a Pacheco (2004), en los inicios el aprendizaje del fútbol se realizó de una forma espontánea y no organizada. El fútbol se jugaba en la calle o en terrenos irregulares, sin la presencia de ningún entrenador, a través de juegos reducidos de 3x3, 4x4,..., en espacios con diferentes dimensiones aunque siempre pequeños.

En un primer momento, el aprendizaje se realizaba por medio de pequeños juegos o juego formal (método global), por ensayo y error, en el que cada jugador controlaba su propio aprendizaje. Tales condiciones originaban la aparición de muchos jugadores dotados de un gran virtuosismo técnico (por ejemplo, la escuela brasileña) aunque con problemas de cultura táctica para entender, sobre todo, cómo actuar en los espacios alejados del centro de juego.

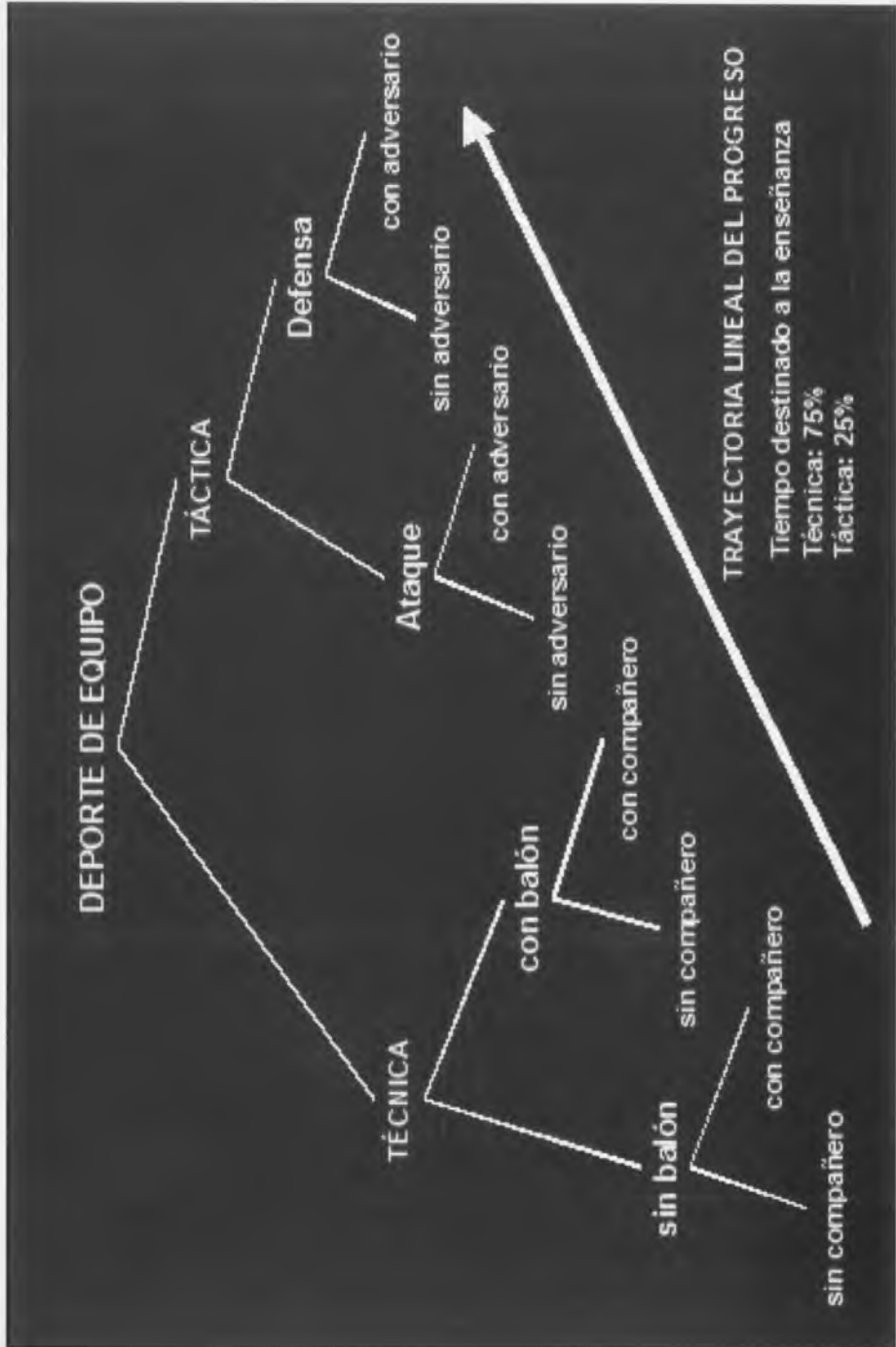
En una segunda fase, sostiene Pacheco (2004), los clubes de fútbol comenzaron a interesarse por la formación de los jóvenes jugadores de una forma organizada. La enseñanza pasó a ser dirigida ya sobre los campos de fútbol, con la presencia de un entrenador (habitualmente un antiguo jugador) y donde imperaba el método basado en la técnica individual (método analítico). La enseñanza del juego pasó a ser dirigida fundamentalmente hacia una correcta ejecución de las diferentes habilidades técnicas, de una forma aislada, estereotipada y alejada del contexto real del juego, donde se pensaba que la mejoría del rendimiento técnico individual implicaría una mejoría en el funcionamiento global del equipo.

Esta concepción metodológica suele representarse por una línea

ascendente en la que se sitúan las diferentes propuestas de actividades construidas por el entrenador. Así, el progreso se produce por acumulación de progresos parciales (ejercicios técnicos) partiendo de la idea de que el joven practicante es un “libro en blanco” o “una caja vacía” que debe ser colmada.

Utilizando como referencia teórica las propuestas de análisis del movimiento provenientes de la biomecánica y la anatomía, las habilidades técnicas fueron descompuestas en multitud de destrezas o técnicas que debían ser presentadas a los debutantes mediante un principio de complejidad creciente, bajo la creencia de que así se facilita su aprendizaje. Esta propuesta suele iniciarse con la presentación de tareas que contienen las técnicas básicas del deporte en cuestión (*posiciones fundamentales, desplazamientos fundamentales, lanzamientos, pases, etc.*). El dominio de las técnicas básicas es un requisito indispensable para una práctica eficaz del jugador. Los debutantes no deben ni pueden iniciar su contacto con el juego directamente: necesitan el dominio previo de las habilidades técnicas.

Figura 2.4. Jerarquización de las acciones según los planteamientos analíticos adaptados al fútbol



FUENTE: Blázquez (1998).

El método de enseñanza basado en la técnica es aquel que todavía impera en nuestros clubes. Si observamos una sesión de entrenamiento, como explica Pacheco (2004), no difiere mucho de aquellas que se hacían hace 20 ó 30 años atrás. Existe una primera parte destinada al calentamiento, realizada normalmente sin balón; una segunda parte dedicada a la práctica de las habilidades técnicas, descontextualizadas del juego, y una tercera parte orientada al juego formal (5x5, 7x7, 11x11).

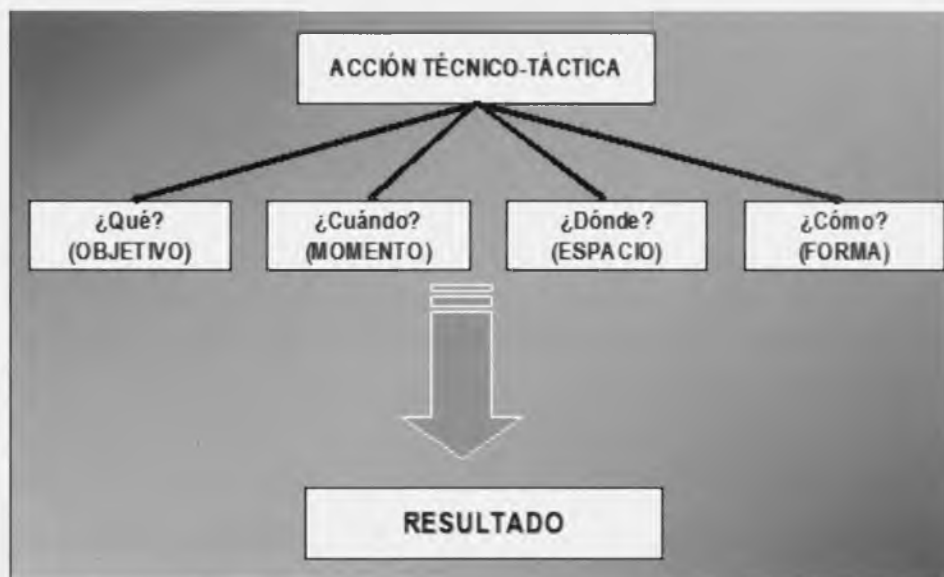
En el transcurso de la segunda parte de las sesiones de entrenamiento, dedicadas al aprendizaje de las habilidades técnicas, observamos muchas veces que éstas se ejercitan de una forma aislada de las situaciones reales de juego. Ello provoca que sea muy difícil mantener la motivación y el rendimiento de los jugadores durante períodos muy largos del tiempo, ya que las situaciones propuestas son poco estimulantes por no poseer los aspectos esenciales del juego, que son la cooperación, la posición y la finalización. Por otro lado, la mayoría de las veces, al llegar a la tercera parte de la sesión, el juego formal (5x5, 7x7 ó 11x11), los jugadores no consiguen aplicar los conocimientos aprendidos anteriormente, pues han entrenado la técnica en situaciones aisladas que después no se presentan en el juego (Pacheco, 2004).

Para Garganta (2000, en Pacheco, 2004), la verdadera dimensión de la técnica reside en su utilidad para servir a la inteligencia y a la capacidad de decisión técnica de los jugadores y los equipos. Si tenemos en cuenta que, en el transcurso de un partido de fútbol, la pérdida de la posesión del balón se debe en más de un 50% de los casos a un error en la toma de decisiones y no a una deficiencia técnica en la ejecución por parte de los jugadores, estos problemas deberían exigir de nosotros una mayor atención en el futuro (Wein, 1995), Un buen ejecutante es, antes de nada, un deportista capaz de seleccionar las técnicas más adecuadas para responder a las sucesivas situaciones del juego (¿lo qué?), ejecutarlas

en el momento idóneo (¿cuándo?), en el espacio adecuado (¿dónde?) y con las características coordinativas precisas: más o menos velocidad, fuerza, dirección,.. (¿cómo?). Por eso la enseñanza y el entrenamiento de la técnica en el fútbol no deben restringirse a los aspectos biomecánicos, es decir, a los gestos; sino que deben atender sobre todo a su adaptación inteligente a la situación de juego (Pacheco, 2004).

Si pretendemos tener en el futuro jugadores inteligentes, es preciso proporcionarles un mayor conocimiento táctico del juego. Sabemos que es importante para su desarrollo como jugadores no sólo saber cómo ejecutar una determinada técnica, sino fundamentalmente saber cuándo, dónde y porqué realizarla. Por ello, en el aprendizaje del juego, la enseñanza de la técnica y la táctica deben ir asociados.

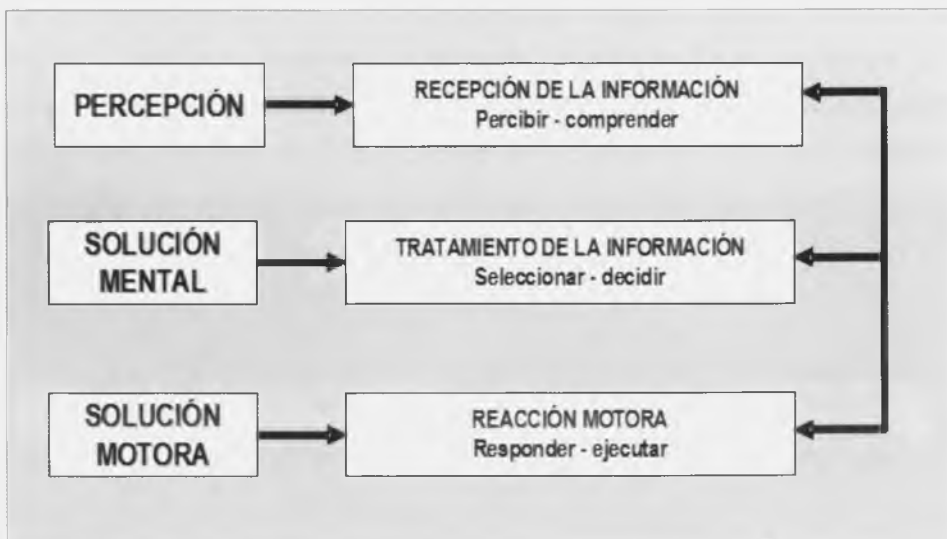
Figura 2.5. Dimensiones de éxito de una acción técnico-táctica en los deportes de equipo



FUENTE: Elaboración propia.

Para Pacheco (2004), actualmente, algunos entrenadores están percibiendo que la enseñanza del juego enfocada exclusivamente hacia los aspectos técnicos por medio de situaciones estrictamente controladas y previsible, impide que muchos jóvenes tengan una comprensión global del juego en sus aspectos básicos como su ubicación en el terreno de juego, la lectura del juego, la capacidad de anticipación, su compenetración con los compañeros de equipo en la defensa y e ataque o en la toma de decisiones correctas.

Figura 2.6. Fases en el tratamiento de la información de una acción táctica compleja



FUENTE: Mahlo (1969).

Estos presupuestos han llevado a la implantación de un nuevo método de enseñanza del juego, basado en la búsqueda dirigida y en los juegos condicionados, como juego de fútbol en los que se ponen algunos

condicionantes para alcanzar determinados objetivos en el juego (método sistémico), intentando formar jugadores inteligentes, capaces de responder de una forma adecuada a las diferentes situaciones del juego (Pacheco, 2004).

Así, existen tres formas diferentes de abordar la enseñanza del fútbol:

- Método global (tabla 5.1)
- Método analítico (tabla 5.2)
- Método sistémico (tabla 5.3)

Tabla 2.1. Características y consecuencias del método global

Características:

- **El juego no está condicionado ni descompuesto**
- **Juego anárquico, no hay alteraciones en los progresos**
- **El equipo es la base fundamental del aprendizaje**
- **Utilización exclusiva del juego formal (5x5, 7x7 ó 11x11)**

Consecuencias:

- **Virtuosismo técnico individual en contraste con una anarquía táctica**
- **Variabilidad en las soluciones motoras pero con descoordinación**
- **Elevado nivel de motivación y de rendimiento en los practicantes**
- **Elevada incidencia sobre los mecanismos perceptivos y de decisión del movimiento, ya que se presentan situaciones imprevisibles que implican un análisis y una toma de decisiones diferenciadas y una incidencia media sobre los mecanismos de ejecución**

FUENTE: Pacheco (2004).

Tabla 2.2. Características y consecuencias del método analítico

Características:

- Se parte de las situaciones técnicas analíticas hacia el juego formal
- El juego se descompone en elementos técnicos jerarquizados (1º pase,...)
- La suma de los rendimientos individuales es igual a la mejoría del equipo

Consecuencias:

- Mecanización de las acciones de juego
- Al ser las soluciones impuestas, hay problemas en la comprensión del juego
- Obsesión por la técnica: mucho tiempo del entrenamiento se dedica a la enseñanza de la técnica y poco tiempo a la enseñanza del juego
- Bajo nivel de motivación, que lleva frecuentemente a los practicantes a un desinterés por las actividades que desarrollan
- Baja incidencia sobre los mecanismos perceptivos y de decisión, ya que se presentan situaciones estables imprevisibles y una gran incidencia sobre los mecanismos de ejecución del movimiento

FUENTE: Pacheco (2004).

Tabla 2.3. Características y consecuencias del método sistémico

Características:

- Se parte del juego hacia las situaciones particulares
- La oposición es la fuente de todo el progreso
- El juego se descompone en unidades funcionales de complejidad creciente (1x1, 3x3, juego de los “cinco pases”, etc.).
- Los principios del juego regulan el aprendizaje

Consecuencias:

- El aprendizaje de las técnicas nace en función de la táctica, de forma orientada.
- Comprensión de los mecanismos y de los principios de juego
- Inteligencia táctica, creatividad en las acciones
- Más tiempo de entrenamiento dedicado a la enseñanza del juego que a la técnica
- Buen nivel de motivación y de rendimiento en las tareas de entrenamiento
- Gran incidencia sobre los mecanismos perceptivos y de decisión del movimiento, ya que se presentan situaciones imprevisibles que implican análisis y toma de decisiones diferenciados y una incidencia media y a veces grande sobre los mecanismos de ejecución siempre que haya necesidad de recurrir a la repetición de determinadas acciones

FUENTE: Pacheco (2004).

En nuestra opinión, el debate acerca del método de enseñanza/entrenamiento a desarrollar en el fútbol es algo más complejo que la simple Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

elección de uno/s en detrimento de otro/s. La utilización de un método u otro sólo puede justificarse si se analiza específicamente el contenido/objetivo del entrenamiento a desarrollar en cada momento, el nivel y la fase en la que se encuentran los jóvenes deportistas (iniciación, perfeccionamiento, rendimiento). En cada caso lo que habrá será una utilización **preferencial**, que no exclusiva, de un método sobre los otros. Así, por ejemplo, en el desarrollo de las acciones técnico-tácticas propias del atacante con balón en una fase de iniciación el método más adecuado nos parece que sería el analítico, pues es el que permite incrementar en mayor medida el tiempo de práctica en las tareas. Sin embargo, si, por ejemplo, queremos trabajar las acciones técnico-tácticas propias del atacante sin balón fuera del centro de juego se impone la utilización del método global o sistémico. Los métodos de enseñanza deben estar adaptados a los contenidos y a los deportistas y no a la inversa.

No obstante, la cuestión clave en cualquiera de las situaciones anteriores se refiere a las condiciones en las que se practican las tareas del entrenamiento/enseñanza. Cuando se proponga un ejercicio, esté basado éste en el método analítico, global o sistémico, la atención del entrenador debe destinarse a mejorar la **interpretación personal que cada sujeto realiza de los acontecimientos ambientales que le rodean**. El aprendizaje del juego reside en la capacidad de cada sujeto para analizar las señales del entorno, identificar los estímulos del contexto más significativos para llevar a cabo los comportamientos motores perseguidos y aplicar las soluciones motrices que se ajustan a sus propias necesidades y recursos (Seirul-lo, 1993a, 1993b, 1994, 1998b). De este modo, puede que el aspecto más relevante a resolver por el entrenador no sea la elección del método de enseñanza/entrenamiento, sino el diseño concreto de las situaciones pedagógicas de aprendizaje. Estas vivencias deben permitir, mediante la automejora de la estructura funcional del deportista, construir

esquemas motrices de respuesta (no modelos técnico-tácticos estables) aplicables a situaciones variables. (Seirullo, 1993a, 1993b, 1994, 1998b). Prestemos atención no sólo al método; la tarea y sus condiciones de práctica son las que fundamentalmente permiten la mejora o no del deportista. Y esas condiciones pueden generarse con metodologías globales, analíticas y/o sistémicas.

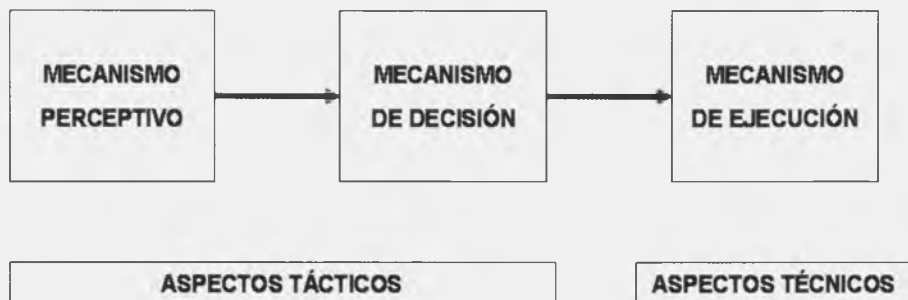


Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

2.5. EL DISEÑO DE TAREAS EN LA ENSEÑANZA DEL JUEGO

2.5.1. LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL

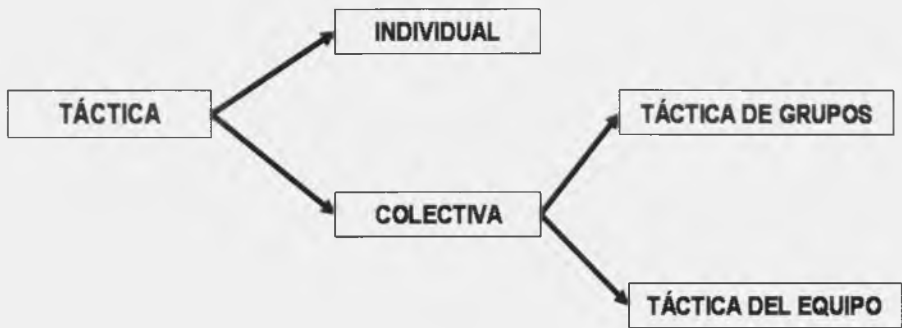
La actuación de los deportistas durante la competición tiene una forma motriz determinada: los programas motores de las acciones. Estos programas están organizados por el mecanismo de ejecución, dando solución a los objetivos de acción propuestos por el mecanismo de decisión.



Podemos definir la técnica como la óptima utilización del sistema de movimiento (músculos, articulaciones) para solucionar los diferentes problemas gestuales que exige el juego. Para Espar y Gerona (2004), el sistema de movimiento utiliza dos estrategias principales para resolver estos problemas: cuando la situación es conocida porque ya ha sido practicada con anterioridad, suele poseer programas motores eficaces que puede aplicar a esa situación; cuando la situación es nueva, entonces utiliza las capacidades coordinativas (de control motor, de adecuación espacial y de adaptación temporal) para hacer una propuesta nueva de acción. Como los

diferentes deportistas se diferencian por sus características antropométricas y coordinativas, a la forma en que cada jugador adapta esta resolución ideal del gesto a su propia particularidad, le llamamos *estilo*.

En los deportes colectivos podemos distinguir dos grandes tipos de táctica, en función del número de jugadores que participan en las acciones: la individual y la colectiva. La colectiva, además podemos dividirla en otros dos grupos: la de grupos y la de todo el equipo.



La táctica individual es la que permite a los jugadores resolver las situaciones de 1 x 1 tanto en ataque como en defensa. Aparte de ser resuelta a través de los determinados elementos técnicos, la táctica individual se sustenta en los medios específicos que cada jugador posee en el momento del enfrentamiento: las intenciones técnico-tácticas.

Mediante el entrenamiento de la táctica individual se estará enseñando el rol del atacante con balón (ACB) y el rol del defensor del atacante con balón (DACB). En la Tabla 5.4 se presentan las intenciones y las acciones técnico-tácticas propias de estos roles. El atacante con balón (ACB): puede tener diferentes intenciones técnico-tácticas. La primera de

ellas es **conservar el balón**, que podrá realizarlo mediante unas acciones técnico-tácticas en función de la presencia de adversario o no. Estas acciones serán: *pase, control y conducción*, ya sea en una situación de 1x1 ó 1x0, o *regate y protección*, siempre que se encuentre en 1x1. Si su intención es la de **progresar hacia la meta rival**, podrá hacer una *conducción*, un *control* o un *pase* (en 1x1 ó 1x0), o *regate* en situaciones de 1x1. Por último, si el ACB tiene intención de **finalizar la acción ofensiva**, podrá realizar un *remate*. El defensor del atacante con balón (DACB): sus intenciones técnico-tácticas serán siempre contrarias a las del ACB, por lo que en este caso, estaremos siempre en situaciones de 1x1. Puede intentar **recuperar el balón**: mediante las acciones técnico-tácticas de *entrada, interceptación o carga*. Puede intentar **impedir la progresión** del ACB hacia su portería, mediante la *temporización defensiva* o la *disuasión*. O bien, puede tratar de **proteger su portería**, mediante la *interceptación, el despeje o el desvío*.

Tabla 2.4. Roles sociomotores, intenciones y acciones técnico-tácticas en el juego individual

TÁCTICA INDIVIDUAL		
Rol	Intención técnico-táctica	Acción técnico-táctica
ACB	Conservar la posesión del balón Progresar hacia la portería Finalizar la acción ofensiva	Control Regate Protección Conducción Pase Remate
DACB	Recuperar la posesión del balón Impedir la progresión del atacante Proteger la portería	Robo Disuasión Interceptación Desvío Despeje Temporización

FUENTE: Elaboración propia.

2.5.1.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO INDIVIDUAL

En los deportes colectivos, por la importancia que tienen el momento de actuación, los elementos técnicos deben ir acompañados de la táctica individual, es decir, deberían ser enseñados como técnica y táctica individual (Espar y Gerona, 2004).

Pero es posible que algunos contenidos no puedan ser aprendidos de forma correcta, que necesitemos acotar un determinado elemento técnico para conseguir un mejor aprendizaje. Para estas situaciones debemos intentar que los ejercicios que se diseñen sean lo más “ricos”, lo más completos posibles.

Para ello, debemos:

- Realizar los ejercicios en condiciones reales, es decir, que esté presente el balón, que las condiciones del espacio y tiempo sean similares a las reales, y que en el ejercicio haya colaboración, oposición o bien los dos elementos.
- Trabajar encadenamientos de diferentes elementos.

En la Tabla 2.5 se presenta a modo de ejemplo cómo podría ser la enseñanza de los diferentes elementos técnico-tácticos propias del juego individual (los contenidos) en las diferentes categorías federativas. Se presenta el contenido técnico-táctico, el método de trabajo (analítico o global/sistémico), los medio generales y su grado de relevancia en cada categoría federativa.

Tabla 2.5 La enseñanza del juego individual en el fútbol

ACCIÓN TÉCNICA	MÉTODOS	MEDIOS GENERALES	PREBENJ.- BENJAMIN	ALEVÍN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL
PASE	ANALÍTICO	Parejas, trios,...	+	+	++	+++	+
		Juegos	+	+	++	+++	+
	INTEGRADO	Rondos	++	++	+++	+++	++
		Conservación	+++	+++	++	++	++
		Tareas jugadas	+++	+++	+++	+++	+++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
CONDUCCIÓN	ANALÍTICO	Circuito	+	++	+++	+++	+
		Juegos	+	++	+++	+++	+
	INTEGRADO	Tareas jugadas	+++	+++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
PROTECCIÓN	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	++	++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
REGATE	ANALÍTICO	Juegos	+	++	+++	+++	++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	+++	+++	+++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
CONTROL	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	++
		1+1, 1+2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	++	++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
ROBO	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	++	++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
ENTRADA	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	++	++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	+++
INTERCEPCIÓN	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	++	++	++	+++	++
		Juego real modificado	+++	+++	+++	+++	++
DISUASIÓN	ANALÍTICO	Juegos	+	+	++	+++	+++
		1x1, 1x2,...	+	+	++	+++	+++
	INTEGRADO	Tareas jugadas	+	+	++	+++	+++
		Juego real modificado	+	+	++	+++	+++

FUENTE: Modificado de Alonso y Roperó (2002)

2.5.1.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO INDIVIDUAL

Una propuesta de los posibles criterios metodológicos a seguir en la construcción de tareas que pretendan desarrollar el juego individual en el fútbol podría ser la siguiente (Espar, 1998; Famose y Temprado, 1999; Harre, 1987; Manno, 1991; Martín Acero, 1998; Massafret, 1998; Meinel y Schnabel, 1987; Morino, 1995; Seirul-lo, 1993a, 1993b, 1994, 1998):

- **Variaciones en los elementos de las tareas que estimulan preferencialmente el soporte fisiológico de los deportistas (capacidades condicionales).** Como ejemplo podemos proponer una tarea con un tiempo de trabajo de 20 a 35 segundos (potencia anaeróbica láctica) en la que se encadenan distintas acciones inespecíficas o específicas (regates, lanzamientos, pases,...) condicionados por los comportamientos de los compañeros y los adversarios.

- **Variaciones en los elementos de las tareas que estimulan preferencialmente el componente motor de la ejecución (capacidades coordinativas):**
 - Variaciones en la ejecución del movimiento.
 - Combinación de movimientos.
 - Variaciones en las condiciones temporales de la ejecución.

- **Variaciones en los elementos de las tareas que estimulan preferencialmente el componente decisional de la ejecución (capacidades cognitivas):**
 - Variaciones en la recepción de la información.
 - Variaciones en la toma de decisiones.

- **Variaciones en los componentes formadores del propio juego (elementos estructurales).**



A continuación se presenta, a modo de resumen, una propuesta de los diferentes criterios metodológicos y en qué gradiente podrían ser manipulados para el entrenamiento del juego individual en las categorías de formación en el fútbol. En la columna de la izquierda se pueden leer los cuatro grandes aspectos susceptibles de ser modificados en las tareas (capacidades condicionales, coordinativas y cognitivas y elementos estructurales) y a la izquierda las categorías federativas de referencia. Cada elemento ha sido graduado en su dificultad con el fin de adaptar las tareas al nivel mostrado en cada momento por los jóvenes futbolistas.

