



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**INSTITUTO DE POSTGRADOS**



**MAESTRÍA EN DOCENCIA DE LA CULTURA FÍSICA**

**“MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES PARA LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL EN FORMATO ESCRITO Y EN SOFTWARE INFORMÁTICO, PARA DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA CIUDAD DE IBARRA”**

**TRABAJO DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE  
MAGISTER EN DOCENCIA DE CULTURA FÍSICA**

**AUTOR: DR. MSC. ERNESTO FABIÁN ZAMBRANO YALAMÁ**

**TUTOR: DR. MSC. MARCO CERDA MORENO**

**FEBRERO 2013**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

**“MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES PARA LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL EN FORMATO ESCRITO Y EN SOFTWARE INFORMÁTICO, PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA CIUDAD DE IBARRA”**

**Autor. Dr. Msc. Ernesto F. Zambrano Y.  
Autor: Dr. Msc. Marco Cerda Moreno  
Año: 2013**

En mi calidad de tutor del Trabajo de Grado, presentado por el Dr. Ernesto Fabián Zambrano Yalamá, para optar por el título de Magister en Docencia de la Cultura Física, doy fe de que dicho trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Ibarra al 01 de Marzo del 2013

**Dr. Msc. Marco Cerda Moreno  
C:I: 0500039888**

## **CERTIFICADO DE APROBACIÓN**

**“MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES PARA LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL EN FORMATO ESCRITO Y EN SOFTWARE INFORMÁTICO, PARA DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA CIUDAD DE IBARRA”**

**Autor. Dr. Msc. Ernesto F. Zambrano Y.  
Tutor: Dr. Msc. Marco Cerda Moreno  
Año: 2013**

Trabajo de Grado de Maestría aprobado en nombre de la Universidad Técnica del Norte, por el siguiente jurado, a 1er. día del mes de Marzo del 2013:

---

**Dr. PHD. Fernando Caicedo  
C.I:**

---

**Dr. Msc. Vicente Yandún  
C.I:**

---

**Mgs. Fabián Yépez  
C.I:**

## **DEDICATORIA**

*EL ESFUERZO Y CONSTANTE SACRIFICIO  
EXPRESADO EN ESTE TRABAJO, DEDICO COMO  
SEÑAL DE NUESTRO AMOR SINCERO Y AFECTO  
PROFUNDO A MIS PADRES Y ESPECIALMENTE A  
MIS HIJOS, QUIENES HAN SABIDO  
COMPRENDERME Y ENTENDERME EN LOS  
MOMENTOS MÁS DIFÍCILES.*

## **AGRADECIMIENTO**

*A la Universidad Técnica del Norte, a sus autoridades, por abrirnos las puertas, permitiéndonos superarnos profesionalmente en el campo de la educación superior.*

*A todos mis catedráticos de todos los Módulos de este programa de Maestría, especialmente al Dr. PHD. Fernando Caicedo Director del Instituto de Postgrados y a su Cuerpo Docente, por sus altos conocimientos académicos, don de gentes, capacidad de conducción y amistad brindadas durante todo el ciclo de estudios y de investigación.*

*A mi Asesor y Director de Tesis Dr. Marco Cerda Moreno, por depositar todo su contingente personal y capacidad profesional, ayudándome a culminar con éxito mi trabajo.*

*A los docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra, por haberme facilitado todo el tiempo suficiente, para desarrollar todo el proceso de investigación.*

*A todas las personas que de una u otra manera colaboraron en este trabajo con sus ideas y apoyo incondicional.*

## INDICE GENERAL

CONTENIDOS	PÁG.
Portada	I
Aprobación del tutor	II
Certificado de aprobación	III
Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice general, cuadros y gráficos	VI
Resumen	X
Abstract	XI
Introducción	12
<b>Capítulo I: El Problema de Investigación</b>	14
1.1 Antecedentes de Investigación	14
1.2 Planteamiento del Problema	16
1.3 Formulación del problema	18
1.4 Delimitación de la Investigación	18
1.5 Objetivos	18
1.6 Justificación	19
<b>CAPÍTULO II: Marco Teórico</b>	21
2.1 Teoría Base	21
La teoría Constructivista en la enseñanza del fútbol	21
La zona de desarrollo próximo	22
2.2 Secuenciación de Contenidos Teóricos	27
Estilos de aplicación del aprendizaje significativo en la enseñanza y el aprendizaje basados en el descubrimiento, la resolución de problemas y el descubrimiento guiado en la actividad física.	27
Aplicaciones teóricas	29
Diferencias entre estos estilos de enseñanza	32
<b>BREVE HISTORIA DEL FÚTBOL</b>	44
Donde se empezó a jugar el futbol	44
Instauración de las primeras reglas de juego	46
El hombre ante el balón	47
¿Por qué juegan los niños?	49
<b>NECESIDAD DE LA TÉCNICA FUTBOLÍSTICA</b>	51
Necesidad de la técnica	51
Técnica futbolística	51
Clasificación de la técnica futbolística	52
¿Qué entendemos por movimientos sin balón?	52
Que entendemos por movimientos con balón?	53
¿Qué entendemos por técnica individual?	54
¿Qué entendemos por técnica colectiva?	54
La escuela de iniciación deportiva	54
<b>LOS NIÑOS, LOS JÓVENES Y EL FÚTBOL</b>	56
Los niños de 6 a 8 años	56
Los niños de 9 y 10 años	57
Los niños de 11 a 13 años	58

Los jóvenes de 14 y 15 años	59
Los jóvenes de 16 a 18 años	60
FACTORES INFLUYENTES EN LOS ASPECTOS MODERNOS DE LA TÉCNICA	61
¿De qué medios nos valemos para lograr la velocidad en el juego?	61
PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA DEL FÚTBOL	64
La didáctica y sus componentes	64
Objetivos del proceso didáctico	66
Las asignaturas forman el programa de estudios	66
Proceso a seguir en la enseñanza de la técnica	67
Proceso a seguir en la enseñanza	67
Cualidades a desarrollar en función de la edad	68
SECUENCIA METODOLÓGICA EN EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA EN EL FÚTBOL	69
Etapa metodológica 1: presentación global de la ejecución correcta.	70
Etapa metodológica 2: ejercitación del gesto en condiciones simplificadas	72
Etapa metodológica 3: repetición múltiple de las secuencias de la acción técnica	76
Etapa metodológica 4: introducción de pequeñas variantes técnicas, relación con compañeros y otros elementos	78
Propuesta actual de estructuración metodológica del entrenamiento	79
Metodología global y analítica	80
Desarrollo de la estructura metodológica propuesta	80
Objetivos específicos de la estructura metodológica	81
Estructuración metodológica de la sesión de entrenamiento en fútbol-base	81
El entrenamiento de la estructuración espacial en el fútbol base	86
MÉTODOS Y ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA	87
FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA	93
SISTEMA GENERAL DE LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA	95
1. Consideraciones principales	95
2. Las formas de ejercicio de la enseñanza escolar de la técnica	99
3. La posición de los alumnos y la colocación del entrenador – profesor durante la enseñanza	100
FUNDAMENTOS DE APRENDIZAJE ESPECÍFICOS DEL FÚTBOL	102
Sugerencias generales	102
EL FÚTBOL COMO MEDIO EDUCATIVO: SUS POSIBILIDADES EN EL DESARROLLO DE LOS VALORES HUMANOS	109
2.3 POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL	125
2.4 INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	128
	129

<b>CAPÍTULO III</b>	
<b>METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	
3.1 Tipo de investigación	129
3.2 Métodos de investigación	130
3.2.1 Métodos Teóricos	130
3.2.2 Métodos Empíricos	130
3.2.3 Métodos Matemáticos o Estadísticos	131
3.3 Técnicas e instrumentos	131
3.4 Población y muestra	132
3.4.1 Población	132
<b>CAPÍTULO IV</b>	
<b>4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS</b>	
4.1 Procesamiento de la información	133
4.1.1 Tabulación de la información y Resultados generales de las quince preguntas para docentes	133
4.1.2 Matrices de respuestas principales o prioritarias	149
4.1.3 Matrices de análisis de preguntas mayoritarias por bloques	154
4.1.4 Análisis general de resultados por bloques según porcentajes mayoritarios	156
4.1.5 Matriz de resumen de respuestas prioritarias	157
4.1.6 Conclusiones del diagnóstico	158
4.1.7 Aproximación de los resultados obtenidos a las interrogantes de investigación	163
<b>CAPÍTULO V</b>	
<b>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
5.1 CONCLUSIONES	167
5.2 RECOMENDACIONES	170
<b>CAPÍTULO VI</b>	
<b>6. PROPUESTA ALTERNATIVA</b>	
6.1 Introducción a la Propuesta alternativa en formato escrito	174
6.2 Importancia	179
6.3 Justificación	179
6.4 Objetivos del manual didáctico	180
6.5 Factibilidad	181
6.6 Contenidos fundamentales de la propuesta	182
6.7 Cuerpo de la propuesta	205
6.8 Propuesta alternativa en software informático	271
Programa informático del manual	273
6.9 Socialización de los Manuales	284
6.10 Impacto Social y Educativo	284
6.11 Criterios de Validación	286
6.12 Bibliografía	287
Anexos	290

## INDICE DE CUADROS

<b>Nº</b>	<b>NOMBRE DE LOS CUADROS</b>	<b>PAG.</b>
1	Fases del proceso de investigación	30
2	Cualidades a desarrollar en función de la edad	69
3	Matriz de análisis de resultados del Primer Bloque	154
4	Matriz de análisis de resultados del segundo bloque	155
5	Matriz de análisis de resultados del tercer bloque	155
6	Análisis general de resultados por bloques según porcentajes mayoritarios	156
7	Matriz de resumen de respuestas prioritarias	157

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Nº</b>	<b>NOMBRE DE LOS GRÁFICOS</b>	<b>PAG.</b>
1	Ubicación del profesor 1	100
2	Ubicación del profesor 2	101
3	Análisis estadístico de la pregunta N° 1	134
4	Análisis estadístico de la pregunta N° 2	135
5	Análisis estadístico de la pregunta N° 3	136
6	Análisis estadístico de la pregunta N° 4	137
7	Análisis estadístico de la pregunta N° 5	138
8	Análisis estadístico de la pregunta N° 6	139
9	Análisis estadístico de la pregunta N° 7	140
10	Análisis estadístico de la pregunta N° 8	141
11	Análisis estadístico de la pregunta N° 9	142
12	Análisis estadístico de la pregunta N° 10	143
13	Análisis estadístico de la pregunta N° 11	144
14	Análisis estadístico de la pregunta N° 12	145
15	Análisis estadístico de la pregunta N° 13	146
16	Análisis estadístico de la pregunta N° 14	147
17	Análisis estadístico de la pregunta N° 15	148
18	Ventana de diálogo: Detalle de Plan. Menú Principal	276
19	Ventana de diálogo: Ingreso de Detalles	277
20	Ventana de diálogo: Sirve para buscar	279
21	Ventana de diálogo: Ingresar un nuevo plan de clases	280
22	Ventana de diálogo: Crear un nuevo plan de clases	282

# **“MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES PARA LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL EN FORMATO ESCRITO Y EN SOFTWARE INFORMÁTICO, PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA CIUDAD DE IBARRA”**

**Autor. Dr. Msc. Ernesto F. Zambrano Y.  
Tutor: Dr. Msc. Marco Cerda Moreno  
Año: 2013**

## **RESUMEN**

La educación en la actualidad se encuentra en una verdadera transformación, encontrándose comprometidas todas las universidades del país por conseguir este gran anhelo y de esta manera darle y aportar a la transformación de la educación en todos sus niveles. No es la excepción nuestra Universidad Técnica del Norte, que con la creación de estudios de cuarto nivel se introduce a esta gran transformación educativa que tanto anhelamos todos los maestros del país, específicamente en el campo de la docencia de la Educación Física. En el presente trabajo investigativo se ha realizado una investigación a los docentes de la Educación Física, donde se manifiestan que existen deficiencias de conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol y que directamente está afectando el interaprendizaje en sus estudiantes de los niveles de educación básica y bachillerato. Además en nuestro campo de la Educación Física se ha podido detectar que los docentes improvisan sus clases, no llevando una planificación adecuada, especialmente los planes de clase diarios, acompañado de niveles de evaluación inadecuados. Es por ello que como solución al problema planteado se ha elaborado un Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases, tanto en formato escrito como en Software Informático, de un modo innovador, donde le permite obtener miles de planes diarios de clase, todos diferentes y de esta manera se convierte en un documento de trabajo y de consulta. El presente trabajo investigativo consta de cuatro cuerpos que son: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN: el problema, objetivos, Preguntas de Investigación; EL MARCO TEÓRICO: su fundamentación teórica, desarrollo de contenidos, posicionamiento personal, interrogantes de investigación; LA METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN: diseño, población y muestra, métodos utilizados; ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS: análisis e interpretación de resultados, discusión de resultados; PROPUESTA EN FORMATO ESCRITO: marco teórico, planes diarios de clase de cada fundamento técnico individual, recomendaciones metodológicas. PROPUESTA EN SOFTWARE INFORMÁTICO: su utilización y manejo, marco teórico, planes diarios de clase de cada fundamento técnico individual del fútbol. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES. Además bibliografía y anexos.

**"MANUAL TRAINING CLASSES DAILY PLANS FOR TEACHING FOOTBALL INDIVIDUAL TECHNICAL WRITING FORMAT AND COMPUTER SOFTWARE FOR PHYSICAL EDUCATION TEACHERS CITY IBARRA"**

**Author. Dr. Msc. Ernesto F. Zambrano Y.  
Tuthor: Dr. Msc. Marco Cerda Moreno  
Year: 2013**

**ABSTRACT**

Education today is in a real transformation, being committed all the universities in the country to achieve this great yearning and thus give and contribute to the transformation of education at all levels. It is no exception to our technique North University; introduced with the creation of fourth level studies to this great educational transformation we long all the masters of the country, specifically in the field of the teaching of physical education. In this investigative work carried out a research to teachers of physical education, where manifested that there are deficiencies in knowledge about individual technical fundamentals of football and that it is directly affecting the inter-learning in students of elementary and high school levels. Also in our field of physical education is has been detected teachers to impromptu classes, not conducting proper planning, especially the daily lesson plans, accompanied by inadequate levels of evaluation. For this reason that as a solution to the problem has been elaborated a teaching Manual plans day of classes, both in written format as in Computer Software, in an innovative way, where allows you to get thousands of daily class, all different plans and thus becomes a document of work and consultation. The present research work consists of four bodies which are: the research problem: the problem, objectives, research questions; THE theoretical framework: its theoretical foundation, development, contents, personal positioning, research questions; THE research methodology: design, population and sample, methods used; ANALYSIS and interpretation of results: analysis and interpretation of results, discussion of results; PROPOSAL in writing format: marc theoretician, daily class of each individual technical foundation plans, methodological recommendations. PROPOSAL in computer SOFTWARE: its use and handling, frame theoretician, daily class of each individual technical foundation of football plans. CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS. Bibliography and annexes.

## INTRODUCCIÓN

Uno de los principios generales de la Ley de Educación sostiene que: “todos los ecuatorianos tienen derecho a la educación integral y la obligación de participar en el proceso educativo nacional”. Este principio, compromete a la sociedad ecuatoriana a ser entes activos, participativos, creativos e inventivos.

Para el cumplimiento de este propósito se requiere, entonces, que todas las instituciones educativas del país deban constituirse en ejes de transformación social y académica, de acuerdo con los avances científicos y tecnológicos actuales, contribuyendo de esta manera a la formación integral de la personalidad de los estudiantes.

La educación es una ciencia que de conformidad con la Constitución de la República se considera un hecho irrenunciable de las personas y es responsabilidad del Estado ejecutar políticas para el logro de los propósitos. La Ley de Educación superior nos manifiesta que es fundamental que los docentes se encuentren capacitados para responder al reto del desarrollo del país.

Al analizar el avance científico – tecnológico en la sociedad actual se comprueba que existen grandes cambios y transformaciones en todas las áreas y la educación se halla inmersa en dichos campos, siendo valorada como base del desarrollo económico social.

Estos cambios han evolucionado con tanta rapidez que los centros de enseñanza superior deben adaptarse y estar a la altura de las nuevas tendencias y realizar nuevas propuestas para el cambio de las estructuras de la formación tradicional.

Conferencias mundiales recomiendan a las instituciones de educación superior, a los docentes y estudiantes, incrementar sus acciones con ética

científica, para cumplir el rol como tal, para estar en capacidad de enfrentar los grandes retos que le impone la sociedad.

En el mes de octubre del 2010, se promulga la Ley Orgánica de Educación Superior, la misma que precisa los objetivos que deben tener las universidades como es: formar, capacitar, especializar y actualizar a los estudiantes y profesionales como líderes, con pensamiento crítico y con conciencia social, que exige la educación ecuatoriana.

En esta perspectiva, el autor de esta investigación se encontró interesado en conocer el grado de conocimientos que poseen los docentes de Educación Física de las principales instituciones educativas de la ciudad de Ibarra, sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, así como también los niveles de dominios pedagógicos, sus estrategias metodológicas, actividades progresivas de enseñanza y niveles de aplicación, etc.; y que en base a la información obtenida, aportar con un Manual Didáctico que se convierta en un documento de estudio, de consulta, de apoyo y de trabajo para todos los profesionales que se encuentren vinculados con el fútbol, en su etapa formativa.

Se consideró de importancia la elaboración de este documento de estudio, porque además de capacitar al docente se contribuirá al mejoramiento de la calidad de la educación física y por ende de la educación en general.

## **CAPÍTULO I**

### **1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

La educación enfocada como necesidad, se manifiesta que un ser humano racional debe desarrollar su capacidad intelectual y su capacidad física, para alcanzar una educación completa; es decir, que se cumpla esa gran frase: “mente sana en cuerpo sano”, y a eso propendemos con la práctica constante de la actividad física.

En el campo del deporte, en los diversos niveles de la educación básica y bachillerato, las instituciones educativas se preocupan por su promoción desde el campo del deporte, es por ello que contratan entrenadores, facilitadores o entregan esta responsabilidad a sus profesores de Educación Física, para que entrenen y preparen a sus selecciones deportivas, especialmente la del fútbol, con la finalidad de alcanzar los primeros sitios. Pero el desconocimiento de la fundamentación técnica tanto individual como colectiva, les lleva a que los deportistas sufran grandes decepciones, se sientan perdedores, derrotados, sin capacidad futbolística, es decir incapaces, lo que les conduce a que no vuelvan a practicar este hermoso deporte más practicado en el mundo.

Siendo la Técnica Individual la base fundamental para la formación, capacitación y perfeccionamiento de un futuro deportista o futuro practicante de este deporte, no es menos cierto que un docente o entrenador debe tener y alcanzar los suficientes conocimientos tanto teóricos como prácticos de cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, de una manera ordenada, con una serie de ejercicios progresivos, con estrategias metodológicas adecuadas, desde

el punto de vista cognitivo, procedimental y actitudinal. Pero lamentablemente estos desconocimientos de los docentes están conduciendo hacia un bajo nivel técnico de sus dirigidos, no pudiendo alcanzar los primeros puestos en los diversos campeonatos que participan. Más allá de eso no se motiva a los estudiantes hacia la práctica constante del deporte y en este caso del fútbol.

En el área de la Educación Física, los Deportes y la Recreación, los docentes presentan sus planes quimestrales y de unidad didáctica en las diferentes instituciones educativas, a los mismos que no les dan un seguimiento de avance programático, ni por parte de las autoridades ni por parte de los Jefes de Área, tampoco por los mismos docentes; más bien en esta área se improvisa, se inventa los contenidos en ese momento, sin medir las consecuencias que pueda producir en el proceso de interaprendizaje, demostrando una pronunciada irresponsabilidad.

En lo que se refiere a la disciplina deportiva del fútbol, no existe un documento, una guía o manual de consulta de planes diarios de clase, que ayude a orientar el proceso de enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, donde se encuentren objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, ejercicios progresivos, recursos y procesos de evaluación.

Motivo por el cual se ha visto la necesidad de elaborar este Manual Didáctico innovador, en formato escrito así como también mediante un software informático, con la finalidad de que le permita planificar diariamente los contenidos cognitivos, procedimentales y actitudinales de una manera secuencial de cada fundamento técnico individual, que se convierta en un importante documento de trabajo y de consulta.