Figura 2.7. El diseño de las tareas en el juego individual. Algunos criterios metodológicos

		PREBENJAMIN	BENJAMIN	ALEVIN	INFANTIL	CADETE	JUVENIL
CAPACIDAD CONDICIONAL	Repeticiones	5	4	3	5	4	2
	Volumen	3	3	3	4	4	5
	Intensidad	3	3	3	4	5	5
	Fatiga	1	2	3	4	5	5
	Pausas	5	4	3	3	1	1
	velocidad ejecución	2	3	4	4	5	5
CAPACIDAD COORDINATIVA	Lateralidad	5	4	3	3	1	1
	Simetrización	1	2	3	3	4	5
	variedad superficies de contacto	1	2	3	4	5	5
	cambios de dirección-sentido	2	2	3	4	5	5
	oposición activa	2	3	3	4	5	5
CAPACIDAD COGNITIVA	soluciones posibles	1	2	2	3	4	5
	estímulos	1	2	3	3	4	5
	número de objetivos de la tarea	1	1	2	3	4	5
	elementos distractores	1	1	2	3	4	5
ELEMENTOS ESTRUCTURALES	compañero	1	2	3	4	5	6
	Adversario	2	3	3	4	5	5
	dimensiones del espacio	5	5	4	3	2	1
	tiempo de percepción-decisión- ejecución	5	4	3	2	1	1
	adaptación de la meta	5	5	5	3	1	1
	adaptación del reglamento	5	5	5	3	1	1

FUENTE: Elaboración propia. 1 = poco importante 5= muy importante

2.5.2. LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO. LA TÁCTICA DE GRUPOS Y DEL EQUIPO

La **táctica o juego de grupos** son las relaciones que se establecen entre dos o más jugadores (situaciones de 2x2 o 3x3) encaminadas a conseguir ventaja sobre los oponentes o para minimizar los efectos de ésta (Espar y Gerona, 2004). Estas relaciones se producen dentro del **espacio de centro de juego** y, más concretamente, en el espacio de **ayuda mutua**, donde en número reducido los ASB próximos a él participan en esa situación ayudando al ejecutor a concluir su actuación de manera exitosa. Es la forma habitual de resolver las diferentes acciones de 2x2 o 3x3 y en algunas ocasiones esta colaboración-oposición se puede extender a más jugadores, además de trabajar dichas confrontaciones por líneas: defensas, medios, delanteros. Estas acciones y la proximidad espacial definen un valor espacial donde las interacciones afectivas interpersonales son de alto valor (Seirulo-lo, 2004). Mediante el entrenamiento de la táctica de grupos se estará enseñando el rol del atacante sin balón en el centro de juego (ASB dentro CJ) y el rol del defensor del jugador con balón (DASB dentro CJ). En la Tabla 5.5 se presentan las intenciones y las acciones técnico-tácticas propias de estos roles.

Mientras estos acontecimientos están sucediendo en un lugar concreto del espacio de juego, la totalidad del espacio restante debe estar ocupado de una determinada manera por el resto de componentes del equipo y todos ellos deben estar en situación de cooperación con los que están en la interacción de ayuda mutua. Los individuos que cooperan se ajustan espacialmente respecto al espacio de intervención en diferentes coordenadas que atienden a los sistemas de juego globales que el entrenador haya propuesto para ese partido y que tienen una diferente interpretación en función de la fase de ataque o defensa en que se encuentra el equipo. El espacio que ocupan los jugadores que están cooperando se denomina

espacio de fuera del centro de juego o espacio de fase. Se trata de la táctica o juego colectivo. Mediante el entrenamiento de la táctica del equipo se estará enseñando el rol del atacante sin balón fuera del centro de juego (ASB fuera CJ) y el rol del defensor del jugador sin balón fuera del centro de juego (DASB fuera CJ).

Tabla 2.5 Roles sociomotores, intenciones y acciones técnico-tácticas en el juego colectivo

JUEGO COLECTIVO					
TÁCTICA DE GRUPOS			TÁCTICA DEL EQUIPO		
Rol	Intención técnico-táctica	Acción técnico-táctica	Rol	Intención técnico-táctica	Acción técnico-táctica
ASB dentro CDJ	Buscar la recepción del balón	Desmarque de apoyo	ASB fuera CDJ	Vigilar para intervenir en el centro de juego	Desplazamientos ofensivos
DASB dentro CDJ	Crear un espacio libre	Desmarque de ruptura	DASB fuera CDJ	Vigilar para crear equilibrio defensivo	Desplazamientos ofensivos Control a distancia

FUENTE: Elaboración propia.

2.5.2.1. LA ENSEÑANZA DEL JUEGO COLECTIVO

Siguiendo a Espar y Gerona (2004), es posible reconocer dos estrategias metodológicas diferentes a la hora de diseñar la enseñanza del juego colectivo. La primera se basa en permitir que los jugadores respondan libremente a las situaciones de juego propuestas y vayan, de sea forma, descubriendo la necesidad de ayudarse. En una estrategia lenta pero que deja huella en los jugadores, ya que se basa en propia

interpretación personal para resolver las tareas. La segunda estrategia se basa en la ejecución de los modelos preparados específicamente por el entrenador para resolver las situaciones de juego. Es una forma más rápida, aunque llevada a su máxima expresión podría ser perjudicial para el aprendizaje, pues los jugadores pueden tender a resolver las situaciones con patrones de respuesta conocidos pero no apropiados a la situación.

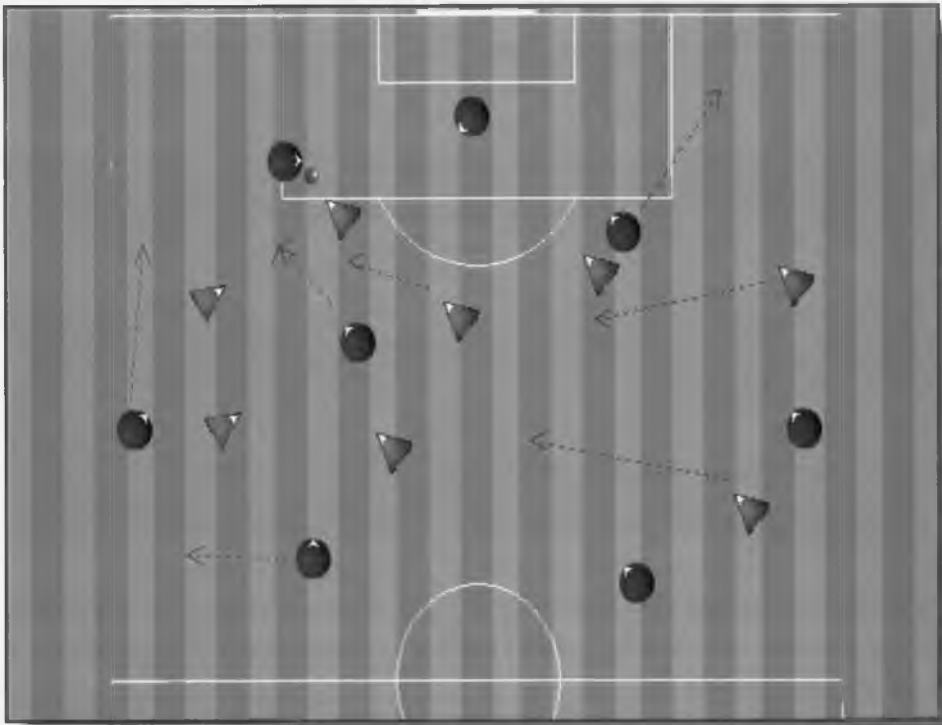
La fórmula intermedia suele dar buenos resultados. En primer lugar, enseñar las formas de colaboración de forma simple va a permitir a los jugadores poder entender la esencia del juego. Sin llegar a automatizar, estas formas de resolución deben ser modificadas para buscar otras respuestas. Cuando ya existan varios esquemas formados, la utilización alternativa de los mismos permitirá que los jugadores ajusten sus conocimientos a las situaciones de juego.

2.5.2.2. EL DISEÑO DE LAS TAREAS EN EL JUEGO COLECTIVO

Para desarrollar estas situaciones apostamos por los *Juegos Modificados (JM)*. El punto de partida de esta propuesta surge de la necesidad de construir una forma modificada del juego que, proponiendo situaciones de práctica facilitadas con respecto a las reales (menor complejidad), sea adecuada a los niveles de interpretación que en cada momento poseen los jóvenes practicantes y, al mismo tiempo, estimule eficazmente la adquisición de los conceptos específicos y las competencias asociadas a cada fase evolutiva o etapa en la enseñanza del fútbol. Los juegos modificados permiten, a diferencia de los partidos, simplificar la enorme complejidad de éstos, haciendo aparecer únicamente o de forma preferencial los elementos sobre los que nos interese trabajar. los JDC. Las ideas clave que soportan este modelo de intervención son la siguientes

(Mertens y Musch, 1990): (1) Simplificación del juego formal en formas modificadas del juego. (2) Relación entre formas de ejercitación y formas de juego. (3) Modo de integrar formas de ejercitación y formas de juego en el desarrollo de la enseñanza.

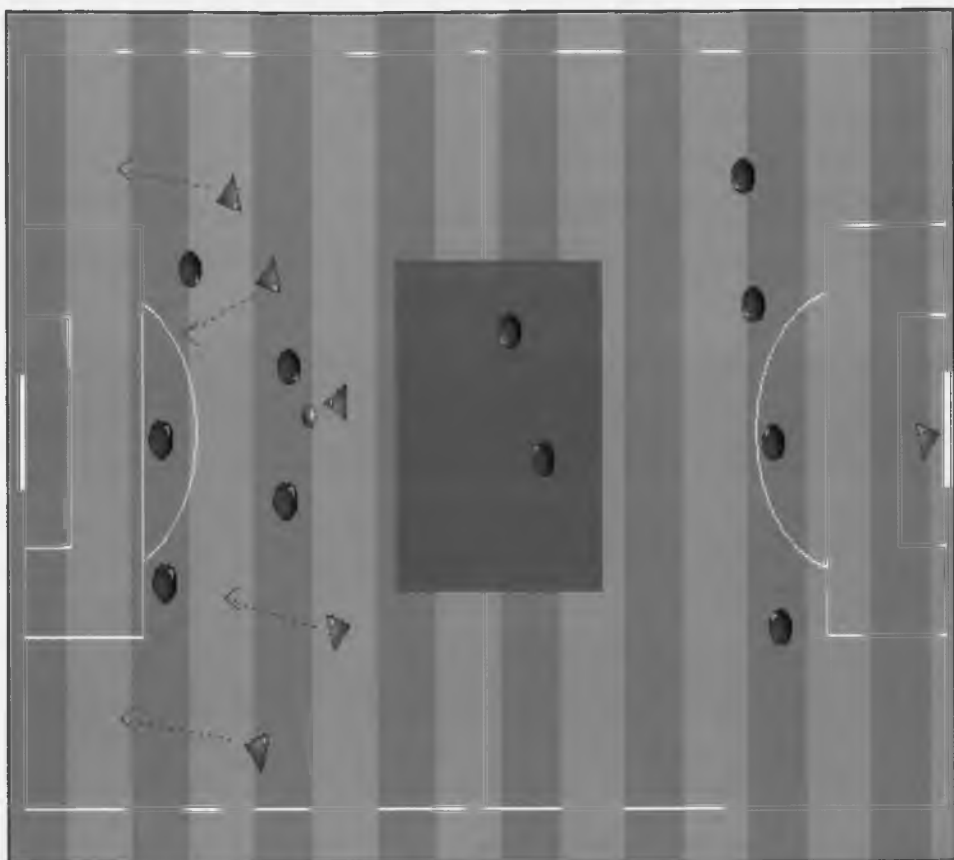
Ejemplo. **El juego de los 10 pases.**



El conocido juego de los 10 pases es un buen ejemplo de este tipo de tareas; pero es importante que introduzcamos los elementos preferenciales sobre los cuales queremos incidir en el juego:

- Obligar a realizar una secuencia concreta de pases.
- Nº de pases (mínimo o máximo)
- Tipo de pases y zonas.

Ejemplo: Juego con continuidad



6x5 en continuidad. El grupo que tenga éxito, es el que sale en contraataque hacia la portería contraria del campo. Se puede incluir una zona donde habrá cierta oposición (guardarla) al avanza en contraataque. Espacio 50 x 40.

Variaciones::

- Obligar a realizar una secuencia concreta de pases.
- Nº mínimo o máximo de pases.
- Obligatorio hacer alguna/s acciones técnico-tácticas.
- Finalizar por algún corredor.

Los factores básicos o variables decisivas a tomar en consideración en la construcción de situaciones de enseñanza/aprendizaje serían:

- **ESPACIO:** que se refiere al entorno de práctica y a su organización, forma geométrica, dimensión, medios materiales utilizados.
- **TIEMPO:** que se refiere al número de veces o tiempo de actividad (en el ataque y la defensa) consumido en las tareas propuestas, frecuencia de las acciones de juego, velocidad de ejecución, ritmo de juego, duración de las acciones (condicionantes técnicos), índices de eficacia en la sesión.
- **COMPAÑEROS/ADVERSARIOS:** que se refiere a la cuantificación y adaptación de los medios humanos utilizados durante la actividad (número de atacantes y defensores) y sus funciones (número de delanteros, defensas o mediocampistas), definición de metas, tareas y funciones.
- **META:** que se refiere al número de porterías presentes en la tarea, a su localización espacial o a la introducción de objetivos parciales en el juego.
- **REGLAS:** que se refiere a los condicionantes introducidos por el entrenador para adaptar y/o modificar los comportamientos técnico-tácticos: cuantificación de las situaciones de juego en función de los tantos, introducir reglas cualitativas (tiempo de posesión, número de contactos con el balón), limitaciones sobre los espacios y su utilización.

- **BALÓN:** que se refiere al número de móviles presentes en la tarea, peso, perímetro o limitaciones en el contacto por parte de los futbolistas.

La manipulación o alteración de algunos de los elementos de la estructura de la tarea constituye un criterio pedagógico en el que el entrenador puede apoyarse para construir el grado de complejidad de la tarea propuesta, adaptándola al nivel de aprendizaje de los practicantes y permitiendo la estimulación o inhibición de las intenciones y acciones técnico-tácticas buscadas. Algunas de estas variantes en la construcción de las situaciones de enseñanza/aprendizaje podrían ser las representadas en los siguientes cuadros:



Elementos de la lógica interna del fútbol	Modificaciones pedagógicas	Consecuencias funcionales en el juego
ESPACIO	AMPLIACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> * Facilita la fluidez en el juego * Disminuye la densidad jugadores/espacio * Estimula la aparición de interacciones positivas entre los jugadores * Juego de conjunto más seguro * Más tiempo para el control del balón * Más espacio para el poseedor del balón * Visión de juego facilitada * Juego sin balón más controlable * Disminución de situaciones de 1x1
	REDUCCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> * Aumenta la densidad jugadores/espacio * Dificulta la aparición de interacciones positivas entre los jugadores * Juego de conjunto más difícil * Menos tiempo para el control del balón * Menos espacio para el poseedor del balón * Visión de juego dificultada * Intensidad física del juego mayor * Incremento de situaciones de 1x1 * Disminuye el espacio de tránsito entre el ataque y la defensa.
	ZONAS CON LIMITACIONES en la intervención de los jugadores	<ul style="list-style-type: none"> * Aparición de comportamientos específicos (carácter, velocidad de juego, etc.) según el tipo de consigna introducida por el entrenador * Facilita la fluidez en el juego
TIEMPO	CORTO (en juego)	<ul style="list-style-type: none"> * Exigencia de mayor calidad en la toma de decisión (mayor presión espacio-temporal) * Intensidad física del juego mayor * Juego con la iniciativa (en el caso de derrota momentánea) o con la expectativa (en el caso de victoria momentánea) * Velocidad de juego incrementada (derrota) o disminuida (victoria) * Mayor exigencia en la elaboración de las acciones.
	LARGO (en juego)	<ul style="list-style-type: none"> * Mayor tiempo para la toma de decisiones y organización de la estrategia (menor presión espacio-temporal)

Elementos de la lógica interna del fútbol	Modificaciones pedagógicas	Consecuencias funcionales en el juego
TIEMPO	ACELERAR EL RITMO DE JUEGO	<ul style="list-style-type: none"> * Intensidad del juego menor * Mayor exigencia en la elaboración de las acciones ofensivas * Necesidad de llevar la iniciativa en el juego * Intensidad del juego mayor * Velocidad de juego incrementada * Incremento de la exigencia en cuanto a la destreza técnica * Incremento de la exigencia en cuanto a la comprensión táctica (percepción y decisión)
	RALENTIZAR EL RITMO DE JUEGO	<ul style="list-style-type: none"> * Menor exigencia en la elaboración de las acciones ofensivas * Actuación con la expectativa en el juego * Intensidad del juego menor * Velocidad de juego disminuida
	COMBINACIONES DE DIFERENTES SECUENCIAS TEMPORALES (juego rápido-lento, , lento-rápido,... etc.)	<ul style="list-style-type: none"> *Exigencia de saber "leer" correctamente el juego. * Combinaciones de las características propias de la aceleración/ralentización del ritmo de juego
META	INTRODUCIR OBJETIVOS PARCIALES EN EL JUEGO (llegar con el balón controlado a..., dar "x" número de pases antes de..., etc.)	<ul style="list-style-type: none"> * Descentralización de las acciones de juego en los espacio próximos a las porterías * Facilita la fluidez del juego * Mayor dispersión de la acción de juego (más escenarios para la acción, atención dispersa) * Determina el comportamiento estratégico de los jugadores y los equipos en función de la zona en donde se desarrolla el juego (más cerca, más lejos de la meta y zonas de rentabilidad táctica y/o ganancia parcial). * Aparición de diferentes orientaciones en la dirección del juego: su utilización para adquirir/evitar profundidad (juego a lo largo orientado hacia la meta), verticalidad (centrado/descentrado respecto a la meta) y amplitud (juego en anchura, mismo lado/opuesto), el juego a lo largo y ancho, la concentración (juego en el espacio próximo), la dispersión (juego en el espacio lejano), la alternancia (cerca/lejos) y el uso del espacio en función de la posesión, o no, del móvil por parte de un equipo (ampliación de espacios/reducción de espacios)

Elementos de la lógica interna del fútbol	Modificaciones pedagógicas	Consecuencias funcionales en el juego
META	INCREMENTAR EL NÚMERO DE PORTERÍAS	<ul style="list-style-type: none"> * Favorece la comprensión del juego * Descentralización de las acciones de juego en los espacio próximos a las porterías * Facilita la fluidez del juego * Distribución de los jugadores por todo el espacio de juego * Aumenta el número de focos de interés en el juego. * Incremento de la complejidad del juego
	JUEGO SIN PORTERÍAS	<ul style="list-style-type: none"> * Surgen objetivos propios en la tarea dferentes de los específicos del fútbol (gol) * Mayor concentración de los jugadores en torno al balón. * Menos focos de atención para los jugadores. * Favorece la comprensión del juego * Incremento complejidad del juego
	MODIFICACIÓN ESPACIAL DE SU SITUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> * Facilita la comprensión del juego * Incrementa la fluidez del juego * Aumenta la complejidad del juego * Puede facilitar el pensamiento estratégico en el juego
	VARIAR EL SISTEMA DE PUNTUACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> * Puede facilitar el pensamiento estratégico en el juego * Puede ajustar el equilibrio de opciones para todos los jugadores
REGLAS	INTRODUCIR REGLAS ESPECIALES	<ul style="list-style-type: none"> * Puede facilitar la eliminación del espacio de tránsito * Puede facilitar la calidad de las acciones de los jugadores * Incrementa la complejidad del juego
	MODIFICAR EL SISTEMA DE RELACIONES ENTRE LOS PARTICIPANTES	<ul style="list-style-type: none"> * Disminuye o incrementa la densidad jugador/espacio * Estimula o dificulta la calidad de las interacciones entre los jugadores

Elementos de la lógica interna del fútbol	Modificaciones pedagógicas	Consecuencias funcionales el juego
COMPAÑEROS/ ADVERSARIOS	SUPERIORIDAD NUMÉRICA (3:1, 4:2)	<ul style="list-style-type: none"> * Estimula la aparición de interacciones positivas entre los jugadores * Facilita el desarrollo de la fase ofensiva * Desequilibrio ataque/defensa * Incrementa el tiempo de compromiso motor de los atacantes con el balón
	JUEGO CON NEUTRALES ADICIONALES (3: 3 +1)	<ul style="list-style-type: none"> * Permite aproximarse progresivamente a una situación de cooperación/oposición real, disminuyendo las facilidades para el ataque.
	JUEGO EN IGUALDAD NUMÉRICA (6:6)	<ul style="list-style-type: none"> * Equilibrio permanente entre el ataque y la defensa
	JUEGO CON IGUALDAD NUMÉRICA y situaciones del entorno similares a las reales: espacio, tiempo, reglas,...	<ul style="list-style-type: none"> *Especificidad del entorno del juego en el comportamiento de los deportistas
	INFERIORIDAD NUMÉRICA (4:6, 6:8)	<ul style="list-style-type: none"> * Limita la aparición de interacciones positivas entre los jugadores * Dificulta el desarrollo de la fase ofensiva * Desequilibrio defensa/ataque
BALÓN	SIN OPOSICIÓN	<ul style="list-style-type: none"> * Facilita la relación jugador-balón * Incrementa el tiempo de compromiso motor de los practicantes
	INCREMENTO DEL NÚMERO	<ul style="list-style-type: none"> * Aumenta la fluidez del juego * Estimula la maduración de la percepciones visuales y la toma de decisión * Incremento complejidad del juego * Modifica el sistema de interacciones entre jugadores * Incrementa el número de focos de atención de los deportistas
	PESO-PERÍMETRO	<ul style="list-style-type: none"> * Introduce elementos perturbadores en el juego * Incrementa la dificultad en la construcción del juego

FUENTE: Elaboración propia.

2.5.3. LAS TAREAS EN LOS SISTEMAS DE JUEGO

2.5.3.1. ¿QUÉ SON LOS SISTEMAS DE JUEGO?

Los sistemas de juego son el conjunto de normas que rigen las acciones individuales, grupales y colectivas con el objetivo de obtener el máximo rendimiento de todo el equipo y jugadores (Espar y Gerona, 2004). Para estos autores, un sistema de juego debe regular:

- la situación de los jugadores en el terreno de juego.
- lo que deben hacer desde un punto de vista individual.
- lo que deben hacer desde un punto de vista colectivo.

Los sistemas de juego definen la ocupación del espacio de juego por parte de los componentes de un equipo en ataque y en defensa en el espacio de fuera del centro de juego o espacio de fase. Los entrenadores deben definir y dimensionar los espacios de fase donde se ubican los jugadores, su disposición en él, la velocidad con la que debe circular el balón, la actividad motriz por realizar,.. para así inducir las características de las situaciones de cooperación-oposición en el centro de juego (espacio de intervención y ayuda mutua) y que van a resolver los miembros del equipo (Seirul-lo, 2004).

Los sistemas defensivos se definen en función de los diferentes tipos de marcaje. Cuando los marcajes realizados por todos los jugadores son individuales hablamos de *defensa individual*. Cuando los marcajes se ocupan de determinadas zonas del espacio hablamos de *defensa zonal*. Cuando hay una combinación de los dos tipos de marcaje hablamos de *defensas mixtas*. Además, la defensa puede asumir un rol más activo, defendiendo

lejos de la portería, procurando recuperar rápidamente la posesión del balón e intentando obligar al ataque a cometer errores (iniciativa en el juego) o, por el contrario, asumir un rol más pasivo, defendiendo más cerca de la portería y dando la iniciativa al adversario, esperando que éste cometa errores (expectativa en el juego temporizando las acciones del equipo rival) (Garganta y Pinto, 1997).

Los sistemas ofensivos suelen clasificarse en función del movimiento de los atacantes, de la velocidad en el tránsito del centro de juego en el terreno o del tipo de defensa a la que están atacando.

El *ataque combinativo* se fundamenta en una aproximación a la portería rival de forma gradual, observándose claramente el inicio, la progresión y la culminación de la acción ofensiva. Se fundamenta en dos principios: conservación del balón y seguridad/precisión en la construcción del ataque. El *ataque directo* se fundamenta en una aproximación rápida a la portería contraria, limitando las subfases de inicio y construcción del ataque, a través de envíos largos y verticales hacia la zona de finalización o sus inmediaciones. El *contraataque* es un modelo táctico general ofensivo fundamentado en una transición rápida después de la recuperación del balón, con el fin de aprovechar la desorganización defensiva momentánea del rival que ha perdido la posesión. Además, el ataque puede basar su organización en una actitud más objetiva, directa y agresiva donde el riesgo asumido es alto (juego con iniciativa acelerando el ritmo de las acciones) o, por el contrario, en una actitud menos intensa que se traduce en un juego menos directo, más lento, valorando el mantenimiento de la posesión (juego sin iniciativa desacelerando el ritmo de las acciones).

Tabla 2.6. Sistemas de juego y características en el fútbol

SISTEMAS DE JUEGO		
FASE DEL JUEGO	TIPOS	INTENCIÓN en el juego
ATAQUE	Directo Nominativo Contraataque	Iniciativa Expectativa
DEFENSA	Individual Zonal Mixta	Iniciativa Expectativa

FUENTE: Elaboración propia.

2.5.3.2. ¿CÓMO SE ENSEÑAN LOS SISTEMAS DE JUEGO?

La enseñanza y el entrenamiento de un sistema de juego es una tarea de enorme complejidad. La primera cuestión que debe resolverse es la descripción exacta de lo que se espera de cada jugador en cada momento. Cada entrenador debe realizar una descripción exhaustiva de los roles de sus sistemas de juego y las acciones posibles a realizar por cada jugador en función de la localización del balón, del espacio en que se encuentra éste y él mismo y, a ser posible, del tiempo en que nos encontraremos en el partido.

Una vez aclarados estos puntos, se deben traducir esas orientaciones a las implicaciones individuales que va a suponer. Y consecuentemente, preparar tareas de forma individual que garanticen que no habrá problemas de orden técnico-táctico para resolver las situaciones del sistema de juego a emplear. Intentar enseñar un sistema de juego para el que los jugadores no están preparados es una puerta abierta al fracaso a medio plazo.

Las tareas de táctica de grupos (a utilizar como elementos de

colaboración dentro de ese sistema determinado) también deben quedar resueltas antes de pasar al acoplamiento de conjunto. Finalmente debemos diseñar las tareas que abarquen a todos los jugadores del equipo.

2.5.3.3. ¿CÓMO SE DISEÑAN LAS TAREAS DE LOS SISTEMAS DE JUEGO?

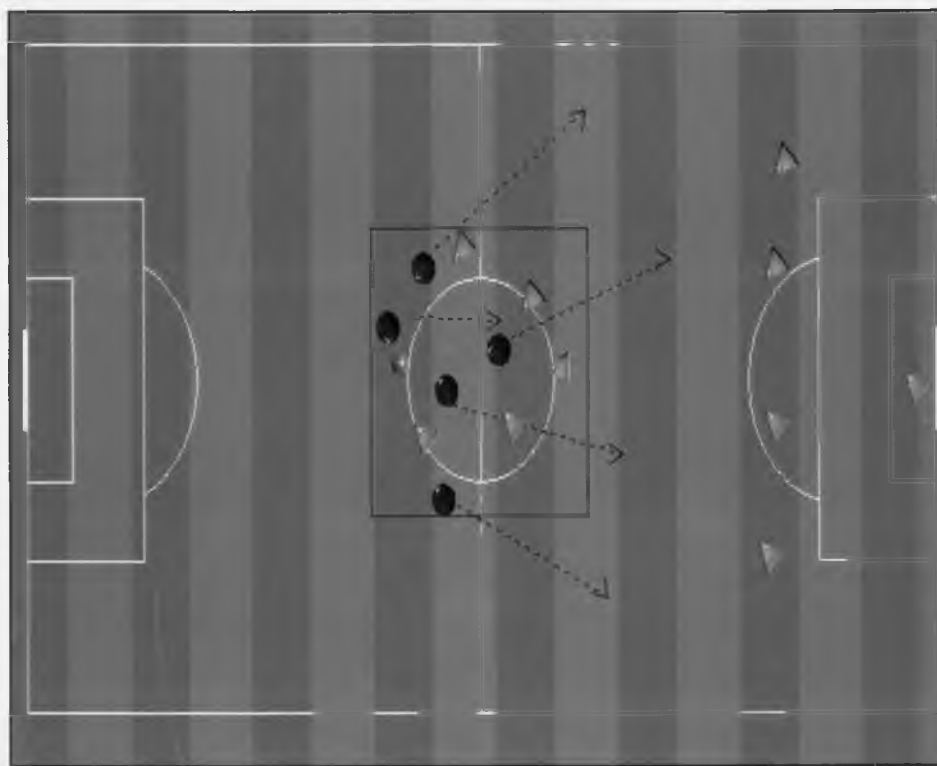
Hasta llegar a dominar todos los elementos y situaciones que aparecen durante los partidos, es necesario ayudar a los jugadores a que puedan mantener su concentración en pocos elementos y que progresivamente, una vez estén dominados algunos, vayamos introduciendo otros nuevos. En esta etapa los contenidos específicos a estimular son las fases del juego. Hay que trabajar todas las etapas del juego y sus posibilidades: ataque, defensa, contraataque, repliegues,...

LA ENSEÑANZA Y ENTRENAMIENTO DE LOS SISTEMAS DE JUEGO

En una primera etapa, cada una de las fases del juego se trabajará por separado, con las posibilidades propias de estos ejercicios, que son:

- Valorar el % de eficacia, como por ejemplo, realizar 10 ataques y valorar el resultado.
- Ejecutar una acción hasta hacerla bien, o un número de veces.
- Modificación parcial del reglamento. Esta es una variable que debemos utilizar acertadamente, pues nos permitirá limitar mucho mejor el contenido que queremos que se vea reflejado en el ejercicio: por ejemplo, realizar 5 ataques a una defensa zonal donde el equipo debe pasar el balón por los tres pasillos del espacio (corredor central y laterales) antes de lanzar.

diferentes intenciones tácticas al cambiar de fase de juego. Los deportistas deben reconocer su importancia en el juego dependiendo de su rol en el juego (atacante/defensor con y sin balón) y su proximidad al centro del juego.



Contenido de trabajo: desmarques de apoyo en el mantenimiento de la posesión más contraataque. Los cinco atacantes realizan 10 pases frente a los defensores y el equipo que tenga éxito es el que sale al contraataque en una situación de 5x4.

- Variantes: incidir en la motricidad de la defensa o del ataque en función del objetivo.

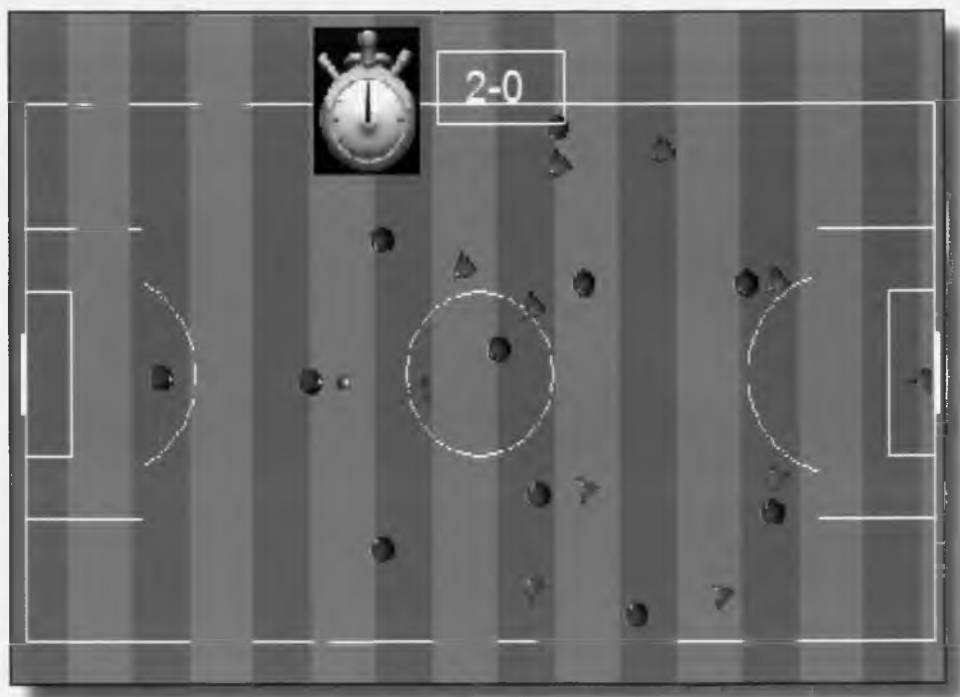
LA APLICACIÓN ESTRATÉGICA O CONTROL DEL PARTIDO

La última etapa será la preparación de la competición. El trabajo con este tipo de ejercicios permite integrar todos los elementos dentro de la competición. Si es difícil centrar la atención por causa de algún aspecto que no esté dominado, deberíamos proponer ejercicios que resuelvan este conflicto y volver posteriormente a este grupo de tareas.

Es importante igualar las condiciones del enfrentamiento. De esta manera todos los jugadores deberán esforzarse al máximo y consigan estar preparados para mantener este nivel de exigencia durante todo el partido de competición.

Además de trabajar la preparación del partido en sí, es necesario también abordar objetivos o aspectos concretos de la competición. Para ello podemos realizar partidos en condiciones diversas:

- Reglamento diferente para algún objetivo, ya sea para que todo el equipo o sólo para algunos jugadores.
- Partir de situaciones de desventaja: partidos cortos de pocos minutos empezando perdiendo, jugar en superioridad o inferioridad numérica,...
- Valorar otros aspectos como las recuperaciones del balón, pases,...
- Valorar cada acción dentro de la situación ataque-defensa. Por ejemplo si hay gol o lanzamiento, se sigue atacando.



Situación de partido donde un equipo empieza con una desventaja de 2 a 0 a falta de 10'. Es importante que se mentalice a los jugadores de las conductas a buscar en dichas situaciones:

- Para el equipo que lleva ventaja:
 - No precipitarse, manteniendo la posesión del balón incluso con un sentido defensivo
 - Evitar las faltas en contra en zonas peligrosas.
- Para el equipo que va con desventaja:
 - Presionar en zonas avanzadas del espacio.
 - Elaborar las jugadas con rapidez.

REFERENCIAS

- Alonso, M. y Ropero, B. (2004). *Planificación das etapas de formación do fútbol*. 10º Congreso de Ciências do Desporto de da Educaçao Física dos países de lingua portuguesa. Oporto.
- Álvarez, J. (1995). *Estructura, planificación y programación de los deportes de equipo*, Master en Alto Rendimiento Deportivo: Módulo 2.1.7., Madrid: C.O.E.-Universidad Autónoma de Madrid.
- Álvarez, J.; Dorado, A.; González Badillo, J.J.; González, J.L.; Navarro, F.; Molina, J.J.; Portolés, J. y Sánchez, F. (1995). Modelo de análisis de los deportes colectivos basado en el rendimiento en competición, *INFOCOES*, Vol. 7, 0, 21-41.
- Anguera, M.T. (1992). *Metodología de la observación en las ciencias humanas*. Madrid: Cátedra.
- Anguera, M.T. (2003). Metodología básica de observación en fútbol. En T. Ardá y C. Sanjurjo (Eds.). *Metodología de la enseñanza del fútbol* pp. 301-322). Barcelona: Paidotribo..
- Anguera, M.T., Blanco, A., Hernández Mendo, A. y Losada, .L. (2000). La metodología observacional en el deporte. Conceptos básicos, Lecturas E.F. y Deportes. Revista Digital, 24 agosto, 2000. <http://www.efdeportes.com/efd24b/obs.htm>.
- Ardá, T. y Casal, C. (2003). *Metodología de la enseñanza del fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Ardá, A. (1998). *Análisis de la acción de juego en el Fútbol-7*, Tesis Doctoral inédita, Universidad de A Coruña.
- Benedek, E. (2001). *Fútbol infantil*. Barcelona.:Paidotribo.
- Berstein, N. (1967). *The co-ordination and regulation of movement*. New York: Pergamon Press.
- Bauer, G. (1994). *Fútbol. Entrenamiento de la técnica, la táctica y la condición física*. Barcelona: Hispano-Europea.
- Bauer, G. y Ueberle, H. (1988). *Fútbol. Factores de rendimiento, dirección de jugadores y del equipo*. Barcelona: Martínez Roca.
- Bayer, C. (1992). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*, Barcelona. Hispano-Europea.
- Benedek, E. (2001). *Fútbol infantil*, Barcelona. Paidotribo.
- Berstein, N. (1967). *The co-ordination and regulation of movement*. New York:Pergamon Press.

- Blázquez, D. (1986). *La iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca.
- Blázquez, D. (1998). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
- Bruggemann, D. (2004). *Fútbol. Entrenamiento para niños y jóvenes*. Barcelona: Paidotribo.
- Bruggemann, D. y Albrecht, D. (1993). *Entrenamiento moderno del fútbol*. Barcelona: Hispano-Europea.
- Brugger, L.; Schmid, A. y Bucher, W. (1995). *1000 ejercicios y juegos de calentamiento*. Barcelona: Hispano-Europea.
- Bruggman, B. (1998). *1000 ejercicios y juegos de fútbol*. Barcelona: Hispano-Europea.
- Bruner, J.S. (1988). *Desarrollo cognitivo y educación*. Madrid: Morata
- Bunker, D.; Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools, *Bulletin of Physical Education*, Vol. 1, 19, 5-8.
- Cárdenas, D. (2000). *El entrenamiento integrado de las habilidades visuales en la iniciación deportiva*, Málaga: Ediciones Aljibe.
- Castelo, J. (1994). *Futebol. Modelo técnico-táctico do jogo*. Lisboa: Edições FMH.
- Castelo, J. (1996). *Futebol. A organizaçao de jogo*. Lisboa: Edição do autor.
- Castelo, J. (1999). *Fútbol. Estructura y dinámica del juego*. Barcelona: Inde.
- Cook, M. (1982). *Soccer. Coaching and team management*. London: E.P. Publishing.
- Corbeau, J. (1990). *Fútbol. De la escuela ... a las asociaciones deportivas*, Lleida: Agonos.
- Chagas, P.; Graco, J. (1992). Considerações teóricas de tática nos Jogos Desportivos Colectivos, *Revista Paulista de Educação Física*, 6 (2), 45-52.
- Da Fonseca, V. (1998). *Manual de observación psicomotriz*, Barcelona. Inde.
- Díaz Carcavilla, A. (2005). *Desarrollo metodológico del entrenamiento táctico*. Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol. Madrid: RFEF-UCLM.
- Dietrich, K. (1978). *Le Football apprentissage et pratique par le jeu*. París: Vigot.
- Domínguez, E.; Valverde, A. (1993). Nueva concepción y organización de los deportes colectivos. Mapa conceptual del fútbol, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. 7, 2, 3-11.
- D'Ottavio, S; Tranquilli, C. (1992). La prestazione del giocatore di calcio, *Rivista di Cultura Sportiva*, 24, 74-78.
- Dufour, W. (1989). Fútbol. la reflexión táctica, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. 3, 1, 22-30.
- Dufour, W. (1990). Las técnicas de observación del comportamiento motor. Fútbol. la observación tratada por ordenador, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. 4,4, 16-24
- Dugrand, M. (1989). *Football, de la transparence á la complexité*. París: P.U.F.
- Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*. Barcelona: Paidós.
- Ericsson, E. (1982). *Juego y desarrollo*. Barcelona: Crítica.
- Espar, X. (1997). El concepto de táctica individual en los deportes colectivos. *Apunts*, 51, 16-22.
- Espar, X. (1998). Preparación física en deportes de equipo, *Curso de Postgrado en Preparación Física*, A Coruña, inédito.
- Espar, X. (2001). *Balonmano*. Barcelona: Martínez Roca.

- Espar y Gerona (2004). *Elementos para el diseño de tareas del entrenamiento en los deportes de equipo*, Master Profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo. Área Coordinativa. Barcelona: Byomedic – Fundació F.C. Barcelona.
- Famose, J.P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Barcelona: Paidotribo.
- Famose, J.P. (1999a) (dir.). *Cognición y rendimiento motor*. Barcelona: INDE.
- Famose, J.P. (1999b). Papel de las valencias y las expectativas en el rendimiento motor. En J.P. Famose (dir.). *Cognición y rendimiento motor* (pp. 109-151). Barcelona: INDE.
- Flavell, J.H. (1984). *El desarrollo cognitivo*. Madrid: Visor.
- Florence, J. (1991). *Tareas significativas en educación física escolar*. Barcelona: INDE
- Fradua, L. (1997). *La visión de juego en el futbolista*. Barcelona: Paidotribo.
- Fradua, L. (2005). *El entrenamiento con jóvenes jugadores en las escuelas de fútbol*. Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol. Madrid: RFEF-UCLM.
- Fradua, L.; Figueroa, J.A. (1995). Construcción de situaciones de enseñanza para la mejora de los fundamentos técnico-tácticos individuales en Fútbol, *Apunts*, 40, 27-33.
- García Aliaga, A. (2005). *Entrenamiento táctico en el fútbol base. fundamentos metodológicos y conceptuales*, Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol, RFEF-UCLM.
- Garganta, J. (1996). Modelação da Dimensao Táctica do Jogo de Futebol. En J. Oliveira y F. Tavares, (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos* (pp. 63-82). Oporto. Universidade de Oporto.
- Garganta, J. (1997a). Para una teoría de los juegos deportivos colectivos. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos* (pp. 9-23). Barcelona. Paidotribo.
- Garganta, J. (1997b). *Modelação táctica do jogo de futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*, Tesis doctoral no publicada, Porto. Universidade de Porto.
- Garganta, J.; Oliveira, J. (1996). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*. En J. Oliveira y F. Tavares, (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos* (pp. 7-23). Oporto: Universidade de Oporto.
- Garganta, J.; Pinto, J. (1993). Contributo da modelação da competição e do treino para a evolução do nivel do jogo en fútbol, *Xornadas Internacionais de Fútbol Xacobeo '93*, Santiago de Compostela.
- Garganta, J.; Pinto, J. (1997). La enseñanza del fútbol. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, (pp. 97-138). Barcelona: Paidotribo.
- Graça, A. (1997). Los cómo y los cuándo en la enseñanza de los juegos deportivos. En A. Graça y J. Oliveira (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*, (pp. 25-33). Barcelona: Paidotribo.
- Graça, A.; Oliveira, J. (1997) (eds). *La enseñanza de los juegos deportivos*. Barcelona: Paidotribo.
- Greco, P. (1989). Consideraciones psiopedagógicas del entrenamiento táctico, *Stadium*, 136, 14-19.

- Gréhaigine, J.F. (2001). *La organización del juego en el fútbol*. Barcelona: INDE.
- Gréhaigine, J.F.; Guillon, R. (1992). L'Utilisation des Jeux d'Opposition à l'école, *Revue de L'Education Physique*, 32 (2), 51-67.
- Godik, M.A.; Popov, A.V. (1993). *La preparación del futbolista*. Barcelona: Paidotribo
- Harre, D. (1987). *Teoría del entrenamiento deportivo*. Buenos Aires: Stadium
- Hedergott, K-H. (1978). *Fútbol. del aprendizaje a la competición.*, Buenos Aires: Kapelusz.
- Hernández Moreno, J. (1992). Los subroles sociomotores comunes a los deportes de equipo de cooperación-oposición, *Deporte y salud*, 11, 5-7.
- Hernández Moreno, J. (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo. Fundamentos del deporte*. Barcelona: INDE.
- Hernández Moreno, J. (1998). Diferentes perspectivas de análisis de la acción de juego en los deportes de equipo, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. VI, 5 y 6, 2-11.
- Hedergott, K-H. (1978). *Fútbol. del aprendizaje a la competición*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Hohman, A.; Brack, R. (1983). Giochi sportivi e diagnosi della prestazione, *SDS, Rivista di cultura sportiva*, Anno 3,3, 36-41.
- Knapp, B. (1963). *Skilling sport. The attainment of proficiency*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Kohlberg, L. (1992). *Psicología del desarrollo moral*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Konzag, I. (1992). Actividad cognitiva y formación del jugador, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. 7, 6, 35-43.
- Konzag, I. (1995). El problema de la objetivación de los aspectos cognitivos. El rendimiento en los juegos deportivos, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo IX, 15-22.
- Konzag, I.; Döbler, H.; Herzog, H-D. (1997). *Entrenarse jugando*. Barcelona: Paidotribo.
- Lago, C. (2000). *La acción motriz en los deportes de equipo de espacio común y participación simultánea*, Tesis Doctoral inédita, Universidade de A Coruña.
- Lago, C. (2001). El proceso de iniciación en el fútbol. Secuenciación de los contenidos técnico-tácticos, *Training Fútbol*, 66,34-45.
- Lago, C. (2002). *La enseñanza del fútbol en la edad escolar*. Sevilla: Wanceulen.
- Lago, C.; Martín Acero, R. (2004). *Deportes de Equipo. Comprender la Complejidad para elevar el Rendimiento*. Barcelona: INDE.
- Le Boulch, J, (1991). *El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor*. Barcelona: Paidós.
- Lealli, G. (1994). Fútbol Base. Entrenamiento óptimo del futbolista en el período evolutivo, Barcelona. Martínez Roca.
- López de Viñaspre (2000). *Manual de educación física y deportes. Técnicas y actividades prácticas*. Barcelona: Océano
- Lorenzo, A. (2005). *Detección, desarrollo y selección del talento en fútbol*. Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol. Madrid: RFEF-UCLM.
- Mahlo, F. (1969). *L'acte tactique en jeu*. París: Vigot.
- Manno, R. (1991). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo
- Marchesi, A., Palacios, J., Coll, A. (2000). *Desarrollo psicológico y educación. (1) Psicología*

- evolutiva. Madrid: Alianza Editorial.
- Martín Acero, R. (1992b). Sistema Funcional. nuevo concepto de la organización del entrenamiento de las carreras de velocidad, *Apunts*, 28, 35-48.
- Martín Acero, R. (1993). *Velocidad y velocidad en deportes de equipo*, Colección Cuadernos Técnico-Pedagógicos do INEF de Galicia, A Coruña. Centro Galego de Documentación e Edicións Deportivas.
- Martín Acero, R. (1998). El entrenamiento de la velocidad y la resistencia en los deportes de equipo a través del juego, *I Congreso de Educación Física y Deporte de Alto Rendimiento*, Las Palmas de Gran Canaria.
- Martín Acero, R. (2004). Planificación y programación en deportes de equipo. Tendencias de práctica e investigación, Valencia. Actas II Congreso de la Asociación Española de Ciencias de Deporte.
- Martín Acero, R.; Vittori, C. (1997a). Metodología del rendimiento deportivo (I). Sentido, definición y objeto de estudio, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XI, 1, 5-10.
- Martín Acero, R.; Vittori, C. (1997b). Metodología del rendimiento deportivo (II). Reconceptualización sistémica, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XI, 2, 35-40.
- Martín Acero, R.; Vittori, C. (1997c). Metodología del rendimiento deportivo (y III). Formación y entrenamiento. Investigación-Acción, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XI, 4, 37-43.
- Martín Acero, R.; Crescente, J.L.; Ballesteros, R. (1997). Estudio y análisis de calendarios de competición. Criterios de Matveiev, *INFOCOES*, Vol. II, 2, 15-30.
- Martínez Garfía, F. ; Sáenz-López Buñuel, P. (2000) . *Iniciación al Fútbol*. Sevilla. Wanceulen.
- Martínez González, M.; Solla Aguiar, J.J. (2005). Análisis de las modalidades de fútbol 5, fútbol 7 y fútbol 11 en jóvenes futbolistas entre 6 y 13 años. Propuesta de intervención, Documento inédito, Universidad de Vigo.
- Massafret, M. (1998). Preparación física en deportes de equipo, *Curso de Postgrado en Preparación Física*, A Coruña, inédito.
- Meinel, K.; Schnabel, G. (1987). *Teoría del movimiento. Síntesis de una teoría de la motricidad deportiva bajo el aspecto pedagógico*. Buenos Aires: Stadium.
- Mertens, B.; Musch, E. (1990). Lé enseignemenet des sports collectifs. une conception élaborée á L'ÍSEP de l'Université de Gand, *Révue de l'Éducation Physique*, 31 (1), 7-20.
- Mombaerts, E. (1991). *De l'analyse du jeu á la formation du joueur de football*. París : Actio.
- Mombaerts, E. (1998). *Fútbol. Entrenamiento y rendimiento colectivo*. Barcelona: Hispano Europea.
- Moreno, R.; Fradua, L. (2001). La iniciación al fútbol en el medio escolar, en Ruiz Juan, F.; García López, A.; Casimiro, A.J. *La iniciación deportiva en la edad escolar* (pp.145-177). Madrid. Gymnos.
- Moreno, R.; Morcillo, J.A. (2004). *La enseñanza del fútbol en las escuelas deportivas de Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación*.

- iniciación. Madrid: Gymnos.
- Morino, C. (1985). Alcuni problemi del giochi sportivi, *SDS, Rivista di cultura sportiva*, 1, 54-58.
- Navarro Valdivielso, F. (1998). *La resistencia*. Madrid: Gymnos.
- Oña, A.; Martínez, M.; Moreno, F.; Ruiz, L.M. (1999). *Control y aprendizaje motor*. Síntesis: Madrid.
- Pacheco, R. (2004). *Fútbol. La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7*. Barcelona: Paidotribo.
- Papalia, D.E.; Wendkos, S. (2001). *Psicología del desarrollo*. Colombia: McGraw-Hill.
- Parlebas, P. (1981). *Contribution à un lexique commenté en science de l'action motrice*. París : INSEP.
- Parlebas, P. (1987). *Perspectivas para una Educación Física modern*. Málaga: Unisport.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Parlebas, P. (1996). Los universales de los juegos deportivos, *Praxiología Motriz*, Vol. 1, 0, 15-29.
- Piaget, J. (1972). *Memoria e inteligencia*. Buenos Aires: Ateneo.
- Pieron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona: INDE.
- Pino, J. (2002). *Análisis funcional del Fútbol como deporte de equipo*. Sevilla: Wanceulen
- Poulton, E.C. (1957). On prediction in skilled movement, *Psychological Bulletin*, 54, 467-478.
- Pozo, J. I. (1993). *Teorías cognitivas del aprendizaje*. Madrid. Morata.
- Queiroz, C. (1983). Para uma teoria do ensino/treino do futebol, *Ludens*, Vol. 8, 1, 23-44.
- Queiroz, C. (1986). *Estrutura e organização dos exercicios de treino em futebol*. Lisboa. Federação Portuguesa de Futebol.
- Ramírez, M^o.I.; Herrera, F. (2004). *Desarrollo intelectual en la adolescencia*. Universidad de Granada
- Read, B.; Devis, J. (1990). Enseñanza de los Juegos Deportivos. Cambio de enfoque. *Apunts*, 22, 51-56.
- Ricart, F. (1998). *Aplicación práctica de entrenamiento integrado en el Fútbol*. Madrid: Gymnos.
- Riera, J. (1989). *Aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas*. Barcelona: INDE.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el deporte*. Barcelona: INDE.
- Ruiz, F.; García, A.; Casimiro, A.J. (2001). *La iniciación deportiva en la edad escolar*, Madrid: Gymnos.
- Ruiz Pérez, L.M. (2005). *La formación del futbolista y el aprendizaje deportivo*, Máster Universitario de Preparación Física en Fútbol. Madrid: RFEF-UCLM.
- Sampedro, J. (1995a). Análisis de los subroles en el fútbol-sala desde una perspectiva praxiológica deportiva, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XII, 3, 29-36.
- Sampedro, J. (1995b). Propuesta de roles como parte de las unidades de acción motriz en los deportes de equipo, *Congres de les ciencies de l'esport, l'educació física i la recreació*, Lleida.

- Sampedro, J. (1998). Análisis de los subroles en el fútbol-sala desde una perspectiva praxiológica deportiva, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Tomo XII, 1, 29-57.
- Sampedro, J. (2001). *Fundamentos de táctica deportiva*. Madrid: Gymnos.
- Sans, A. y Frattarola, C. (1996). *Manual para la organización y el entrenamiento en las escuelas de fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Sans, A. y Frattarola, C. (1998). *Fútbol base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*. Barcelona: Paidotribo.
- Sans, A. y Frattarola, C. (2000). *Entrenamiento en el fútbol base*, Barcelona: Paidotribo.
- Schnabel, G. (1988). El factor técnico-coordinativo, *Stadium*, 139, 23-27.
- Seirul-lo, F. (1990). Entrenamiento de la fuerza en balonmano, *Revista de Entrenamiento Deportivo*, Vol. IV, 6, 30-34.
- Seirul-lo, F. (1993a). *Planificación del entrenamiento en deportes de equipo*, Master en Alto Rendimiento Deportivo. Módulo 2.1.7. Madrid: C.O.E.-Universidad Autónoma de Madrid.
- Seirul-lo, F. (1993b). *Preparación física aplicada a los deportes de equipo*, Colección *Cadernos Técnico-Pedagógicos do INEF de Galicia*. A Coruña: Centro Galego de Documentación e Edicións Deportivas.
- Seirulo, F. (1993c). *Preparación física en deportes de equipo*, *Curso de Postgrado en Preparación Física*, A Coruña, no publicado.
- Seirul-lo, F. (1994). *Preparación física aplicada a los deportes colectivos*. Balonmán. Santiago de Compostela: Lea.
- Seirulo, F. (1998a). *Preparación física en deportes de equipo*, *Curso de Postgrado en Preparación Física*. A Coruña, no publicado.
- Seirul-lo, F. (1998b). Valores educativos del deporte en D. Blázquez (ed). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (2ª edición), (pp. 61-75), Barcelona. INDE.
- Seirul-lo, F. (2004). *Estructura socioafectiva*, Master Profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo. Área Coordinativa. Barcelona: Byomedic – Fundació F.C. Barcelona
- Seirul-lo, F. (2005). *Motricidad básica y su aplicación a la Iniciación Deportiva*. Barcelona. Documento inédito.
- Singer, R.N. (1986). *Motor learning and human performance*, New York: MacMillan.
- Sonnenschein, I. (1991). Percepción y entrenamiento táctico, *Stadium*, 147, pp. 24-30.
- Stapelfeld, W. (1995). *El duelo entre dos en el fútbol. Libro de ejercicios del uno contra uno*. Barcelona: Paidotribo.
- Stratton, G.; Reilly, T., Williams, A.M.; Richardson, D. (2004). *Youth soccer. From science to performance*. London: Routledge.
- Tavares, F.; Faria, R. (1996). A capacidade de Jogo como Pré-requisito de Rendimento para o Jogo. En J. Oliveira y F. Tavares (eds). *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Colectivos*, pp. 39-50, Oporto: Universidade de Oporto.
- Temprado, J.J.; Alain, C. (1999). Elementos para el análisis del comportamiento de decisión del defensor en los deportes de raqueta. En J.P. Famose (dir). *Cognición y rendimiento motor* (pp. 43-64). Barcelona: INDE.
- Temprado, J.J.; Famose, J.P. (1999). Análisis de la dificultad en el tratamiento de información

- y descripción de las tareas motrices. En J.P. Famose (dir). *Cognición y rendimiento motor* (pp. 177-195). Barcelona: INDE.
- Teodorescu, L. (1984). *Problemas de teoría e metodología nos jogos desportivos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Vales, A. (1996). Análisis de la estructura competitiva del fútbol base, *El Entrenador Español*, 60, 48-58.
- Vankersschaver, J. (1982a). Football. La formation à l'école ou au club, *EPS*, 177, 58-61.
- Vankersschaver, J. (1982b). Football. La formation à l'école ou au club, *EPS*, 178, 46-50.
- Vankersschaver, J. (1983a). Football. La formation à l'école ou au club, *EPS*, 179, 64-67.
- Vankersschaver, J. (1983b). Football. La formation à l'école ou au club, *EPS*, 180, 55-57.
- Vankersschaver, J. (1983c). Football. La formation à l'école ou au club, *EPS*, 181, 51-53.
- Veleirinho, A.C. (1999). O jogo reduzido. Pertinência e possibilidades no ensino dos jogos desportivos colectivos, en F. Tavares (ed). *Estudo dos jogos desportivos. Concepções, metodologias e instrumentos*, pp. 69-76, Porto. CEJD-FCDEF: Universidade de Porto.
- Vygotsky, L. (1988). *El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores*. México: Grijalbo.
- Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño. Un óptimo modelo como clave de futuros éxitos*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol.
- Worthington, E. (1980). *Teaching soccer skill*. London: Henry Kinton.