## 1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El Magisterio ecuatoriano se encuentra en un cambio rotundo y de transformación de la educación ecuatoriana, mediante la aplicación de la nueva Ley de Educación Intercultural, por lo se encuentran sometidos a nuevos horarios y jornadas de trabajo, nuevos sistemas de planificación con mayores exigencias, nuevos procesos de evaluación constantes y permanentes, tanto para los conocimientos como para los docentes.

Esta gran transformación de la educación implica el cambio de idea del docente, hacia una nueva idea de llevar el trabajo docente, desde el punto de vista de planificaciones, procesos de enseñanza aprendizaje, sistemas de evaluación, lo que ha causado grandes problemas de motivación hacia el cumplimiento de sus funciones.

Orientada nuestra visión investigativa hacia la función docente, nos direccionamos hacia las formas de planificación y el cumplimiento de las mismas, podemos mencionar que los docentes de educación física carecen de criterios responsables de planificación diaria, por unidades didácticas y planificaciones anuales, y si se planificaba, no existía el seguimiento adecuado de dichas planificaciones, llegando a la improvisación de las clases, ocasionando graves problemas en el desarrollo de las capacidades físicas y técnicas, evaluaciones extremadamente subjetivas y muchas de las veces provocando desinterés en los estudiantes por recibir las clases con voluntad y cariño hacia la práctica de las actividades de la educación física.

Siendo el fútbol el deporte más practicado en el mundo, tanto en el sexo femenino como en el masculino, es por lo tanto el que más énfasis se debe poner por parte del docente hacia su enseñanza, para ello se debe alcanzar mayor nivel de preparación académica, actualizando, incrementando e innovando los conocimientos tanto teóricos como prácticos, con la finalidad de mejorar la enseñanza de la técnica individual y colectiva, tanto en los niños como en los jóvenes estudiantes de los dos

sexos, orientándoles hacia una formación actualizada, formando nuevos deportistas y direccionándoles hacia la práctica del deporte de alto rendimiento y de competencia dentro del ámbito de la práctica del fútbol, así como también en el campo recreativo, como una actividad masificadora.

El timón del docente es la planificación diaria, por unidades didácticas, por quimestres, y por ciclos académicos, de acuerdo a las disposiciones de la nueva ley de educación, es por ello que esta investigación está orientada hacia el núcleo central de las planificaciones como son las planificaciones diarias, que al ser identificadas como una falencia de los docentes, pretendemos colaborar con el mejoramiento de esta falencia, al poner en manos de los docentes de educación física, dos documentos que se convertirán en documentos de estudio y de trabajo diario, los dos Manuales de Planificaciones diarias de clases sobre la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, tanto en formato escrito como en un programa informático, permitiéndole al docente a confeccionar sus planes diarios con mucha facilidad, ahorrándole tiempo y mejorando su nivel de conocimientos sobre la disciplina deportiva tratada.

Una vez analizado las diversas causas y efectos que produce la falta de conocimientos sobre cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, y sus efectos negativos en el proceso de interaprendizaje en los estudiantes de los diferentes niveles educativos, los docentes de Educación Física además que desconocen sobre criterios de planificación diaria, por lo que no planifican; es por ello que como solución a este gran problema se propondrá un Manual innovador de planes diarios de clases de fundamentos técnicos individuales del fútbol en formato escrito y en software informático, de tal manera que el usuario pueda formar una gran variedad de planes diarios, combinando cada una de las partes de calentamiento con las partes principales y con las partes finales o vueltas a la calma, siendo todas diferentes.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

“Cuáles son los niveles de conocimientos sobre la técnica individual del fútbol y su grado de planificación diaria de las clases, que poseen los docentes de Educación Física de la Ciudad de Ibarra, en el período 2011-1012?”

### **1.4 DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.4.1 Delimitación de las Unidades de Observación**

Para la presente investigación se consideró a los docentes de Educación Física de las instituciones educativas urbanas del Cantón Ibarra, con su población total.

#### **1.4.2 Delimitación Espacial**

Para la aplicación de los instrumentos de recolección de la información se asistió a los establecimientos educativos investigados.

#### **1.4.3 Delimitación Temporal**

De acuerdo al cronograma de actividades la presente investigación se desarrolló durante el año lectivo 2011-2012.

### **1.5 OBJETIVOS**

#### **1.5.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar los niveles de conocimientos sobre la técnica individual del fútbol y su grado de planificación diaria de las clases, en los docentes de Educación Física de la Ciudad de Ibarra, en el período 2011-1012.

#### **1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a. Diagnosticar los niveles de conocimientos sobre la técnica individual del fútbol, que poseen los docentes de Educación Física de la ciudad

de Ibarra, lo que no les permite elaborar sus planificaciones diarias de clases.

- b. Establecer el grado de utilización de planificaciones diarias sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol, que poseen los docentes de Educación Física de los principales establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra.
- c. Detectar las causas que afectan en la enseñanza del fútbol, por la falta de planificaciones diarias y la improvisación de cada técnica individual.
- d. Diagnosticar la necesidad de un Manual Didáctico de planes diarios en formato escrito y en software informático, en el inter-aprendizaje de la Técnica Individual del fútbol.
- f. Alcanzar criterios de validación de los Manuales Didácticos escrito innovador y en sistema informático de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, para docentes de Educación Física de los principales establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra.

## **1.6 JUSTIFICACIÓN**

El fútbol convertido en pasión de multitudes, en la actualidad es el deporte más practicado y más rentable de todos, es por ello que por su gran masificación que ostenta, también existen grandes problemas a nivel educativo, ya sea en estudiantes así como también en los profesores.

Para que este deporte tenga mayor acogida los profesores de educación física, los entrenadores y monitores deben poseer grandes conocimientos sobre la enseñanza del fútbol, con la finalidad de que sus estudiantes capten la técnica con mayor rapidez y sea puesta en práctica en los diferentes partidos de fútbol, ya sea con carácter competitivo o recreativo.

A nivel de la educación básica y de bachillerato se ha podido evidenciar que los docentes de Educación Física de los establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra, no poseen conocimientos adecuados para la enseñanza de la técnica individual del fútbol, como son: la conducción, recepción, pases, dribling, cabeceo, interceptación y otros; más aún es notorio que al no conocer la técnica individual, los docentes no planifican sus clases en forma diaria, cayendo en la improvisación de las clases, no dándole la importancia del caso.

Esta improvisación de las clases ha motivado realizar la presente investigación, donde hemos podido clarificar con mayor precisión los factores que inciden en el proceso de aprendizaje de la técnica individual del fútbol y plantear como solución al problema la propuesta sobre un Manual Didáctico de planes diarios de clases de fútbol de una manera innovadora, en formato escrito y en un programa informático, donde el docente puede combinar las partes de la clase y estructurar miles de planes diarios de clase diferentes, aportando de esta manera al mejoramiento de la educación, especialmente de la educación física.

La presente investigación conjuntamente con su propuesta beneficiará directamente a los docentes de Educación Física de los establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra, así como también a los estudiantes de dichos establecimientos, ya que servirá como un documento guía, de consulta y estudio.

Los recursos que demandó esta investigación corrieron a cargo del investigador. Existió la colaboración de los docentes de Educación Física, para todo el desarrollo de la presente investigación.

El problema planteado motivo de esta investigación va a dar solución a este problema con el planteamiento de la propuesta, colaborando así a mejorar el aprendizaje del fútbol en los niños y jóvenes del cantón Ibarra.

## **CAPÍTULO II**

### **EL MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 TEORÍA BASE**

##### **LA TEORÍA CONSTRUCTIVISTA EN LA ENSEÑANZA DEL FÚTBOL<sup>1</sup>**

Partiendo de la premisa que el individuo aprende a través de un proceso que se realiza mediante la construcción y no con base al descubrimiento, se aborda la teoría socio-histórico-cultural planteada por Lev Vigostky (1936).

El aprendizaje es previo al desarrollo y la labor docente radica en potenciar ese desarrollo, que el docente constructivista es un mediador del cambio conceptual de sus alumnos, ya que conocidas las ideas previas o preconceptos de los estudiantes, su tarea consiste en plantear interrogantes o situaciones imposibles de resolver a partir de esas preconcepciones, a fin de incitarlos a buscar, a construir otro concepto que les permita darle un significado más complejo.

Dentro del desarrollo del aprendizaje significativo varios autores resaltan la importancia de la imitación dentro del proceso de asimilación de conocimientos.

Al imitar se está simulando la solución de una problemática que debe resolverse dentro del ámbito escolar y supone varias alternativas a la solución de la situación en la vida real. Así implementamos en la práctica el concepto de Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) donde el docente debe:

- Conocer en el ser humano sus limitaciones, características y potencialidades de su nivel, especialmente en el campo deportivo,

---

<sup>1</sup> Estrategia Constructivista en el aprendizaje significativo: su relación con la creatividad. 2005. R.V. Pg 17.

que es muy fundamental para la enseñanza de la técnica individual.

- Promover el cambio, su internalización, presentándole actividades e integrándolo a experiencias que estén a su alcance y a un nivel más alto de complejidad.

La Zona de Desarrollo Próximo permite aumentar la efectividad y utilidad de la aplicación de diagnósticos de desarrollo mental en los procesos educativos.

El juego no es un rasgo predominante de la infancia, sino factor básico en el desarrollo. En este sentido tiene vigencia el pensamiento de Sigfrido Farnet (1985), que manifiesta: “el camino real hacia la creación es el juego, por eso los adultos no deberían avergonzarse de jugar como niños; por lo contrario, deberían avergonzarse por no jugar.

Vygotski plantea como un aspecto fundamental del constructivismo a la Zona de Desarrollo Próximo, que se trata a continuación.

## **LA ZONA DE DESARROLLO PRÓXIMO (ZDP)<sup>2</sup>**

Vygotski considera a la Zona de Desarrollo Próximo como la distancia entre el nivel determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero con mayor capacidad, es decir que la ZDP define las funciones que todavía no han madurado pero están en proceso.

En definitiva Vygotski plantea que el buen aprendizaje es aquel que precede al desarrollo y de allí la importancia de mediar en la ZDP, es decir que el objeto que desea aprenderse y aprehenderse está en la zona real

---

<sup>2</sup> Estrategia Constructivista en el aprendizaje significativo: su relación con la creatividad. 2005. R.V. Pag 25.

por una parte, mientras que la Zona de Desarrollo Potencial está en el individuo que quiere construir un nuevo conocimiento; entonces esa distancia es la zona llamada como la del buen aprendizaje y titulada Zona de Desarrollo Próximo de Vygotski.

Como conclusión podemos manifestar que un mediador de los aprendizajes inmerso dentro del enfoque constructivista de Vygotski deberá tener presente los tres elementos direccionales: la zona de desarrollo próximo, la interiorización y la formación de conceptos.

Un docente constructivista estará permanentemente en prácticas investigadoras mediante una perspectiva metodológica como lo representa la investigación – acción, convirtiéndose en un investigador indeterminista rompiendo el cerco determinismo y abriendo las compuertas hacia la búsqueda de nuevos conocimientos (no verdades absolutas). Es necesario resaltar además la coherencia existente entre la metodología de la investigación-acción y la práctica de mediar en la zona de desarrollo próximo. De allí que la manera de ejecutar el acto educativo esté signado por un proceso de planificación, acción, observación, reflexión, transformación y así continuar con el ciclo en permanente actitud hacia la mejora de la calidad en la educación y en la construcción de aprendizajes significativos.

El docente constructivista tiene en la transposición didáctica un elemento operacionalizador de la acción docente para lograr la interiorización de aprendizajes y la formación de conceptos a través de la zona de desarrollo próximo.

Existen estímulos para el desarrollo del potencial creativo y la promoción del pensamiento innovador a través de métodos creativos. Se impone entonces su práctica durante el acto educativo; lo cual permite hablar de un constructivismo creativo.

Los espacios educativos: salones de clases, laboratorios, canchas deportivas o cualquier otro, son los adecuados para establecer estilos comunicacionales, llenos de expresividad para impedir los bloqueos al desarrollo del potencial creativo y contribuyan con la creación de aprendizajes.

La enseñanza - aprendizaje de los deportes colectivos se ve marcada por dos líneas de investigación: la tradicional y la alternativa. Este estudio se sitúa dentro de la línea alternativa, basándose en el constructivismo, siendo los medios técnicos tácticos colectivos complejos los más importantes para conseguir la iniciación deportiva de los alumnos. De ahí que creemos que la comprensión del deporte de fútbol será mejor desde esta perspectiva, ya que se enseñaría sin perder la contextualización de dicho deporte. Este estudio se va a realizar sólo teniendo en cuenta los principios de ataque, y dentro de éstos sólo las fases de salida de balón y finalización. De esta manera, se pretende comprobar el grado de aprendizaje y aceptación obtenida en una unidad didáctica relacionada con la enseñanza del fútbol, tomando como base la táctica colectiva compleja. Se comprueba que el alumno obtiene unos porcentajes elevados de motivación hacia este tipo de enseñanza - aprendizaje, al igual que un elevado sentimiento de integración en clase y comprensión de los contenidos llevados a cabo en esta unidad didáctica.

El constructivismo conjuntamente con el aprendizaje significativo, en los actuales momentos en la educación son los pilares fundamentales para el aprendizaje de conocimientos nuevos y la adquisición de nuevas destrezas; por lo que la enseñanza y el aprendizaje del fútbol no son la excepción, debido a que en los actuales momentos y especialmente en el siglo XXI el Fútbol se ha convertido en el rey de los deportes de manera acentuada, una verdadera fiebre, por la práctica de esta hermosa actividad deportiva, en todos los estratos sociales, sin distinciones de cultura, edad, raza ni color, convirtiéndose en la actividad más importante de los pueblos, actividad que permite unificar a los mismos, buscar la paz de los

seres humanos y una de las más grandes empresas poderosas de fabricar dinero, dentro de los diferentes ámbitos de la comercialización.

Este tipo de práctica lleva al éxito o al fracaso, produciendo un desequilibrio emocional y sentimental, expresadas mediante grandes manifestaciones de alegría, festejos pomposos, tristeza, llanto, frustraciones, denotadas mediante expresiones negativas de postura, gestos negativos y otros más, que se calman con el olvido, el pasar del tiempo, mediante el consumo de drogas, cigarrillo o alcohol, hasta llegando a consumir grescas fenomenales y hasta quitarse la vida.

El triunfo y el éxito dentro del deporte produce gran alegría en los pueblos de sus actores, pero deberán recorrer grandes caminos largos y pertrechos, lleno de grandes dificultades y de sacrificios pronunciados, llenos de permanencia y constancia, para llegar a la cima del éxito.

En lo que se refiere al fútbol y por experiencia personal, donde mi actividad profesional me ha permitido trabajar en la formación de nuevos deportistas, en las selecciones de fútbol de la provincia de Imbabura y en varios clubes del fútbol profesional, que en base a un trabajo constante se ha formado profesionales de la calidad de varios seleccionados de fútbol del Ecuador que asistieron a los campeonatos mundiales de Fútbol de Japón - Corea y de Alemania, por ello se tiene las bases suficientes para poder asegurar que la base de la formación de un nuevo futbolista es la adecuada y metodológica enseñanza de todos y cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, convirtiéndose en la teoría básica y fundamental de este trabajo como son el golpeo del balón, conducción y dominio, dribling, pases, fintas, cabeceo, paradas y dominio del balón, tiros libres y al gol, interceptación y otros más, para que una vez que se hayan convertido en verdaderas destrezas, se pueda aplicar en los partidos de fútbol, conjuntamente con la técnica colectiva.

Además se han considerado temas de vital importancia dentro de la formación docente, como son: fundamentos pedagógicos, criterios para la

enseñanza de la técnica, aspectos técnicos, psicológicos, físicos, actividades futbolísticas y ejercicios prácticos; sin descuidar los principales criterios de reglamentación y otros.

El grado de asimilación recae en la aplicación de las diferentes técnicas que utiliza el aprendizaje significativo, con la finalidad de que dichos conocimientos sean aprehendidos y nunca olvidados, más bien que se conviertan en hábitos de práctica constante de manera mecánica e intelectual y creativa.

El deporte del fútbol es una actividad donde demanda un trabajo de movimientos de las grandes masas musculares, sumado a la creatividad del jugador, por ello nos valdremos de la teoría Constructivista, la misma que le permite actuar al deportista con libertad, su creación pone de manifiesto en el encuentro y el trabajo de grupo y en equipo fundamental para alcanzar el éxito y el triunfo, convirtiéndose el profesor o entrenador en orientador de las actividades desarrolladas por los mismos.

Considerando que el objetivo central de este trabajo investigativo es elaborar un Manual Didáctico que va a ser un aporte al proceso formativo de los docentes y entrenadores de fútbol, la presente investigación se encuentra basada en la teoría Constructivista, con la finalidad de que todo el proceso de enseñanza – aprendizaje esté orientado hacia la aprehensión y dominio de los conocimientos y de las técnicas del fútbol, para ser puestos en práctica con mucha solvencia y propiedad en cada uno de los partidos de fútbol, donde participen los deportistas sometidos al aprendizaje de la técnica individual del fútbol.

## **2.2 SECUENCIACIÓN DE CONTENIDOS TEÓRICOS REFERENTES A LA UTILIZACIÓN DEL CONSTRUCTIVISMO EN EL FÚTBOL**

ESTILOS DE APLICACIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO EN LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE BASADOS EN EL DESCUBRIMIENTO, LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y EL DESCUBRIMIENTO GUIADO EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

### **INTRODUCCIÓN**

Como decía Maurice Pieron (1988), el estudio, investigación y puesta en práctica de cualquier proceso de enseñanza - aprendizaje constituye una de las facetas esenciales de la Pedagogía de las actividades físicas y del deporte. De hecho, si se reflexiona por un momento, se dará cuenta que todo profesional de la Educación Física buscará líneas metodológicas, estilos, estrategias, procedimientos adecuados que favorezcan el proceso de enseñanza y aprendizaje. Más si cabe ahora, en función de los nuevos planteamientos didácticos que se están impulsando con la actual reforma educativa. Por ello se analizará la idoneidad de unas líneas metodológicas adecuadas y óptimas que favorezcan el proceso instructivo, siendo el eje expositivo los denominados “estilos de enseñanzas”, teniendo en cuenta que “la calidad y el progreso en la enseñanza y el aprendizaje por parte de los alumnos, consistirá en el dominio creciente de los mismos por parte del profesorado” (Joice y Weil, citado por Delgado, 19991).

Desde que Muska Mosston escribiera su riguroso estudio sobre los denominados ESTILOS DE ENSEÑANZA EN EDUCACIÓN FÍSICA, se puede decir que con él comenzó una línea de clarificación de los métodos de enseñanza en Educación Física, y a partir de aquí se ha ido ampliando la gama de Estilos de Enseñanza.

Los denominados métodos pasivos o tradicionales, aunque han venido siendo los más utilizados en el marco escolar, de hecho aún se utilizan,

plantean un enfoque de la enseñanza donde el profesor expone el contenido de aprendizaje, la práctica, para que los alumnos y alumnas lo asimilen, siendo, pues, un tipo de enseñanza en la práctica que descansa en la iniciativa del profesor, una metodología, por tanto, “ha venido desarrollando y aplicando un modelo de aprendizaje conductual o, lo que es lo mismo, se está hablando como considera Florence,” de un profesor al que se podría calificar de mecanicista por ver el aprendizaje como una construcción, como una asimilación por reproducción de modelos, de ejercicios, sin duda, racionalmente preparados y elegidos, pero frecuentemente sin relación alguna con las necesidades inmediatas de los alumnos” (Florence, citado por Ureña, 1992), es decir, se está refiriendo a una enseñanza de la Educación Física basada en la demostración y repetición de modelos, lo cual supone una adquisición por parte de los alumnos de una serie de automatismos y no de esquemas motrices que posteriormente pueda utilizar.

Sin embargo, y fundamentalmente a raíz de la reforma el sistema educativo, muchos docentes han comenzado a oír, leer, hablar, etc., sobre la **concepción Constructivista**, concepción que se puede definir como un conjunto de ideas en las que han coincidido diversas teorías, fundamentalmente las formuladas por Piaget y Vygotski. Esta teoría, a grandes rasgos, considera que el conocimiento no se debe transmitir construido, elaborado, sino que debe ser construido por los propios alumnos. Para que esto ocurra, el alumno/a debe estar dispuesto a asumir un papel importante en su enseñanza, ya que como se ha dicho, éste debe construir su propio aprendizaje, Precisamente, el MEC en el diseño curricular base, indica una serie de principios que han de tenerse en cuenta para que este modelo Constructivista pueda llevarse a la práctica.

Es importante analizar aquellos estilos de enseñanza basados en el descubrimiento: el **DESCUBRIMIENTO GUIADO** y la **RESOLUCIÓN DEL PROBLEMAS**, ya que se fundamentan en un modelo Constructivista. En otras palabras, se consideran métodos basados en el descubrimiento

todos aquellos que plantean situaciones que obligan al alumno a buscar soluciones a problemas planteados. Delgado (1991) los denomina estilos de participación Cognitiva. Son estilos que, en función de los nuevos planteamientos didácticos que se están impulsando con la actual reforma educativa, están basados en el “**proceso**” antes que el “**producto**”.

La intención primordial es favorecer el proceso de autonomía del alumno mediante su implicación cognitiva en el aprendizaje fomentando actitudes de curiosidad, indagación y facilitando su participación en algunas de las decisiones del proceso de enseñanza y aprendizaje.

### **OBJETIVOS FUNDAMENTALES:**

- Favorecer y confirmar el valor de la educación física en el contexto de la educación integral.
- Implicar cognoscitivamente al alumno y alumna en su aprendizaje motriz.
- Trasladar algunos aspectos de la toma de decisión del proceso al alumno.
- Aprender a aprender, practicando, experimentando.
- Desarrollar la toma de decisión en los problemas o situaciones motrices.
- Fomentar las actitudes de curiosidad, de indagación, originalidad, etc.

### **APLICACIONES TEÓRICAS:**

Se fundamentan en la Psicología Cognitiva, en la Psicología Evolutiva y en la Psicología de la Creatividad de Nuthall y Snook. Si bien, se puede destacar otros autores que contribuyeron a la investigación del aprendizaje por problemas como Guilford y Piaget.

En líneas generales las fases del proceso son similares a las que se producen en todo proceso de investigación:

<b>PROBLEMA QUE INVESTIGA</b>	<b>DEFINIRLO (TOMAR DATOS)</b>	<b>HIPÓTESIS</b>	<b>COMPROBAR HIPÓTESIS</b>
<u>Según Mosston:</u> Problema	Disonancia	Búsqueda	Soluciones
<u>Según Sánchez:</u> Problema	Información	Estrategia	Conocimiento

TABLA Nº 1; FASES DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN.

Como ejemplo, frente a un planteamiento de tipo táctico en el fútbol, el profesor interrumpe un instante la práctica, se dirige a un alumno, mientras que los demás atienden.

El profesor comenta al alumno:

- El problema está en descubrir cuál es la ejecución más apropiada y rápida para rebasar al oponente que viene de frente y en carrera:

Y pregunta:

- ¿Cuántas posibilidades tenemos?

El alumno contesta:

- Regate por la derecha, por la izquierda y bombear el balón por encima, realizando una finta.

Profesor:

- Correcto.
- ¿Qué opción te parece la más apropiada?

Alumno:

- El bombeo

Profesor:

- ¿En qué zona del balón se golpearían?

Alumno:

- En la parte más baja y en el centro.

Profesor:

- Correcto
- ¿Cuál es la zona del pie más apropiada para golpear el balón?

Alumno:

- El empeine.

Profesor:

- Correcto, comprobémoslo

### **PRINCIPIOS Y PREMISAS FUNDAMENTALES:**

- Son estilos que se basan en un aprendizaje significativo y por descubrimiento frente a un aprendizaje repetitivo - memorístico y receptivo.
- El alumno entra en disonancia cognitiva frente a un estado de aquiescencia y por tanto en un estado de inquirir, de descubrir. En este sentido, es esencial que el alumno busque interrelaciones entre los elementos que maneja.
- Es un tipo de enseñanza activa que promueve un tipo de actuación del alumno.
- No existe, generalmente, un modelo explicitado.

Teniendo en cuenta los objetivos fundamentales, la fundamentación teórica, así como sus principios y premisas, varias son las preguntas que se plantearían.

1. ¿Qué tareas o situaciones que se han planteado de forma directa se pueden enseñar de otra forma más abierta por descubrimiento o resolución del problema?
2. ¿Sobre qué aspectos se puede plantear a los alumnos que efectúen la búsqueda?
3. ¿Qué es lo que realmente aporta una enseñanza y por ello unos estilos de enseñanza que impliquen cognoscitivamente al alumno?

Puede responderse que “la clave fundamental de estos estilos es que consideran la relación estrecha existente entre actividad física y actividad cognoscitiva y que pretenden implicar la actividad cognoscitiva del alumno en su aprendizaje”.

### **DIFERENCIAS ENTRE ESTOS ESTILOS DE ENSEÑANZA**

Mientras que en el Descubrimiento Guiado existe una dependencia de las respuestas y los indicios o planteamientos del profesor, en la Resolución del Problema lo esencial es que el alumno debe encontrar por sí mismo las respuestas con total independencia y arbitrio (Delgado, op. cit).

En el Descubrimiento Guiado existe cierto control del profesor, mientras que en la resolución de problemas la libertad y la participación individual es mayor (casi completa).

En el Descubrimiento Guiado existe un seguimiento del profesor sobre el alumno, mientras que en la Resolución de Problemas el profesor desde fuera sigue la actuación individual del alumno según su ritmo, su capacidad.

Se experimenta una relación de preguntas y respuestas inmediatas del profesor y alumno respectivamente, en el Descubrimiento Guiado, mientras que se da tiempo para aclarar la naturaleza del problema por medio de preguntas de los alumnos.

## **PAPEL DEL PROFESOR Y DEL ALUMNO EN ESTE ENFOQUE DE LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE**

“Es indudable que las interacciones entre el profesor y el alumno permitan una participación más significativa del alumno en el proceso aprendizaje, produciéndose inevitablemente los resultados deseados, dado que las preguntas y respuestas tienen lógica” (Bueno, et. Al., 1992, p. 94).

Según Delgado, el profesor propone las decisiones preactivas y el alumno a veces, el profesor guía durante las decisiones interactivas, mientras que es el alumno el que toma las decisiones de ejecución. Por último, en la etapa postactiva el profesor acepta las decisiones del alumno, mientras que el alumno autovalora o evalúa las decisiones que han tomado durante el proceso. Por tanto, vemos que el papel del alumno es más activo, en tanto en cuanto se implica cognoscitivamente y el profesor adopta un papel más secundario.

## **UBICACIÓN Y APLICACIÓN DEL TEMA EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Según Delgado (1991) una de las aplicaciones más destacadas de estos estilos es la enseñanza - aprendizaje de la táctica (p. 180), en deportes de equipo, dado que las distintas situaciones de juego que se suceden durante la práctica tienen, en el plano motor, un gran número de soluciones posibles, lo cual exige una inteligencia de juego. Ahora, cabría plantear que estos estilos de enseñanza son aplicables en todos aquellos contenidos de aprendizaje que supongan un proceso de búsqueda por parte del alumno y alumna, hablese de:

- Prácticas relacionadas con la condición física.
- Actividades en el medio natural.
- Actividades relacionadas con la expresión corporal.

La problemática que puede plantearse en la aplicación de problemas motrices es:

- Que la solución del problema sea conocida de antemano.
- Que sea demasiado fácil
- Que sea imposible de encontrar, de solucionar.
- Que el resultado de la clase sea mucha conversación y poca actividad motriz.
- Que la posibilidad de evaluar objetivamente el resultado sea escasa, problema que puede resolverse planteando de antemano procedimientos de evaluación acordes a los contenidos que se estén trabajando.

Lo que sí es indudable es que la utilización de estos estilos de enseñanza se hace necesaria porque va a permitir:

- Que el alumno preste un gran interés en las actividades.
- Que se distraiga menos.
- Que tenga una mayor disposición para trabajar de manera autónoma.
- Que adquiera conocimientos altos.
- Que el modo de trabajar sea concreto.
- Que se pueda trabajar en grupo.
- Que los alumnos tengan un concepto positivo de ellos mismos como sujetos que aprenden.

### **COMENTARIO AL APARTADO**

Como comentario a este apartado y siguiendo las ideas de Delgado (1991), se manifiesta que realmente cada profesor desarrolla un estilo de enseñanza dominante en él, basado en su idiosincrasia y / o su pasado cultural y educativo. Cada estilo puede estar condicionado por el ambiente social de la clase. Estar sujeto a un solo estilo, aunque éste sea muy productivo, limita la capacidad de aprendizaje del alumno. Por

consiguiente, hay que considerar que aquel profesor que sepa aplicar el estilo de enseñanza más adecuado a sus circunstancias y contexto escolar logrará los mejores resultados.

## **CONTROL DEL MOVIMIENTO Y RETROALIMENTACIÓN: EL CONOCIMIENTO DE RESULTADOS**

Con la idea de favorecer y enriquecer todo el potencial motor del alumno en su etapa de escolarización, las habilidades motrices dentro del marco del aprendizaje van a construir una fuente inagotable de enriquecimiento motor, de aquí su inclusión en el currículo del área.

Cada día es más evidente la necesidad de adquirir una autonomía motriz que permita adaptarse a cualquier situación. Precisamente, el currículo oficial de Educación Física, dentro de la actual Reforma educativa, viene a referirse a la necesidad de incorporar al alumno aquellos conocimientos, destrezas y capacidades que le permita desarrollar una actividad física de manera autónoma.

Centrándose más concretamente en el tema que ocupa, se debe decir que la mayoría de los autores entienden el aprendizaje como equivalente a aprendizaje verbal o perceptivo, y son pocos los que se dedican al estudio del aprendizaje motor (Riera, 1989). Para este autor, a pesar de la importancia del movimiento en las acciones humanas, no se acostumbraba a analizarlo en las facultades y departamentos de Psicología, ni en las escuelas de magisterio; siendo seguramente las instituciones de educación física los únicos encargados de incluir un aprendizaje motor dentro de sus programas.

Entre las razones que explican este hecho se destaca, siguiendo a Riera (op. cit. 89), las tres siguientes:

1. El menosprecio en nuestra sociedad por las tareas motrices, en relación con las Intelectuales, proveniente de una concepción dualista del hombre.
2. La dispersión de los estudiantes de tareas motrices en una gran variedad de personas y especialistas: maestros, profesores de educación física, padres de familia, monitores, etc.
3. Cierta confusión en la delimitación del ámbito propio del aprendizaje motor, insuficiente y tardía teorización, así como la falta de metodología adecuada.

Por otro lado, conviene saber cuáles son los procesos implicados en el aprendizaje de tareas motrices, sobre todo por las repercusiones que pueda tener para el proceso enseñanza - aprendizaje. Por ello será importante plantearse:

¿Qué se entiende por Retroalimentación?

¿Cuál es la importancia y el valor del conocimiento de resultados?

¿Cómo utilizarlo desde un punto de vista didáctico?

Se Tratará de responder a estas preguntas.

## **EL CONOCIMIENTO DE LOS RESULTADOS Y LA RETROALIMENTACIÓN EN LAS SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Se comenzará apuntando cómo en las sesiones de Educación Física los objetivos formulados en el ámbito motor hacen referencia específicamente al desarrollo de la habilidad motriz, entendida ésta como la capacidad de movimiento del hombre adquirida por aprendizaje; considerando al desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor.

Para Oxendine (2005) el aprendizaje motor es el proceso a través del cual el comportamiento es alterado o desarrollado por medio de la práctica y la experiencia.

Singer (1986) considera que es un cambio en las predisposiciones y capacidades humanas relativamente permanentes en la conducta motriz de los individuos, resultado o producto de la práctica o la experiencia, independientemente del desarrollo.

Siendo uno de los objetivos generales de la Educación Física: “buscar el desarrollo de la habilidad motriz, aumentar posibilidades de rendimiento motor, haciendo al alumno protagonista de un proceso de aprendizaje motor”, se debe pensar en cuáles son las estrategias a seguir para poder plantear situaciones motrices ricas pedagógicamente, donde se proporcionen unas condiciones óptimas para el aprendizaje.

En el ámbito motor el aprendizaje supone pasar de una forma de conducta a otra más satisfactoria con un grado suficiente de fijación. Este cambio tiene su acento en el área corporal, aunque también se relaciona con otros campos de la conducta como el emocional y el cognitivo. Un cambio que tiene lugar de forma continúa. En dicho aprendizaje, adquiere un papel importante el proceso de control del movimiento para la adquisición de una determinada habilidad. Pero, ¿cómo tiene lugar el proceso de control del movimiento?

Como se puede comprobar en todo este proceso, el sujeto es ayudado por los mecanismos de feedback o de Retroalimentación que van surgiendo de sus acciones. Dichos mecanismos proporcionan información concerniente al grado de acierto o error en cada respuesta emitida (Famose, 1992), o lo que es lo mismo, el sujeto es ayudado por el conocimiento de los resultados que va surgiendo de sus acciones.

## **TIPOS Y CARACTERÍSTICAS DEL CONOCIMIENTO DE LOS RESULTADOS**

### **CONOCIMIENTO DE LOS RESULTADOS**

El conocimiento de los resultados es lo más importante y poderosa variable implicada en el aprendizaje y la ejecución (Biladeau, 1961 ; y Fitts, 1964).

La manipulación del conocimiento de resultados es una de las maneras más efectivas de influir en el curso del aprendizaje; Adams (1971) considera que la mejora de la ejecución de la adquisición depende del conocimiento de resultados y finalmente Schmidt (1996) reconoce que el conocimiento de resultados como esencial para el aprendizaje de destrezas deportivas.

Una parte importante de las cosas que se hace tiene un efecto o resultado claro sobre el medio, ello permite evaluar la pertinencia en sus gestos y corregirlos o confirmarlos (Caracuel y Pérez, 1995). Según estos autores las sensaciones propioceptivas, o cinestésicas, que acompañan a dichas acciones se van adquiriendo y van quedando fijadas en la medida en que los movimientos son los correctos, si bien no siempre es posible la percepción sensorial de sus actos y / o de los resultados que acompañan. En tales casos se hace necesario, o al menos conveniente, proporcionar feedback adicional que suplemente la falta de información natural proporcionada por la situación misma. Este feedback incrementado puede hacer referencia al conocimiento de los resultados o al de la ejecución misma que los productos y cumple determinadas funciones con referencia al comportamiento del sujeto, según la forma en que se proporcione; asimismo puede resultar más o menos efectivo en virtud de algunos parámetros o variables relacionados con su administración.

## **VALOR DEL CONOCIMIENTO DE LOS RESULTADOS EN EL APRENDIZAJE MOTOR**

A través del área de educación física se trata de enriquecer el potencial motor del sujeto, de aquí las amplias y variadas posibilidades y situaciones motrices concretas que pueden ser abordadas en la práctica. Por consiguiente, el valor del conocimiento de los resultados en el aprendizaje motor reside en que va a permitir ayudar a que el grado de eficiencia en el movimiento se vea favorecido. Ello es así porque permite:

1. Individualizar dicho aprendizaje al identificar las diferencias del nivel, respecto a sus habilidades motrices.
2. Diagnosticar dificultades de asimilación de las tareas motrices.
3. Progresión al identificar las mejoras que se alcanzan en cada una de sus habilidades.
4. Valorar las propuestas de actividades en relación a las habilidades, comprobando sus resultados sobre el grupo o clase.
5. Predecir el rendimiento, el nivel que pueden alcanzar nuestros alumnos en relación a sus habilidades, para poder orientarles hacia la práctica de diferentes actividades físicas.

El conocimiento de resultados producidos por las acciones o destrezas motoras ha sido considerado desde muchas perspectivas como uno de los factores que más afectan a la adquisición y ejecución de tales conductas.

## **EFFECTOS DEL CONOCIMIENTO DE RESULTADOS SOBRE LA CONDUCTA**

El efecto que el conocimiento de resultados ejerce sobre la conducta puede entenderse bajo tres facetas funcionales (Huertas, 1992): asociativa, como corrección y / o guía, y motivacional.

### **1.- FORTALECEDORA DE ASOCIACIÓN**

El conocimiento de resultados, como consecuencia o efecto de la conducta del sujeto, tendría la propiedad de fortalecer o consolidar el establecimiento de un nexo asociativo entre la situación, como estímulo, y la respuesta.

De esta forma, cuando volviera a surgir la misma situación, el sujeto tendría a comportarse de manera en que lo hizo con anterioridad en circunstancias parecidas.

### **2. ORIENTATIVA Y CORRECTORA**

Si la realización de una destreza motora se considera como propugna (Adams 1971), un caso de conducta de solución de problemas, entonces debe admitirse que la corrección de los errores que puedan producirse en su ejecución resultará esencial para que el sujeto pueda avanzar en su aprendizaje.

El conocimiento de los resultados dirige la acción del sujeto no en el mismo ensayo en que se presenta, lógicamente pero sí en los ensayos posteriores. Según Caracuel y Pérez (op. cit) el conocimiento de resultados orienta al sujeto respecto de lo adecuado de una acción con miras a los objetivos previstos y / o los resultados esperados.

### **3. MOTIVACIÓN**

Se ha comprobado empíricamente que el conocimiento de los resultados motiva considerablemente más al sujeto que su ausencia; especialmente significativo en este efecto cuando la tarea a realizar es larga y tediosa.

#### **ORIENTACIONES PARA EL BUEN MANEJO DE LA INFORMACIÓN**

- El primer paso de la información deberá ser la presentación de una información.
  - Inequívoca, Clara, y Concisa.
- El profesor deberá dejar claro el objetivo que pretende conseguir.
  - El profesor procurará poner atención del alumno y en especial una atención selectiva hacia lo significativo de las tareas a realizar.
  - Fomentar la capacidad de observación del alumno hacia sus propios movimientos y la concentración en los mismos. Fomentar las propias sensaciones cenestésicas.
  - Deberá el profesor esforzarse en comunicar el mensaje con corrección técnica (control positivo).
  - El mensaje debe ser preciso, con lenguaje claro y asimilable.
  - Mantener una continuidad en la información, ya sea técnica y / o motivadora.
  - En cuanto a la información de los resultados de la acción del alumno, ésta debería ser:
    - Información rápida.
    - Información motivadora (control positivo).
    - Información de tipo causa - efecto, que dará idea al alumno de las causas que dieron lugar a la calidad de su acción.

- Información prescrita, que dará pistas al alumno de cómo corregir los errores de sus acciones.

## **ESTRATEGIAS EN LA INFORMACIÓN**

Las posibilidades existentes en el aprendizaje de habilidades físicas específicas se inscriben en un proceso continuo, que va desde la estrategia global (información integral del modelo) a la estrategia fraccionada (descomposición en partes del modelo para su presentación de forma independiente).

En este aspecto deberíamos tener en cuenta:

- La presentación del modelo debe ser realizado en un contexto de aplicación de forma global, por la demostración del profesor, de un ayudante o de un audiovisual.
- La motivación es un factor fundamental en el momento de la decisión de la estrategia a seguir. Igualmente las experiencias previas deberán tenerse en cuenta.
- La estrategia global debe ser el camino básico de actuación, por su funcionalidad y aplicabilidad directa en situaciones reales que motivarán al alumno. Pero hay que tener una actitud abierta a la combinación.

## **ORIENTACIONES METODOLÓGICAS**

Por último se da a conocer algunas orientaciones metodológicas para la enseñanza:

- Modificar según criterios pedagógicos las reglas del deporte, que no deben desvirtuar su esencia, sobre todo, su normativa de competencia.

- Debe existir una íntima relación entre técnica de enseñanza y tarea a enseñar.
- Se le debe dar un tratamiento global dentro del área de educación física, no aislarla de otras capacidades.
- Adaptarlas, por supuesto a las características evolutivas de la pubertad - adolescencia (cambios morfológicos).
- El desarrollo de las habilidades y destrezas ha de partir de las básicas y atender al logro de las específicas, favoreciendo la transferencia.
- No deben supeditarse a la consecución del éxito, es decir, no interesa tanto el producto sino el proceso.
- Conviene plantear situaciones de carácter individual que permitan descubrir posibilidades.
- Uso de material lo más diversificado posible (siempre y cuando se les facilite).
- En las situaciones que supongan esfuerzo considerable (individualizarlo lo más posible, mediante grupos de nivel por ejemplo:  
 En cuanto al aspecto de técnicas, estilos y estrategias más adecuadas, no existe una regla generalizada, se emplearán unos u otros en función de las necesidades y según las necesidades, y en función de las anteriores orientaciones (individualización, globalización, implicación cognitiva...)