CAPITULO 3

LOS MODELOS DE COMPETICIÓN EN EL FÚTBOL EN CATEGORÍAS DE FORMACIÓN: FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

Miguel Martínez González

Juan José Solla Aguiar

3.1. INTRODUCCIÓN

3.2. ANÁLISIS FORMAL DE LAS MODALIDADES FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

3.3. INFLUENCIA DE LA ESTRUCTURA FORMAL EN LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO

3.3.1. CENTRO DE JUEGO

3.3.2. NÚMERO DE JUGADORES

3.3.3. ESPACIO DE JUEGO

3.3.4. MÓVIL

3.3.5. TIEMPO

3.3.6. META

3.4. ANÁLISIS DE LA ESTRUCTURA DE LA ACTIVIDAD COMPETITIVA EN FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

3.4.1. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA EXTERNA

3.4.2. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA INTERNA

3.5. ESTUDIO COMPARATIVO DE LAS SECUENCIAS TÉCNICO-TÁCTICAS OFENSIVAS EN FÚTBOL 5, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 11

3.6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

3.7. APLICACIONES PRÁCTICAS

REFERENCIAS

3.1. INTRODUCCIÓN

Los juegos deportivos de equipo han provocado el interés de diversos autores (Delaunay, 1976; Menaut, 1982; Theodorescu, 1984; Duricek, 1985; Bayer, 1986; Parlebas, 1988; Hernández Moreno, 1994) que han analizado la estructura común de estas modalidades. En el análisis de un deporte sociomotor deberíamos establecer un análisis de dos estructuras fundamentales:

La estructura formal o lógica externa, definida por las características externas comunes a todos los deportes colectivos: móvil, espacio, tiempo, adversarios, compañeros, objetivos y reglamento (Bayer, 1986; Hernández Moreno, 1994).

La estructura funcional va a constituir la estructura interna, y estará formada por las relaciones que se establecen entre los componentes de un equipo, y que se verá modificada por las variaciones que se den en la estructura formal.

Así las modalidades que varíen la estructura formal modificarán, en mayor o menor medida, las relaciones entre los jugadores (estructura funcional). En relación a esto, las modificaciones del reglamento que se dan en las diferentes modalidades de fútbol (fútbol 5, fútbol 7 y fútbol 11) implicarán cambios en la estructura funcional, y como tales, se deben y pueden adaptar a las características evolutivas de una edad determinada.

El proceso de aprendizaje de cualquier modalidad deportiva debería adaptarse a las necesidades y condiciones de los participantes en el juego; así sucede en deportes como el balonmano, baloncesto o voleibol, en los cuales se adaptan las distintas reglas que rigen los aspectos formales del juego.

En el fútbol, existe una impaciencia colectiva (entrenadores o formadores, jugadores, padres,...) para que los jugadores en formación

se desenvuelvan como jugadores de alto nivel, no respetando en muchos casos las características de los niños que están aprendiendo a jugar a ese deporte. Que un niño acabe rindiendo más o menos, o desarrolle más o menos su potencial, no está relacionado con la premura con la que el niño que se inicie en la modalidad que practican los jugadores adultos.

La idea del desarrollo de este capítulo parte de la reflexión sobre el proceso competitivo que se utiliza en el fútbol de formación y, más concretamente, en las modalidades utilizadas en competiciones de fútbol base.

Hoy en día, están de moda dos tendencias entre los entrenadores, educadores e incluso padres, sobre cuál es la modalidad más adecuada para iniciar a los futuros jugadores en el proceso de formación hacia la modalidad de fútbol 11. Unos se inclinan por que se practique desde edades tempranas, justificando su utilización por la dificultad en la transición de las modalidades con menor número de jugadores, dimensiones y reglas de juego modificadas, mientras que otros lo hacen por un progreso tanto en el número de los jugadores, en el tamaño del móvil y del terreno, y en definitiva un progreso en la complejidad del juego ante el que se va enfrentar el niño y que sea el juego el que se adapte al niño y no éste al juego.

Cuando vemos un poco más allá y reparamos en otras modalidades deportivas, lo que podemos comprobar es que disciplinas como el baloncesto presentan adaptaciones en sus modalidades de formación; por ejemplo, el minibasket realiza adaptaciones en cuanto al tamaño y el peso del balón y altura de la canasta; modalidades como el balonmano presentan modificaciones y presentan la modalidad de minibalonmano, con adaptaciones respecto al tamaño del balón, dimensiones de la portería y, de igual manera, el voleibol presenta modificaciones para sus jugadores más noveles.

Teniendo en cuenta las adaptaciones que otros deportes realizan, deberíamos realizar una reflexión que posiblemente otros deportes hayan hecho antes: ¿Puede un niño de 9 años tirar a una canasta con un balón de

baloncesto a una altura de 3,05 metros con precisión y con una técnica adecuada? ¿Cuántos jugadores de 12 años pueden realizar un mate ante una red reglamentaria de voleibol?

En cuanto a nuestro deporte, las dimensiones del balón, el espacio de juego y el número de jugadores que se manejan en un terreno deberían hacernos reflexionar sobre la idoneidad o no de la modalidad adecuada para cada edad, todo esto estará condicionado por el nivel evolutivo del jugador tanto a nivel condicional como a nivel psico-evolutivo, ya que, sus procesos perceptivos deberán ser adecuados al tipo de modalidad que van a practicar.

Si nos acercamos cualquier fin de semana a los campos de fútbol de nuestra ciudad y observamos lo que sucede en los campos de fútbol 11, en los que se juegan partidos de distintas categorías, no es poco frecuente observar situaciones de este tipo:

Porteros que no llegan al larguero y que ante un tiro o despeje hacia delante, por alto, son incapaces de llegar a casi ninguno de los balones que van hacia portería y su intervención depende, casi exclusivamente, de que se encuentren en la zona hacia donde va el disparo. Incluso, hay algunos que no intervienen en todo el partido porque su equipo domina de forma constante y el equipo rival no llega a su portería.

Nos podemos encontrar con jugadores que no intervienen, e incluso, se aburren cuando juegan, ya que, no encuentran una lógica de diversión en lo que pasa: sus intervenciones son esporádicas y no dependen de ellos.

Jugadores que con un golpeo no son capaces de desplazar la pelota mas allá de 10 metros, ya que sus niveles de fuerza y el tamaño de sus palancas limitan esta acción; por otro lado, la técnica que manifiestan en estos gestos se aleja mucho de lo que sería un adecuado manejo del balón de un jugador adulto.

Debido a estas situaciones que nos llevan a reflexionar iniciamos un análisis de las distintas modalidades deportivas de competición en el fútbol y, finalmente, una propuesta de intervención en la que tratamos de reflexionar y proponer modalidades adecuadas para cada edad de formación.

3.2. ANÁLISIS FORMAL DE LAS MODALIDADES FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

Cuando nos referimos a aspectos formales hacemos referencia a las reglas o normas que regulan las distintas. Estos elementos que definen a grandes rasgos las distintas modalidades son: espacio, meta, móvil, número de jugadores y adversarios, tiempo y reglas de juego (Bayer, 1986; Hernández Moreno, 1994).

Las dimensiones del espacio aumentan respecto a cada modalidad, lo que dificulta la participación para aquellos jugadores que se encuentran en un espacio de grandes dimensiones y permanentemente lejos del móvil; y, más importante aún, fuera de la posibilidad de intervenir.

Especial relevancia cobra el espacio que le corresponde a cada jugador si dividiéramos el espacio entre el número de jugadores: en el fútbol 5 serían 80 m² los que le correspondan a cada jugador, y hasta 491 m² pueden corresponderle a un jugador que participa en la modalidad fútbol 11. Todo ello nos invita a pensar en cual sería la posible adaptación del espacio para cada etapa de formación.

Las dimensiones de la portería van a variar considerablemente de una modalidad a otra, lo que provoca que un portero de categoría alevín o benjamín (la portería tiene 150 cm de altura) vea limitada su capacidad de intervención tanto en los balones aéreos como en los balones que van a los lados de la portería.

El tamaño y el peso del balón también constituyen otra característica formal que limita la actuación controlada sobre las acciones técnico-tácticas que se dan en el juego, por estar limitado el nivel de fuerza en algunas categorías de formación y, no pudiendo realizar un golpeo del móvil ajustado a sus características.

En cuanto al número de jugadores y adversarios, las modalidades de fútbol 7 y fútbol 5 fomentan la participación, ya que, permiten la realización de un número ilimitado de cambios entre los jugadores suplentes; esta posibilidad de circulación de jugadores favorecerá el reparto de

tiempo de juego entre todos los componentes del equipo, aspecto que se considera importante en etapas de formación; por el contrario, en el fútbol 11, un jugador que ha sido substituido no tiene posibilidad de volver a participar en el juego, condicionando en algunos casos la decisión de los entrenadores en la realización de los cambios.

La norma del fuera de juego que se incorpora en el fútbol 11, requiere para su comprensión y su utilización de un dominio del espacio que niños en etapas iniciales no están preparados para comprender. Parecería más comprensible, que esta norma se fuese introduciendo de forma progresiva, lo que facilitaría la interiorización de la misma, de manera que ésta se convirtiera en un aspecto táctico más y, no en un estorbo al desarrollo del juego como sucede en algunas edades.

A continuación, se muestra una tabla (Tabla 3.1) en la que se muestran los elementos formales de las diferentes modalidades de fútbol base:

Tabla 3.1. Tabla-resumen diferentes elementos estructura formal en fútbol base

ANÁLISIS COMPARATIVO FÚTBOL 5, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 11.				
	FÚTBOL 5	FÚTBOL 7	FÚTBOL 11	
DIMENSIONES CAMPO	40 X 20 M	65-50 X 45-30 M	120-90 X 90-45 M	
ESPACIO	800 M ²	1500 M ² -3000 M ²	4050 M ² - 10800 M ²	
ESPACIO DE RESPONSABILIDAD	80 M ²	209-107 M ²	491-184 M ²	
DIMENSIONES PORTERÍA	3 x 2 M	6 X 2 M	7,32 X 2 ,44 M	
TAMAÑO BALÓN	Nº 3 58-60 Cm. 425 - 475 Gr.	Nº 4 62-66 Cm. 390 - 340 Gr.	Nº 5 70-68 Cm. 450 - 490 Gr.	
NÚMERO DE JUGADORES	5 (+5 suplentes)	7 (+5 suplentes)	11 (+5 suplentes)	
NUMERO DE CAMBIOS	ILIMITADO	ILIMITADO	5 CAMBIOS	
FUERA DE JUEGO	NO	A PARTIR DE LINEA FRONTAL DEL AREA	A PARTIR DE MEDIO CAMPO	
TIEMPO DE JUEGO	2 X 20 MIN. (+10 MIN.)	2 x 20 MIN. (+10 MIN.)	ALEVÍN	INFANTIL
			2X30' (+ 10')	2X40' (+10')

Fuente: Elaboración propia.

3.3. INFLUENCIA DE LA ESTRUCTURA FORMAL EN LA LÓGICA INTERNA DEL JUEGO

3.3.1. CENTRO DE JUEGO

Podemos definir como *centro de juego* a aquella situación en la que se encuentran jugadores que están en disposición de intervenir de manera inminente sobre el balón, y fuera del centro de juego serían todos aquellos jugadores que no tiene una posibilidad de intervención inmediata sobre el móvil.

Refiriéndonos al fútbol 5 todos los jugadores se hallan en el centro de juego, ya que, su proximidad al balón posibilitan su intervención casi en cualquier instante del juego sobre el móvil, lo que aumentará su motivación y atención en lo que pasa en el juego y tienen que estar en situación de alerta para intervenir.

En el fútbol 7, todos los jugadores se encuentran dentro del centro de juego, la diferencia que aparece en esta modalidad con la variación de la estructura formal es que empiezan aparecer jugadores en un nuevo tipo de centro de juego, el centro de juego de equilibrio, una zona en la que el jugador puede intervenir de forma directa pero su situación esta un poco más alejada de la zona del balón, su posición da orden táctico al equipo, en esta situación los jugadores que no están en el centro de juego y intervendrían, en caso de contraataque, atacando o defendiendo. El centro de juego en esta modalidad presenta una gran movilidad, ya que, las dimensiones del campo son favorables para esta situación.

En cuanto a la modalidad de fútbol 11 se puede observar que son más los jugadores que parecen fuera del centro de juego que dentro de éste, con lo que la implicación directa sobre el balón será menor. Cuanto menor sea la edad más difícil será el traslado del centro del juego de una zona a otra y, la posibilidad de intervención por lo que en edades tempranas encontramos en jugadores que practican esta modalidad con

actitudes de desmotivación y desinterés sobre lo que está pasando en el terreno de juego, ya que, lo ven como algo muy lejano.

A continuación, podemos observar en la Tabla 3.2, cómo son las relaciones entre los jugadores y el centro de juego en las diferentes modalidades de fútbol:

Tabla 3.2. Relaciones entre los jugadores y del Centro de Juego en fútbol 11,7 y 5.

RELACIONES ENTRE LOS JUGADORES Y EL CDJ EN EL F-11, F-7 Y F-5		
FUTBOL A 11	FUTBOL A 7	FUTBOL A 5
<ul style="list-style-type: none"> -Jugadores aparecen constantemente fuera del centro de CDJ -Dificultad para el traslado del CDJ -No implicación directa sobre el balón -Menor implicación en el juego desmotivación -Dificultad de comunicación motriz -Maxima incertidumbre -Especialización en puestos específicos -Gran cantidad de roles 	<ul style="list-style-type: none"> -Todos los jugadores tienen posibilidades de intervención. rápido traslado del CDJ -Actividad directa constante -Facilidad de comunicación motriz -Disminución de la incertidumbre -Inicio de la especialización en puestos específicos -Menor cantidad de roles 	<ul style="list-style-type: none"> -Todos los jugadores tienen posibilidad de intervención Jugadores permanentemente en el CDJ -Actividad directa y constante -Facilidad de comunicación motriz -Mínima incertidumbre -Polivalencia en los puestos -Solo 4 roles posibles

Fuente: Elaboración propia.

3.3.2. NÚMERO DE JUGADORES

El número de jugadores va a afectar a la estructura funcional del juego, ya no sólo la complejidad en la toma de decisiones y estímulos posibles que se pueden dar sobre el campo, sino por otros aspectos que a continuación se destacan:

Las dimensiones del espacio, unidos a la gran cantidad de jugadores, provoca niveles de elevada participación en algunos jugadores y escasa participación en otros.

El ratio de jugadores balón de los 22/1 a los 10/1 en el fútbol 5, hace que las frecuencias en la ejecución técnica aumenten.

En cuanto al componente táctico, el mayor número de jugadores (atacantes/defensores) dificultará la relación por la gran cantidad de estímulos a discriminar durante el juego: el juego colectivo se verá dificultado también, ya que, mayor es el número de jugadores que se deben compenetrar en el planteamiento colectivo.

En cuanto a los roles que se pueden producir en las tres modalidades son: en fútbol 5 se producen 3 roles diferentes, en fútbol 7 se pueden producir hasta cinco roles y en fútbol 11 son hasta 7 roles distintos. A continuación, se muestra un cuadro-resumen, en el cual se muestran los diferentes roles que se suceden en las diferentes modalidades.



Tabla 3.3. Resumen roles diferentes modalidades fútbol 5, fútbol 7 y fútbol 11.

ROLES EN FUTBOL 5, FUTBOL 7 Y FÚTBOL 11		
FUTBOL 5	ATAQUE	Atacante con balón en el centro de juego Atacante sin balón en el centro de juego
	DEFENSA	Defensor en el centro de juego
FUTBOL 7	ATAQUE	Atacante con balón en el centro de juego Atacante sin balón en el centro de juego Atacante con balón del centro de juego equilibrio
	DEFENSA	Defensor en el centro de juego Defensor en el centro de juego de equilibrio
FUTBOL 11	ATAQUE	Atacante con balón en el centro de juego Atacante sin balón en el centro de juego Atacante sin balón en el centro de juego de equilibrio Atacante sin balón fuera del centro del juego
	DEFENSA	Defensor en el centro de juego Defensor en el centro de juego de equilibrio Defensor fuera del centro del juego

Fuente: Elaboración propia.

El gran número de jugadores que presenta la modalidad de fútbol 11 dificulta la comunicación motriz entre los distintos jugadores, mientras la reducción del número de jugadores facilita que todos los jugadores puedan establecer una comunicación motriz.

La incertidumbre o variabilidad que se pueda dar en el juego también se verán aumentadas por el mayor número de jugadores, por lo que, la reducción de este número facilitará la comprensión del juego al niño, ya que, serán menos los elementos a analizar en su toma de decisión.

La gran cantidad de jugadores lleva a una especialización por puestos que no se dan en las modalidades con menor número de jugadores; esto se ve, claramente, en la modalidad de fútbol 5, donde sí existe el rol de atacante y defensor y, se centra la acción y conocimiento del jugadores en aspectos técnico/tácticos de microestructuras.

3.3.3. ESPACIO DE JUEGO

Las diferencias en las dimensiones del espacio de juego entre las diferentes modalidades nos ofrece una posibilidad que consideramos necesaria: una modalidad intermedia en la transición hacia fútbol 11. La mayor distancia existente en la modalidad de fútbol 11 entre jugadores dificulta la relación entre ellos, por el contrario la modalidad 5 facilita esta situación por la proximidad entre los jugadores.

El espacio de juego que se utiliza en la modalidad de fútbol 5 será próximo, ya que, todas las acciones con el móvil se dan cerca de casi todos los jugadores; en el fútbol 7, la distancia de juego será media o intermedia y, en el fútbol 11 será una distancia lejana, siempre que los jugadores tengan la capacidad de desplazar el móvil con precisión provocando un cambio de situación en el centro de juego.

La densidad espacial que presentan las tres modalidades se modifica desde los 491-184 m² que correspondería a cada jugador en el fútbol 11, mas de 209-107 m² en el fútbol 7 y, 80m² en el fútbol 5. Esta diferencia en la correspondencia espacial implica una mayor exigencia a nivel bioenergética para el jugador, no adaptándose a las características del jugador novel.

El aumento de distancias, junto con el bajo nivel de fuerza y su dificultad para desplazar el móvil a distancias elevadas, dificultará la relación entre jugadores, provocando que los jugadores más alejados se inhiban en la participación en el juego ya que su partición inmediata se ve dificultada o se acercaran al centro del juego provocando un apelonamiento general; establecer una progresión adecuada y adaptada evitará este tipo de situaciones, que no ayudan a la adquisición de habilidades técnico-tácticas que requiere el juego.

Por otro lado, la amplitud de espacio dificulta que el jugador sea capaz de analizar la situación de todo el espacio que se le presenta, dificultando su percepción sobre la orientación espacial y esta diferencia de espacios también provocará una diferencia en las fases de juego: mientras

que en la modalidad de fútbol 5 el ataque y la defensa se alternan, en el fútbol 7 comienza a aparecer una fase de transición o elaboración/ordenación tanto del ataque como de la defensa; esta situación se ve más acentuada en el fútbol 11, donde la distancia existente entre las porterías implica una fase de transición hasta llegar a la portería contraria.

Las zonas prohibidas en el fútbol 5 serán inexistentes, mientras que en fútbol 7 existe un primer acercamiento a la norma del fuera de juego aplicándose esta a partir de una línea situada a 13 metros de la línea de fondo, en el fútbol 11 esta norma se empieza a aplicar a partir del medio del campo. El conocimiento de esta situación requiere de una percepción espacial que niños de etapa benjamín no estarían capacitados para comprender, por lo que no parece apropiada para esta edad ya que se estaría alejado de su nivel de comprensión.

En cuanto al espacio, la modalidad de fútbol 5 parece más adaptada para la etapa benjamín-alevín, la modalidad fútbol 7 para la alevín-infantil y la modalidad fútbol 11 a partir de la etapa cadete.

El tipo de superficie que utiliza cada modalidad también va a condicionar, dificultando o facilitando la relación con el móvil, en el fútbol 5 la superficie de juego al ser lisa facilita la ejecución técnica de los jugadores, que se inician facilitando al jugador la posibilidad de dedicar recursos atencionales en lo que está pasando a nivel táctico a su alrededor; con la introducción de la modalidad de fútbol 7 y fútbol 11, aparece la superficie irregular de terrenos de tierra, césped natural o artificial, donde incluso cada superficie varía dependiendo de la meteorología, esto va a generar en el jugador novel la necesidad de adaptar sus habilidades técnicas adquiridas ante situaciones cambiantes, esta situación requerida que el jugador aprenda habilidades nuevas o adapte las ya adquiridas.

Tabla 3.4. Cuadro-resumen de los elementos estructurales del espacio.

	FÚTBOL 11	FÚTBOL 7	FÚTBOL 5
DIMENSIONES	120-90 X 90-45 M	65-50 X 45-30 M	40 X 20 M
ESPACIO POR JUGADOR	491-184 M2	209-107 M2	80 M2
DISTANCIAS	CORTAS/MEDIAS/ LARGAS	CORTAS/MEDIAS	CORTAS
ESPACIO DE JUEGO	LEJANO	MEDIO	PRÓXIMO
FASES	ATAQUE-TRANSICIÓN- DEFENSA	ATAQUE-TRANSI- CIÓN-DEFENSA	ATAQUE-DEFENSA
TÁCTICA INDIVIDUAL	ESPECIALIZADA	TENDENCIA	VARIADA
ZONA DE FUERA DE JUEGO	1/2 CAMPO	13 METROS LÍNEA DE FONDO	NO EXISTE
SUPERFICIE	REGULAR/ IRREGULAR	REGULAR/ IRREGULAR	REGULAR
ADAPTACIÓN	ADAPTADO A PARTIR DE CADETES	ADAPTADO PARA ALEVÍN/INFANTIL	ADAPTADO PARA BENJAMÍN/ ALEVÍN

Fuente: Elaboración propia.

3.3.4. MÓVIL

Las diferencias de peso y de volumen de los distintos móviles utilizados en cada una de las modalidades de fútbol, tratan de adaptarse a las características del jugador; el móvil de fútbol 11, parece ser el más adaptado para el juego adulto, pero no así para el juego del niño. El balón de fútbol 11 supone una sobrecarga nociva para el sistema osteo-músculo-articular en el desarrollo del niño (Vales, 1994), ya que la resistencia que tiene que vencer el niño al manejar el balón suele ser superior su capacidad funcional.

En cuanto a las ejecuciones técnicas estas se encuentran considerablemente limitadas por el volumen y peso del móvil en cuanto a

su calidad y en cuanto a su cantidad limitando la producción de conductas técnicas como el golpeo de cabeza (Vales, 1994).

La pelota en fútbol 5 tiene una limitación en su bote lo que facilita la adquisición de gestos técnicos y posibilita que el jugador centre su atención, no sólo en aspectos técnicos, si no que también lo pueda hacer en aspectos que tengan que ver con el movimiento de adversarios y compañeros, pudiendo fijar su atención en aspectos relacionados con la comunicación y contracomunicación motriz. Progresivamente, la introducción de un balón como el de fútbol 7 dará lugar a la adquisición de habilidades y técnicas más complejas, además de adaptar las anteriormente conseguidas al nuevo móvil; la introducción del balón de fútbol 11 en etapas de formación por su desproporcionado tamaño y peso, así como su bote, dificultará la adquisición de habilidades técnicas y facilitará la adquisición de errores. Estas características del balón también limitará las relaciones tácticas entre los jugadores, dificultando la relación de los atacantes (Vales, 1994).

Nuestra propuesta, basada en los elementos anteriormente citados es: el balón de fútbol 11, lo comenzáramos a introducir en la etapa cadete, en la etapa infantil-alevín el balón de fútbol 7 y el balón de fútbol 5 en la etapa benjamín.

Tabla 3.5. Características del móvil en las diferentes modalidades de fútbol.

FÚTBOL 11	FÚTBOL 7	FÚTBOL 5
Nº 5 70-68 cm circunf. 490-450 gr	Nº 4 66-62 cm circunf 475-425 gr	Nº 3 60-58 cm circunf 390-340 gr
Adaptado al adulto	Adaptado al niño	Adaptado al niño
Dificultad en el manejo del móvil	Adaptado para su manejo	Bote limitado para facilitar su control
Dificultad en la construcción del ataque	La no limitación en el bote da lugar a la aparición de nuevas acciones técnicas	Facilita la construcción del ataque
Facilita la adquisición de errores técnicos	Adaptado a las acciones técnicas	Evita la adquisición de errores técnicos
Adecuado a partir de cadete	Adaptado a la categoría alevín-infantil	Adaptado al niño benjamín-alevín

Fuente: Elaboración propia.

3.3.5. TIEMPO

En cuanto al tiempo de juego, existe una adaptación en todas las modalidades en relación a la etapa en que se encuentre el jugador. Estas adaptaciones son:

Según el número de cambios: en la modalidad de fútbol 5 y fútbol 7 son ilimitados durante todo el partido, sin necesidad de detener el juego para realizarlos; en el fútbol 11, se permite cambiar a todos los jugadores del banquillo, cinco en total, obligando el reglamento a realizar cada cambio con el juego detenido.

Según la proporción de jugadores suplentes respecto al total de titulares de cada modalidad: la proporción de jugadores suplentes respecto de titulares varía de 11 titulares y 5 suplentes en la modalidad de fútbol 11, 7 titulares a 5 suplentes en la modalidad de fútbol 7 y, 5 titulares a 5 suplentes en la modalidad de fútbol 5; todo ello, posibilita mantener una mayor intensidad en el juego de las modalidades de fútbol 7 y fútbol 5 respecto a la de fútbol 11, ya que, la fatiga acumulada en los jugadores puede ser dosificada de mejor manera a través de los descansos en el banquillo.

Tabla 3.6. Características de la incidencia del tiempo en la diferentes modalidades.

FÚTBOL 11	FÚTBOL 7	FÚTBOL 5
Adaptación limitada	Adaptado	Adaptado
Continuo	Tiempos muertos	Tiempos muertos
Limita el ritmo de juego	Ayuda a mantener ritmo de juego	Ayuda a mantener ritmo de juego
Provoca la pérdida de concentración	Evita la pérdida de concentración	Evita la pérdida de concentración

Fuente: Elaboración propia.

3.3.6. META

El que la portería esté más o menos adaptada a las características del jugador va a influir en el comportamiento de los jugadores de cada modalidad en el juego. Que el tamaño de la portería limite las posibilidades de intervención del jugador que participa como portero, será un condicionante en las habilidades que pueda adquirir para detener los tiros a puerta de los rivales; el portero en la modalidad a 11 se limitará a intervenir en los balones que pasen cerca de él, y no abarcará ni el 50% de la meta, por lo que, su intervención será en muchos casos casual. La modificación del tamaño de la meta hace que aumente las posibilidades de éxito en la labor defensiva de este (Sainz de Baranda et al, 2005)

Lo que sucede con los jugadores atacantes en este tipo de situaciones es que tampoco resulta necesaria la adquisición de técnicas que le ayuden a precisar demasiado su golpeo, ya que, el éxito simplemente dependerá de que la trayectoria de su golpeo se aparte un poco de la situación en la que se encuentre el portero.

En las modalidades que utilizan las metas con un tamaño proporcional a la medida de sus participantes existirá la necesidad de desarrollar habilidades para mejorar y seleccionar mejor la situación y técnica del golpeo ya que la consecución de un gol requiera de una mayor habilidad del atacante, ya que la consecución de su objetivo estará condicionado en gran medida por la intervención del portero.

La reducción de las dimensiones de la portería hace que el portero se sienta más útil, ya que se aumenta la posibilidad de que este intervenga para limitar la posibilidad de conseguir un gol por el equipo contrario (Pérez y Vicente i Vives, 1996).

Tabla 3.7. Características del elemento estructural Meta en las diferentes modalidades.

	FÚTBOL 11	FÚTBOL 7	FÚTBOL 5
DIMENSIONES	7,32 m x 2,44 m	6 m x 2 m	4 m x 2 m
ADAPTACIÓN	Adaptada al adulto	Aumentada ancho adaptada	Adaptada al niño
OBJETIVOS PORTERO	Dificulta	Posibilita	Facilita
MOTIVACIÓN PORTERO	Desmotiva	Motivante	Motivante
FINALIZACIÓN	Intencional o casual	Intencional	Intencional
ZONAS DE FINALIZACIÓN	Cualquiera que acerque el balón	Medias próximas	Próximas

Fuente: Elaboración propia.

3.4. ANÁLISIS DE LA ESTRUCTURA DE LA ACTIVIDAD COMPETITIVA EN FÚTBOL 11, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 5

En cualquier campo de conocimiento resulta fundamental progresar en el conocimiento para justificar y dar sentido a la intervención práctica. En el caso del fútbol y su enseñanza, deberíamos conocer los patrones que diferencian cada modalidad si deseamos progresar en el proceso de enseñanza aprendizaje y el entrenamiento del fútbol base (Ardá, 1998)

El estudio de la actividad competitiva, a pesar de la escasa aportación de la literatura específica, en las diferentes modalidades en las que se puede participar en el fútbol base, lo abordamos el punto de vista de la carga externa y de la carga interna.