Resumiendo se afirma que la búsqueda de unas metas educativas y pedagógicas aplicadas a la Educación Física debe situarse en una línea en que la motricidad sea el denominador común y el alumno el verdadero protagonista del proceso educativo.

En la actualidad, la principal preocupación del profesor no debe ser modelar al alumno, sino dotar de una autonomía motriz que le permita adaptarse a cualquier situación, ofreciéndole la posibilidad de participar en una amplia gama de actividades físicas que enriquezcan su repertorio motor.

En cualquier caso, las actividades han de tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a características de sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación; debe asimismo, realizarse con fines educativos, centradas en la mejora de las capacidades motrices y de otra naturaleza, que son objetivos de la educación, y no con la finalidad de obtener un resultado dentro de un enfoque competitivo.

## **BREVE HISTORIA DEL FUTBOL**

### **DONDE SE EMPEZÓ A JUGAR EL FUTBOL**

El fútbol es tan viejo como el mismo mundo, es en el continente asiático y específicamente en China donde un soldado chino llamado Yang-Tse, consagrado en cuerpo y alma por sus ejecutorias, quien alimentaba en su corazón una pasión arrolladora por un juego de adiestramiento militar que él practicaba con sus amigos y en el cual mostraba una habilidad poco común.

El juego era muy sencillo, se trataba de lanzar un balón redondo de cuero, relleno de crín o de pelo, por encima de una cuerda extendida entre dos postes. Dos equipos se enfrentaban uno a cada lado y la victoria correspondía al equipo que más veces era capaz de subir el balón por encima de la cuerda.

Yang Tse se caracterizaba por poseer una fuerte pegada, que la pelota de cuero ascendía a alturas vertiginosas, tanto que pudo irse haciendo con

las más envidiables recompensas, las flores más hermosas y los lingotes de plata más inestimables.

En Esparta, Rómulo no concebía la vida lejos de su corte. Eran seis mil legionarios que Cesar iba preparando para sus futuras campañas. Mediante el HARPASTUM Rómulo y sus amigos se adiestraban y divertían, se preparaban para próximas conquistas.

Un día su equipo se enfrentaba a un temible adversario, cuyo poderío físico era superior, tres horas de constante lucha necesitaron Rómulo y sus camaradas para hacer que el pelotón lleno de salvado y paja traspasara la línea contraria.

Las responsabilidades estaban bien delimitadas, ciertamente y las tareas bien repartidas; el ataque constaba de tres cuerpos (el centro y los aleros); detrás de ellos los elementos dispuestos a reemplazarlos; y en la retaguardia, los irreductibles, los defensores, aquellos a quienes habría sido preciso matar para conquistar el campo y franquear la línea.

En Bretaña y Normandía su principal admirador de este deporte era Guillermo, quien apreciaba este juego por su rudeza y su naturalidad. El objetivo esencial de este juego era en seguir a la pelota de cuero o de madera por donde quiera que se encontrase. Era a veces preciso recorrer decenas de kilómetros, pero se olvidaban las fatigas y los golpes cuando, en una y última salvaje embestida, se lograba llevar el balón al campo contrario.

Solo restaba al final de cada encuentro curar a los heridos. Como todos los golpes estaban permitidos, a menudo había incluso víctimas, más o menos acentuadas, por lo que los ciudadanos y amigos del Rey comenzaron a agitarse, por lo que su muy querida majestad Carlos V El Sabio, prohibió la práctica de aquel juego, poniendo en vigor un edicto firmado cincuenta años antes por "Felipe V El Largo". Pero Guillermo se burlaba de todo, pues no temía a nada ni a nadie.

En el otro extremo del mundo, Yamasaki, el pequeño japonés, mostraba más distinción en sus juegos. Su padre le había enseñado a mantener siempre el dominio de sí y a ser cortés con el adversario. En los partidos de KEMARI que disputaba, Yamasaki conservaba en todo momento la amistad de sus siete compañeros y el respeto de sus ocho adversarios. Todos reunidos en un jardín de 14 metros de lado se pasaban y repasaban un balón de 22 cms de diámetro durante 20 minutos aproximadamente. Siempre con la sonrisa en los labios, los pies calzados con zapatos especiales, sin intentar marcar goles, con mil exquisitas cortesías que no cesaban más que con el tiempo, sin que jamás el juego designara un vencedor y un vencido, porque no estaban allí para pelearse.

Posteriormente va tomando fuerza en todo el continente europeo, tal es así el caso de Italia donde el fútbol tenía el respaldo de los Reyes, príncipes y condes, donde aparecen ciertas reglas de juego, como por ejemplo el tamaño del campo de juego, el balón, etc. Posteriormente incursiona en España.

## **INSTAURACION DE LAS PRIMERAS REGLAS DE JUEGO**

En 1848 comienza lo que podría llamarse la primera reglamentación, siendo a consecuencia de un partido de prueba disputado en Cambridge; los representantes de las distintas escuelas se reúnen en el Trinity Collage para intentar la redacción de un texto unificado, lo cual se llega a conseguir después de una larga y complicada reunión, de donde salen las “Catorce Reglas de Cambridge”, que más tarde serían las LEYES DEL JUEGO.

Es a partir de aquí y teniendo como punto de referencia dichas leyes cuando el juego toma un verdadero auge, pero había que reunir a todos los equipos bajo un control único, siendo ello admitido después de la reunión celebrada en una posada, LA FREE MASONS TAVERN de Londres, el día 26 de octubre de 1863, estando presentes los siete

capitanes representantes de otros tantos clubes londinenses y provinciales. En dicha reunión, se dieron algunos retoques a las Reglas de Cambridge y decidieron fundar La FOOTBALL ASSOCIATION.

Alrededor de sesenta años, hasta 1920 en que la Inglaterra aislacionista deja la FEDERACION INTERNACIONAL, los británicos iban a dominar el mundo del fútbol y tener el orgullo de precursores del mismo.

Pero si el fútbol quería ser representativo de la auténtica calidad de los distintos países, ya no podía seguir apareciendo en las Olimpiadas como un deporte amateur más, sin violar las más elementales normas olímpicas. El profesionalismo se había ido extendiendo inevitablemente a todos aquellos países europeos y americanos, en razón directa al crecimiento de la popularidad de este deporte, y se dieron casos de participación olímpica de auténticas selecciones de profesionales, en 1924 y 1928, aunque estos no estuvieron oficialmente reconocidos.

## EL HOMBRE ANTE EL BALON



El fútbol es el único deporte colectivo en el que el juego con las manos está totalmente ignorado e incluso sancionado, excepto el juego que realiza el portero y cuando se saca de banda. Es pues, el que necesita de

una técnica individual más particular, más rebuscada, más trabajada y, lo que es peor, más difícil su aprendizaje.

Antes de cualquier opción al juego de conjunto, antes de la aportación del trabajo de los componentes de un equipo de fútbol, antes de toda síntesis y todo trabajo colectivo, es indispensable y fundamental que cada uno, independientemente, adquiera un perfecto dominio para realizar todas las posibles acciones con el balón.

En el fútbol, por el contrario el juego no comienza hasta que el jugador pasa a tener totalmente dominado el balón.

Si alguna vez se ha reparado a un niño que tiene y juega con un balón, se habrá observado que para él sólo existe la posible maestría individual que pueda ejercitar; para el niño en ese momento, no existen ni sistemas, ni idea de unión, ni organización ni nada que no sea la atracción constante que ejerce la posesión del balón y que cada uno quiere conducir de la forma, quizás a veces menos normal, hacia la portería contraria, sin ocuparse de los posibles compañeros que podrían y deberían prestarle la máxima ayuda; ni de los adversarios que continuamente se van interponiendo en su progreso hacia la portería.

De ese fútbol de la calle han salido y quizá todavía salgan grandes figuras, como por citar algunos ejemplos podemos dar los de Maradona o Pelé, que hizo su aprendizaje en las arenosas playas del Santos; y muchos otros jugadores más.

Sólo recordando la admirable técnica de cuantos jugadores se ha nombrado, técnica que los elevó hasta el estrellato, y que fueron adquiriendo desde su más tierna infancia por un repetido contacto con el balón, técnica que no aprendieron en el organizado mundo del fútbol, sino que poseían ya cuando se convirtieron en futbolistas, tratando de mejorar constantemente y perfeccionarla a fuerza de trabajo y repeticiones de los gestos, pero no se debe olvidar que para la infancia, el juego hace olvidar

todo el aburrimiento que nace de los automatismos, si bien en ocasiones, éstos se hacen imprescindibles.

## **¿POR QUÉ JUEGAN LOS NIÑOS?**

Eminentes psicólogos han esbozado sus mejores teorías para explicar la importancia del juego en la vida del ser humano. Spencer y Schiller, señalan que el niño juega: “para dejar en libertad su energía reprimida”. Esta sería la explicación fundamental del por qué los niños sanos nunca están quietos. En las aulas de clase, aunque estén evidentemente interesados en la lección de su maestro, se mueven y se demuestran inquietos, buscando un pretexto inconsciente, para levantarse de su pupitre. Todavía no termina el sonido de la sirena anunciando el recreo, cuando ya van corriendo por los pasillos hacia el patio.

Una definición muy interesante es la de Gross, que indica que el niño juega “con el fin de proveerse de medios para tener éxito en el futuro”. Es decir, el niño cuando juega está recopilando enseñanzas que le permitan desenvolverse con garantía en sus años posteriores.

En el caso específico del fútbol, el niño recibe influencias de todo tipo que lo preparan para enfrentarse a la vida.

En el caso moral, lo está integrando a senderos de respeto y orden. El simple hecho de integrar un equipo de fútbol lo compromete a respetar las reglas del juego, las decisiones del árbitro y a los propios adversarios. De igual modo respetará después las normas que le imponga la vida. Comprenderá a través del fútbol que la armonía y el compañerismo constituyen la esencia de todo grupo social.

Laxrence H. Averil, autoridad en la materia, manifiesta: *“El niño juega con el fin de proyectarse sobre los objetos y las personas que lo rodean, tratando de imponer su propio yo”*. Es esta una definición de competencia instintiva, que parece ser la base de los juegos.

Exponer el propio yo, es expresar la propia personalidad creadora. El fútbol, deporte colectivo, ofrece a cada instante, facetas para comunicar esa actividad creadora. Nuestra tarea fundamental consistirá en orientar esa personalidad hacia el interés del grupo.

Hay quienes se resisten. Miles de ejemplos corroboran que no siempre puede conseguirse el objetivo de poner la individualidad creadora al servicio del grupo. Son los jugadores que quieren hacerlo todo sin ayuda de nadie y que persiguen por cien senderos el afán de lucimiento personal. Son los inadaptados del fútbol, que tienen mil barreras para entregar su talento al esfuerzo colectivo del equipo.

El niño al nacer trae una serie de disposiciones en estado de latencia que se enfrentan y chocan con lo que el medio ambiente le ofrece. A veces los haberes hereditarios y la realidad del ambiente, son coincidentes. Un hijo y nieto de padres y abuelos futbolistas nacido en una ciudad de efervescencia futbolista, se encontrará en un verdadero paraíso.

Pero no siempre estos factores coinciden, chicos con naturales inclinaciones artísticas, hijos de padres músicos, tendrán dificultades en comprender e integrarse a un medio ampliamente deportivo. Las complejidades psicológicas de este juego de interacciones repercuten directamente en la formación de un niño.

Por lo mismo, cuando un entrenador de jugadores infantiles, se encuentra ante problemas de esta naturaleza, antes de desplazar o ignorar a un chico, aparentemente inadaptado, hará muy bien documentarse sobre sus antecedentes familiares.

Pero muchas veces, los problemas se suscitan por la vanidad y egoísmo de los propios padres, que añorando épocas de grandeza, quieren verse retratados en sus hijos.

Innumerables veces, el padre le ha dicho al entrenador: “Quiero que mi hijo sea portero como yo lo fui en mis años de glorias. Haga usted lo

posible por convertirlo en un portero de excepción. Si él tiene la mitad de condiciones que yo poseía, cumplirá fácilmente este propósito”.

No obstante, el sueño del chico no es ser portero, ni siquiera le gusta el fútbol. Prefiere el baloncesto o la natación. La presión del padre lo transforma en un inadaptado, por eso, se insiste que los entrenadores de niños deben tener mucho de técnicos, de pedagogos, de psicólogos y hasta de padres.

## **NECESIDAD DE LA TÉCNICA FUTBOLÍSTICA**

### **NECESIDAD DE LA TÉCNICA**

Toda actividad bien sea laboral, intelectual, artística, deportiva, etc., necesita para conseguir el máximo de adiestramiento y un rendimiento notable, de una práctica constante, pero para que esto sea efectivo y puedan conseguirse los resultados óptimos, dicha práctica se efectuará después de haber obtenido un aprendizaje de la técnica específica relacionada con la actividad que se pretenda desarrollar.

### **TÉCNICA FUTBOLÍSTICA**

Para la práctica del fútbol se necesita de una técnica adecuada que permita realizar en el juego todas las acciones que puedan surgir en el mismo, por lo que se puede dar la definición siguiente: *“Se entiende por técnica futbolística el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol”*.

Principalmente, el conocimiento de los movimientos ejecutados con el balón, es indispensable en la determinación del concepto FUTBOLISTA. Una persona que no maneja adecuadamente el balón en todas sus acciones, no podrá ser considerada como buen futbolista, ya que el balón es la herramienta en su profesión.

Horst Wein en su libro “El Fútbol a la Medida del Niño” 2007<sup>3</sup>, manifiesta: “en la medida en que el niño va madurando, el fútbol que él o ella practica va aumentando en dificultad y en complejidad. En un fútbol bien planificado el niño crece conjuntamente con su juego competitivo. Su competición debe ser como sus zapatos a su perfecta medida”.

Pero el mayor obstáculo para el progreso del fútbol es la fuerza de la costumbre. Por inercia se continúa con los viejos hábitos sin reflexionar suficientemente sobre lo que se está haciendo, tanto en los entrenamientos como en la estructuración de las competiciones formativas para los niños.

La conciencia de los errores como entrenadores – formadores, cometidos frecuentemente en la formación de los jóvenes es crucial para su mejora. Pero mucha gente no ve o no quiere ver estos errores, cualesquiera que sean las causas. Entonces no se lleva a cabo un mejor aprendizaje ni se logra el progreso deseado.

## **CLASIFICACIÓN DE LA TÉCNICA FUTBOLÍSTICA**

La técnica futbolística se divide en:

- Movimientos sin balón
- Movimientos con balón

### **¿QUÉ ESE ENTIENDE POR MOVIMIENTOS SIN BALÓN?**

Sabido es que en el fútbol actual se tiende cada vez más a darle una mayor velocidad al juego, y sobre todo a evitar el excesivo juego individual, por lo que se hará más necesario el dar o solicitar el máximo apoyo o ayuda a los demás compañeros; mientras que en otros lances del juego, se tendrá que disputar balones aéreos, así como también en algunas ocasiones trataremos de engañar con nuestro juego a los

---

<sup>3</sup> Horst Wein, “Fútbol a la medida del niño”, Editorial Kenesis, Colombia, 2007

contrarios, para todo ello se necesita de ciertos movimientos sin balón y que los más principales pueden ser:

- El correr y cambio de dirección
- El salto
- El engaño al contrario sin balón – finta.

## **QUE SE ENTIENDE POR MOVIMIENTOS CON BALÓN**

En fútbol, dependiendo de muchos factores y de los objetivos que se proponga, se puede realizar una serie de acciones con el balón que permitan mediante su perfecta ejecución lograr los fines propuestos y que se denominan como ACCIONES TECNICAS FUNDAMENTALES, siendo las principales:

- El golpeo del balón (Toque de balón)
- La recepción del balón (dominio del balón)
- La conducción
- El regate – finta
- Interceptación
- Despejes
- El golpe de cabeza
- Tiros Libres
- Tiros al gol
- Los movimientos defensivos y ofensivos del arquero.

La clasificación anterior de la técnica está basada en función del movimiento o la acción del jugador, dependiendo de si éste no estaba en posesión o tenía el balón.

Se puede hacer una nueva división de la técnica en cuanto al número de participantes que intervienen en la acción y que podemos dividir en:

- TECNICA INDIVIDUAL
- TECNICA COLECTIVA

## **¿QUÉ SE ENTIENDE POR TÉCNICA INDIVIDUAL?**

Es aquella cuyas acciones son realizadas por un solo jugador, sin o con balón: como ejemplos se puede citar todas las acciones reseñadas anteriormente, o sea:

- carrera
- salto
- golpeo del balón
- recepción, etc.

## **¿QUÉ SE ENTIENDE POR TÉCNICA COLECTIVA?**

Aquella en cuyas acciones intervienen varios jugadores sin o con balón, como pueden ser:

- Apoyos
- Marcajes
- Desmarques
- Pases
- Progresiones
- Etc.

La transición de la Técnica Individual a la Técnica Colectiva está en la ayuda a un compañero en acción.

## **LA ESCUELA DE INICIACIÓN DEPORTIVA**

Para dar inicio a la parte formativa de un niño o joven en la práctica del fútbol, en su aspecto técnico y táctico es imprescindible el funcionamiento de una escuela de iniciación deportiva, donde los objetivos de la misma estén bien determinados hacia la orientación de la práctica del fútbol, dentro de un sistema de contenidos teóricos y prácticos, donde los deportistas en las edades tempranas alcancen y dominen conocimientos y técnicas desde el punto de vista del aprendizaje significativo, aprehendiendo dichos conocimientos, mediante una asimilación profunda

de los gestos técnicos, los mismos que deben ser aplicados en los encuentros de fútbol.

Según Horst Wein: “La escuela de iniciación deportiva en el fútbol tiene el importante objetivo de formar e interesar a niños desde los 5 años de edad, en la práctica del fútbol en un



período trascendental de su formación psico-física; siendo un complemento de las actividades escolares con una finalidad eminentemente formativa y social, de acuerdo con el crecimiento sano y armónico de los niños”<sup>4</sup>.

Los monitores de la escuela de Iniciación deportiva deben preparar las actividades de forma que sean dentro de un ambiente agradable, familiar, divertido y eficaz desde el punto de vista del aprendizaje. Si ellos no logran dar a los niños en estas horas, la formación adecuada para que puedan afrontar en el futuro sus competiciones oficiales, éstos están destinados a convertirse con el tiempo en atletas de segunda clase.

Como conclusión se puede manifestar que la monotonía y el aburrimiento en los entrenamientos infantiles y también en competir durante años en la misma competición, no sólo alteran la mente hasta tal punto, que el niño es cada vez menos capaz de afrontar en el campo problemas que exigen un esfuerzo físico e intelectual superior, sino que también causan el abandono prematuro frecuentemente observado en las escuelas de iniciación deportiva en el fútbol.

---

<sup>4</sup> Worst Wein, “Fútbol a la medida del niño”, Editorial Kenesis, 2007

## LOS NIÑOS, LOS JÓVENES Y EL FÚTBOL

Una vez conocidos varios rasgos elementales de pedagogía y didáctica aplicados al fútbol, es importante conocer aspectos generales e importantes de niños y jóvenes, que el entrenador o docente debe considerar a los niños en sus diferentes edades, para su proceso de enseñanza del fútbol.



### LOS NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS

Su crecimiento corporal es intenso.

#### ASPECTO PSICOLÓGICO

En esta edad su atención es inestable. Cambia de gustos rápidamente. Pasa de un juego a otro y nada termina. Prefiere los juegos individuales pues no le gusta perder, aunque esto no excluye el juego con otros niños.

El niño aún está muy ligado a su familia, especialmente a la madre, el comportamiento que tenga fuera del hogar dependerá de la forma en que sus padres lo hayan relacionado con ambientes externos.

#### ACTIVIDAD FUTBOLÍSTICA

- El niño empieza sus incursiones callejeras.
- Se debe cuidar el tamaño del balón con que juega y la calidad de los zapatos que usa. Si son gruesos y toscos perderá la alegría de sentir el contacto del balón. Lo más aconsejable es zapatillas.
- No se debe prohibirle que juegue, pero se debe cuidar la forma en que lo hace.