3.4.1. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA EXTERNA

TIPO DE ESFUERZOS

Costa y Fernandes (en Pacheco, 2004) justificaron que el Fútbol 7 presentaba una práctica más competitiva que el Fútbol 11, además de por el número de elementos técnico-tácticos que se producen, por las características de la Estructura de la Actividad Competitiva del Juego:

- En Fútbol 7, en los 8 partidos analizados (5 de la Modalidad de Fútbol 11 y 3 de Fútbol 7), comprobaron que se producen de media un mayor número de sprints y que estos presentan una menor distancia.
- Se producen en Fútbol 7 un mayor número de desplazamientos de media intensidad y presentan además, un mayor tiempo de duración.

Cardoso (en Pacheco, 2004) registra en 8 partidos, 4 de Fútbol 7 y otros 4 de Fútbol 11, los siguientes datos:

- En Fútbol 11 se obtienen de media mayores medias de desplazamientos durante los partidos, (de media obtiene 5.186 metros); mientras, que en Fútbol 7 obtiene valores inferiores, de media 4.146 metros.
- En Fútbol 7 se manifiestan valores más elevados en los desplazamientos de media y alta intensidad, e inferiores en los de baja intensidad, con respecto al Fútbol 11. Además, las interrupciones en el juego en Fútbol 7 son inferiores al Fútbol 11.

Pérez Zabala y Vicente i Vives (1996) obtienen en su estudio en categoría Alevín una media de 2.809 metros recorridos en Fútbol 7, y de 3.187 metros para Fútbol 11.

ANÁLISIS BASADO EN EL TIEMPO DE JUEGO

Wein (1993) en su estudio de Fútbol 11 en categoría Benjamín y Alevín verificó que por cada minuto en el que estaba en juego la pelota se perdían de media 6 veces la posesión del balón; además, encontró que no había ningún jugador que obtuviese, durante todo el tiempo de partido, un mayor número de acciones de éxito que de acciones falladas o erróneas durante los partidos observados.

Pérez Zabala y Vicente i Vives (1996) comparan en su estudio, en categoría Alevín, a un mismo equipo disputando la modalidad de Fútbol 7 y de Fútbol 11, en dos torneos distintos organizados por la Federación Aragonesa de Fútbol (analizaron 25 minutos para cada modalidad); en el mismo obtienen que en Fútbol 7 el tiempo real de juego es de 12 minutos y 58 segundos, mientras que en Fútbol 11 es de 14 minutos y 32 segundos.

Cardoso (en Pacheco, 2004) en su estudio sobre 18 jugadores de categoría Benjamín durante 8 partidos, observa que el tiempo de posesión del balón es superior en todos los jugadores en Fútbol 7 que en Fútbol 1.

VOLUMEN Y TIPO DE CONDUCTAS MOTRICES EJECUTADAS

Costa y Garganta (en Pacheco, 2004) comparan 8 partidos de Fútbol 11 de categoría Alevín con 8 partidos de Fútbol 11 de categoría Senior y obtienen los siguientes resultados:

- En categoría Alevín se producen la mitad de pases con éxito que en categoría Senior (27% del total de pases frente al 54% de categoría Senior)
- En categoría Alevín se producen el doble de robos de balón.
- En categoría Senior se producen el doble de desmarques de apoyo y/o de ruptura que en categoría Alevín.

Carvalho y Pacheco (en Pacheco, 2004) realizan su estudio con jugadores de categoría Benjamín, empleando una comparación con el mismo grupo de estudio, el equipo Sub-10 del Fútbol Club de Oporto, en 4 partidos, dos de ellos de Fútbol 11 y los otros dos de Fútbol 7, todos ellos con el mismo tiempo de duración, 2 tiempos de 20 minutos, obteniendo los siguientes resultados:

- El número de contactos con el balón en cada partido es casi el doble en los partidos de Fútbol 7 que en Fútbol 11.
- El número de pases y de remates en los partidos de Fútbol 7 triplicaron a los de Fútbol 11.

- El número de conducciones fue prácticamente la mitad en Fútbol 11 que en Fútbol 7.
- El número de contactos con el balón para los mismos jugadores en ambas modalidades, fue superior siempre en Fútbol 7, siendo en esta modalidad el puesto específico de Delantero el que más contactos realizó con el balón, mientras que en Fútbol 11 fue el puesto específico de Mediocentro.
- El número de tiros a portería fue mayor en un 75% en Fútbol 7 que en Fútbol 11.

Costa y Fernández (en Pacheco, 2004) observaron 3 partidos de Fútbol 7 y 5 partidos de Fútbol 11, analizando a 12 jugadores de Categoría Benjamín (6 de ellos que ocupaban la posición de medios centro y otros 6 que ocuparon la posición de defensas laterales), y obtuvieron los siguientes resultados:

- En Fútbol 7 se obtienen medias mayores de número de contactos con el balón, pases, remates y recuperaciones de balón.
- Existe en Fútbol 7 un mayor número de goles.

Cardoso (en Pacheco, 2004) observó a 18 jugadores de categoría Benjamín del Fútbol Club Oporto durante 8 partidos, 4 de ellos de Fútbol 7 y otros 4 de Fútbol 11, y obtuvo las siguientes conclusiones:

- En Fútbol 7 se producen un mayor número de contactos con el balón.

Pérez Zabala y Vicente i Vives (1996) obtienen en su estudio en categoría Alevín los siguientes resultados (datos extraídos de 25 minutos de juego para ambas modalidades):

- En Fútbol 7 se producen una media de 40 posesiones del balón, mientras que en Fútbol 11 se producen solamente 33 posesiones.
- En Fútbol 7 se producen 143 pases en las 40 posesiones del balón (3,57 pases por posesión), mientras que en Fútbol 11 se dan 87 pases en las 33 posesiones (2,63 pases por posesión).
- En Fútbol 7 se llegan el 92,5 % de las posesiones al área de penalty, mientras que en Fútbol 11 solamente se llega el 12,1% de las posesiones del balón a dicha zona de peligro para el equipo defensor.
- En Fútbol 7 se producen casi 5 veces más tiros a portería que en Fútbol 11. Es decir, que el 50% de las posesiones iniciadas en Fútbol 7 acaban en tiro a portería, frente al 21,1% que se producen en Fútbol 11.
- Por cada 25 minutos de juego en Fútbol 7 se producen 6 goles, mientras que en el mismo período de tiempo no se producen ningún gol en Fútbol 11. Además, en Fútbol 7 se producen de media 1 gol cada 7 posesiones.
- Se produce un 58% más de pases cortos, ejecutados con el interior, en Fútbol 7 que en Fútbol 11, lo que indica que el número de apoyos entre los jugadores es más elevado en Fútbol 7 que en Fútbol 11.

- En las posesiones del balón un mismo jugador entra 3 veces más en juego en Fútbol 7 que en Fútbol 11.

Lapresa Ajamil; Arana Idiakez y Navajas Barrasa (2001) en su estudio con jugadores alevines de 2º año, compararon tres partidos entre los mismos equipos, pero cada partido disputado en una modalidad diferente: Fútbol 7, Fútbol 9 y Fútbol 11, y obtuvieron los siguientes datos:

- En Fútbol 11 existe una tendencia a perder la posesión del balón en la misma zona de inicio de la misma, mientras que en las otras dos modalidades se inicia preferentemente en zonas de iniciación y existe tendencia siempre a mantener la posesión del balón, pasar por zona de creación y llegar a zona de finalización. En definitiva desarrollar un juego mas elaborado.
- El número de tiros a portería es superior en Fútbol 9 en las otras dos modalidades.
- El número de regates y conducciones es tres veces mayor en Fútbol 9 en Fútbol 11.
- El número de pases cortos es superior en Fútbol 7 y Fútbol 9 que en Fútbol 11.

3.4.2. ANÁLISIS DE LA CARGA FÍSICA INTERNA

Son muy escasas las referencias acerca de la carga física interna en las diferentes modalidades de fútbol; entre ellas destaca las siguientes:

Cardoso (en Pacheco, 2004) registra en 8 partidos, 4 de Fútbol de Fútbol 7 y otros 4 de Fútbol 11, los siguientes datos:

- En Fútbol 7 se obtienen valores máximos más elevados de

Frecuencia Cardíaca que en Fútbol 11.

- La media de Frecuencia Cardíaca, a largo de los partidos, se mantuvo más elevada en Fútbol 7 que en Fútbol 11.

Tabla 3.8. Cuadro-resumen estructura de la actividad competitiva fútbol 7 vs fútbol 11

CUADRO RESUMEN ESTRUCTURA DE LA ACTIVIDAD COMPETITIVA FÚTBOL 7 VERSUS FÚTBOL 11		
CARGA EXTERNA		
TIPOS DE ESFUERZOS	FÚTBOL 7	FÚTBOL 11
VOLUMEN (METROS RECORRIDOS)	4.146 Metros (Cardoso, 1998) 2.809 Metros (Pérez i Vicente, 1996)	5.186 Metros (Cardoso, 1998) 3.187 Metros (Pérez i Vicente, 1996)
INTENSIDAD DEL ESFUERZO	Mayor intensidad (Costa y Fernández, 1998; Cardoso, 1998) Mayor nº sprints (Costa y Fernández, 1998; Cardoso, 1998)	Menor intensidad (Costa y Fernández, 1998; Cardoso, 1998) Menor nº sprints (Costa y Fernández, 1998; Cardoso, 1998)
TIEMPO DE JUEGO		
TIEMPO REAL DE JUEGO	25 Minutos 56 Segundos (Pérez y Vicente, 1996)	29 Minutos 04 Segundos (Pérez y Vicente, 1996)
TIEMPO DE POSESIÓN	Mayor tiempo de posesión (Cardoso, 1998; Wein, 1993)	Menor tiempo de posesión (Cardoso, 1998; Wein, 1993)
INTERRUPCIONES EN EL JUEGO	Mayor nº de interrupciones (Cardoso, 1998)	Menor nº de interrupciones (Cardoso, 1998)
VOLUMEN/TIPO CONDUCTAS MOTRICES		
Nº CONTACTOS CON EL BALÓN	3 veces superior (Costa y Fernández, 1998; Carvalho y Pacheco, 1990)	3 veces inferior (Costa y Fernández, 1998; Carvalho y Pacheco, 1990)
Nº POSESIONES DE BALÓN	80 (Pérez i Vicente, 1996)	66 (Pérez i Vicente, 1996)
Nº PASES	286 (Carvalho y Pacheco, 1990; Pérez i Vicente, 1996)	174 (Carvalho y Pacheco, 1990; Pérez i Vicente, 1996)
Nº PASES CORTOS	58% más (Pérez i Vicente, 1996; Lapresa et al., 2001)	42 % menos (Pérez i Vicente, 1996; Lapresa et al., 2001)
Nº GOLES	6 veces más (Costa y Fernández, 1998; Pérez y Vicente, 1996)	6 veces menos (Costa y Fernández, 1998; Pérez y Vicente, 1996)
Nº TIROS	75 % superior (Carvalho y Pacheco, 1990; Lapresa et al., 2001)	75% inferior (Carvalho y Pacheco, 1990; Lapresa et al., 2001)
Nº REMATES	3 veces superior (Carvalho y Pacheco, 1990)	3 veces inferior (Carvalho y Pacheco, 1990)
Nº POSESIONES EN ZONA FINALIZACIÓN	92,5% (Lapresa, Idiakez y Navajas, 2001)	12, 1% (Lapresa, Idiakez y Navajas, 2001)

FUENTE: Elaboración propia.

3.5. ESTUDIO COMPARATIVO DE LAS SECUENCIAS TÉCNICO-TÁCTICAS OFENSIVAS EN FÚTBOL 5, FÚTBOL 7 Y FÚTBOL 11

Ante la discusión latente que existe en la actualidad sobre cuál es la mejor modalidad de fútbol de cara a su utilización en la competición en las diferentes categorías de fútbol base, mostramos a continuación un estudio que compara qué es lo que ocurre en las diferentes modalidades de fútbol base, a través de una metodología observacional, en la cual se pretende comparar los patrones de juego ofensivos en categoría alevín en las modalidades de fútbol 5, fútbol 7 y fútbol 11.

Los objetivos del estudio son:

- Establecer un patrón de la estructura del juego, para las modalidades de Fútbol 5, Fútbol 7 e Fútbol 11, en la categoría Alevín.
- Identificar las variables que configuran parte de las diferentes Unidades de Competición: número de intervenciones técnico-tácticas, zonas de finalización, media de las intervenciones técnico-tácticas, modalidades de finalización de las secuencias ofensivas.

Para el desarrollo del estudio se grabaron en videocámara 100 minutos de partidos de fútbol 11, fútbol 7 y fútbol 5, de categoría alevín provincial (1^º provincial). Para la codificación de los datos se empleó un instrumento observacional consistente en un Sistema de Categorías, que presentaba un sistema cerrado de conductas de juego, que de forma exhaustiva recoge una mutua exclusividad de los elementos que se pueden producir durante la situación de juego analizada.

Los resultados obtenidos a través del estudio observacional de las distintas conductas manifestadas en las diferentes modalidades de fútbol, en categoría alevín, revelan que el número de intervenciones técnico-tácticas es mayor cuanto menor sea la modalidad de fútbol (Tabla 3.9), de forma que el número de intervenciones técnico-tácticas manifestadas en fútbol 5 suponen el doble que las observadas en la modalidad de fútbol 11. Además, la media de intervenciones por partido y por cada minuto de juego, supone también porcentajes que se acercan al doble, en la modalidad de fútbol 5, con respecto a la modalidad de fútbol 11.

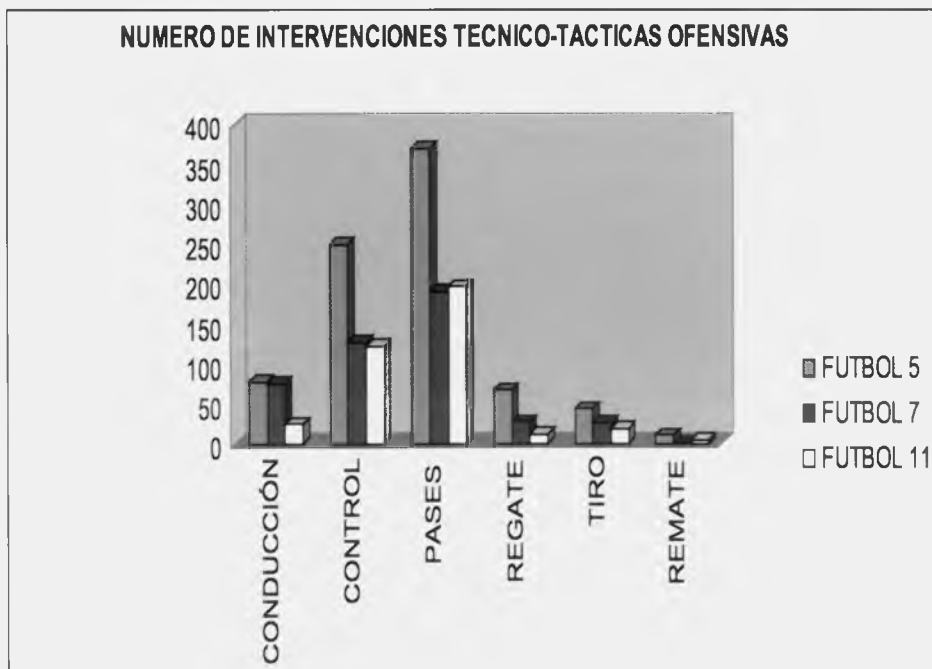
Tabla 3.9. Número y media de intervenciones técnico-tácticas en las diferentes modalidades.

INTERVENCIONES TECNICO TACTICAS			
	FUTBOL 5	FUTBOL 7	FUTBOL 11
INTERVENCIONES TOTALES/100 MINUTOS	1111	675	556
MEDIA DE INTERVENCIONES	222,2	96,42	50,54
MEDIA INTERVENCIONES POR PARTIDO	88,8	57,85	35,37
MEDIA INTERVENCIONES POR MINUTO	2,22	0,96	0,50

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la tipología de intervenciones técnico-tácticas (*Gráfico 3.1*), los pases y los controles son las acciones que más se producen en las diferentes modalidades de fútbol, siendo mucho mayor el número de pases y controles cuanto menor sea la modalidad de fútbol. Destaca, además, observar cómo cuanto menor sea la modalidad, menor es el espacio y mayor es el incremento en el número de acciones como el regate, el tiro, la conducción, o el pase (Pérez y Vicente i Vives; 1996). Por el contrario Lapresa (2001) encuentra un número similar de conducciones durante un partido de fútbol 11 y otro de fútbol 7, si coincidiendo en el número mayor de regates en el fútbol 7 respecto al fútbol 11.

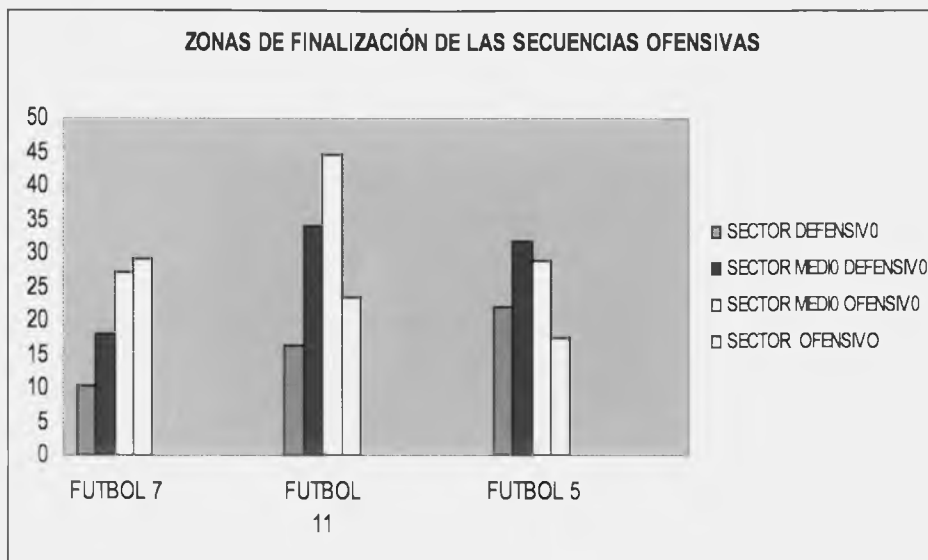
Gráfico 3.1. Número de intervenciones técnico-tácticas ofensivas en las diferentes modalidades.



Fuente: Elaboración propia.

En el Gráfico 3.2 se muestra las zonas en donde finalizan las secuencias ofensivas del juego; de esta forma, podemos observar como en la modalidad de fútbol 11 más de la mitad de las acciones ofensivas iniciadas por los equipos, acaban en el sector medio (sea ofensivo o defensivo). Mientras que en fútbol 5, existe una mayor participación del sector defensivo en la participación de las secuencias ofensivas, al ser más reducido el espacio y al estar todos los jugadores dentro del centro del juego.

Gráfico 3.2. Zonas de finalización de las secuencias ofensivas en las diferentes modalidades.



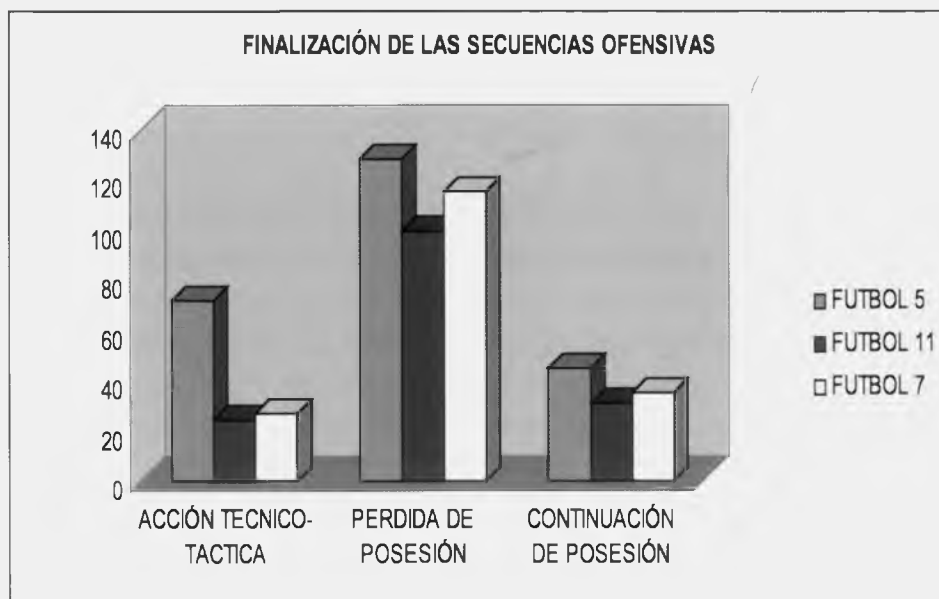
Fuente: Elaboración propia.

La forma en la que se finalizan las acciones técnico-tácticas (Gráfico 3.3), nos indican que en las tres modalidades la pérdida de posesión es la más habitual, aunque destaca que en la modalidad de fútbol 5, el porcentaje de secuencias ofensivas finalizadas tras una acción técnico-táctica, supone el doble que en las otras dos modalidades.

Las conclusiones que se pueden extraer de estos resultados son:

- En las modalidades de fútbol 7 y fútbol 5, el balón permanece un mayor tiempo en contacto con los jugadores, ya que, existe un mayor número de contactos por jugador, las posesiones del balón presentan un mayor número de contactos y son más

Gráfico 3.3. Finalización de las secuencias ofensivas en las diferentes modalidades



Fuente: Elaboración propia.

prolongadas en el tiempo de juego; de ahí, que podamos afirmar que el fútbol 7 y el fútbol 5 manifiestan un mayor “control” del juego que el fútbol 11.

- La posibilidad de que existan un mayor número de contactos con el balón, por parte de cada uno de los jugadores que desarrollan la modalidad de fútbol 7 y fútbol 5, y que el desarrollo de las posesiones sean más prolongadas en el tiempo, presenta como consecuencia que se den un mayor número de acciones técnico-tácticas individuales por cada jugador; por eso, podemos afirmar que el fútbol 7 y el fútbol 5 presentan una mayor “riqueza” técnico-táctica que el fútbol 11, favorable para la adquisición de los elementos técnico-tácticos en periodos de formación.

- El empleo de un mayor número de elementos técnico-tácticos como el pase, el remate o el tiro, así como la consecución más frecuente del objetivo de este deporte, que es marcar goles, provoca un mayor dinamismo en el juego individual y colectivo en fútbol 7 y fútbol 5 que en fútbol 11.
- El mayor dinamismo en el juego obliga a una mayor participación de los jugadores, que en fútbol 7 y fútbol 5 no sólo tendrán que participar durante la fase ofensiva, sino también durante la fase defensiva, al contrario del fútbol 11, donde se tiende a una mayor especialización del puesto, debido entre otros motivos a la imposibilidad de poder abarcar la totalidad del espacio de juego; de ahí que podamos afirmar que el aprendizaje Táctico será estimulado de forma más eficaz a través de la práctica deportiva del fútbol 7 y el fútbol 5.
- El mayor número de estímulos que surgen en la práctica del fútbol 7 y fútbol 5, unidos a los aspectos desarrollados con anterioridad (riqueza técnico-táctica y mayor dinamismo) ofrece al joven futbolista en formación más diversión y adherencia al entrenamiento y a la competición.

Por lo tanto, podemos afirmar que en la Categoría Alevín, resultaría adecuado incidir en la modalidad deportiva del fútbol 7 y fútbol 5, en lugar del fútbol 11, logrando que el joven jugador obtenga un mayor aprendizaje técnico-táctico.

3.6. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Existe un interés creciente por establecer una progresión lógica y adaptada de la enseñanza de un deporte a las características de los participantes, en este sentido Algunos autores (Corebeau, 1990; Wein, 1995; Lago, 2002; Ardá, 2003) han realizado diversas reflexiones y propuestas que posibilitan adaptar la enseñanza y la modalidad competitiva utilizada en la progresión hacia la modalidad de fútbol 11.

Atendiendo a las características formales de las diferentes modalidades de fútbol en etapas de formación y de las características de las distintas etapas, se expone a continuación, nuestra propuesta de cómo organizar las características formales del proceso de entrenamiento – competición que se adaptan a las características del niño.

Esta propuesta no deja de ser un intento por ordenar y secuenciar las características de cada modalidad competitiva, tratando de que exista una lógica en la progresión en el juego que practican los jugadores noveles, adaptando la modalidad a las características de cada etapa.

Nuestra propuesta propone para las primeras etapas de iniciación al juego (6-7 años) utilizar la modalidad del 3 x 3, donde no exista la presencia del jugador con el rol de portero, en esta modalidad las dimensiones del terreno de juego serían reducidas 10 x 20 metros, adaptándose estas al espacio que puedan abarcar los niños de esta edad, la duración de la “competición” será de tres partes de diez minutos pudiendo introducir 2 tiempos muertos durante todo el partido corregir y dar descanso a los jugadores.

El número de cambios será ilimitado siendo obligatoria la participación de todos los jugadores tratando de dar oportunidades a todos. El balón estará adaptado en su tamaño a los jugadores utilizando un tamaño N° 1.

En una etapa posterior, que se corresponden con la actual categoría benjamín y primer año de alevín (8 -10 años) se propone la utilización de la modalidad de fútbol 5, el espacio será el estándar utilizado para

esa competición (40 x 20 m), el móvil utilizado será el N° 2 (54 – 56 cm) en los primeros dos años y el N° 3 (58 – 60 cm) en el primer año alevín. Esta característica del balón y el tipo de superficie donde se desarrolla esta modalidad facilitará la adquisición de habilidades coordinativas por parte del jugador en formación. El tamaño de la meta (4 x 2 m) facilitará la intervención del jugador portero, posibilitando la interceptación en todos los disparos dentro de los tres palos y obligando a los atacantes a desarrollar habilidades de precisión para conseguir el gol.

El aumento del número de jugadores aumentará la cantidad de estímulos y situaciones supondrá un paso mas hacia la comprensión del juego, dando lugar a situaciones mas alejadas del centro de juego que serán el paso previo a situaciones o roles en situaciones de fuera de centro del juego.

La aparición del rol de portero ofrece nuevos retos técnico-tácticos que resolver para la consecución de un gol, así como la mayor elaboración del ataque o la elaboración intencional de este para buscar situaciones favorables para finalizar en gol.

A partir de la segunda etapa coincidiendo con el segundo año de alevín y primero de infantil comenzaremos a utilizar el fútbol 7, modalidad en la que se además de un mayor numero de jugadores, aparece la regla del fuera de juego en el ultimo sector del campo. Esta situación provocara mayor complejidad a nivel perceptivo lo que limitara la acción de los atacantes y obligara a los jugadores que formen la línea a comportarse de manera distinta, vigilando los jugadores que se encuentran detrás de la línea defensiva pero sin la necesidad de realizar un marcaje.

La superficie utilizada el fútbol 7 será misma que se utiliza para el fútbol 11, añadiendo algo mas de complejidad al manejo del balón ya que en esta modalidad se utilizara un balón N° 4 que tiene como característica más destacable respecto a balones de tallas inferiores el tener un bote mas alto y mayor dificultad para su control. El tamaño de la portería en esta modalidad será modificado aumentando para adaptarse al crecimiento en altura y la mejora de las cualidades coordinativas de los jugadores.

A la edad de los 13 años proponemos la introducción de la modalidad de fútbol 11, con las características del juego la modalidad "grande". A esta edad el niño es capaz de modificar la situación del centro de juego con mayor facilidad ya que sus condiciones neuromusculares alcanzan un nivel que así se lo permiten, sus niveles de resistencia le permitirán mantener un ritmo de juego adecuado durante todo el partido teniendo un dominio del espacio que corresponde a esta modalidad.

En esta edad también se amplía el espacio en el que se debe aplicar la norma del fuera de juego, correspondiendo esta a la mitad del campo, lo que implica que el niño tenga un conocimiento táctico superior. El mayor número de adversarios y compañeros, aumentara considerablemente el número de estímulos y de posibilidades a desarrollar, implicando una mayor atención en aspectos relevantes del juego, necesaria para un comportamiento táctico adecuado en cada situación.

En definitiva, se pretende establecer una progresión adecuada a las necesidades psicoevolutivas del niño, y poner al alcance del joven el conocimiento del juego de forma progresiva, superando etapas en el conocimiento técnico-táctico.

En nuestra opinión esta progresión en la adaptación de las dificultades que el niño se va encontrando hacia el fútbol 11, harán que este tenga una mayor comprensión de lo que sucede en el juego y harán el camino más atractivo para todos los participantes en el fútbol de base.

Tabla 3.10. Cuadro-resumen propuesta personal de las características formales del proceso de entrenamiento – competición

PROPUESTA PERSONAL CARACTERÍSTICAS FORMALES DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO – COMPETICIÓN.					
CATEGORÍAS					
	PREBENJAMÍN		BENJAMÍN		ALEVÍN
	6 AÑOS	7 AÑOS	8 AÑOS	9 AÑOS	10 AÑOS
MODALIDAD	3 x 3 (SIN PORTERO)	3 x 3 (SIN PORTERO)	5 x 5 (CON PORTEROS)	5 x 5 (CON PORTEROS)	5 x 5 (CON PORTEROS)
DIMENSIONES	20 x 10 m	20 x 10 m	40 x 20 m	40 x 20 m	40 x 20 m
MINUTOS	3 x 10 min TIEMPO MUERTO	3 x 10 min TIEMPO MUERTO	3 x 12 min TIEMPO MUERTO	3 x 12 min TIEMPO MUERTO	3 x 20 min TIEMPO MUERTO
CAMBIOS	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES
DIMENSIONES PORTERÍA	2 x 1 m	2 x 1 m	4 x 2 m	4 x 2 m	4 x 2 m
TAMAÑO BALÓN	Nº 1 50-52 CM	Nº 1 50-52 CM	Nº 2 54-56 CM	Nº 2 54- 56 CM	Nº 3 58-60 CM
Nº ENTRENOS SEMANALES	2	2	2	2	3
DURACIÓN SESIONES	30 – 45 min	30 – 45 min	45 – 60 min	45- 60 min	60 – 75 min
Nº ENTRENOS. ANUALES	50 – 75	50 - 75	60 - 90	60 - 90	90 – 120
Nº COMPETIC. ANUALES	15 – 20	15 - 20	20 - 25	20 - 25	25 – 30

Tabla 3.10. Cuadro-resumen propuesta personal de las características formales del proceso de entrenamiento – competición

PROPUESTA PERSONAL CARACTERÍSTICAS FORMALES DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO – COMPETICIÓN.					
CATEGORÍAS					
	ALEVIN	INFANTIL		CADETE	
	11 AÑOS	12 AÑOS	13 AÑOS	14 AÑOS	15 AÑOS
MODALIDAD	7 x 7 (CON PORTE- ROS)	7 x 7 (CON PORTE- ROS)	11 x 11 (CON PORTE- ROS)	11 x 11 (CON PORTE- ROS)	11 x 11 (CON PORTE- ROS)
DIMENSIONES	60 x 45 m	70 x 55 m	100 x 60 m	100 x 60 m	100 x 60 m
MINUTOS	2 x 35 min TIEMPO MUERTO	2 x 35 min TIEMPO MUERTO	2 x 40 min TIEMPO MUERTO	2 x 40 min	2 x 40 min
CAMBIOS	ILIMITADOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGADORES	ILIMITA- DOS SIN DETENER EL JUEGO DEBEN PARTICIPAR TODOS LOS JUGA- DORES	JUEGO DE- TENIDO DEBEN JUGAR TODOS LOS JUGADO- RES COMO MINIMO 30 MIN	JUEGO DETENIDO DEBEN JUGAR TODOS LOS JUGADORES COMO MINI- MO 30 MIN	JUEGO DE- TENIDO DEBEN JUGAR TODOS LOS JUGADO- RES COMO MINIMO 30 MIN
DIMENSIONES PORTERÍA	6 x 2 m	6 x 2 m	7,32 x 2,44 m	7,32 x 2,44 m	7,32 x 2,44 m
TAMAÑO BALÓN	Nº 4 62-66 CM	Nº 4 62-66 CM	Nº 5 68-70 CM	Nº 5 68-70 CM	Nº 5 68-70 CM
Nº ENTRENAM. SEMANALES	3	4	4	4 - 5	4 - 5
DURACIÓN SESIONES	60 – 75 min	75- 90 min	75 – 90 min	75 – 90 min	75 – 90 min
Nº ENTRENAM. ANUALES	90 – 120	120 - 150	120 - 150	120 - 150	130 - 160
Nº COMPETIC. ANUALES	25 - 30	30 – 40	30 - 40	30 - 40	35 - 45

Fuente: Elaboración propia.

3.7. APLICACIONES PRÁCTICAS.

Con el objeto de facilitar una mejor comprensión, a continuación se facilitan algunos ejemplos de tareas que permiten concretar la propuesta.

CATEGORÍA PREBENJAMIN

REPRESENTACIÓN GRÁFICA

DESCRIPCIÓN DE LA TAREA
<p><i>2 x 2 + 4 apoyos exteriores</i></p> <p>Objetivo: mejorar aspectos técnicos como el control y el pase.</p> <p>Descripción: Espacio de 10 x 10 metros, mantener la posesión de la pelota, pudiendo jugar sin límite de contactos con cualquier jugador que está alrededor (4 apoyos exteriores), o con el compañero que está en el interior del cuadrado. La pareja que pierda la posesión de la pelota sale fuera del cuadrado y se intercambia con otra de las parejas que está fuera</p>

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

3 x 3 + 1 apoyo interior

Objetivo: mejorar la progresión en amplitud en el juego.

Descripción: 3 x 3 con un apoyo interior, sin límite de contactos, que garantice el éxito en la ejecución técnica de la tarea, en un espacio de 20 x 10 metros con una zona de gol de 1 metro de ancho. Se consigue gol si se llega con la posesión de la pelota en conducción a la zona lateral asignada para cada equipo.

CATEGORÍA BENJAMÍN

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

2 x 2 + 3 apoyos (2 exteriores y 1 interior)

Objetivo: mejorar aspectos técnicos como el control y el pase.

Descripción: espacio de 10 x 10 metros, quitamos dos jugadores en el espacio exterior del cuadrado he incorporamos uno dentro, jugando un 2 x 2 con 3 apoyos (2 exteriores y 1 interior) sin limites de contactos, garantizando así la superioridad numérica en el juego y la práctica de elementos técnicos como el control y el pase. De esta forma, también reducimos y ponemos más dificultad a la tarea, eliminando uno de los lados y su opuesto, y manejamos el centro de juego.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

2 x 1 + portero

Objetivo: desarrollar la fase ofensiva en el juego y mejorar aspectos de finalización con superioridad numérica en ataque

Descripción: 2 x 1 con 1 portero (portería de 4 x 2 metros). De esta forma, se inicia al jugador en etapa de formación en el trabajo táctico y a buscar soluciones para la resolución de los problemas que se le plantean durante el juego. Se delimita la zona de disputa de la tarea, en 25 x 25 metros, entrando en dicha zona solamente los tres jugadores que disputan el 2 x 1; el objetivo de los atacantes de finalizar en gol en la portería que defiende el portero, y el defensor el de robar e intentar marcar gol en cualquiera de las dos porterías que tiene enfrente.

CATEGORÍA ALEVÍN

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

3 x 3 + 4 apoyos exteriores

Objetivo: mejorar la relación de los jugadores con la pelota dentro del centro de juego.

Descripción: espacio de 18 x 15 metros, se juega

3 x 3 con 4 apoyos exteriores alrededor del cuadrado, sin limitación de contactos, asignando a cada equipo de tres jugadores los 4 jugadores con los que pueden jugar en el exterior de la zona delimitada.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

3 x 1 + 3 apoyos exteriores

Objetivo: desarrollar comportamientos adecuados fuera del centro de juego

Descripción: en un espacio formado por dos triángulos de 6 x 6 metros, separados se juega un 3 x 1 con limitación de 2 contactos; al número de pases asignado por el entrenador, se debe pasar la pelota a otra zona, donde hay 1 jugador exterior, los dos jugadores que no dan el pase se desplazan al otro triángulo a dar apoyo. El jugador que estaba intentando recuperar la posesión en el triángulo debe desplazarse al otro triángulo a intentar recuperar el balón.

CATEGORÍA INFANTIL

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

4 x 4 + 4 apoyos exteriores

Objetivo: mejorar los elementos técnicos del juego, como control y pase, en situaciones de colaboración facilitada.

Descripción: en un espacio de 20 x 18 metros, se disputa un 4 x 4 con 4 apoyos exteriores (se asignan igual que en tareas similares anteriores al comienzo de la tarea los 4 apoyos distintos que tiene cada equipo por fuera, pudiendo jugar solamente con ellos). La dificultad de la tarea está en el aumento del número de jugadores que se va ajustando a la modalidad de fútbol que practican, y a la movilidad entre los jugadores, de manera que se establece como consigna el cambio de posición con el apoyo de fuera al que se le da el pase.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

5 x 3 + 1 portero

Objetivo: desarrollar aspectos tácticos del juego, la superioridad en ataque con finalización y movimientos defensivos de la línea.

Descripción: 5 x 3 + 1 portero en un espacio de 40 x 35 metros, de manera que el equipo en ataque formado por 5 jugadores tiene que intentar superar la línea de 3 defensiva y finalizar empleando solamente 2 contactos por jugador, y la línea defensiva tiene que evitar que finalizar, intentar robar la pelota y marcar en cualquiera una de las dos porterías que tiene enfrente.

CATEGORÍA CADETE

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



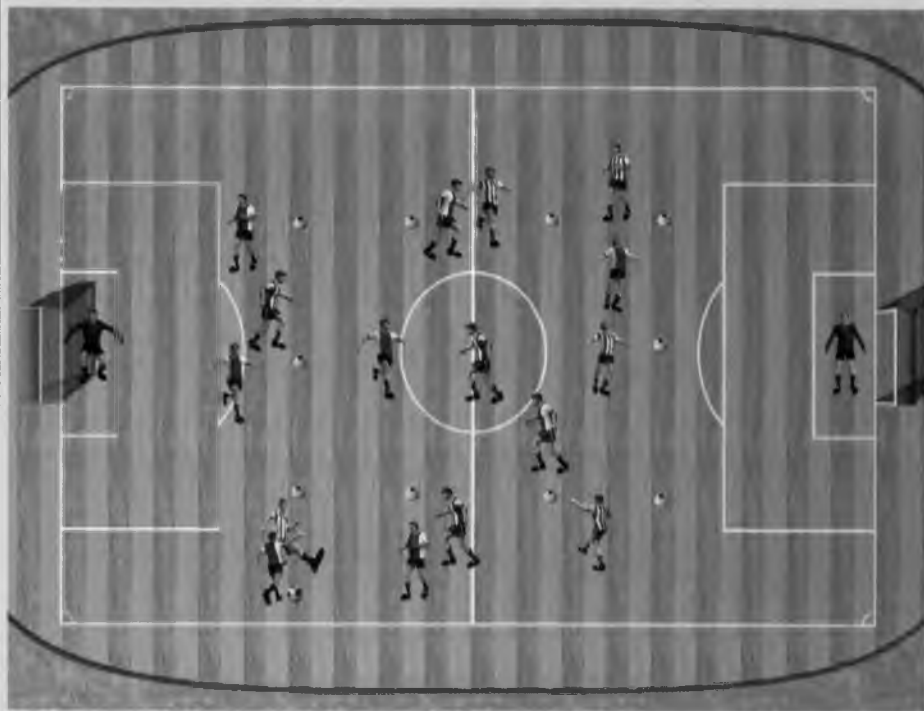
DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

4 x 4 + 4 apoyos exteriores

Objetivo: mejorar los elementos técnicos del juego, como control y pase, en situaciones de colaboración facilitada.

Descripción: el espacio delimitado para el juego de 20 x 18 metros, se disputa igual que las otras tareas, un 4 x 4 con 4 apoyos exteriores ya asignados antes de empezar la tarea, y que son distintos para cada equipo (por ejemplo, los blanquirrojos juegan solamente con los amarillos y los verdes con los blanquiazules), no pudiéndose robar entre los apoyos exteriores del mismo lado la pelota. se establece la consigna de intercambiarse con el apoyo del lado opuesto con el que se juega.

REPRESENTACIÓN GRÁFICA



DESCRIPCIÓN DE LA TAREA

8 x 8 + 2 porteros a todo campo

Objetivo: mejorar la amplitud en el juego y la progresión del mismo por los pasillos laterales

Descripción: Se disputa un partido de 8 x 8 con 2 porteros en un espacio de 75 x 60 metros, con una zona central de 30 x 25 metros en la cual se delimitan el número de toques a 2, para. En la zona de los pasillos laterales no hay un número de contactos delimitado.

REFERENCIAS

Ardá, T. (2001). Análisis de los patrones de juego en fútbol a 7. Estudio de las acciones ofensivas. *Apunts*, 63, 116-121..

Ardá, T. (1998) Análisis de patrones de juego en futbol a 7. estudio de las acciones ofensivas(tesis doctoral). La Coruña: Universidad de la Coruña.

Ardá, T.; Casal, C. (2003). *Metodología de la enseñanza del fútbol*. (1º ed.) Barcelona: Paidotribo.

Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Barcelona: Hispanoeuropea.

Camolese, G.; Pigino, A. (2003). Giochiamo insieme. *Il Nuovo Calcio*, 130, 124-128.

Campos, M. A., García, F., y Raya, A. (1999). El desarrollo de la estrategia en edades tempranas a través del entrenamiento en circuito. *Training Fútbol*, 42, 24-33.

Castrillo, M. (1997). La enseñanza de la Técnica: un Aspecto Fundamental en el Fútbol Base. *Training Fútbol*, 17., 16-21.

Corbeau, J. (1990). Fútbol .de la escuela ...a las asociaciones deportivas. Editorial deportiva Agonos. Lerida.

Cuadrado, J. (1997). Propuesta de organización y metodología para el entrenamiento de la condición física en los equipos filiales y de base de un club de fútbol profesional. *Training Fútbol*, 21, 16.

Delaunay, M (1976). Conduite tactique en sports collectifs et theorie operatoire. contribution a une approche experimentale de conduites tactiques de cenciature. Université de Provence. UER de psychologie.

Duricek, M. (1985). Estructura de la estrategia y la táctica en los juegos deportivos. El entrenador Español « época, 26, 24-26.

Gutiérrez Castellanos, J. R. (1996). Fútbol 7. *Training Fútbol*, 3, 35-41.

Hernandez Moreno, J (1994). Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona: Inde Publicaciones.

Lago, C. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva

Lago, C. (2003). *La enseñanza del Fútbol en la edad escolar*. Sevilla: Wanceulen

Lapresa, D., Arana, J.; Navajas, R. (2001). La alternativa de fútbol 9 en el primer año de infantiles: Una propuesta ante el fútbol 11. *El Entrenador Español*, 88, 34-41.

Lapresa, D., Arana, J., Garzón, B. (2006). El fútbol 9 como alternativa al fútbol 11, a partir del estudio de la utilización del espacio de juego. *Apunts, Educación Física y Deportes*, 86, 34-44.

Nieto, M. (1994). Fundamentos de táctica deportiva aplicados al fútbol: la acción de juego y sus fases. Progresión metodológica en la enseñanza de la táctica. Aspectos teórico-prácticos de una propuesta metodológica (II). *El Entrenador Español*, 62, 28-37.

Menaut, A. (1982). Contribution a une approche theorique des jeux sportifs collectifs. theorisation et recherche d'un modele operationnel. these pour Doctoral es Lettres et sciences humaines. Université de Bordeaux II.

Pacheco, R. (2004). *La enseñanza y el entrenamiento del Fútbol 7. Un juego de iniciación al Fútbol 11*. Barcelona: Paidotribo.

Parlebas, P. (1988). Elementos de sociología del deporte. Málaga: Colección Unisport.

Pérez, J. (1998). La organización del fútbol base: estructuración y desarrollo. *Training Fútbol*, 32, 46.

Pérez, L. A. y Vicente i Vives, E. (1996). La importancia del fútbol 7 como paso previo al fútbol 11. *El Entrenador Español*, 70, 12-18.

Ruiz de Alarcón, A. (2002). Fútbol 7. Sistema 1-2-2-2: estática y dinámica. *Fútbol: Cuadernos Técnicos*, 22, 67-80.

Sánchez, D. L. y Fradua, L. (2000). Aproximación teórica al desarrollo de un sistema en el fútbol base. *Training Fútbol*, 50, 40-46.

Theodorescu, L. (1984). Problemas de teoría e metodología nos desportos colectivos. Livros Horizonte.

Vales, A. (1994). Análisis de la estructura competitiva del fútbol base: presente y futuro. *El Entrenador Español*, 60, 48-58.

Vargas, J. y Morante, J. C. (1994). Secuencia metodológica en el aprendizaje de la técnica en el fútbol. *El Entrenador Español*, 63, 16-25.

Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol, Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación del Fútbol (CEDIFA).

www.mcsports.es



CAPITULO 4

LA DETECCIÓN DE TALENTOS EN EL FÚTBOL

Luis Casáis Martínez

4.1. DETECCIÓN, CAPTACIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS EN EL FÚTBOL

4.1.1. MODELOS EXPERIMENTALES DE LA SELECCIÓN DE TALENTOS

4.1.2 EL PROCESO DE IDENTIFICACIÓN DE TALENTOS:

4.2. CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL DE REFERENCIA PARA EL ALTO RENDIMIENTO EN EL FÚTBOL

4.3. PRUEBAS Y MEDIDAS PARA LA SELECCIÓN DE FUTBOLISTAS

4.1. DETECCIÓN, CAPTACIÓN Y SELECCIÓN DE TALENTOS EN EL FÚTBOL

En el marco del deporte de rendimiento actual, uno de los aspectos más críticos se centra en el interés por los condicionantes necesarios para alcanzar el alto rendimiento deportivo. De esta forma, las indicaciones necesarias para localizar un talento y llevarlo hacia su máximo rendimiento se configura como uno de los aspectos que requieren mayor estudio.

El talento en el deporte es la aptitud o capacidad natural para alcanzar un alto rendimiento en ese deporte (Cazorla y Monpetit, 1986). Para Hahn (1988) es la disposición por encima de lo normal de poder y querer realizar unos rendimientos elevados en el campo del deporte. Para Salmela (1997), el término debería sustituirse por el de experto, entendido como aquella persona que, a través de la experiencia y el entrenamiento, presenta una gran habilidad en una tarea determinada. Para García Manso et al (2003), el término talento debe ir acompañado del adjetivo que lo sitúe en la órbita de actuación de esas grandes capacidades para algo (talento deportivo).

La detección se basa esencialmente en la predicción sobre el éxito futuro de los individuos escogidos (Cazorla y Monpetit, 1986). Para Leguer (1985), la identificación de talentos consiste en predecir si un joven podrá desarrollar el potencial de adaptación al entrenamiento y su capacidad de aprendizaje técnico para emprender las posteriores etapas de entrenamiento. En el caso del fútbol, se trataría de reconocer individuos de valor a través de ciertas medidas aceptadas como marcadores de un rendimiento futuro.

La selección trata de escoger a aquéllos que a medio plazo pueden sobresalir en el deporte (Cazorla y Monpetit, 1986). Para Nadori (1983), la selección no es otra cosa que el proceso a través del cual se individualizan

personas dotadas de talento y actitudes favorables para el deporte, con la ayuda de métodos y tests científicamente válidos. Para López Bedoya (1998), se entendería como una operación que reposa sobre una predicción a corto plazo en cuanto a las posibilidades de un sujeto dado en el seno de un grupo de deportistas que posea atributos, el nivel de aprendizaje, el entrenamiento, y la madurez necesarias para realizar un mejor rendimiento que el resto de miembros del grupo en un futuro inmediato.

En el ámbito específicamente futbolístico, Franks et al (2000) plantean como obligatoria la secuencia detección-identificación-selección-desarrollo del talento, como guía de secuencia de intervenciones en el fútbol base.

El talento constituye una de las condiciones fundamentales para acceder a la excelencia en el deporte de competición, pero ha de tenerse presente que no sólo ha de ser descubierto sino también estimulado (López Bedoya, 1998). Su identificación representa el primer paso para seleccionar sujetos con las aptitudes necesarias para conseguir las más altas cotas de perfeccionamiento deportivo a través de un complejo proceso de especialización.

En general, ha habido poco interés en la problemática relacionada con el talento, debido en gran parte al convencimiento de que surge de forma espontánea, lo que ha llevado a pensar que no era necesario invertir tiempo y recursos necesarios en ello.

Sin embargo, en la actualidad han ido apareciendo planteamientos que orientan la investigación hacia tres grandes bloques de búsqueda en esta temática (Baur, 1993):

- detección precoz de talentos deportivos intentando establecer las bases científicas de una prospección deportiva de futuros campeones
- optimización de rendimientos mediante análisis de los factores biológicos, técnicos, metodológicos y psicológicos que condicionan los rendimientos deportivos
- el desarrollo del talento a través de la promoción del currículo en el ámbito deportivo

¿CUÁNDO Y CÓMO EMPEZAR A BUSCAR EL TALENTO?

A pesar de los esfuerzos por descubrir las claves que delimitan los procesos seguidos por los talentos deportivos todavía hay grandes interrogantes e imprecisiones.

¿por qué algunos jóvenes con talento no alcanzan los resultados esperados? ¿por qué algunos jóvenes normales, en determinadas circunstancias sobrepasan el rendimiento de compañeros con mayor potencial?

Para aclarar el asunto, perspectivas actuales (Gagné, 1993) diferencian entre gifted (experto... aspecto referido a la competencia y al carácter potencial), de talent (talento, aspecto más ligado a la productividad, a rendimiento). Una cosa es talento potencial (gifted) y otra cosa es ser capaz de materializar ese talento (exposición a un entorno adecuado); para ello se requiere un proceso de intervención sistematizado.

La detección de talentos pretendería reconocer a los jóvenes deportistas que tienen un potencial mayor para un determinado deporte (identificación y selección), “articular un sistema destinado a medir y valorar a una población concreta para encontrar sujetos prometedores” (Salmela y Regnier, 1983) pero además debería abarcar otras condiciones:

un proceso sistemático, planeado a medio-largo plazo que posibilite la expresión de la potencialidad identificada (Cazorla, 1983; Salmela y Regnier, 1983; Bompa, 1985)

un proceso general a lo largo del cual se materializa el potencial deportivo del sujeto (Hebbelink, 1988)

Prácticamente en la actualidad existe el consenso de que el talento es un constructo multifactorial (Simonton, 1999; Franks et al, 2002; Vaeyens et al, 2006), que incluye aspectos físicos, técnicos, psicológicos, muchos de ellos con gran carga genética, aderezados por aspectos del entorno y de naturaleza psicosocial que son los que a la postre permitirán que ese talento pueda ser adecuadamente estimulado (entorno familiar, instalaciones, equipamientos, cultura deportiva, medidas de apoyo social y económico,

etc...). A nadie escapa que el talento por sí mismo no es elemento suficiente y necesario para llegar a altos rendimientos futbolísticos. Si así fuese, habría también grandes jugadores africanos hace 20 años. La clave quizás sea que esos jugadores, en la actualidad, pueden desarrollar verdaderos planes de fomento y desarrollo del talento en sus países de origen (por ejemplo Nigeria, Camerún, Ghana,....), por el avance socioeconómico de las últimas décadas, o bien completar su formación en países industrializados (Francia, Holanda,....).

El cambio de dicha potencialidad en respuestas productivas requiere entonces de un proceso de transformación del sujeto (proceso de entrenamiento), a través de prácticas bien diseñadas (Singer y Janelle, 1999). No puede olvidarse que, para llegar al alto rendimiento, como término medio los jugadores profesionales han realizado entre 9-10 años de entrenamiento sistemático, 14 horas a la semana y 7.500 horas de entrenamiento (Ward et al, 2004).

Por ello, la identificación no es más que el primer paso, se requiere selección de esos sujetos e intervenir a través de procesos (la detección de talentos incluye este proceso más general de formación y desarrollo del talento).

La atención no debe ir tan encaminada a las iniciativas de identificación y si a estrategias de formación (para llegar no basta con tener cualidades, hay que implementar un proceso sistematizado de trabajo a largo plazo).

Otro aspecto importante es el cómo realizar esta selección de talentos. Es común escuchar la argumentación de que la mejor forma de identificación del talento es la competición, ya que los deportistas talento se identificarían a sí mismos a través de sus rendimientos, lo cual no tiene en cuenta el efecto de la edad biológica y su posible desfase con la cronológica, que muchas veces pueden nublar nos la vista y participar del mayor error que se cierne en la actualidad sobre este tema.

Sobre el modelo a seguir para realizar esta identificación podría partirse de un análisis más general procedente del desarrollo del sistema

deportivo de rendimiento. Como momentos claves para el desarrollo de selección de talentos pueden encontrarse (Navarro, 1999; García Manso et al, 2003):

JJ.OO. Helsinki 52, 1ª participación oficial de la URSS, que marca el principio de la tecnificación e investigación en el ámbito del deporte, implementando los primeros programas sistemáticos de identificación y promoción de talentos

Décadas de los 60-70 demuestran los frutos evidentes de los programas de búsqueda y formación de talentos (80% de las medallas responden a procesos sistemáticos de detección y formación científica (Bompa, 1985)

En Montreal 76, la RDA gana una medalla de oro por cada 190.000 Hab, contra 425.000 de la URSS, y 6.327.000 de USA.....

En España se comienza con el desarrollo de programas específicos a partir del programa ADO'92 (1986) (Bañuelos, 1999; Navarro, 1999), lo que demostró grandes logros (paradigmáticos en muchos casos: Hockey hierba (medalla de oro partiendo de una base de practicantes de tan sólo 600 licencias), Ciclismo en pista, y otras especialidades con reducido número de practicantes.

Si se analiza el modelo seguido por el fútbol puede llegarse a la conclusión de que no existe ningún programa implantado en la actualidad. Puede comprobarse que cada club tiene un sistema de selección..... fundamentalmente basado en el ojo clínico del entrenador o cuerpo técnico. Pocos son los clubes que cuentan con modelos más o menos objetivables y sistemáticos para la identificación y desarrollo de los talentos.

4.1.1. MODELOS EXPERIMENTALES DE LA SELECCIÓN DE TALENTOS

Sobre la problemática del desarrollo de las élites deportivas, el dilema clásico puede resumirse en una pregunta bien conocida ¿el jugador nace o se hace? Hasta un pasado relativamente cercano, la opinión más

generalizada era que el que “nacía”, a poco que se esforzara, podría llegar sin muchos problemas allí donde otros, por mucho que hicieran, fracasarían. En la actualidad, dónde la dedicación al entrenamiento es masiva y la sistematización del proceso más compleja, se hace evidente la posibilidad real de que a partir de un trabajo regular e intensivo es posible forjar con muchas posibilidades jugadores que podrán tener un gran nivel de desempeño. Ello lleva a tomar en consideración que ambos aspectos de la ecuación son importantes: por un lado contar con las condiciones mínimas adecuadas para practicar el deporte, y por otro establecer un programa de trabajo completo y exhaustivo, sin el cuál no será posible llegar a expresar el talento potencial.

Básicamente, este proceso de formación y desarrollo de talentos ha seguido dos modelos organizativos, que en el caso del fútbol se muestra, aunque bajo formatos menos institucionalizados.



Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

SISTEMA PIRAMIDAL

Basado en un proceso de selección natural progresiva que se fundamenta en una gran base de practicantes en la pirámide, lo que asegura la llegada de más sujetos a la cúspide (Bañuelos, 1999). Se trataría de encauzar hacia un “embudo” una gran masa de practicantes que irían pasando diferentes filtros de selección, muchos de ellos guiados por el propio modelo competitivo, produciéndose una progresiva disminución de componentes que pasarían al nivel siguiente, creando grupos cada vez más selectos y competentes.

Figura 4.1. Modelo de selección piramidal, natural o pasivo



FUENTE: a partir de García Manso et al (2003)

Este sistema requeriría un modelo deportivo amplio en la base (Deporte escolar, deporte para todos,...) y, claro está, a mayor población deportiva, mayores éxitos, algo que como se ha visto no siempre se cumple. En el caso del fútbol, este modelo, por otra parte menos sistematizado a nivel de intervención, seguimiento,... es el que predomina en países donde la "calle", suele ser la mejor escuela (Brasil, Argentina,.....). El esfuerzo y medios necesarios para implementar de forma generalizada este modelo son muy elevados (ofrecer a muchos deportistas unas condiciones insuficientes....) lo cual genera dispersión de recursos.

Pero ¿qué pasa si hay pocos talentos? (1 por cada 10.000 hab, según Matveiev, 1983). Países que pueden considerarse potencia futbolística mundial no lo son en base a una participación masiva de practicantes, ya que cabría pensar que países con mas "tradición" y mayor población deportiva en la base tendrían que ser los referentes en este sentido, cosa que no siempre es así (casos de Holanda,...)