- No se le debe enseñar aspectos técnicos por elementales que sean, ni mucho menos, ideas útiles de juego. Se le debe dejar que se empape de fútbol libremente en sus pequeños partidos de barrio, eso le hará bien, y será útil cuando en etapas posteriores se pretenda darle una enseñanza dirigida.

## **LOS NIÑOS DE 9 Y 10 AÑOS**

Disminuye el ritmo de su crecimiento, aumenta su vigor. Mejora el equilibrio de sus funciones, por lo que aumenta considerablemente su coordinación motriz.

### **ASPECTO PSICOLÓGICO**

Empieza a fijar su atención en determinados objetivos.

Tiene un mayor dominio de sí mismo y es ambicioso en sus exigencias consigo mismo. Se propone metas, pero si éstas exceden sus posibilidades, simplemente las abandona. Busca tener amigos especiales de toda su confianza.

Empieza a sentir interés por los juegos de competencia y tiende excederse en su esfuerzo (inicia un juego y no queda conforme hasta quedar exhausto).

Necesita menos de su madre y pertenece más a la escuela.

### **ACTIVIDAD FUTBOLÍSTICA**

- Se debe introducir ejercicios analíticos: “golpea la pelota con esta parte del pie, la otra pierna colócala así”, “cuando golees la pelota con la cabeza, pon el tronco atrás y busca la pelota, no esperes que ella venga hacia ti”, “para recibir una pelota que viene alta, utiliza el pecho, pero las piernas deben actuar como un resorte”. El niño de esta edad

es capaz de comprender esas instrucciones analíticas, especialmente, si van acompañadas de una buena demostración.

- Igualmente se debe enseñarle ideas elementales de fútbol útil: *“nunca te quedes estático después de una entrega”, “cuando un compañero te haga un pase, mira rápidamente hacia todos los lados, antes de apoderarte de ella, así te será más fácil jugarla”, etc.*

## **LOS NIÑOS DE 11 A 13 AÑOS**

Es la edad ideal para la iniciación deportiva. Se establece un equilibrio entre la talla y el peso y adquiere notoria vitalidad.

### **ASPECTO PSICOLÓGICO**

Adquiere un importante desarrollo mental y pierde la ingenuidad de su comportamiento. Se advierte una mayor sociabilidad que se demuestra en una mayor participación en grupos de amigos. Tiene valiosas iniciativas. Adquiere conocimientos con mucha facilidad, pero requiere de una persona que le demuestre orden y autoridad, tanto como amistad y camaradería.

Es sumamente sensible a las críticas, por lo que hay que tener mucho tacto para estimular su aprendizaje. Comienza a manifestarse las características de la pubertad.

### **ACTIVIDAD FUTBOLÍSTICA**

Puede captar con gran facilidad todo el proceso formativo que se refiere a técnica y táctica, especialmente si los profesores cumplen con los fundamentos pedagógicos antes señalados y si está entendida como táctica el jugar bien y aprovechar las características salientes de cada jugador.

Es la edad la más apropiada para enseñarles lo que se podría llamar fútbol organizado y colectivo.

## **LOS JOVENES DE 14 Y 15 AÑOS**

Aumento sensible de la talla (miembros y extremidades) que no guarda relación con el aumento de peso. Se produce un fenómeno fisiológico que debieran estudiar en su esencia todos los técnicos de niños: el corazón aumenta en esta edad, casi el doble de su tamaño, pero, este aumento no es proporcional al desarrollo vascular. Hay tendencia a la fatiga prematura.

## **ASPECTO PSICOLÓGICO**

El pisar de lleno los senderos de la pubertad, con sus profundas transformaciones glandulares, le convierte en un ser muy inestable y sensible. Vive en estado de desequilibrio permanente, que a menudo le lleva a refugiarse en sueños.

## **ACTIVIDAD FUTBOLÍSTICA**

El profesor de fútbol deberá elegir cuidadosamente las materias que enseñará en esta edad, porque la calidad debe primar ostensiblemente sobre la cantidad. Esto, para evitar fatigas excesivas que puedan interferir en su crecimiento. Los juegos deberán ser cortos, con énfasis en la velocidad. Más que nunca es aconsejable combinar facetas técnicas con ideas funcionales de juego, en actividades, que eviten la fatiga excesiva. Por lo mismo, los ejercicios aeróbicos, que favorecen la resistencia, deberán ser aplicados al mínimo.

Entre 13 y 15 años, el niño acepta planes de juego para enfrentar al rival. Comprende mejor la marcación y desmarcación. Es la edad más conveniente para perfeccionar los conceptos de principios de juego, que aprendió en la edad anterior. Gracias a ellos, su capacidad para analizar

el partido y tomar decisiones tácticas, madurará plenamente. Jugar “analizando” el partido en que actúa, será la meta táctica más importante en este período.

## **LOS JOVENES DE 16 A 18 AÑOS**

Disminuye el crecimiento en altura y empieza el desarrollo en anchura y peso. Aumenta el desarrollo muscular en volumen y potencia.

Se estabiliza el sistema cardio-vascular y por lo mismo mejoran las actividades funcionales. Se consigue la coordinación de los movimientos.

## **ASPECTO PSICOLÓGICO**

Va creciendo la conciencia y perceptibilidad del yo, aumenta la confianza en sí mismo y una mayor definición de lo que desea y los caminos que debe seguir para lograrlo, aunque a veces desea hacer sus propias experiencias. Esto significa un espíritu de independencia acentuando, lo que no le priva, naturalmente de irse integrando a la sociedad.

## **ACTIVIDAD FUTBOLÍSTICA**

Hay dos situaciones importantes que considerar:

- Al mejorar su coordinación neuro-muscular, recibe con facilidad correcciones al aspecto técnico general, es decir, puede mejorar sus destrezas y habilidades. Por otro lado, al estabilizar su sistema cardio-vascular, queda apto para recibir ejercicios de resistencia y fuerza. En fútbol, esto significa que puede mantener ritmo de rendimiento bastante intenso y significa naturalmente que deberán intensificarse los entrenamientos combinados de técnica y mentalidad de juego.

## **FACTORES INFLUYENTES EN LOS ASPECTOS MODERNOS DE LA TÉCNICA**

Hoy día tanto en fútbol como en otros deportes, la unión de una perfecta técnica con la velocidad adecuada, es la cualidad dominante. La velocidad en el fútbol se resume en ejecutar lo más rápido posible y con la máxima precisión todos los gestos técnicos, así como todos los movimientos en las organizaciones tácticas, los cuales están sólo al alcance de los jugadores perfectamente preparados y a su vez, de los equipos debidamente conjuntados.



La eficacia en el fútbol es el producto natural de la velocidad de ejecución, es más difícil ejecutar un movimiento con balón rápidamente que lentamente y más fácil anular una acción lenta que rápida. Nuestra máxima preocupación debe ser el mejoramiento de la velocidad en el juego.

### **¿DE QUÉ MEDIOS HAY QUE VALERSE PARA LOGRAR LA VELOCIDAD EN EL JUEGO?**

Siendo la velocidad de ejecución la síntesis de las cualidades psíquicas, físicas, técnicas, por ello se analizará los elementos favorables que intervienen en cada uno de los aspectos:

#### **ASPECTO PSÍQUICO**

- La imaginación – construcción
- La atención
- La concentración
- La memoria

- La repentización

Al conjunto de todos estos elementos se les cataloga como la gimnasia del espíritu y adaptarlos para conseguir una mayor velocidad en la concepción del juego.

### **ASPECTO FÍSICO:**

- Velocidad
- Fuerza
- Resistencia
- Equilibrio
- Otros.

A pesar de que **la velocidad** es una cualidad natural de origen nervioso, su mejoramiento está al alcance de los entrenadores mediante ejercicios adecuados.

**La fuerza** es la que permite la disputa de situaciones y balones con el contrario, a la vez que da ventajas a desarrollar las acciones en terrenos pesados, con agua, etc.

**La resistencia** en un jugador de fútbol es parte importantísima dentro de la condición física del mismo, ya que ella permite que la velocidad se manifieste en las siguientes formas:

- Con mayor intensidad
- Con mayor frecuencia
- A lo largo de todo el partido

**El equilibrio** es aquel que permite y ayuda en la realización de todos los movimientos que durante el transcurso del juego se debe hacer.

**La velocidad en carrera**, es un elemento favorable, que se tiene que aceptar que no siempre es indispensable en base a ciertos tipos de jugadores. Los jugadores denominados como grandes técnicos pueden

suplir esta cualidad con la repentización y ejecución rápida de las acciones técnicas con el balón.

## **ASPECTO TÉCNICO**

La técnica futbolística ha sufrido una profunda evolución bajo el signo de la velocidad, si bien nunca se debe confundir velocidad con precipitación.

Antiguamente, cuando al fútbol no se trataba de imprimirle la máxima velocidad, se decía: *“para el balón, levanta la cabeza, mira y pasa”*; en la actualidad, en función de la velocidad, estos términos se han cambiado en su orden, diciendo: *“levanta la cabeza y mira, para el balón o mejor, orienta el control y juega”*.

Las acciones técnicas cuyo mejoramiento permite una mayor rapidez en el juego son:

- Control del balón
- Control orientado
- Control del balón en beneficio de un compañero
- El juego directo (volea, semi volea, desviaciones, prolongaciones)
- Toque preciso con fuerza
- Conducciones con cambios de ritmo
- Utilización de superficies de contacto hasta ahora poco solicitadas.

Cada categoría de jugador tiene su propia velocidad de ejecución, en las categorías jóvenes, debe buscarse la perfección en el gesto y la precisión. En categorías superiores, hay que exigir una condición óptima en todos los aspectos.

## PEDAGOGÍA Y DIDÁCTICA DEL FÚTBOL



Es bueno conocer la diferencia entre Pedagogía y Didáctica, si es que se desea profundizar en el trabajo con niños.

“Pedagogía es la ciencia o arte de instruir y educar a los estudiantes”, es decir, se refiere al proceso educativo. Este proceso educativo es constante y universal. Es constante, vale decir permanente y se presenta siempre que una generación adulta convive con una generación joven y debe transmitirle su saber y experiencia. Es universal, porque a través de todos los tiempos y en todas las latitudes, florece en las comunidades humanas, desde las más primitivas hasta las más avanzadas.

Didáctica es la disciplina pedagógica, de carácter práctico y normativo, que tiene por objeto la “técnica de la enseñanza”.

### LA DIDÁCTICA Y SUS COMPONENTES

La Didáctica tiene cinco componentes esenciales:

- Educando
- Maestro
- Objetivos
- Asignaturas

- Métodos

**El Educando**, es el ser humano en plena evolución, con todas sus capacidades, limitaciones, diferencias, etc.

En fútbol, es el niño ansioso de recibir la experiencia adulta. El niño con su enorme capacidad imaginativa que vive y respira fútbol por todos los poros, porque esa es la pasión que ha sentado sus bases en su hogar. El niño que sueña con emular a sus astros favoritos y que quiere apresurar plazos para conseguir su objetivo.

**El maestro**, no sólo como un simple expositor de materias, sino como un educador moderno que estimule y oriente el proceso educativo.

En fútbol, es el técnico especializado en la enseñanza de los niños, pero en muchos países del mundo, se ha menospreciado esta tarea vitalísima de enseñar bien al niño futbolista, entregando a personas de buena voluntad, sin dotes esenciales, sin pedagogía, sin nada, que toman la tarea como un pasatiempo. Es el caso de ex-astros del fútbol que desean prolongar su paso por las canchas; o de dirigentes que anhelan convertirse en técnicos.

Es incuestionable que los ex jugadores de fútbol, tienen las mejores posibilidades para convertirse en técnicos de fútbol. Lamentablemente pretenden hacerlo sólo con el bagaje de experiencias y conocimientos que les proporcionó su paso por las canchas, y ello a todas luces es insuficiente. Cuando se perfeccionan y adquieren conocimientos específicos de psicología y metodología, tienen las mejores posibilidades de cumplir sus propósitos.

Para nosotros, los mejores técnicos del mundo, debieran volcar su valía en el trabajo con niños. El niño tiene una facilidad maravillosa para fijar en su mente el conocimiento que se le transmite. Si por razones de un mal profesor, aprende mal, tendrá dificultades posteriores en volver al buen

camino. Enseñar al niño es una tarea delicada que requiere del menor número posible de errores.

*“Preferimos que los entrenadores novatos realicen su práctica con adultos aficionados, y no en niños”.*

## **OBJETIVOS DEL PROCESO DIDÁCTICO**

*“Los objetivos del proceso didáctico, son las metas a conseguir”*

En fútbol, estos objetivos tienen relación directa con la transformación adecuada del buen jugador. Objetivos que se refieren a:

1. Formación técnica.
2. Entrega del talento personal al sentido de equipo.
3. Gradual perfeccionamiento del aspecto físico y desarrollo armónico de todos los segmentos del cuerpo.
4. Gradual formación técnico – táctica.
5. Robustecimiento del aspecto moral.

## **LAS ASIGNATURAS FORMAN EL PROGRAMA DE ESTUDIOS**

**En fútbol**, las asignaturas son variadas y complejas, porque es un deporte que se juega con los pies.

El niño, bajo la tutela del maestro debe relacionar, por ejemplo:

**En lo técnico**, las destrezas de la recepción, pases, remates, cabeceo, conducción, dribling, recepción, saques laterales que constituyen verdaderas asignaturas relacionadas entre sí.

**En la físico**, la adquisición de habilidades motoras, el fortalecimiento del tren inferior, pero a la vez el necesario adiestramiento del tren superior (caja torácica y brazos).

**En lo táctico**, el conocimiento mínimo de saber jugar con y sin balón, y el dominio de los fundamentos o principios de juego.

**En lo moral**, el compañerismo, el espíritu de sacrificio, la entrega total, el respeto al adversario y a las reglas de juego, etc.

*El método es la forma de trabajo, que fusiona todas las ideas anteriores para conseguir y alcanzar los objetivos.*

En fútbol, el método para realizar un buen trabajo con los niños, ha encontrado senderos definidos, porque se afirma en fundamentos pedagógicos, ampliamente aceptados por las autoridades de alto nivel en la materia.

## **PROCESO A SEGUIR EN LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA**

### **PROCESO A SEGUIR EN LA ENSEÑANZA**

Sabemos de antemano que el fútbol es un deporte que representa una necesidad de muchos niños y jóvenes que no debe ignorarse, los muchachos desean jugar al fútbol o aprender su técnica, no solo en



equipos ya formados, sino también en las escuelas. A partir casi desde que el niño da sus primeros pasos y se le entrega una pelota, su primer intento natural será el darle impulso con los pies, de aquí la gran fascinación que supone para la niñez el deporte del fútbol, ahora bien, es a partir quizá de los 8 años cuando los niños empiezan a necesitar la práctica del deporte para que, mediante la actividad y el ejercicio, puedan liberar la presión almacenada debido a su propia vitalidad.

Sin embargo, es necesaria que esta liberación sea encausada debidamente a través de un proceso racional de aprendizaje, en función y características de estos niños.

Se hace cada día más indispensable integrar de alguna manera este deporte, bien a través de escuelas deportivas particulares, municipales, estatales, etc., bajo unos métodos debidamente estudiados y planificados por personas capacitadas, pues no se debe olvidar que es en estas tempranas edades cuando se puede ganar un buen jugador de fútbol o perder un deportista. Sobre todo, siempre se tendrá que intentar que nuestras clases sean lo más alegres posibles para no causarles cansancio aburrimiento, de forma que no disminuya en ningún momento la afición que sienten por este deporte.

Como principio, se debe partir de que la base del rendimiento en la técnica está en función del conjunto de los siguientes conceptos: CONDICIÓN FÍSICA – CONDICIÓN TÉCNICA – CONDICION TÁCTICA.

### **CUALIDADES A DESARROLLAR EN FUNCIÓN DE LA EDAD**

Es fundamental que comprendamos, de una forma clara, que el fútbol infantil y juvenil es una escuela de jugadores de fútbol. “Así como la escuela tradicional pretende dar la formación académica a los ciudadanos para que más tarde puedan integrarse en la vida activa de la sociedad, la escuela de fútbol pretende dar la formación adecuada a los jóvenes futbolistas para que más tarde puedan integrarse en los equipos de adultos”<sup>5</sup>.

Pero como no todos podrán acceder a ello, en este caso estamos obligados a dar una formación integral, haciendo del entrenamiento también una escuela de carácter.

Pacheco, Rui, hace referencia a la frase de Wein: *“Es necesario adaptar el juego al niño y no obligar al joven futbolista a adaptarse al juego de los adultos”*.

---

<sup>5</sup> PACHECO, Rui, “Fútbol: La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7”, editorial Paidotribo, España, 2007.

La enseñanza de la técnica individual del fútbol, debe ser sistematizada y planificada de acuerdo a la edad de los alumnos, con la finalidad de alcanzar los logros deseados, para ello se debe considerar el siguiente cuadro de edades con sus cualidades respectivas:

<b>EDAD</b>	<b>CUALIDADES</b>
De 3 hasta 7 años	Físicas de base
De 8 hasta 12 años	Técnica individual
De 13 hasta 16 años	Técnica colectiva Entrenamiento físico
De 17 años en adelante	Táctica, estrategia, sistemas, entrenamiento físico

TABLA Nº 2: CUALIDADES A DESARROLLAR EN FUNCIÓN DE LA EDAD.

El profesor-entrenador debe considerar las edades para planificar sus clases (entrenamiento), es decir a los niños desde 3 hasta 7 años están incapacitados de asimilar actividades físicas de base como es la motricidad, psicomotricidad, mediante juegos y actividades recreativas; de 8 hasta 12 años, pueden asimilar los conocimientos básicos fundamentales de la Técnica Individual, edad básica de formación de un buen futbolista; desde los 13 años hasta los 16, pueden aprender la Técnica Colectiva acompañado del entrenamiento físico planificado, donde se desarrolla las cualidades físicas básicas, y desde los 17 años en adelante, con todas las bases aprehendidas en las edades anteriores se les debe brindar conocimientos tácticos, estrategias, sistemas de juego y el entrenamiento físico general y específico.

### **SECUENCIA METODOLÓGICA EN EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA EN EL FÚTBOL**

En el período de iniciación deportiva, el objetivo principal es que los jóvenes jugadores sean capaces de ejecutar los gestos técnicos básicos

en su globalidad, alcanzando un nivel de coordinación gruesa o rudimentaria en la ejecución de los mismos.

## **SECUENCIA METODOLÓGICA DE LA FORMACIÓN TÉCNICO – TÁCTICA**

El aprendizaje de los gestos técnicos debe estar adaptado en todo momento al grado madurativo del alumno (existen grandes cambios fisiológicos y morfológicos en éste período), a su bagaje de experiencias motrices anteriores y las diferentes motivaciones, intereses y necesidades que predominan en esta etapa de desarrollo.



### **ETAPA METODOLÓGICA 1: PRESENTACIÓN GLOBAL DE LA EJECUCIÓN CORRECTA**

El primer paso debe consistir en aportar al jugador una representación mental clara del movimiento, que constituirá la base sobre la cual sustentará posteriores fases y etapas metodológicas del proceso de aprendizaje.

#### **a) LA REPRESENTACIÓN MENTAL DEL MOVIMIENTO**

El principiante debe tener clara la idea global del movimiento. La vía idónea para ello es la vía óptica.

En los casos en que se domine correctamente el gesto como para demostrarlo, se utilizará videos sobre la habilidad técnica, pero siempre a una velocidad normal, puesto que el niño debe sentir y percibir tal como son, las características *espacio – temporales del movimiento*.

Una vez que el joven jugador tiene clara la idea del movimiento debe pasar a otro punto fundamental del aprendizaje: la práctica. A través de la ejecución práctica, el niño irá adquiriendo sensaciones y vivenciado de manera real la habilidad técnica que está siendo objeto de aprendizaje.

Estabilidad insuficiente: El gesto técnico no se lleva a cabo con éxito de una forma estable, las fases del gesto no se ejecutan siempre con las mismas características, viéndose claramente alteradas incluso por pequeños cambios en la situación de juego o presencia de elementos perturbadores (fatiga, ruido, presión ambiental, adversarios, etc.).

## **b) CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA ESTA ETAPA**

- Adaptar siempre el aprendizaje al nivel (físico y mental) del niño.