MODELO DE DESARROLLO SELECTIVO-INTENSIVO

La alternativa al anterior sistema, que en muchos casos se hace inviable por la imposibilidad de promoción generalizada de una gran masa de practicantes, puede plantearse con el enfoque de redistribución de los recursos (menor número de deportistas, técnicos, instalaciones,...) pero enfocados hacia un entrenamiento dirigido de forma más precisa al rendimiento en competición (Bañuelos, 1999; Navarro, 1999).

En este caso, no se parte de una acción generalizada, indiscriminada y poco selectiva. Se impone una selección temprana que encauza a los talentos hacia un entrenamiento enfocado al rendimiento (se gana en eficacia porque se centralizan los recursos hacia un colectivo más pequeño). Así se trabaja desde el principio con un colectivo más pequeño y más dotado, que puede seguirse más fácilmente y modelarse a nivel de entrenamiento de una forma más eficaz.

Figura 4.2. Modelo de selección intensivo



FUENTE: a partir de García Manso et al. (2003)

4.1.2. EL PROCESO DE IDENTIFICACIÓN DE TALENTOS

Los modelos científicos de identificación de talentos parten de la problemática ligada a la definición de los parámetros o indicadores de éxito a largo plazo, definiendo principalmente las cualidades físicas, técnicas, psicológicas,... requeridas para la excelencia deportiva. Básicamente, la creación de estos mapas de localización de talentos se han generado partiendo de diferentes tipos de estudios (Campos, 1996):

ANÁLISIS DE LAS TRAYECTORIAS DE CAMPEONES.

El estudio de las trayectorias de los grandes campeones ponen de relieve lo que Cazorla (1989) llama "pasos obligados", es decir, situaciones

que caracterizan las condiciones que han marcado la trayectoria de estos deportistas hacia el alto rendimiento. Según Nadori (1987) un deportista con cualidades puede tener la oportunidad de desarrollar el talento propio solamente si le rodean las condiciones necesarias para poder expresarlas.

Estudios sobre los itinerarios deportivos de campeones (Puig, 1991; García Ferrando 1991; Campos 1996) a través de cuestionarios, entrevistas, ... permiten configurar cuales son los pasos a seguir en la gestión deportiva del talento. De esta forma, cobra especial importancia el estudio de los condicionantes sociales, materiales, y humanos que son obligados para la verdadera consecución de un deportista en alto rendimiento.

CONSTRUCCIÓN DE PERFILES DE REFERENCIA PARA EL ALTO NIVEL.

En este caso se trata de identificar las cualidades que caracterizan a los deportistas de alto nivel convirtiéndose dichas cualidades en el perfil a seguir o a localizar. De todas formas, sería conveniente no sólo conocer el modelo de referencia para el alto rendimiento sino los modelos intermedios que definen al deportista en sus distintas etapas de desarrollo.

Los aspectos sobre los que se realiza el perfil de referencia suelen tener relación directa con el modelo de rendimiento en ese deporte, orientando así hacia claves de tipo morfológico (cineantropométrico) y condicional, y en pocos casos orientan sobre aspectos de carácter cognitivo, psicológico, o social.

MODELOS LONGITUDINALES Y EVOLUTIVOS.

Estos modelos se fundamentan en el conocimiento que se requeriría de la estabilidad de determinados caracteres de desarrollo por un lado, y la dinámica de cambio de los mismos por otro (Campos, 1996). Así, se

estaría en la posibilidad de realizar mediciones de determinadas variables a una edad concreta, y establecer valores finales esperados, en base a los trabajos correlacionales de seguimiento realizados sobre dichas variables. Ejemplos de estas propuestas son los conceptos de "blanco genético" para predecir la talla final (Tanner, 1979). En el fondo de este modelo está la posibilidad de poder crear un normograma predictivo que indique el grado final de expresión que tendrá determinada variable, en base a una medición en edades tempranas. Evidentemente, el grado de validez de estos estudios es limitado en el caso de muchas variables que inciden en el rendimiento deportivo.

En definitiva, después de analizar estos modelos se puede establecer un marco básico para la predicción del talento deportivo, que abarcaría varias fases o momentos:

- analizar los requerimientos que dicho modelo competitivo exige a sus practicantes
- determinar las pruebas o indicadores que determinen el nivel del deportista en referencia a esos requerimientos
- definir el nivel actual del deportista y su posibilidades en cuanto a expresión de talento deportivo

Figura 4.3. Fases a seguir en la detección del talento

FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4
Analizar las tareas de los aspectos específicos del deporte	Establecer las variables importantes que afectan al rendimiento	Medir las características específicas en el deportista	Usar los resultados en la selección del proceso
¿Qué ocurre en el juego?	¿Qué necesita el futbolista?	¿Cómo los hacen los futbolistas?	¿Es probable que el futbolista destaque?

FUENTE: Adaptado de Navarro (1999)

4.2. CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL DE REFERENCIA PARA EL ALTO RENDIMIENTO

La detección de talentos puede entonces realizarse de una forma pasiva, en base a las observaciones de la propia competición en edades de base, o bien de forma activa, buscando en los deportistas en formación a aquellos que cuenten con determinadas características (Bompa, 1985).

Se han realizado diferentes estudios (López Bedoya, 1998) que, de forma genérica, establecen los factores que condicionan la aparición de talentos, incluyendo entre ellos:

- medidas morfológicas
- medidas orgánicas
- medidas motoras/perceptuales
- medidas psicológicas
- medidas demográficas/situacionales

Así pues, el modelo de detección de talentos ha de plantear cuáles son los factores o indicadores que orientan esta búsqueda y selección de talentos. Desde un punto de vista general, un paso previo será el análisis de los requisitos que exige la especialidad (Navarro, 1999), determinando los condicionantes físicos, motores, psicológicos, y socioculturales.

Existen muchos factores que afectan al rendimiento y en virtud de los cuales se puede establecer el marco de detección de talentos, aunque es evidente que cualquier modelo debería partir de un análisis específico de la especialidad, en este caso del fútbol. Weineck (1994) plantea una perspectiva muy genérica que debe especificarse en cada una de las áreas de rendimiento (aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos).

Una vez localizadas estas variables, deben establecerse unos rangos de medida que permitan cualificar a los deportistas en función de su nivel. Como se ha visto, la investigación se dirige al análisis de valores de predicción de dichas cualidades, con el fin de intentar predecir el

rendimiento deportivo futuro a partir de datos actuales.

Se tratará entonces, de construir normogramas o deportogramas (Geron 1978) que tengan capacidad predictiva, fundamentados en parámetros:

- Morfológicos (biotipo) (Tanner, 1979; Carter, 1982, 1985; Malina, 1983,1988; Hebelink, 1988)
- Condicionales (Nadori, 1987; Tschiene, 1984; Martin, 1991)
- Sobre parámetros coordinativos, cognitivos o psicológicos hay menor cantidad de estudios y experiencias.

Los aspectos físicos como la velocidad, la resistencia y la técnicas son los más destacables, aunque es importante señalar que tienen un peso diferente en cada momento evolutivo, por lo que el modelo de identificación de talentos debe ser flexible y tener en cuenta que los indicadores de talento tienen valor diferente en cada franja de edad, debido a la dinámica asincrónica de las distintas capacidades (Malina y Bouchard, 1991; Vaeyens et al, 2006).

El ámbito condicional es el único ámbito en el que se disponen de datos específicos en el fútbol (Luthanen, 1984; Garganta y Maia, 1991; Bosco, 1994; Ardá et al 1996; Jankovic et al, 1997 y Panfil et al, 1997, en Franks et al 2002; Lealli, 1997; Natal, 1998), vía de investigación que todavía se encuentra abierta (Reilly, Bangsbo y Franks, 2000; Franks, et al 2002; Casáis, Domínguez y Lago, 2004; Chamari et al, 2004; Vaeyens et al, 2006).

Está bien establecido cual es el modelo de referencia condicional en el futbolista de élite, en base al análisis del deporte, lo que puede orientar la búsqueda de talento "condicional" en el futbolista.

Tabla 4.1.- Resumen de los perfiles fisiológicos en el futbolista

Autor/Año	Composición corporal	Resistencia	Fuerza	Velocidad
Vogelaere (1985) Montanari (1989) Jimenez, (1993) Reilly (1994)		56 ml/kg/min 60 ml/kg/min 59 ml/kg/min entre 56-69ml	/	
Bosco (1988)	un 55% de FT y un 45% de ST	60 ml/kg/min (entre 55-65) 3000 m (test de Cooper)	sj=37-38 cm, cmj= 41-43 cm, salto vertical 50-60 cm	
Gorostiaga (1993)	176 cm 76 kg, 10 % de grasa corporal	60 ml/kg/min umbral anaeróbico en 13-14 km/h	40 cm de salto vertical	
Godik y Popov (1993)	7-10% de grasa	57-60 ml/kg/min 3100-3300 m en el test de Cooper	2.1 m/seg de potencia aláctica en el test de Margaria	2"20 en 15 m
Portolés (1994)		13-15 en la course-navette	Sj= 37-38 cm , cmj= 41cm	
Ardá y cols (1996)	9.2% de grasa y 49.7 % de músculo	11.3 en la course-navette	SJ= 26.1 cm, CMJ:35.6 cm y 42.3 cm en Abalakov	4"29 en 30 m
Eklom (1999)	9-10% grasa somatotipo: 3-5-2.5	55-65 ml/kg/min	220 cm salto horizontal, 55-60 cm salto vertical	
Cometti (2002)				4"21 en 30 m
Gorostiaga (2001)		56 - 69 ml/kg/min umbral an. 13-15 km/h	cmj entre 41-44 cm	3"96-4"04 en 30 m
Bangsbo (2002)		62 ml/kg/min		

FUENTE: (elaboración propia)

Tschiené (1993) en base a estudios con jóvenes futbolistas y después de estudios correlacionales y de regresión, intentó determinar los valores óptimos a nivel condicional, que servirían de elemento predictivo en un futuro, aunque las edades que recogía eran excesivamente prematuras para establecer argumentos de peso (8-12 años).

Ardá et al (1996) encontraron al analizar futbolistas juveniles de división de honor gallegos (17.8 años) los siguientes valores:

cineantropométricos: 9.23% de tejido graso y 49.7% de tejido muscular

fuerza: sj de 26.1 cm, 35.6 cm de cmj y 42.3 cm en el salto de Abalakov

capacidad de aceleración: 4"29 en 30 m de parado

resistencia: course-navette: 11.3 paliers de media.

Casáis et al (2004) determinaron una caracterización condicional de los futbolistas de élite en el fútbol base, abarcando de los 13 a los 19 años, estableciendo criterios de calidad condicional a cada edad, en base a los percentiles en los que se sitúa cada sujeto.

Tabla 4.2.- Valores de los percentiles para cada una de las variables cineantropométricas y condicionales para futbolistas juveniles

Percentiles	5	10	25	50	75	90	95
Peso	62,46	65,24	68,30	73,40	77,80	83,46	89,78
Talla	166,8	168,1	171,8	176,5	180,3	184,7	186,2
% graso	10,00	10,14	10,50	11,60	12,90	14,10	14,30
% muscular	47,32	47,50	48,30	49,40	50,30	51,08	51,62
SJ	25,48	27,24	28,60	31,60	34,90	39,20	41,32
CMJ	29,58	30,22	32,30	35,80	39,40	42,74	44,78
CMJ-braz.	34,08	36,76	39,40	43,10	47,10	50,38	51,48
Velocidad	4,68	4,58	4,44	4,370	4,24	4,14	4,09
Resistencia	9,00	9,20	10,0	11,50	13,0	13,80	14,40

FUENTE: Casáis et al, (2004)

El riesgo evidente de este análisis, es no tener presente una buena y segura caracterización de la correspondencia entre edad biológica y edad cronológica. Esto puede hacer seleccionar un supuesto talento en virtud de su grado de maduración actual, sin tener en cuenta su verdadera edad biológica. Especialmente gravoso es el efecto que se está poniendo de manifiesto con la selección madurativa sesgada de jóvenes futbolistas, a través del efecto relativo de la edad (Brewer et al, 1995; Richardson y Stratton, 1999), que promueve una mayor tendencia a seleccionar sujetos más desarrollados (nacidos en el segundo semestre del año), lo que hace que compitan con una ventaja madurativa importante respecto a sus coetáneos del primer semestre. En algunos equipos y selecciones este efecto llega a incluir al 80% de los integrantes de la plantilla. Para evitar posibles errores en la identificación, se tendrán en cuenta cuatro situaciones (Baur, 1993):

- A: un positivo verdadero, o sea, identificar un talento que realmente lo es
- B: un falso positivo, admitiendo a alguien como talento, pero que realmente no lo es (muchas veces por este desfase entre edad biológica y cronológica, que hace que el jugador destaque por encima de los demás en un momento concreto en el que cuenta con ventaja biológica o madurativa)
- C: un falso negativo, cuando descartamos a alguien que creemos que no cumple las condiciones oportunas, y en realidad tomamos una decisión errónea por cuanto puede ser un sujeto que tenga cierto retraso madurativo pero que cuente con condiciones si se le da tiempo para que las exprese en un futuro
- D: un negativo verdadero, cuando se descarta a alguien que realmente no tiene condiciones

4.3. PRUEBAS Y MEDIDAS PARA LA SELECCIÓN DE FUTBOLISTAS

Una vez determinadas las variables a las que se debe atender para identificar talentos futbolísticos, queda operativizar el proceso estableciendo pruebas o medidas de dichos parámetros. En algunos ámbitos (biológico, condicional,..) hay mayor nivel de desarrollo, con pruebas fiables y bien validadas. Sin embargo en otros ámbitos (técnico, táctico, psicológico,...) todavía queda mucho por avanzar en estrategias concretas, ya que no existe consenso elevado, por cuanto cada autor hace un propuesta particular y diferente.

De manera general, tendrían que crearse pruebas o instrumentos para valorar los diferentes aspectos que condicionan el éxito en el fútbol.

ASPECTO MORFOLÓGICO

Se realizaría en base a un estudio cineantropométrico, aunque se sabe que no es un factor realmente determinante. Existen resultados que orientan esta caracterización: Bosco (1988), Gorostiaga (1993), Godik y Popov (1993), Portolés (1994), Ardá et al (1996), Ekblom (1999), Casáis, Domínguez, Lago y Crespo (2004).

ASPECTO CONDICIONAL

Sin duda es uno de los aspectos mejor conocidos. Se operativiza a través de diferentes tests motores y pruebas de laboratorio. Aunque las propuestas son también variadas, pueden establecerse aquellas pruebas más utilizadas en este ámbito ya que permiten una mejor ocasión para comparar los datos.

Tabla 4.3. Propuestas de valoración funcional en futbolistas

Autor/Año	Resistencia	Fuerza	Velocidad
Chatard (1984)	consumo máximo de oxígeno, capacidad anaeróbica	máx potencia muscular fuerza veloz	
Portolés (1993)	Course-navette	Test de Bosco	20m parado 30 m parado
Weineck (1994)	Test de Cooper, test de Conconi	Salto vertical, horizontal triple salto	10, 20, 30 m y 5*30 m
Cuadrado Pino (1998)	Test de Leger Course navette Test de Bangsbo, Ekblom, Yo-Yo test	Test de Bosco Pentasalto, decasalto	Test de Balsom Test de Mader 30 m parado 30 m lanzado
Bangsbo (1998)	Test de Bangsbo o Yo-yo test	1 o 5 RM, salto vertical	40 m con cambio de dirección
Ekblom (1999)	Course-navette Yo-yo test	Capacidad de salto Capacidad de fuerza	Test de carreras repetidas Balsom
Mombaerts (2000)	course-navette	salto vertical o pentasalto	2*5.5m y 2*16.50m
Gorostiaga (2001)	Leger en pista	CMJ	20, 30 m

FUENTE: (elaboración propia)

ASPECTO TÉCNICO

Se trataría de utilizar pruebas de habilidad, tests, o tareas jugadas para analizar el nivel de ejecución de la técnica específica, que se constituye como uno de los indicadores más importantes en la selección de talentos. También en este caso existen muchas propuestas. Reilly y Holmes (1983)

Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

plantearon tests de golpeo y de conducción para valorar las habilidades motrices específicas de jóvenes futbolistas. Benedek (1994) establece como pruebas a realizar y una serie de rangos de valoración en función de las diferentes edades:

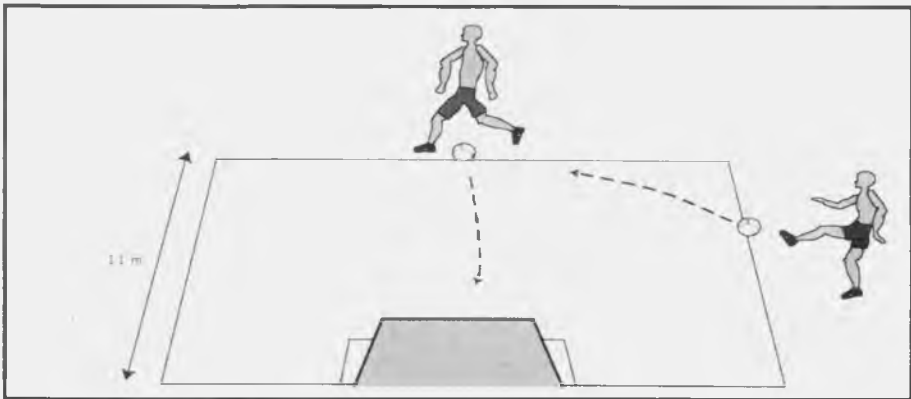
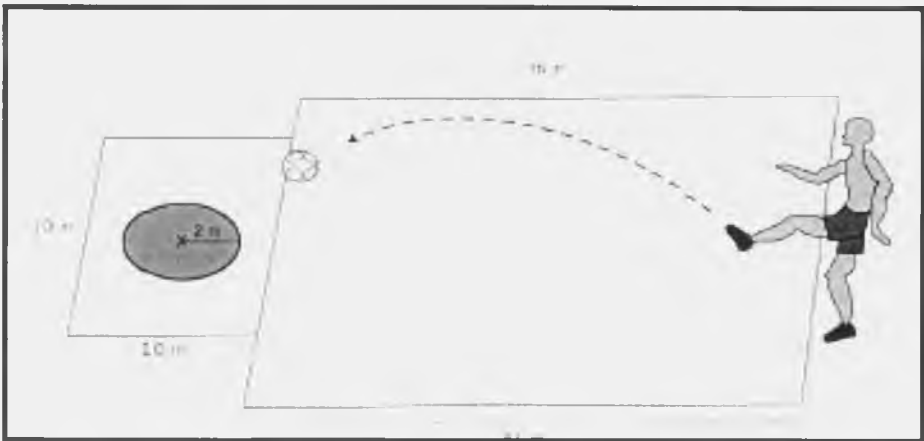
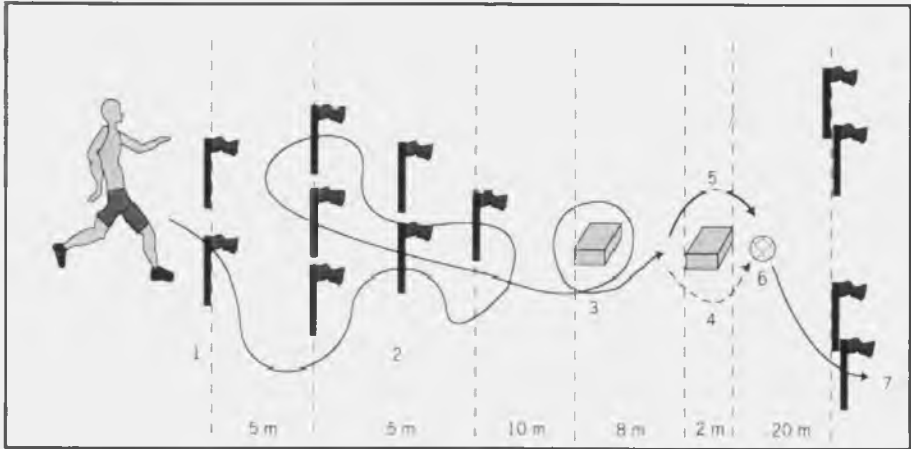
- malabarismo con empeine total,
- malabarismo con empeine total andando
- malabarismo con la cabeza
- tiro de precisión a ras de suelo
- tiros de precisión con balón aéreo
- tiros de precisión con balón aéreo a una portería
- golpeo de precisión con la cabeza contra la portería o una pared
- conducción de balón
- competición de tiro a distancia
- tiros de precisión sobre la recepción de balón

D'Octavio (1999) establece los siguientes ejercicios –test para valorar la habilidad del jugador en diferentes etapas, así en los primeros pasos se realizarían: correr con el balón: carrera en ocho, tirar: las tres porterías, desplazarse: cuatro esquinas, etc...

Pinto (1999), establece una serie de pruebas que configuran su programa de evaluación de diferentes habilidades técnicas.

Figura 4.4.- Algunas tareas que componen el test del F-MARC

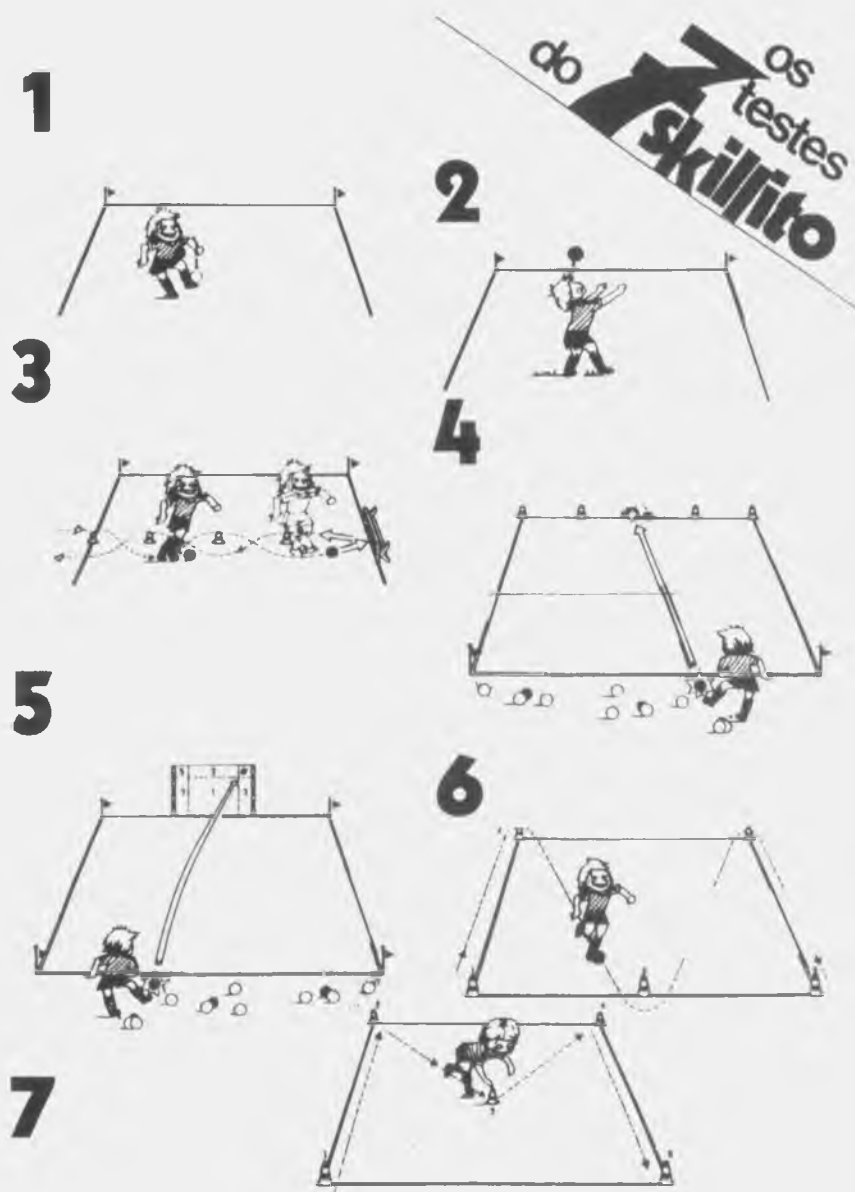




FUENTE: (Rosch et al, 2000)

El grupo de expertos de la FIFA propone estrategias similares.

Figura 4.5.- Tareas que componen el test del skilito



FUENTE: (Pinto, 1999).

ASPECTO TÁCTICO

Existen pocas propuestas contrastadas, lo que nos lleva a la conclusión de que hay que crear modelos fundamentados en el análisis cualitativo a través del juego. En este sentido quizá propuestas como las de Wein (1995,1999) sean interesantes, ya que inciden fundamentalmente en criterios de capacidad del juego a diferentes edades a través de tareas jugadas que deben cumplir una serie de criterios (3*3 sin porterías, 4*4 con porterías,...).

ASPECTO PSICOLÓGICO

Quizás sea uno de los ámbitos donde existe menos grado de especificidad respecto a esta disciplina, por cuanto queda mucho por avanzar en la determinación de las variables psicológicas y la adaptación de instrumentos de evaluación más específicos

Desde ámbitos generales del rendimiento deportivo se han aportado propuestas de valoración de diferentes aspectos como las habilidades psicológicas (SPSQ de Nelson y Hardy, (1990), CPRD de Buceta y Perez Llantada (1998), el estilo atencional (NTAIE de Nideffer (1981) y el TAIS (1976), los rasgos de personalidad (MMPI, 16 PF de Cattell, Epi de Eysenk, el NEO-PIR de Costa y McCrae (1988), la ansiedad (STAI de Spielberger (1970), SCAT de Martens (1977), el CSAI de Martens (1990), la orientación motivacional (TEOSQ de Duda (1989) las atribuciones causales (CDS de Rusell (1982) y Fonseca (1994), los estados de ánimo (POMS de McNair (1977) y Morgan (1986), y muchos otros.

Aunque existe poco consenso al respecto que indique las características psicológicas que diferencian a un futbolista con talento, los futbolista de élite parecen tener mejores niveles de concentración, control de la activación, y motivación hacia la tarea (Morris, 2000; Junge et

al, 2000; Coetzee et al , 2006), aunque la valoración psicológica de aspectos que faciliten el éxito futuro en el fútbol deben incluir aspectos de adaptación psicosocial y habilidades sociales (Burns, 1996) y otros más propios, como la toma de decisión o la inteligencia en el juego (Reilly et al, 2000), o la capacidad de anticipación (Williams, 2000).

Toda esta información debería servir, en último término, para tener un modelo general que guíe el proceso de identificación. En función de los intereses se elaborará el procedimiento más adecuado. En la mayoría de los casos, este proceso se lleva a cabo de una forma más cualitativa y se basa en la observación más o menos sistemática de los técnicos utilizando la competición como elemento fundamental.

De esta forma, pueden establecerse procedimientos de análisis del posible talento en base a las unidades de información que se estimen oportunas. Lo más común es encontrarse con herramientas como escalas de observación como las propuestas a continuación.

Figura 4.6. Ficha tipo para la evaluación de talentos en el fútbol

CRITERIOS PARA LA SELECCIÓN DE JUGADORES													
CAPACIDADES	Etapa de Promoción			Etapa de Iniciación			Etapa de Tecnificación			Etapa de Pre-rendimiento		Etapa de rendimiento	
	AÑOS	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 o +
Carácter													
Decidido													
Agresivo													
Reflexivo													
Valiente													
Aspectos físicos													
Altura													
Velocidad													
Fuerza													
Táctica ofensiva													
Proyección ofensiva													
Agresividad ofensiva													
Juego sin balón													
Visión de juego													
Táctica defensiva													
Marcaje													
Recuperación balón													
Agresividad defensiva													
Anticipación													
Técnica													
Habilidad													
Velocidad ejecución													
Pérdida balón													
Superar 1:1													
Aspectos globales													
Inteligencia													
Constancia													
Concentración													
Participación													
Nivel equipo contrario													
Nivel equipo jugador													
Valoración general del jugador													
Test aplicados al fútbol (T.A.F)													
Posición táctica													
Valoración partido													
División competición													
Efectividad en su demarcación													
Ámbito de selección		Local			Comarcal			Provincial			Nacional		Nacional

La puntuación (0-10) debe manifestar el grado de incidencia de la capacidad en los criterios de selección, según la edad y los objetivos.

FUENTE: Sans y Fratarrola (1997)

Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

Tabla 4.4- Propuesta de valoración del talento en el fútbol

EVALUADOR: FECHA:..... CAMPO:.....