- Utilizar la vía visual (demostración, video), para presentar el gesto técnico objeto de aprendizaje y crear en el joven una primera imagen del movimiento. El



tiempo de demostración debe ser breve evitando de esta forma, fatigar su escasa capacidad de atención y concentración.

- El aprendizaje debe ser distribuido en pequeños tiempos de trabajo no superiores a 5-10 minutos, con amplias repercusiones (juegos, actividades lúdicas), entre los ejercicios encaminados al aprendizaje de los gestos técnicos, al tiempo que se debe buscar una continuidad en el trabajo técnico a lo largo de las sesiones, es decir, se aprende más practicando 10 minutos en cada sesión todos los días, que veinte minutos en cada sesión.

- Además dentro de cada sesión, la técnica ocupará el primer lugar atendiendo al orden cronológico (de aplicación de los contenidos de entrenamiento), haciéndose siempre antes que la preparación física

dentro de esta etapa. La ubicación del aprendizaje técnico debe realizarse justo después del calentamiento, de esta forma, el futbolista se encontrará fresco y descansado, tanto a nivel físico como mental, para abordar los aprendizajes, al tiempo que su atención, concentración y coordinación intermuscular no se verán afectadas por la fatiga física o psíquica.

- Mucha práctica.
- Retroinformaciones.

## **ETAPA METODOLÓGICA 2: EJERCITACIÓN DEL GESTO EN CONDICIONES SIMPLIFICADAS**

Tras la presentación global de la ejecución, donde el joven adquiere una representación del movimiento global, pasamos a la ejercitación en condiciones simplificadas.

En esta etapa, fundamentalmente práctica, el joven adquirirá gran número de experiencias, sensaciones e informaciones propioceptivas que le serán imprescindibles para un buen control de movimiento en etapas posteriores.

La utilización de condiciones simplificadas facilitará la realización exitosa de los gestos técnicos, así como poder refinar progresivamente el movimiento, ganando éste en eficacia y economía.

El objetivo de estas adaptaciones es hacer más fácil, asequible y progresivo el aprendizaje para el joven.

## **LOS JUEGOS SIMPLIFICADOS COMO EJE DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOL BASE**

Para poder captar entre la población escolar el mayor número de talentos para nuestro fútbol y motivarlos para entrenar de forma regular y



permanente, se necesita disponer de un atractivo modelo de enseñanza-aprendizaje que atraiga al niño, lo involucre constantemente en el juego y lo motive con interesantes prácticas y competiciones que respeten en cualquier momento su particular estado físico y mental.

Los juegos simplificados para equipos formados por dos, tres y cuatro jugadores reúnen todas las características básicas de una enseñanza moderna y eficaz; además, estimulan la propia iniciativa, el aprendizaje autodidacta, la creatividad y el autocontrol de los niños. Cualquiera que sea el motivo del niño para jugar al fútbol (el ambiente en su club o escuela, la presencia de sus amigos, el aliciente que le da la práctica, o simplemente el deseo de sus padres por la práctica al aire libre, fuera del alcance de la televisión), la influencia que más lo motiva o desanima es la forma con la que su técnico o entrenador decide iniciarlo en el juego<sup>6</sup>.

### **CONDICIONES SIMPLIFICADAS**

A continuación se concretan algunas de estas condiciones simplificadas:

#### **ASISTENCIA DEL PROFESOR / ENTRENADOR SOBRE LA EJECUCIÓN:**

En esta etapa el profesor debe seguir detalladamente el proceso de aprendizaje y la evolución que sigue éste, evitando la adquisición de movimientos defectuosos, señalando las ejecuciones incorrectas y aportando continuas retroinformaciones.

**FACILIDADES DEL ENTORNO:** Las condiciones ambientales y materiales son decisivas para el aprendizaje.

Estas facilidades traen consigo un mayor aprovechamiento del esfuerzo físico-técnico del joven futbolista que favorecerá el ritmo del aprendizaje, la ejecución y el control de los segmentos corporales.

---

<sup>6</sup> Horst Wein, "Fútbol a la medida del niño", editorial Kenesis, 2007.

Generalmente la práctica analítica consistirá en entrenar por separado el contacto con el balón y el gesto global.

**EJECUCIÓN RELENTIZADA:** En la iniciación técnica facilita en gran medida el aprendizaje, una ejecución más lenta aclara mejor el orden cronológico y las fases del gesto, localizando mejor también la estructura espacial del gesto (colocación de los segmentos corporales), permitiendo al aprendiz sentir más y mejor las percepciones motrices, al tiempo que le facilita la reflexión sobre las características del gesto ejecutado. Sin embargo, esta ejecución ralentizada no debe prolongarse durante demasiado tiempo, ya que podría traer consigo futuros desajustes en el ritmo y velocidad de ejecución del gesto técnico.

**PRÁCTICA SIN ADVERSARIOS:** El joven futbolista debe dirigir toda su atención al gesto técnico.



**UTILIZACIÓN DE LOS APARATOS SENCILLOS O ESTÁTICOS:** La utilización de ciertos aparatos estáticos (conos, líneas), solucionan problemas de orientación espacial y sirven de referencia a los jugadores facilitando de esta forma la ejecución de las acciones técnicas.

**LA UTILIZACIÓN DE SEÑALES ACÚSTICAS (PITIDOS, PALMADAS, VOCES):** en el mismo sentido orienta al joven temporalmente sobre la duración del gesto que está ejecutando, el límite de la ejecución, los cambios de ritmo, etcétera.

## **CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA ESTA ETAPA**

Esta etapa se caracteriza por ser un periodo de mucha práctica, el joven debe adquirir los movimientos y las sensaciones correctas que posteriormente con la repetición consolidará en su memoria a largo plazo y que permitirán obtener un buen control interno del movimiento.

Prestar atención a la dificultad de las tareas que vamos a proponer, para efectuar las progresiones de aprendizaje en función de las características cualitativas y cuantitativas de la tarea.

Información verbal del gesto técnico antes y durante la ejecución.

Utilización de condiciones simplificadas. Para ello se debe utilizar aparatos estáticos (conos, marcas, líneas), simplificación de distancias (pequeños desplazamientos al principio), progresiones en la velocidad de ejecución (ralentizados al principio, andando, al trote, carrera), trayectorias de desplazamiento lineales primero, diagonales, en zig-zag y utilización de grandes espacios para efectuar la ejecución técnica, que en la medida en que se perfeccione el gesto técnico se irán reduciendo.

Motivación continua: es muy importante para el aprendizaje. Utilizar ejercicios con tareas predeterminadas (estructuras o semiestructuras) para adoptar en el alumno el objeto de su atención.

Fomentar los contactos intermedios entre gesto y gesto. Ayudarán al principiante a retomar el control sobre el balón, ya que el gesto en ocasiones será defectuoso y proporcionará sensaciones suplementarias.

Se debe ayudar con ello a que el niño o el joven seleccione las sensaciones y ejecuciones correctas, se reafirme cada vez más claramente la representación mental del movimiento ideal y se eviten los hábitos defectuosos.

### **ETAPA METODOLÓGICA 3: REPETICIÓN MÚLTIPLE DE LAS SECUENCIAS DE LA ACCIÓN TÉCNICA**

Si las fases anteriores se han realizado correctamente ha llegado el momento de comenzar la automatización del gesto técnico. La habilidad se llevará a cabo en condiciones normales (ni facilitadas ni dificultadas) pero aisladas, es decir, el componente táctico y las situaciones reales de juego no estarán presentes todavía, pero sí las características reales del movimiento.

Al finalizar esta etapa, el gesto debe ejecutarse de forma correcta y semiautomática.

Es por tanto, una etapa donde el joven mejorará tanto a nivel cualitativo como cuantitativo.

Por medio de la repetición se logrará que el joven automatice los gestos técnicos propios del fútbol. El jugador está preparado para recibir más informaciones cenestésicas e interpretarlas mejor.

#### **a) CARACTERÍSTICAS DE LA PRÁCTICA**

##### **TIEMPO DE PRÁCTICA**

El entrenador debe ser consciente que si el objetivo es obtener muchas veces la ejecución correcta de la secuencia técnica, el tiempo de práctica en cada sesión aumentará considerablemente.

Los gestos practicados serán los básicos, frecuentemente ejecutados de forma analítica, pero siempre hay una forma consciente y activa por parte del deportista. El ritmo de ejecución será real.

#### **b) INFORMACIONES**

La automatización de un mal gesto supondrá en el futuro un obstáculo difícil de corregir, por ello, las retroinformaciones post-ejecución juegan un papel decisivo en esta etapa.

La retroinformación oral será muy abundante y se efectuará de forma analítica, es decir, no se referirán al gesto global, sino que irán destinadas a partes concretas dentro de la estructura del movimiento. (Corrección de posiciones corporales en un momento concreto de la velocidad de ejecución en una parte del gesto, etc.). Es posible que muchos jugadores no sean capaces de representarse mentalmente ellos mismos, durante la ejecución del gesto. El objetivo de estas competiciones no debe ser ganar, sino realizar dentro de la misma el mayor número de gestos técnicos de forma correcta. De cara a motivar al jugador es importante hacerle conocedor / participe de los objetivos que pretenden alcanzar con las distintas tareas / ejercicios que se propones.

### **c) CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA ESTA ETAPA**

- **Incremento del tiempo de práctica**, pero siempre de forma consciente y activa por parte del joven (repetición reflexiva), La simple repetición no mejora la eficiencia del gesto técnico; es preciso que el joven futbolista conozca los objetivos perseguidos con cada uno de los ejercicios que se le proponen para que así pueda centrar su atención y concentración en la consecución de tales objetivos.
- Estas retroinformaciones deben ser específicas, de forma que el joven identifique sin confusión su error.
- Poca disponibilidad técnica.
- Realización del gesto a velocidad real. No son buenas las ralentizaciones durante esta fase.
- Introducción de competiciones adaptadas como elemento motivador cuyo objetivo será la realización masiva del gesto técnico a automatizar de forma correcta.
- se debe utilizar pequeños espacios (adaptados al tipo de gesto practicado) y pocos componentes por equipo, de esta forma, se

fomentará realizar mayor número de acciones técnicas y elevar la intensidad del ejercicio, viéndose más motivado el deportista por su gran participación.

#### **ETAPA METODOLÓGICA 4: INTRODUCCIÓN DE PEQUEÑAS VARIANTES TÉCNICAS, RELACIÓN CON COMPAÑEROS Y OTROS ELEMENTOS**

La ejecución del gesto técnico, se hace ya de forma semiautomática, es decir, no precisa de un continuo control consciente del jugador durante el transcurso de la ejecución, lo que deja terreno desde el punto de vista perceptivo para otros objetivos, uno de ellos, la iniciación a la táctica.



En este sentido, el joven jugador está capacitado para regular su propia ejecución del movimiento, prever y anticipar movimientos futuros, a la vez que desarrollará en este periodo percepciones especiales (contactos con el balón, desplazamientos).

##### **a) LAS VARIANTES TÉCNICAS**

Se pretende que el futbolista debe elegir constantemente la solución técnico- práctica más adecuada de entre el repertorio de gestos técnicos que dominen y la adapte mediante una pequeña variable de los mismos a las circunstancias particulares de cada momento. Estas posibilidades cambiarán continuamente en función de:

**El balón:** Siempre va a estar en movimiento, las ralentizaciones ya no aparecen, incluso debido al aceptable nivel técnico, se eliminarán los contactos intermedios con el balón. Es importante que el joven aprecie la velocidad y trayectoria del balón en función de los desplazamientos de

sus compañeros, de los límites del espacio que dispone, de la acción que él considera más oportuna realizar, etc. En las etapas anteriores lo importante era el balón y su propio cuerpo, ahora cobra importancia el ambiente posicional.

De este modo se progresará hasta llegar a situaciones más o menos reales, con compañeros y adversarios.

Progresivo y creciente contenido táctico de las tareas (fundamentalmente relacionado con la táctica individual es decir, los principios de actuación para adecuar las acciones de cada futbolista a las situaciones de juego de cada momento). Hasta ahora las tareas han tenido un carácter estricto y prefijado (tareas cerradas o estructuradas). Se debe por tanto hacer prevalecer la correcta ejecución de los movimientos técnicos sobre el resultado de las competiciones.

Se pretende que el futbolista elabore distintas respuestas motrices en función del espacio de juego que se dispone e incluso que corrija su propia posición en el espacio dependiendo del lugar que ocupen sus compañeros.

Las tareas de combinación y coordinación de gestos técnicos básicos como control, pase, golpeo van a representar uno de los contenidos centrales de las prácticas, intentando además que el jugador adquiera la idea de que los gestos ya aprendidos no son movimientos aislados, sino que forman parte de una secuencia o sucesión de gestos técnicos que se deben combinar entre ellos para conseguir el objetivo fijado.

## **PROPUESTA ACTUAL DE ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA DEL ENTRENAMIENTO**

En la siguiente propuesta de estructuración metodológica, se aplican dos aspectos de estudio y discusión actual en el entrenamiento, como son:

- a) Controversia entre metodología global y analítica.
- b) Dicho grupo, estaba formado por jugadores que llevaban algunos años de práctica deportiva y otros que realizaban su primer contacto con el fútbol.

## **METODOLOGÍA GLOBAL Y ANALÍTICA**

Actualmente existe una controversia sobre el modelo de enseñanza a seguir en la iniciación al fútbol:

- Proceso centrado en la adquisición de elementos tácticos.
- Proceso centrado en la adquisición de elementos técnicos.

Cierto es que el joven futbolista aprende mejor los fundamentos del fútbol con el método de juego; pero la calidad de las habilidades individuales no se mejoran óptimamente única y exclusivamente con dichas actividades.

La concepción integrada de ambos métodos dentro de una misma sesión, parte de una estructuración lineal y progresiva hacia la situación real del juego.

Por ello, en la sesión siempre aparecerá el trabajo de los aspectos técnicos, compartidos con aspectos tácticos individuales y colectivos. Así se debe ofrecer al niño actividades que fomentan la familiarización y aprendizaje de la técnica de base, para pasar progresivamente a actividades de respuesta abierta, en las que pueda poner en práctica los procesos que implican percepción, observación, análisis de la situación y elección de soluciones ante los problemas de diversa índole planteados por la práctica cercana a la situación real.

## **DESARROLLO DE LA ESTRUCTURA METODOLÓGICA PROPUESTA**

La estructura de sesión que se propone, supone una clara progresión hacia la situación real de juego:

- Desde situaciones estáticas a situaciones en movilidad constante.
- Desde actividades sin finalización, hacia actividades con finalización en tiro o remate a puerta.
- Desde actividades sin oposición, hacia actividades con oposición activa.
- Desde acciones puramente de mejora de la técnica individual, hacia acciones que favorecen la mejora de la capacidad de juego, es decir, acciones que desarrollan conceptos que vayan cimentando la madurez táctica del individuo.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA ESTRUCTURA METODOLÓGICA:**

- Desarrolla y mejora las cualidades físico-deportivas para lograr una práctica exitosa y un óptimo rendimiento.
- Comprensión del aspecto colectivo del juego y compromiso con el sentido de equipo.
- Desarrollo de mentalidad táctica o capacidad de juego, tanto a nivel individual como colectivo.
- Fijación y mejora de los gestos técnicos en función de su realización y de su velocidad de ejecución.

### **ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO EN FÚTBOL - BASE**

#### **a) ANIMACIÓN**

- Carrera con distintos tipos de desplazamientos.
- Carrera con ejercicios de brazos.
- Carrera con ejercicios de tronco intercalados.
- Carrera con saltos de todo tipo.
- Ejercicios globales

Se puede incluir algún juego de lucha, de persecución o cualquier juego con cierto dinamismo y de fácil organización.

## **b) ACTIVIDADES SIN FINALIZACIÓN**

La técnica se debe trabajar siempre en la primera fase de la sesión, después del calentamiento general, ya que el jugador está descansado para el trabajo a realizar, facilitándose así el aprendizaje.

En primer lugar, se entrenará la técnica en situaciones simplificadas para facilitar la fijación de los gestos técnicos, que posteriormente serán mejorados, dificultando las acciones. Para ello, el gesto técnico, se ejecutará sin oposición fragmentándolo, con la velocidad de ejecución adaptada a las posibilidades reales del niño y realizándolo inicialmente sin desplazamiento.

En segundo lugar a ejecutarlas en un contexto de movimiento (físico-técnico), combinando el gesto técnico con habilidades motrices básicas (desplazamientos, saltos, volteretas, etc.) son los clásicos ejercicios de pasar y correr.

En tercer lugar, se incluirá juegos globales en terreno reducido y con pocos jugadores por cada equipo, con el objetivo de utilizar los recursos técnicos adquiridos en situaciones más próximas a la situación real de juego, en los cuales el niño aprende a utilizarlos de forma correcta con la oposición planteada por la presencia de adversarios, y a combinarlos adecuadamente, peor aún en situaciones reducidas, como paso previo a situaciones de juego en dimensiones reales de competición.

Normalmente serán los clásicos “juegos en cuadrados”, en los cuales la respuesta del joven futbolista no está predeterminada. Son en su mayoría juegos de “posesión de balón”, pero sin finalización, en los que se trabaja fundamentalmente: pases, controles, conducciones, regates, marcaje, desmarques, velocidad en el juego, etc.

En estos juegos, el equipo atacante, tiene la función de mantener el balón en su poder el mayor tiempo posible y el contrario en recuperarlo lo más rápido posible.

Los referidos juegos, supone un paso más en la progresión metodológica propuesta, ya que aparecen elementos tácticos que posteriormente se aplicarán en competición.

### **c. EJEMPLOS DE APLICACIÓN:**



#### **c.1 EJERCICIOS DE TÉCNICA ESTÁTICA (O SEMI-ESTÁTICA)**

Por parejas dos jugadores se pasan en balón raso, golpeando con el interior del pie.

#### **c.2 EJERCICIO FÍSICO-TÉCNICOS:**

En grupos de 4 jugadores el balón raso con el interior del pie, corriendo posteriormente.

#### **c.3 JUEGOS EN CUADRADOS**

Igualdad numérica:

En un cuadrado delimitado por pivotes juegan 2x2; 3x3; 4x4; etc....

- Variantes: 2 toques, 3 toques, alternar 1-2 toques; juego libre.

Desigualdad numérica:

Juegos de 3x2; 4x3; 5x4, variando igualmente el número de toques

Juego: “El doble”. Un jugador siempre actúa del equipo que posea el balón en ese momento, creando siempre superioridad numérica.

#### **c.4 ACTIVIDADES CON FINALIZACIÓN**

Son ejercicios y juegos que presentan como características fundamentales, que todas llevan implícita la finalización con un tiro a remate con la intención de hacer gol.

En esta parte, realizamos actividades con un marcado carácter técnico-táctico, aunque con una clara diferencia metodológica.

#### **d) EJEMPLOS DE ACTIVIDADES:**

Dentro de este bloque de actividades con finalización se plantean tres tipos distintos de actividades:

##### **d.1) COMBINACIÓN TÉCNICO-TÁCTICAS SIN OPOSICIÓN**

Son ejercicios que encadenan distintas acciones técnicas y tácticas que se dan habitualmente en el juego con una solución determinada por el entrenador.

Se pueden realizar por pareja, tríos y grupos de 4 o 5 jugadores. Ejemplos de combinaciones por parejas, tríos y grupos de cinco jugadores:

##### **d.2) COMBINACIÓN TÉCNICO-TÁCTICAS CON OPOSICIÓN:**

Son los mismos ejercicios descritos anteriormente, pero colocando oposición en fase final de la acción combinativa.

##### **d.3) COMBINACIONES TÉCNICO-TÁCTICAS SOBRE UNA PORTERÍA CON ACTUACIÓN ABIERTA Y LIBRE POR PARTE DE ATACANTES Y DEFENSORES**

Ejemplo: **Juego de 4**: Un equipo formado por cuatro atacantes inicia la acción pasándose el balón libremente y avanzando hacia la portería.

Variantes:

Se puede limitar al equipo que porta el balón en ataque, el tiempo que tiene para conseguir el gol.

## **e) ACTIVIDADES DE APROXIMACIÓN AL JUEGO REAL**

### **e.1) JUEGOS TÁCTICOS**

Son juegos con adaptación, modificación y creación de reglas que permitan incidir en algún aspecto determinado que se quiera mejorar. Este juego se lo puede realizar en el medio campo o en el campo de juego completo.