Jugador: EDAD: TALLA:

Partido y Resultado: COMPLEXIÓN: **FUERTE NORMAL DÉBIL**

Puesto en el campo:MEJORA LO QUE TENEMOS: **SI NO ¿?**

RESISTENCIA QUE OFRECE EL EQUIPO Oponente: **MUY BAJA BAJA MEDIA ALTA MUY ALTA**

MUY CARENTE	CARENTE	BAJA CONDICIÓN	NORMAL (DESC.)	CONDICIÓN BUENA	NOTABLE	SOBRESALE
-3	-2	-1	0	1	2	3

			-3	-2	-1	0	1	2	3
Físicas	1. RESISTENCIA AERÓBICA								
	2. RESISTENCIA ALACTICA/MIXTA								
	3. FUERZA DE LUCHA								
	4. ACELERACION								
	5. VELOCIDAD								
Técnicas	6. CON BALÓN: lo conserva								
	7. CON BALÓN:lo hace progresar								
	8. FINALIZACION/REMATE								
	9. JUEGO SIN BALÓN/DESMARQUE								
	10. JUEGO EN DEFENSA/ ENTRADA								
	11. JUEGO EN DEFENSA/ MARCAJE								
	12. JUEGO LEJOS DEL BALÓN								
Psicológicas	13. COMPETITIVIDAD								
	14. VALENTÍA (blando / duro)								
	15. AFRONTAMIENTO DE LA COMPETICIÓN								
	16. INTELIGENCIA								
	17. CONTROL EMOCIONAL EN EL JUEGO								
	18. DISPOSICIÓN PARA CUMPLIR SU ROL								
Tácticas	19. DISCIPLINA TÁCTICA								
	20. MANEJO DE PRINCIPIOS OFENSIVOS								
	21. MANEJO DE PRINCIPIOS DEFENSIVOS								
	22. MANEJO DE LAS TRANSICIONES (ATAQUE - A // DEFENSA - D)								
	23. A BALÓN PARADO (ATAQUE - A // DEFENSA - D)								
	24. JUEGO EN EL PUESTO ESPECIFICO								
			-3	-2	-1	0	1	2	3

CONSIDERACIONES ADICIONALES:

FUENTE: Casáis, Domínguez, Armental y Arce (2004, inédito)

Tabla 4.4- Propuesta de valoración del talento en el fútbol DEFINICIÓN DE LOS DESCRIPTORES:

1. RESISTENCIA AERÓBICA	Define la capacidad para mantener un alto ritmo de partido, con continuidad en las acciones y esfuerzos, con recorridos e intervenciones que no se ven limitados por la fatiga. ... El jugador resistente es aquél que tiene aguante
2. RESISTENCIA ALACTICA/ MIXTA	Capacidad para realizar numerosos esfuerzos repetidos de alta intensidad (carreras, desmarques, presión, contraataque, entradas,...) ... El jugador resistente es capaz de realizar numerosas acciones de alta intensidad por partido ... Recuperando aunque tenga poco tiempo entre dichas acciones....
3. FUERZA DE LUCHA	Capacidad para superar cargas externas ante otros jugadores (cargas, choques,.....) ...El jugador fuerte sale ventajoso en acciones de lucha como empujones, cargas, entradas, protecciones, balón dividido...
4. ACELERACION	Capacidad para arrancar y frenar con eficacia ...el jugador potente o explosivo sale ventajoso en las situaciones de duelo (se va en el 1*1, rectifica eficientemente en defensa, ... En espacios cortos
5. VELOCIDAD	Capacidad para adquirir alta velocidad de carrera ...El jugador rápido supera al rival en carrera... En espacios largos
6. CON BALÓN: lo	conserva Capacidad para mantener la posesión del balón a través de la protección individual, el pase, la conducción....
7. CON BALÓN: lo hace progresar	Capacidad para hacer progresar el balón hacia espacios de finalización a través de la conducción, el pase, el regate,....
8. FINALIZACION/REMATE	Capacidad para finalizar la acción ofensiva a través del tiro a portería, remate, juego de cabeza, resolver 1*1 contra el portero, pase de gol.
9. JUEGO SIN BALÓN/ DESMARQUE	Capacidad para ofrecer opciones al compañero con balón, hacerse disponible para recibir
10. JUEGO EN DEFENSA/ ENTRADA	Capacidad en el juego defensivo ante el jugador con balón mediante la interceptación, entrada, despeje,...
11. JUEGO EN DEFENSA/ MARCAJE	Capacidad para controlar o anular al jugador sin balón
12. JUEGO LEJOS DEL BALÓN	Capacidad para mantenerse activo lejos del foco del juego, preparado para actuar de nuevo adecuadamente mediante vigilancias, control a distancia.....

Capítulo 4 La detección de talentos en el fútbol

13. VALENTÍA (blando / duro)	Disposición al contacto físico, al enfrentamiento deportivo con el/los adversario/s (disputas de cabeza, barreras, marcajes férreos recibidos...)
14. AFRONTAMIENTO DE LA COMPETICIÓN	Disposición al afrontamiento de situaciones estresantes de competición (penaltis, asumir responsabilidades con resultados en contra, faltas directas...).
15. COMPETITIVIDAD	Disposición del futbolista a actuar siempre, pensando y deseando, en superar al adversario y que no le superen, tanto ofensiva como defensivamente.
16. INTELIGENCIA	Capacidad de realizar lecturas correctas del juego y actuación eficaz en función de cómo está el partido, los compañeros, el rival... y de los objetivos perseguidos por el equipo.
17. CONTROL EMOCIONAL	Condición para controlar el estado anímico en función de las eventualidades, sean del juego o no, y a actuar eficazmente en cada momento, (se gane o pierda, árbitro, público...).
18. COMPROMISO CON EL ROL	Define la disposición del futbolista a cumplir con sus funciones individuales y colectivas dentro de la competición.
19. DISCIPLINA TACTICA	Capacidad para respetar la idea del entrenador y del equipo, entendiendo el juego de forma colectiva, no va por libre
20. MANEJO PRINCIPIOS OFENSIVOS	Capacidad para desarrollar adecuadamente los principios ofensivos del juego de su equipo: lectura del juego en ataque (apoyos, paredes, desdoblamientos,...)
21. MANEJO PRINCIPIOS DEFENSIVOS	Capacidad para desarrollar adecuadamente los principios defensivos del juego de su equipo: lectura del juego en defensa (presión, marcaje colectivo, basculación, coberturas,...)
22. MANEJO DE LAS TRANSICIONES	Capacidad para resolver el inicio de la posesión (contraataque) (primer pase,...), y su final (balance defensivo o defensa circunstancial) defensa:(temporización, falta táctica, presión,..)
23. A BALÓN PARADO	Comportamiento y actitud adecuada conforme a lo establecido previamente. Está en la posición que le corresponde y ejecuta las acciones o misiones encomendadas.
24. JUEGO EN EL PUESTO ESPECIFICO	Realiza adecuadamente las acciones y misiones propias de su puesto específico, respetando su comportamiento en base a las líneas y el sistema de juego

FUENTE: (Casáis, Domínguez, Armental y Arce 2004, inédito)

REFERENCIAS

- Alabin, V; Nischt, G. y Jefimov, W.(1980). Talent Selection. *Modern Athlete and Coach*, 18 (1), 36-37
- Ardá, A. (1997). Estudio de las capacidades condicionales de futbolistas juveniles. *Revista de Entrenamiento deportivo*, XI, 3, 21-26.
- Azhar, A. (1997). Fútbol: iniciación y perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.
- Bangsbo, J. (2002). Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Barcelona: Paidotribo
- Bauerle, G. y Ueberle, H. (1988). Fútbol. Barcelona: Martínez Roca
- Benedek, E. (1994). Fútbol infantil. Barcelona: Paidotribo.
- Blázquez, D. (1986). La iniciación a los deportes de equipo. Barcelona: Martínez Roca
- Blázquez, D. (1998). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE
- Bloomfield, J. (1979). Modifying human physical capacities and technique to improve performance. *Sport Coach*, 3 (3), 19-25.
- Bloomfield, J. (1980). The development of talent in sport. *Sports Coach*, 4 (4), 3-5.
- Bompa, T.(1987). La selección de atletas con talento, *RED*, Vol. 1, 2, 46-54
- Bonaccorso, S. (2001). Strumento da scasso. *Il Nuovo Calcio*, 104.
- Bosco, C. (1991). Aspectos fisiológicos de la preparación física del futbolista. Barcelona: Paidotribo.
- Bosco, C. (1994). La valoración de la fuerza con el test de Bosco. Barcelona: ed. Paidotribo.
- Bouchard, C. (1991). La genética y el atleta campeón. Abstract. 11º Congreso Mundial del COI de Ciencias del Deporte
- Brewer, J., Balsom, P. Y Davis, J. (1995). Seasonal birth distribution amongst European soccer players. *Sports Exercise and Injury*, 1, 154-157.
- Buceta, J. M. (2001). Establecimiento de objetivos en equipos de jugadores jóvenes. *El entrenador español*, 90, 4-6.
- Burns, S. (1996). Talent identification and development in soccer. *Coaching Focus*, 31, 9-10.
- Fútbol Base. El entrenamiento en categorías de formación.

Capítulo 4 La detección de talentos en el fútbol

Campos, J. (1996). Análisis de los determinantes sociales que intervienen en el proceso de detección de talentos en el deporte. Investigaciones en Ciencias del deporte. ICD. 3, (pp. 7-68). Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, Consejo Superior de Deportes.

Carter, J.E.L. (1982). Physical structure of olympic athletes. Basilea: S. Karger

Carter, J.E.L. (1985). Morphological factors limiting human performance, En D. Clarke y H. Eckert, Limits of human performance (pp. 106-177). Champaign, Ill.: Human Kinetics

Casáis, L.; Crespo, J.; Domínguez, E. y Lago, C. (2003). Perfil condicional de jugadores juveniles de división de honor de fútbol. En A. Oña y A. Bilbao (eds.). II Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el deporte (pp. 242-243). Granada: Oña y Bilbao.

Casáis, L.; Crespo, J.; Domínguez, E. y Lago, C. (2004). Relación entre parámetros antropométricos y manifestaciones de fuerza y velocidad en futbolistas en edades de formación. III Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte. Valencia: AECD

Casajús, J. A. Y Aragonés, M. T. (1991). Estudio cineantropométrico del futbolista de alto nivel. Composición corporal y somatotipo. Archivos de Medicina del Deporte, vol VIII, 30, 147-151.

Casajús, J. A. y Aragonés, M. T. (1997). Estudio cineantropométrico del futbolista profesional español. Archivos de Medicina del Deporte, vol XIV, 59, 177-184.

Cazorla, G. (1983). De l'évaluation des nageurs de haut niveau a la détection de jeunes talents. Travaux et recherches. INSEP. Special Evaluation, 7, 185-208.

Cazorla, G. (1989). La detección del talento deportivo. Madrid: Federación Española de Natación.

Cazorla, G., Montpetit R. (1983). Identification et formation du talent en sport. París : INSEP

Cerezo, C. (1997). Una nueva perspectiva de iniciación al fútbol en la escuela. Training Fútbol, 16, 28 - 38.

Coetzee, B., Grobbelaar, H.W., Gird, C.C. (2006). Sport psychological skills that distinguish successful from less successful soccer teams. Journal of Human Movement Studies, 51, 6, 383-401

Cohen, R. (1998). Fútbol: detección y desarrollo del talento deportivo. *Efdeportes*, 10, 1-2.

Cohen, R. (1999). Fútbol: Análisis funcional para la detección y formación de talentos. *Efdeportes*, 14, 1-3.

Cometti, G. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Barcelona: Paidotribo.

D'Ottavio, S. (2001). *El Rendimiento del Joven Futbolista*. Barcelona: Paidotribo.

Eklblom, B. (1999). *Futbol: Manual de las Ciencias del entrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.

Faina, M. et al (1988). Definition of the physiological profile of the soccer players. En T. Reilly, A. Lees, K. Davids y W. Murphy (eds.). *Science and football* (pp. 158-163). Londres: E. y F. N. Spoon.

Fernández, S. (1998). El paso del jugador de base a la élite. *Training Fútbol*, 30, 16-24.

Fiorese, J. L. y Jornad, R. (1999). La trayectoria de desarrollo de un talento deportivo: estudio de un caso. *Red*, 13, 31-35.

Fonseca, a. (1993). Atribuições causais no futebol. En Serpa, J. y otros (eds.) *Actas del VIII Congreso Mundial de Psicología do Desporto*. Lisboa: Sociedade Portuguesa de Psicologia Desportiva-facultade de Motricidade Humana de Lisboa.

Franks, A.M.; Williams, M.; Reilly, T. y Nevill, A.M. (2002). Talent identification in elite youth soccer players. Physical and physiological characteristics. En W. Spinks, T. Reilly y A. Murphy, *Science and Football IV* (pp.265-270). Londres: Routledge

Gagné, F.(1993). Constructs and models pertaining to Exceptional human abilities. En K. HELLER (Ed): *International handbook of research and development of giftedness and talent* (pp.69-87). Londres: Pengamon Press

García Manso, J.M.; Campos, J.; Lizaur, P. y Pablo, C. (2003). *El talento deportivo: Formación de élites deportivas*. Madrid: Gymnos.

Garganta, J. Maia, J. y Pinto, J. (1993). Somatotype body composition and physical performance capacities of elite young players. En T. Reilly (ed.) *Science and football II* (pp. 292-294). Londres: E. y F. N. Spoon.

Gorostiaga, E. (2001). Aspectos fisiológicos en el fútbol: test de campo y el entrenamiento de la fuerza. I Congreso internacional de preparadores físicos de fútbol. Madrid.

Gracia, J. (1995). Características biofisiológicas de los deportistas de 10 a 14 años. Fútbol: cuadernos técnicos, 2, 67-71.

Grosser, M., Brugemann, P. y Zintl, F. (1989). Alto rendimiento deportivo. Barcelona: Martinez Roca.

Gutiérrez, A. (1990). Bases para una correcta detección del talento deportivo. Modelos europeos (1). El Entrenador Español, 49, 2473-2477

Gutiérrez, A. (1990). Bases para una correcta detección del talento deportivo. Modelos europeos (2). El Entrenador Español, 50, 2513-2516

Hahn, E (1987). Entrenamiento con niños. Barcelona: Martinez Roca

Hebbelink, M. (1988) Talent identification and development in sport: kinanthropometric issues. In proceedings of Scientific Olympic Congress (pp. 22-33). Seoul: New Horizons of human movements

Howe M. J. A.; Davidson J. W. y Sloboda, JA (1998). Innate talents: Reality or myth? Behavioral and Brain Sciences, 21, 399-442

Jarver, J. (1982). Do we need talent identification. Modern Athlete and Coach, 20 (1), 7-8.

Jensen, R. (1980). Talent identification: Some Basic Steps. Coaching Science update, 1979/80, Coaching Association of Canadá.

Junge, A., Dvorak, J., Rosch, D., Graf-Baumann, T., Chomiak, J., Peterson, L. (2000). Psychological and sport-specific characteristics of football players. American Journal of Sports Medicine, 28, (5), S22-S28

Kollath, E. y Quade, K. (1993). Measurement of sprinting speed of professional and amateur soccer players. En T. Reilly, A. Lees, K. Davis and W.J. Murphy(eds), Science and Football II (pp.31-36). Londres: E. and F.N. Spon:

Korcek, F. (1988). Tendencias actuales de la preparación deportiva de futbolistas jóvenes. Entrenador Español, 38, 51-55.

Lafont, T. (1987). Consideraciones sobre la problemática del fútbol-base. Entrenador Español, 31, 32-34.

Leger, L (1986). Recerca de talents en sport. Apunts, vol.XX, III, 63-74

Lopez Bedoya, J. (1998). La selección de talentos. En Blázquez, D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE

Lorenzo, A. (2001). Hacia un nuevo enfoque del talento deportivo. Revista de

entrenamiento deportivo, XV, 2, 27-33

Lorenzo, A. (2003). ¿Detección o desarrollo del talento? factores que motivan una nueva orientación del proceso de detección de talentos. *Apunts*, 71, 23-28.

Luthanen, P. (1984). Evaluación física de los jugadores de fútbol. *Apunts d'Educació física i medicina esportiva*, 82, 99-102.

Malina, R.M. (1983). Menarche in athletes: a síntesis and hipótesis. *Annals of Human Biology*, 10, 1-12.

Malina, R.M. y Bouchard, C. (1991). *Growth, maturation and physical activity*. Champaign, Ill.: Human Kinetics

Manno, R. Beccarini, C. y D'Ottavio, S. (1993). La formación del joven jugador. *Stadium* 160, 11-19

Monks, F. y Mason, E.J. (1993). Developmental theories and giftedness. En heller, K. et al.(Eds) *International handbook of research and development of giftedness and talent* (pp.89-101). NewYork: Pergamon Press.

Montalvo, A. (1998). Evaluación del rendimiento deportivo: una experiencia en fútbol juvenil. *El entrenador español*, 76, 28-39.

Montanari, C. (1989). Perfil y valoración del futbolista. En RFEF (ed.) *Ciencia y técnica del futbol* (pp. 121-129). Madrid: Gymnos.

Montoliu, J. (1988). El fútbol base: criterios para un desarrollo eficaz. *Entrenador Español*, 35, 42-44.

Mora, J. M. (1998). Criterios psicológicos para la selección de jóvenes jugadores en un proceso de formación en alto rendimiento deportivo. *Training Fútbol*, 34, 34-40.

Morris, T. (2000). Psychological characteristics and talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 715- 726

Navarro, F. (1999). *Evolución de las capacidades físicas y su entrenamiento*. Master en Alto Rendimiento Deportivo. Madrid: COE

Raya, A. (1988). Bases y principios en la formación de un jugador de fútbol. *Entrenador Español*, 37,22-27.

Regnier, G.; Salmela, J. y Russell, S. J. (1993). Talent detection and development in sport. In R. N. Singer, M. Murphy, y L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of research in sport psychology* (pp. 290-313). New York: Macmillan.

Regnier.G. y J.H. Salmela (1980). Perceptual determinants of gymnastic

performance: developmental considerations. En P. Klavara (Ed.), *Biomechanical and motor learning contributions to sport*. Toronto: University of Toronto

Reilly, T. (1997). Energetics of high intensity exercise (soccer) with particular reference to fatigue. *Journal of Sports Sciences*, 15, 257- 263.

Reilly, T. y Holmes, M. (1983). A preliminary analysis of selected soccer skills. *Physical Education Review*, 6, 64-71.

Reilly, T.; Bangsbo, J. y Franks, A. (2000). Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 669-683

Reilly, T.; Williams, A.M.; Nevill, A. y Franks, A. (2000). A multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 695-702

Rice, J.P. (1985). *The gifted: developing total talent*. Springfield, Ill.: Charles-Thomas.

Richardson, D.J. and Stratton, G. (1999). Preliminary investigation into the seasonal birth distribution of England World Cup campaign players. *Journal of Sports Sciences*, 17, 821- 822.

Salmela, J.H. (1997). *Detection des talents*. EPS, 267,27-30

Salmela, J.H. y Regnier G. (1983). *Détection du talent. Un modele*. En *Scienze du sport. Documents du recherche et de technologie* (pp.1-7). Ottawa:

Sanchez Bañuelos, F. (1999). *Bases teóricas y funcionales del alto rendimiento deportivo*. Master en Alto Rendimiento Deportivo. Madrid: COE

Sans, A. y Frattarola, C. (1993). *Entrenamiento en el fútbol base*. Barcelona: Paidotribo

Sans, A. y Frattarola, C. (1998). *Fútbol base: Programa de entrenamiento para la fase de tecnificación*. Barcelona: Paidotribo.

Servio, F. L. (1994). *Iniciación al fútbol: los concursos técnicos*. *El entrenador español*, 60,12-18.

Shephard, R.J. (1999). *Biology and medicine of soccer: An update*. *Journal of Sports Sciences*, 17, 757-786.

Simonton, D.K. (1999). *Talent and its development: An emergenic and epigenetic model*. *Psychological Review*, 106, (3), 435-457

Singer, R.N., Janelle, C.M. (1999). *Determining sport expertise: From genes to supremes*. *International Journal of Sport Psychology*, 30 (2), 117-150

Starkes, J.L.; Helsen, W. y Jack, R. (2001). Expert performance in sport and dance. En R.N. Singer, H.A., Hausenblas, y C.M. Janelle (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 174-201). New York: John Wiley

Tabatchnik, R. (1979): Identification of sprint talent. *Modern Athlete and Coach*. 17(4), 39-41.

Tanner, J. (1962). *Growth and adolescence*. Oxford: Blackwell.

Tanner, J. (1979). *Educación y desarrollo físico*. México. Siglo XXI

Vaeyens, R.; Malina, R M; Janssens, M; Van Renterghem, B; Bourgois, J Vrijens, J. y Philippaerts, R M (2006). A multidisciplinary selection model for youth soccer: the Ghent Youth Soccer Project. *British Journal of Sports Medicine*, 40, 928-934

Vicera, K. (1986). Selección de niños dotados para el fútbol. *Entrenador Español*, 30 17-18.

Villaroya, A. (2002). Detección de talentos en el fútbol base. *Futboltecnic.com*, 0, 24-25.

Wanceulen, A. (1995). Las escuelas de fútbol: pasado, presente y futuro. *Fútbol: Cuadernos Técnicos*, 1, 30-35.

Wanceulen, A. (1998). Bases para la detección y selección de talentos para el fútbol de alto rendimiento. *Fútbol: Cuadernos Técnicos*, 12, 3-18.

Ward, P.; Hodges, N.; Williams, A. y Starkes, J. (2004). Deliberate practice and expert performance: Defining the path to excellence. En *Skill Acquisition in Sport: Research, Theory and Practice* (pp. 232-258). Londres: Routledge

Wein, H. (1995). *El fútbol a la medida del niño*. Madrid: RFEF-CEDIF.

Wein, H. (1999). *El fútbol a la medida del adolescente*. Sevilla: FAF-CEDIF

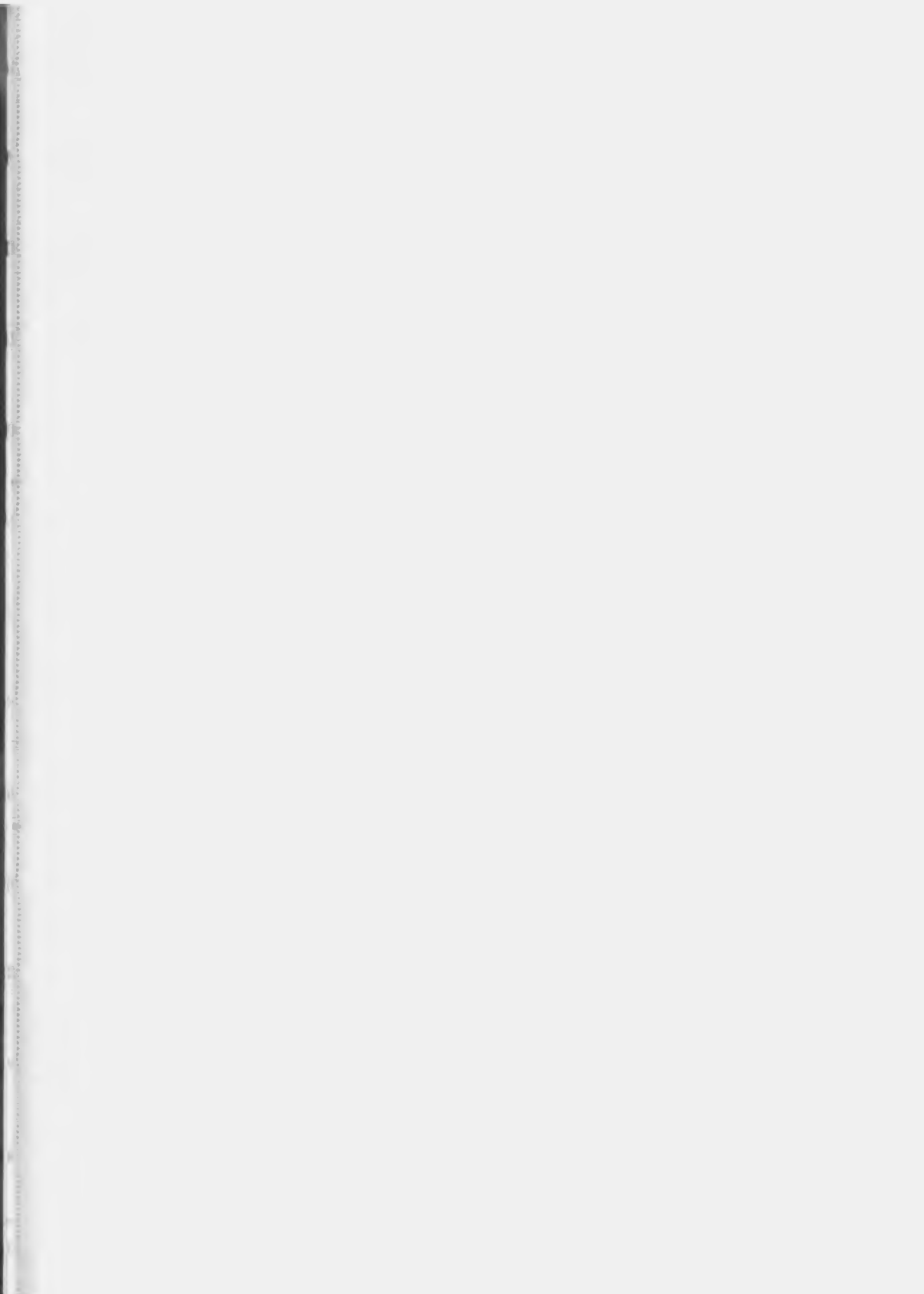
Weineck, J. (1994). *Fútbol total*. Barcelona: Paidotribo

Williams, A.M. (2000). Perceptual skill in soccer: Implications for talent identification and development. *Journal of Sports Sciences*, 18, 737-750

Woodman, S. (1985). Talent identification: Is competition enough? *Sports Coach*, vol 9, 1, 49.57.

Yague, P. (2002). Fútbol: requerimientos físicos y fisiológicos de la competición, perfil funcional del jugador. *Training Fútbol*, 72

Zafra, A. (1998). Intervención psicológica en fútbol base: hacia un desarrollo integral del joven futbolista. *El entrenador español*. Cuaderno del entrenador, 78 32-43.



www.mcSPORT.es



“Quien no vuela...no vence”. Este slogan publicitario de Alitalia, debió servir de germen inspirador, de semilla motivadora, a este grupo de inquietos entrenadores, los cuáles nos presentan en profundidad, matrimoniando sencillez y rigor, las herramientas que ellos consideran más idóneas y relevantes dentro del escenario formativo futbolístico. Atractivas sugerencias, diferentes enfoques, numerosas orientaciones, y claves oportunas colorean este documento. Un documento que metafóricamente actúa a modo de bombero cuando llega al lugar del incendio, cuya prioridad es apagar el “déficit” literario existente en el futbol formativo.

Su riqueza conceptual, incontestablemente, otorgará a este manuscrito el certificado de obra maestra.

MC Sports (2009)

LUIS CASAIS MARTINEZ es Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, licenciado en Psicología, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de Alto Rendimiento en Fútbol. Es Experto Universitario en preparación física. Ha sido preparador físico y entrenador en diferentes deportes (fútbol, natación, squash, balonmano,...) y categorías. Pertenece al Grupo de Investigación Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos – Universidad de Vigo. Profesor en el Máster Universitario de Preparación Física en el Fútbol (UCLM-RFEF), en el Máster Universitario de Dirección y Entrenamiento de Equipos de Fútbol (UCLM-RFEF), en el Máster Universitario de Detección y formación del talento en Jóvenes futbolistas (UCLM-RFEF) y en el Máster Universitario de Prevención y Readaptación de lesiones en el Fútbol (UCLM-RFEF- COE).

EDUARDO DOMINGUEZ LAGO es licenciado en Educación Física, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de Alto Rendimiento en Fútbol. Es Experto Universitario en preparación física. Ha sido preparador físico de diferentes equipos profesionales de fútbol (R.C. Celta de Vigo, R.C. D. Español de Barcelona, Real Sociedad). Actualmente es el preparador físico del R.C. Deportivo de La Coruña. Pertenece al Grupo de Investigación Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos – Universidad de Vigo. Profesor en el Máster Universitario de Preparación Física en el Fútbol (UCLM-RFEF) y en el Máster Universitario de Dirección y Entrenamiento de Equipos de Fútbol (UCLM-RFEF).

CARLOS LAGO PEÑAS es Doctor en Educación Física, profesor en la Facultad de Ciencias de la Educación y el Deporte de Pontevedra (Universidad de Vigo) donde imparte la materia de Fundamentos Técnicos y Contenidos Didácticos del Fútbol. Es Experto Universitario en preparación física. Pertenece al Grupo de Investigación Análisis del rendimiento en Deportes Colectivos – Universidad de Vigo. Profesor en el Máster Universitario de Detección y formación del talento en Jóvenes futbolistas (UCLM-RFEF).