### **e.2) PARTIDOS ORIENTADOS**

Son partidos con las reglas oficiales de la competición, con una participación activa del entrenador corrigiendo los errores producidos en la práctica, contribuyendo a la consolidación de la “Capacidad de juego” o “Mentalidad Táctica” (Término usado por Hugo Tassara en su maravillosa obra “Realidad y Fantasía del Fútbol Total 2008”<sup>7</sup>).

### **e.3) PARTIDOS LIBRES DE ENTRENAMIENTO**

En estos partidos se deja jugar a los jugadores con total libertad, dando rienda suelta a la creatividad del jugador, en situación real de juego.

La misión del entrenador será evaluar cualitativamente las evoluciones individuales y colectivas de sus jugadores.

### **e.4) EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE O CONDICIÓN FÍSICA**

Pero ahí estaba en juego no solamente el balón, sino también su amor propio.

## **f) CONSIDERACIÓN FINAL**

La afición del fútbol nace con el error original de confundir el juego con la ejecución de las jugadas.

---

<sup>7</sup> TASSARA, Hugo, “Realidad y Fantasía del Fútbol Total, España, pag. 128. 2008.

El juego es tan exacto en el fútbol como en el ajedrez y solo hay dos formas de aprender a jugarlo.

## **EL ENTRENAMIENTO DE LA ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL EN EL FÚTBOL BASE.**

### **ORIENTACIÓN ESPACIAL**

Las áreas generales que son aconsejables para educar la orientación espacial del niño futbolista (adaptado de E. Serra. 2003), son las siguientes:

#### **1. ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL**

La Estructuración Espacial es la capacidad de apreciar situaciones, sujetos y objetos tridimensionalmente en relación o no con el tiempo.

Las Áreas Generales que son aconsejables para educar la Estructuración Espacial del niño futbolista (adaptado de E. Serra, 2003), son las siguientes:

#### **2. EDUCACIÓN DEL ESPACIO EN GENERAL**

##### **TIPOS DE TAREAS PARA EDUCAR EL ESPACIO:**

**Orientaciones:** Desplazamiento en lugar determinado, se complican al introducir giros, cambios de dirección y ritmo y otras tareas.

Por ejemplo recorrer en pasos, en metros, ejecutando una tarea con un balón haciendo otra cosa, lanzar un objeto en un lugar determinado, pase y tiro.

Lo más complejo es observar trayectorias. Agrupamientos o movimientos conjuntos: Los objetivos pueden ser de protección, en desplazamiento, de una manera dada, desplazarse agrupad. Dependiendo de la velocidad y tipo de formación son más o menos complejos.

Dispersiones: Mínimas densidad en el espacio o dominar el máximo espacio posible.

Supone anticipación para apoderarse del espacio.

Supone dominio del espacio medio y próximo.

## MÉTODOS Y ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA



Una de las clasificaciones de la palabra método es hacerlo de forma global analítica. Se Hablará de estrategia en la práctica global cuando se solicite del alumno / a que ejecute la tarea en su totalidad.

En la estrategia de la práctica analítica se identificará en la tarea diferentes partes, procediendo a su enseñanza por separado.

Ambas estrategias pueden ser útiles en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Es fácil imaginar un modelo de ejecución como, por ejemplo, realizar el salto de altura que se puede presentar de forma global, el gesto completo; o de forma analítica, separando las partes en: la carrera, el salto, el vuelo y la caída. Desde esta perspectiva más amplia en cinco contra cinco sería la situación global y entrenar un gesto técnico específico como el tiro podría ser una situación analítica, por ser una parte de la actividad completa.

En definitiva, se tratará de aplicar esta posibilidad metodológica a cualquier tipo de tarea motriz. Aquellas tareas motrices en las que no se conoce la secuencia de los movimientos. Las tareas en las que existe oposición se clasifican aquí, ya que el desarrollo y el final son totalmente imprevisibles.

## **a) ESTRATEGIAS EN LA PRÁCTICA GLOBAL**

Cuando se presenta el modelo o la actividad de forma completa, es decir, la totalidad de la tarea propuesta, se está hablando de estrategia global. Sánchez Bañuelos (2006) clasifica esta estrategia en la práctica en: “global polarizando la atención” y “global modificando la situación real”.

### **a.1) ESTRATEGIA GLOBAL PURA**

Sería la aplicación fiel de la estrategia global, es decir la ejecución en su totalidad de la tarea propuesta.

### **a.2) ESTRATEGIA GLOBAL POLARIZANDO LA ATENCIÓN.**

Es la ejecución en su totalidad de la tarea propuesta pero solicitando al alumno / a que se fije o ponga atención especial en algún aspecto de la ejecución.

Utilizando esta estrategia en la práctica se podría diseñar una progresión de enseñanza.

Cualquier ejercicio global, puede servir de ejemplo, simplemente pidiendo al ejecutante que polarice su atención en alguna de las partes de la tarea motriz que se pretende enseñar. En un partido de baloncesto (situación global), se fomenta una canasta tras una entrada con más valor que el habitual, para que los jugadores polaricen su atención en este gesto, dentro de la situación real de juego.

La estrategia global polarizando la atención, puede combinarse con otras estrategias y puede ser utilizada en cualquier momento de una progresión de enseñanza, en función de la dificultad que presente el ejercicio.

### **a.3) ESTRATEGIA GLOBAL MODIFICANDO LA SITUACIÓN REAL**

Se puede definir como la ejecución en su totalidad de la tarea propuesta, pero las condiciones de ejecución se modifican.

Esta variante puede utilizarse de forma progresiva desde situaciones más sencillas a más complejas.

Normalmente, forma parte de progresiones de enseñanza. Cuando se facilita la tarea, suele presentarse al principio de una secuencia de ejercicios.

La rueda lateral y muchos gestos gimnásticos, se facilitan con la ayuda del profesor – entrenador o compañeros.

### **b) ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA ANALÍTICA**

Cuando la tarea se puede descomponer en partes y se enseñan por separado se está aplicando la estrategia analítica. Sánchez Bañuelos (2006) cita tres tipos: pura, secuencial y progresiva.

Por ejemplo, el final de la secuencia de cualquier variante analítica es un ejercicio global que integre todas las partes.

#### **b.1) ESTRATEGIA ANALÍTICA PURA**

La tarea se descompone en partes y la ejecución comienza por la parte que el profesor – entrenador considera la más importante. Si la tarea se dividiera en cuatro partes:

Partes: A, B, C, D

Analítica pura: B / D / A / C / A+B+C+D

Algunos ejemplos podrían ser:

- Salto de longitud. Partes: Carrera, impulsión, vuelo y caída.

2º La carrera.

- Lanzamientos. Partes: Posición inicial, desplazamiento, lanzamiento y posición final. Se entrenaría cada parte por separado:

1º El lanzamiento propiamente.

2º El desplazamiento.

3º La posición inicial.

4º La posición final.

5º Por último todo el movimiento completo.

Baloncesto. Por ejemplo:

1º Ejercicio de tiro

2º Ejercicio de pase-recepción

3º Ejercicio de bote

4º Ejercicio de paradas

5º Partido de baloncesto

## **b.2) ESTRATEGIA ANALÍTICA SECUENCIAL**

La tarea se descompone en partes y la ejecución comienza por la primera parte en orden temporal.

Partes: A, B, C, D.

Analítica secuencial: A / B / C / D / A+B+C+D

Este tipo de estrategia en la práctica sólo es aplicable en tareas de alta organización (Singer, 2006), ya que en las de baja organización (deportes de adversario y colectivos), no se conoce la secuencia.

Partes. Carrera, impulsión, vuelo y caída. Se entrenaría por separado respetando el orden:

1º. La carrera:

-Lanzamientos. Partes: Posición inicial, desplazamiento, lanzamiento y posición final. Se entrenaría cada parte por separado respetando el orden secuencial:

- 1º La posición inicial.
- 2º El desplazamiento.
- 4º La posición final.
- 5º Por último todo el movimiento completo

### **b.3) ESTRATEGIA ANALÍTICA PROGRESIVA**

La tarea se descompone en partes. La práctica comenzaría con un solo elemento; una vez dominado se irán añadiendo, progresivamente, nuevos elementos hasta ejecución total de la tarea.

Algunos ejemplos podríamos ser:

Salto de longitud. Partes: Carrera, impulsión, vuelo y caída. Se entrenaría uniendo progresivamente las partes.

- Lanzamientos. Partes: Posición inicial, desplazamiento, lanzamiento y posición final.

- 1º La posición inicial.
- 2º La posición inicial y el desplazamiento.
- 4º Por último todo el movimiento completo.

Presentada como tal, se debe considerar la tarea de alta organización, aunque en el partido de fútbol no lo sea.

- 3º Bote y dos pasos.
- 4º Bote, dos pasos y tiro a canasta.

Partes: Posición inicial, desplazamiento, lanzamiento y posición final.

- 1º La posición final.
- 2º El lanzamiento y la posición final.
- 3º El desplazamiento, el lanzamiento y la posición final.

4º Por último todo el movimiento completo.

- Entrada a canasta en Baloncesto.

4º Bote, dos pasos y tiro a canasta.

### **c) ESTRATEGIA EN LA PRÁCTICA MIXTA**

Debido a que todas las progresiones deben finalizar de forma global, la estrategia en la práctica mixta, comienza siempre con un ejercicio global; después se practica una parte analíticamente para terminar volviendo a la estrategia global.

#### **c.1) ESTRATEGIA GLOBAL – ANALÍTICA - GLOBAL**

El ejercicio analítico puede desarrollarse, bien porque se programa con antelación, normalmente por ser la parte más importante, o bien porque se detecta un error específico y se trata de corregir practicándolo analíticamente.

La utilización de esta estrategia en la práctica requiere un gran conocimiento de la tarea motriz que se enseña y de todas las variantes y analíticas, ya que permite amplias posibilidades de combinación.

Se puede diferenciar algunas opciones dentro de la estrategia en la práctica mixta, siendo una de ellas:

#### **c.2) ESTRATEGIA GLOBAL – ANALÍTICO – GLOBAL – ANALÍTICO - GLOBAL**

Por ejemplo: en fútbol se podría practicar una situación global, modificando la situación real como un 1 x 1, luego un ejercicio analítico de conducción del balón, luego un 2 x 2 (global), ejercicio analítico de pase-recepción, finalizando con un 3 x 3.

La estrategia en la práctica mixta puede resultar de especial interés en tareas complejas de baja organización como los deportes colectivos y los

deportes de adversario. Es recomendable que el primer ejercicio global se realice modificando la situación real para facilitar su práctica.

## **FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA**

La práctica y enseñanza del juego requiere una serie de elementos sin los cuales no se podría llevar a efecto. Por supuesto, hay que distinguir la finalidad que se da a los mismos según sea para la enseñanza de la técnica, práctica del juego o bien, para el entrenamiento en unos jugadores que ya conocen la técnica.

Los elementos a considerar son:

- los balones
- El material
- El equipo

### **a) LOS BALONES**

Según la faceta técnica a desarrollar (enseñanza, entrenamiento o práctica del juego), deberá emplearse un tipo de balón, así:



1. Para la enseñanza de la técnica, es necesario emplear con los principiantes balones reglamentarios, pero con poca presión, con lo cual todas las acciones técnicas serán más rápidamente asimiladas por el futuro jugador, ya que con este tipo de balón se le evita el bote vivo del mismo.

#### **Ejemplo:**

Al enseñar la parada y dominio del balón con el empeine, si el balón está blando, la recepción para el principiante será más cómoda, ya

que al amortiguamiento que el jugador da al balón, habrá que sumar el amortiguamiento de éste por su falta de presión (bote blando).

2. Para el **entrenamiento** de la técnica se deben utilizar:

- Balones reglamentarios.
- Balones medicinales.

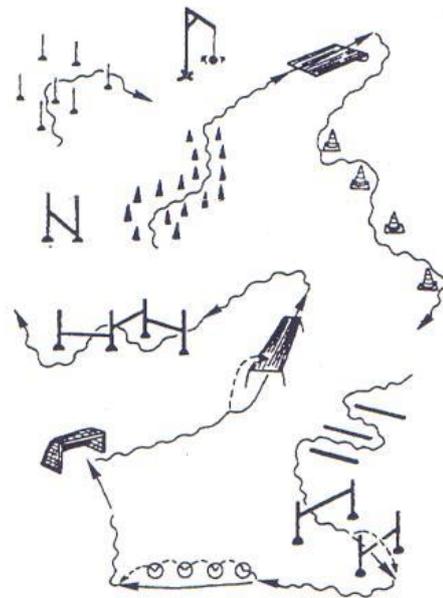
La utilización de los primeros (balones reglamentarios) tiene como finalidad el perfeccionamiento.

Los balones medicinales, para aumentar la fuerza, con lo cual se adquiere una mayor potencia.

### **b) LOS MATERIALES**

Los más indicados a utilizar en la enseñanza o perfeccionamiento de la técnica, son:

- Balones reglamentarios, medicinales, de otros deportes, etc.
- Banderolas
- Vallas
- Postes
- Pantallas lisas y rugosas
- Cualquier otro material que se pueda utilizar como medio para dar mayor dificultad a la ejecución técnica.



### **c) EL EQUIPO**

El que se debe exigir a los jugadores para una sesión técnica, es el siguiente:

#### **Jugador de campo:**

- zapatos de lona o tenis (en iniciación)



- Pantalóneta
- Camiseta

**Guardameta:**

- Zapatos de lona o tenis (en iniciación)
- Pantalóneta (acolchada en principiantes)
- Camiseta
- Jersey de arquero
- Rodilleras
- Guantes

**SISTEMA GENERAL DE LA ENSEÑANZA TÉCNICA**

**1. CONSIDERACIONES PRINCIPALES**

En el aprendizaje de los principiantes es indispensable que se ofrezca simultáneamente la teoría y práctica de la enseñanza sistemática de la técnica futbolística. La secuencia de



los elementos técnicos se tiene que precisar de manera que se pueda utilizarlos también en el juego lo más pronto posible. Para que se pueda hablar de todos modos sobre el juego futbolístico, se tiene que dar a conocer a los alumnos ante todo dos elementos primordiales: estos son *el toque y la recepción*. Si los alumnos han aprendido las formas más sencillas de estos dos elementos: *la recepción con el interior del pie y el toque con el interior*, ya podrán jugar al fútbol, aunque sea en forma modificada y simplificada. Sobre estos dos elementos básicos se puede edificar la continuación de la enseñanza técnica, teniendo en cuenta el principio de la progresión.

Desde luego, esto no implica que a los principiantes no se les deba permitir jugar antes de conocer y dominar elementos técnicos que no sean el de recibir la pelota y el de golpearla con el pie. A los principiantes se les

debe permitir que persigan instintivamente la pelota, que driblen y que hagan fintas, incluso cuando no lo hagan de la manera que el entrenador quisiera. Ahora bien, también es cierto que difícilmente se podrá jugar sistemáticamente cuando los jugadores no saben recibir la pelota y golpearla con el pie. Esta es la razón por la que es absolutamente esencial que se preste la máxima atención a enseñar las más simples formas de estos elementos técnicos, así como a ejecutarlos, cuando se entrena a principiantes. Estos dos elementos son la base y el fundamento del fútbol.

La técnica del Arquero es una parte bastante específica de la técnica futbolística. El aprendizaje de los elementos básicos (recogida y lanzamiento del balón) debe correr paralelo al de la recepción y del toque. Pero ya entonces hay que poner atención a la selección cuidadosa. Hay que escoger del grupo aquellos alumnos cuya constitución física es apta para la función del Arquero y tienen anhelo por el juego de Arquero. En los alumnos de menos de diez años de edad no es correcta aún la especialización completa. Estos jóvenes tienen que aprender también la técnica de los demás jugadores porque la necesitarán más tarde como arqueros. Además, se tiene que pensar especialmente en el desarrollo de las capacidades físicas de los candidatos a guardametas y en la enseñanza de los elementos más importantes de la técnica del portero. ¿cuáles son estos elementos?. La posición preparatoria del portero, su colocación, la recogida de balones bajos, semi altos y altos, el despeje con el puño, y entre los despejes en lanzamiento, la estirada.

Hay que dar especial importancia al imperativo de poner a prueba, cuanto antes, la habilidad adquirida ante una oposición activa (esta es una moderna tendencia imperante en la preparación de jugadores), para ver su eficacia en las circunstancias en que un jugador tendrá que actuar durante un partido.

Cuando se enseña el cabeceo, la recepción, o el engaño, hay que poner sin falta un “adversario” durante el ejercicio que sirve para su captación

que molesta en la ejecución del mismo. Igualmente se debe facilitar la aplicabilidad si paralelamente con el aprendizaje de los elementos técnicos se explica a los alumnos la utilización táctica de ellos. Por lo tanto, todas las lecciones de fútbol, o de entrenamiento técnico, deben ser seguidas por algún juego práctico en condiciones determinadas.

En principiantes hay que facilitar las condiciones de enseñanza de la técnica. Así, por ejemplo, en *el cabeceo* se debe utilizar balones más ligeros o de goma blanda (un poco desinflados). Con tal balón el alumno ejecutará el ejercicio con más coraje. No temerá los choques porque no le pasará nada aunque cabecee incorrectamente. Así pues, con las facilidades de las condiciones se puede abreviar el tiempo de aprendizaje del movimiento.

Igualmente se puede facilitar las condiciones en el aprendizaje del *toque*. Se debe tener la necesidad de ello sobre todo cuando los alumnos patean balones parados en el terreno. Si se coloca el balón sobre terreno blando (arena), los alumnos ejecutarán el movimiento sin temor. No temen a las lesiones y así aprenderán más pronto la técnica correcta del *toque*.

Hay que señalar *las recepciones* con balones flojos, rebajados. El balón flojo no rebota de la manera acostumbrada por su poca elasticidad. El alumno aprecia mejor el movimiento y así el progreso es más rápido.

Los elementos más peligrosos de la técnica del arquero se deben practicar sobre terreno blando, sobre arena, césped, en los ejercicios interiores sobre alfombra. El fin de estas facilidades es también la eliminación de las cohibiciones, del temor.

En conexión con la facilitación de las condiciones de enseñanza de la técnica, hay que mencionar el problema de con qué extremidades y a qué dirección debe ejecutar primero el movimiento el alumno. En la enseñanza de los movimientos y así también en la enseñanza de la técnica futbolística, la meta final es la formación paralela. Así pues, *el*

*futbolista debe saber patear, recibir el balón con ambos pies, saltar con ambas piernas, lanzarse en cualquier dirección, etc.* Pero en la enseñanza de un nuevo movimiento se tiene que prescindir transitoriamente de este requerimiento. Hasta la perfecta apreciación del movimiento, el alumno debe ejecutar el ejercicio con el pie más hábil y hacia la dirección más favorable. Pero cuando el cuadro firme del movimiento se ha formado ya, hay que ejecutar sin falta el movimiento con el pie menos hábil y hacia la dirección menos favorable también. En jugadores formados, el entrenamiento paralelo es un requerimiento directamente importante.

La apreciación del movimiento y el control puntual de la posición del balón será grandemente facilitado si se acompaña continuamente con la mirada el balón. Con principiantes se puede permitir que dirijan su mirada central continuamente sobre el balón. Más tarde, cuando los jugadores tienen ya mucha experiencia, se exigirá la aplicación más frecuente de la mirada periférica. Pero no se puede eliminar completamente el control del balón con la mirada central tampoco en futbolistas formados. Los movimientos técnicos tienen momentos en que incluso los futbolistas mejor formados tienen que mirar también el balón céntricamente: así, por ejemplo, en el toque, en la conducción, en el momento del contacto del balón con el pie. Pero cuando la parte del cuerpo que ejecuta el toque o cabeceo no está en las cercanías del balón, o cuando el jugador domina firmemente el balón (por ejemplo, en el saque o envío), la mirada céntrica se dirige generalmente al terreno. El control del balón será efectuado entonces por la mirada periférica. El grado de formación técnica del futbolista estará indicado hasta cierto punto por la velocidad con que puede cambiar su mirada céntrica y periférica según las situaciones.

## 2. LAS FORMAS DE EJERCICIO DE LA ENSEÑANZA ESCOLAR DE LA TÉCNICA

En las lecciones gimnásticas, dos formas son muy aptas para la enseñanza de la técnica futbolística en círculos dilatados: el ejercicio de clase en grupos y el ejercicio en equipos.



El ejercicio de clase en grupos es una excelente forma en circunstancias determinadas. Con muchos balones parece que este procedimiento es lo más adecuado. Pero tales condiciones son bastante excepcionales. Por ello se utiliza más la forma de ejercicio en equipos donde frente a los ejercicios de clase en grupo, los miembros simultáneamente actuantes de los diversos equipos ejecutan diferentes ejercicios.

El ejercicio en equipos está justificado si no se dispone de suficientes balones. En tal caso sólo un equipo de clase practica el fútbol o un elemento técnico. Los demás aprenden otros movimientos y se entrenan. En el ejercicio en equipos, el éxito de la enseñanza depende en alto grado de la independencia y formación de los jefes de equipo, ya que el profesor tiene que prestar atención a varios sitios. Esta forma es menos apta en las escuelas, donde no hay suficiente disciplina.

Entre las demás formas de ejercicio, el ejercicio individual no tiene posibilidad en las lecciones de gimnasia. Tanto más apta es esta modalidad en los entrenamientos especiales para adaptarse en general con jugadores expertos.

### 3. LA POSICIÓN DE LOS ALUMNOS Y LA COLOCACIÓN DEL ENTRENADOR – PROFESOR DURANTE LA ENSEÑANZA

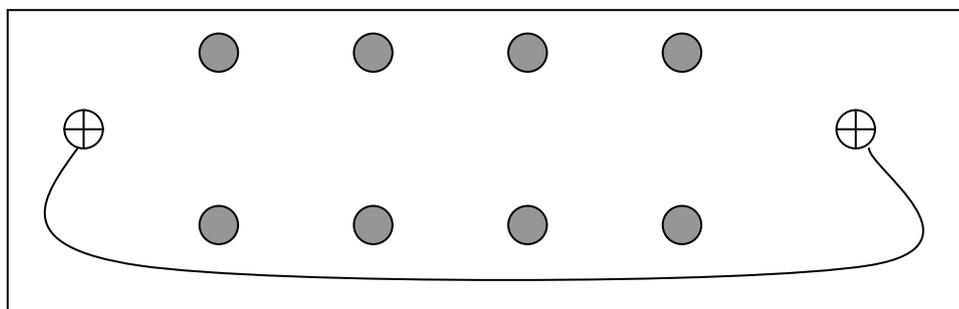
En la posición o colocación de los alumnos, sea lección escolar o entrenamiento, el profesor tiene que considerar varios aspectos:

1. Hay que considerar ante todo la utilización económica del lugar y equipo disponible. La consideración de estos dos factores influirá grandemente en la eficacia de la enseñanza. Desde este punto de vista se ha recomendado antes dos formas de enseñanza:

a) La eficacia de la enseñanza se verá aumentada si empleamos económicamente también el tiempo disponible. La colocación de los jugadores debe ser simple, fácilmente organizable, es decir, rápida.

b) Hay que pensar también en que podamos ver en conjunto fácilmente el grupo durante la enseñanza pero teniendo en cuenta que los futbolistas deben ver también al entrenador.

2. Si las circunstancias permiten el ejercicio en grupo, la forma más sencilla para la enseñanza de los elementos técnicos es colocar a los alumnos de frente, en doble fila. Así, dos o cuatro alumnos pueden tener un balón. En esta forma, el instructor, el entrenador, se situará generalmente en un extremo de las filas, en el centro.



⊗ = Ubicación del Profesor

GRÁFICO Nº 1: UBICACIÓN DEL PROFESOR 1

3. Si el número de los balones y el sitio son limitados y a pesar de ello, se quiere aplicar el ejercicio en grupo, es conveniente que se coloque a los alumnos en varias columnas, situadas enfrente. El número de las columnas será determinado por el sitio y ante todo por el número de balones. El sitio del entrenador en esta modalidad está entre las dos columnas extremas. El jugador que terminó su movimiento se coloca al final de su columna o de la de enfrente.

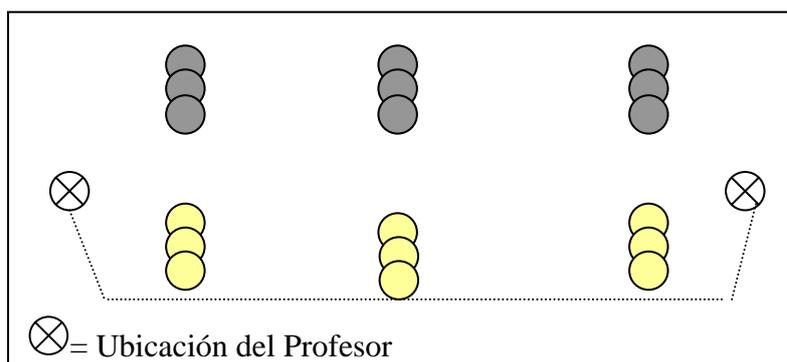


GRÁFICO Nº 2: UBICACIÓN DEL PROFESOR 2

4. En ejercicios de equipos, la forma más sencilla de posición en el caso de un balón es la colocación semicircular o circular. Si el número de los jugadores es mayor de lo acostumbrado, se puede formar semicírculos o círculos o círculos dobles. El entrenador tiene que cambiar de sitio en la dirección indicada.

Estas formas son adecuadas para la enseñanza de los diferentes toques, cabeceos, conducciones, engaños, saques y despejes. En círculos o semicírculos dobles, el alumno que terminó su ejercicio se coloca detrás de su compañero.

Para la enseñanza de entregas laterales, cabeceos y recepciones, es recomendable la colocación en cuadrado o en línea ondulada, acaso doble o triple.

## FUNDAMENTOS DE APRENDIZAJE ESPECÍFICOS DEL FÚTBOL

### SUGERENCIAS GENERALES

#### a) EXPOSICIÓN TEÓRICA BREVE Y DEMOSTRACIÓN PRÁCTICA PERFECTA

Cuando el entrenador se encuentra trabajando con niños en la cancha, muchas veces queremos



lucirnos con largas y tediosas explicaciones teóricas. Es un enorme error. La teoría es buena cuando es breve. Es una burla aburrir a los niños, cuando detrás de nuestras palabras, ellos están observando cinco o seis balones estáticos en el césped, con los que quisieran entrar en inmediato contacto.

La exposición debe ser breve y la demostración simple. En la demostración de una habilidad, se debe concentrar nuestra enseñanza en uno o dos objetivos básicos y no en diez secundarios. En la enseñanza del juego de cabeza por ejemplo, hay muchos aspectos importantes como son:

- Superficies de contacto.
- No cerrar los ojos.
- Ir al encuentro del balón. No esperarlo.
- Iniciar un movimiento de rechazo o golpe al balón, desde la columna.
- Conocer las bases de sostenimiento de las piernas.
- Técnica de salto en balones elevados.

Si se pretende enseñar a un niño, todas estas características del juego de cabeza de una sola vez, sólo se conseguirá confundirlo y frustrarlo.

En lo referente a *la demostración* de cada destreza, si el propio técnico no es capaz de ejecutarla perfectamente, deberá con antelación, conseguirse un monitor que domine. “El niño debe observar lo correcto, para aprender lo correcto”.

## LA ADECUADA PROGRESIÓN ES LA BASE DEL ÉXITO

*“Un Técnico de niños jamás deberá improvisar la lección que dará a sus pupilos”.* Deberá estudiar cada ejercicio, cada movimiento que enseñará, porque deberá analizar la progresión de cada uno. *En fútbol*



*todo es progresivo*, y es necesario dominar los pasos formales de este proceso. Es absurdo pretender enseñar el remate de volea, si el pequeño jugador no domina la mecánica simple del pase. Es absurdo enseñarle el control o recepción con la cabeza, si previamente no ha dominado la recepción con el muslo o con el pecho. Saltarse peldaños en la gradación de cualquier enseñanza también producirá confusiones.

## CAPTAR EL INTERÉS DEL NIÑO DÁNDOLE AMISTAD, VARIACIÓN EN NUESTRO TRABAJO Y LECCIONES AGRADABLES

El niño no es un adulto en pequeño formato como se pensaba hace cincuenta años. Se debe acelerar su progreso futbolístico si se



gana su confianza y amistad y se lo tiene de nuestro lado. El primer peldaño para conseguirlo es brindándole su amistad y mostrándole el cariño. No se sabe si el chico que se tiene frente a uno está pasando por terribles problemas hogareños y busca un pozo de luz, esperanza y alegría justamente en nuestro entrenamiento o clase. Si a la tensión que

trae, le sumamos la que le ofrece un entrenador o profesor mal humorado, frío y hosco, lo único que se logrará será destrozarse su destino futbolístico.

El pequeño jugador quiere alegría junto a una pelota. Ha soñado con ese instante durante horas y horas. El pequeño calendario de su vida cotidiana tiene el punto de culminación cuando se pone bajo las órdenes de su entrenador o profesor de fútbol. ¿Qué derecho tiene éste, de ahogar sus sueños, traspasándole sus propios problemas diarios?. Porque como el caso de Garrick, debe sonreír aunque el alma le duela.

Si se le brinda amistad, dentro de un marco de disciplina cordial, se logrará ganar lo más importante del proceso educativo: su interés. *Si se logra su interés, será como la arcilla en manos del artista*.

Para mantener el interés, el entrenador de niños, debe variar su lección día a día. Si se le está enseñando las diversas variedades de pases y se utiliza todos los días el mismo esquema, los mismos ejercicios y los mismos movimientos, ocurrirá que su interés empezará a diluirse y en ese mismo instante se empezará a perder la batalla.

Cuando se rodea con nuestras lecciones de una disciplina cordial y amable, cuando se le brinda al pequeño futbolista el afecto y se da además plena variación al trabajo, es casi seguro que entregará su interés. Sería absurdo que después de haberlo conquistado, se escapara de las manos, por cualquier error pedagógico.

## **LA DISCIPLINA DEBE SER CORDIAL, PERO EL NIÑO DEBE SABER RECONOCER SU AUTORIDAD**

La tarea no es tan difícil como parece a simple vista. No siempre es fácil frenar el temperamento y la



impetuosidad de muchos niños. En el juego ellos liberan sus energías, y muchísimas veces, traspasan el límite de lo aconsejable, asomándose a las fronteras de la indisciplina y de la mala crianza.

¿Qué hacer en esos casos?

¿Usar el látigo y la nefasta varilla de la edad media?

Absurdo.

¿Humillar a un niño con una reprimenda pública?

Jamás lo haga.

Se debe frenar su ira aunque el motivo sea justo. Se debe contar hasta mil si es necesario, pero jamás se debe humillar públicamente a un chico, porque desde ese mismo instante se habrá perdido su amistad y su fe en el entrenador.

### **SANCIONES Y CASTIGOS PEDAGÓGICOS QUE NO LASTIMAN A NADIE:**

- “Darás cinco vueltas completas a la cancha, caminando, nada más caminando, pero llevando la pelota en tus pies, así aprenderás a no insultar a un compañero”.
- “No volverás a integrarte al entrenamiento, mientras no le des cincuenta golpes seguidos de cabeza a la pelota, sin que caiga al suelo. Así aprenderás que debes correr y luchar como todos tus compañeros”.
- “Tu punto débil es el uso de la pierna izquierda. Pues bien, irás frente a esa pared y golpearás cien veces la pelota con la pierna izquierda. A ver si así empiezas a dominar tu mal carácter”.
- “Ustedes dos han venido hoy al entrenamiento con más deseos de hacer diabluras que de aprender fútbol. Durante quince minutos

practicarán dribling y defensa. Uno ataca con la pelota el otro defiende”.

Como es fácil apreciar, se debe aprovechar de un castigo para pulir una determinada técnica. El castigo está en la excesiva exigencia del trabajo que se debe imponer: “darás cinco vueltas completas a la cancha”, “darás cincuenta golpes seguidos de cabeza”, “golpearás cien veces la pelota con la pierna izquierda”, “durante quince minutos ustedes dos practicarán dribling y defensa”. Son exigencias desmedidas y justamente es esta actitud antipedagógica, está la esencia de la sanción.

Cuando es necesario y no han surtido efectos las sanciones técnicas que se impone, simplemente, se deja al chico, sin actividad alrededor del campo de juego, durante cinco minutos. En la reincidencia, diez, y después se debe llamar a sus padres, como medida extrema.

## **TENER EL MATERIAL SUFICIENTE QUE PUEDA**

Cuando un profesor se enfrenta a un grupo de treinta niños y dispone sólo de un balón para su trabajo, deberá hacer milagros pedagógicos, para mantener el interés del grupo y naturalmente para sacar provecho de su lección.



Ese mismo profesor con seis balones a su disposición podrá hacer verdaderos milagros, y si tiene más, mucho mejor.

Un profesor no puede enseñar a leer a treinta niños con un solo texto. Del mismo modo será estéril pretender enseñar técnicas o ideas futbolísticas disponiendo de una sola pelota. La iniciativa del entrenador deberá abrirse de par en par, para conseguir tantas pelotas como le sea posible,

porque el éxito de su trabajo dependerá directamente del material de que disponga.

Balones, vallas, estacas, camisetas de varios colores, balones de hule o goma, sogas, arcos dibujados en las paredes, otros, todo es útil para darle variedad al trabajo.

*Si el entrenador no preocupa debidamente de este aspecto, es que son técnicos rutinarios y anticuados.*

## **FORMAR GRUPOS HOMOGÉNEOS**

Cuando se trata de atender a grupos de niños principiantes, resulta muy útil formar dos grupos específicos:

- a) **Los avanzados**, que tienen condiciones naturales y aprenden con gran facilidad; y,
- b) **Los retrasados**, muchas veces torpes, de poca coordinación y sin cualidades naturales para el fútbol.

Hacerlos aprender en un mismo grupo tiene repercusiones negativas, porque frustra a los avanzados y acompleja a los retrasados. Se aburren los primeros, repitiendo temas que dominan y que quisieran superar; y se acomplejan los segundos, porque no teniendo habilidades propias para estar a la altura de los talentosos, abandonan el aprendizaje formal prontamente.

## **EL CUMPLIMIENTO Y LA PUNTUALIDAD, SON LA BASE DE LA DISCIPLINA**

Creemos que lo manifestado no necesita de mayor explicación.

### **CONCLUSIONES AL MARGEN:**

*“El mejor programa se torna inoperante en manos de un profesor incompetente, mientras que aún, con un mal*

*programa, un buen profesor logra buenos resultados (Luis A. Mattos)*”.

“Nada se obtiene con mejorar planes o programas, si previamente no se ha mejorado la calidad del profesor que los ejecuta”.

## **DISTRIBUCION DE LAS PARTES DEL PLAN DE CLASE Y DESARROLLO DE LAS PRÁCTICAS**

Las sesiones de técnica habrán de distribuirse en función del tiempo disponible y del elemento o elementos técnicos que se vaya a exponer más detalladamente.

Según lo expuesto, se puede dividir una sesión de técnica en las siguientes partes:

- Calentamiento
- Parte Principal, que se puede dividir en Técnica General y Técnica Especial.
- Empleo de la técnica especial en juegos de competición individuales o por grupos.
- Vuelta a la calma

**1. CALENTAMIENTO.-** Que no durará más de 10 minutos. Deberá ir dirigido a todas las partes del cuerpo.

### **2. PARTE PRINCIPAL:**

**2.1 Técnica General,** con duración de 15 minutos, realizando ejercicios técnicos de forma individual o por parejas.

**2.2 Técnica Especial,** dedicada a aquella ejecución técnica que más interés se vaya a dar, con una duración de 15 minutos.

**3. PARTE FINAL O VUELTA A LA CALMA.-** Dedicado a la recuperación física, donde se realizará ejercicios respiratorios recuperativos o juegos pre-deportivos que cumplan con esta función. No debe durar más de 5 minutos.

### **ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO**

Para la enseñanza de la técnica, todo entrenador ha de programar, no sólo el trabajo de una sesión técnica, sino el de toda la temporada, teniendo en cuenta los siguientes factores:

- a) Calidad de la técnica del grupo. Para saber el nivel técnico de dicho grupo se realizarán unas pruebas, tipo Test, para conocimiento de la calidad técnica individual.
- b) Número de entrenamientos o sesiones por semana.
- c) Duración de cada sesión.
- d) Edad media del grupo
- e) Posibles rectificaciones en el progreso técnico de los jugadores.

### **EL FÚTBOL COMO MEDIO EDUCATIVO: SUS POSIBILIDADES EN EL DESARROLLO DE LOS VALORES HUMANOS**

#### **a) EL JOVEN FUTBOLISTA COMO PROTAGONISTA DEL PROCESO**

Para concretar las posibilidades educativas del fútbol, es necesario que primeramente se precise “*de qué fútbol hablamos*”. Si se habla de fútbol pensado y organizado para una práctica abierta a todos, sin condicionantes, eliminatorio, sin búsqueda de alto rendimiento por encima de todo y a cualquier precio y que sitúa al niño en el centro del proceso y de forma positiva, y siguiendo a Parlebás, “interesando menos el ejercicio y más el que se ejercita”, se encontrará ante un fútbol que será en realidad un hecho educativo.

*“Podemos hablar de fútbol educativo cuando se tenga al niño como protagonista del proceso y al fútbol como un medio para su formación integral”.*

Siguiendo los criterios expuestos por Wanceulen Ferrer, Antonio (2002), considera prioritario crear las bases que posibiliten la ocasión de practicar el fútbol a todos los niños que lo deseen sin condicionante distinto a limitaciones médicas. Para las etapas infantiles, es ciertamente posible ofrecer actividades bien organizadas, de costos no elevados y capaces de cumplir su función social y con el necesario nivel en cuanto a los objetivos educativos que debe cumplir todo deporte.

“El juego y el deporte son las formas más comunes de entender la Educación Física en nuestra sociedad. Por ello, debe aprovecharse como elemento motivador, potenciando actitudes y valores positivos”.

El fútbol, como todo deporte cuando es bien aplicado, es un medio que dispone la educación física para su participación con las demás áreas formativas, en el objetivo hacia la educación integral.

Hay que intentar una formación futbolística que no tenga como objetivo dominante el máximo rendimiento en las primeras edades, empezando temprano pero a su tiempo, respetando al niño y a su desarrollo armónico: compatibilizando su formación integral con la fijación natural de las bases para su futuro deportivo, con normalizado rendimiento y cuyo nivel tendrá como referencia sus propias posibilidades y su libre participación.

Sáenz López Pedro y Tierra José (2005), expresan que los deportes colectivos son más ricos desde el punto de vista perceptivo (espacio, tiempo, control externo) socio motriz (compañero, adversario) inteligencia motriz (adecuación continua, habilidad abierta, cambios de situación variables) y también citan el siguiente cuadro de valores educativos:

<b>VALORES EDUCATIVOS EN LOS DEPORTES COLECTIVOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aumento de la motivación.</li> <li>- Mejora de la condición física.</li> <li>- Implica factores cognitivos.</li> <li>- Máximas exigencias tácticas y estrategias.</li> <li>- Sociabilidad.</li> <li>- Coordinación de acciones individuales con colectivas.</li> <li>- Contra la comunicación motriz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Practicar los deportes más populares</li> <li>- Máximas dificultades perceptivas y decisionales.</li> <li>- Anticipación.</li> <li>- Desarrolla la capacidad de cooperación.</li> <li>- Respeto al oponente.</li> <li>- Canalizar positivamente la competición.</li> </ul>

TABLA Nº 3: VALORES EDUCATIVOS EN LOS DEPORTES COLECTIVOS

## **b) RESPONSABILIDAD DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL DESARROLLO DE LOS VALORES HUMANOS**

De los autores Barrow, Harold y Brown, Janie P. (1992), se incluye a continuación, un resumen de lo que expresan en el apartado “Educación Física y de los valores”<sup>8</sup>:

*“La educación Física y el deporte, tendrían que asumir su parte de responsabilidad en el desarrollo de los valores humanos. De todas las influencias escolares que afectan al área social, quizás los más significativos entronquen con los juegos, el deporte, la danza y el ejercicio que proporcionan los programas de educación física y atlética”.*

El movimiento suele definirse en términos biológicos y psicológicos. Sin embargo, más allá de estos parámetros, posee enormes implicaciones sociales. Cuando se combina con el juego, ambos forman uno de los

<sup>8</sup> Educación Física y valores. Barrow, Harold y Brown, 1992.

medios educativos más vívidos y potentes para la juventud. Los juegos y el deporte son representativos de la sociedad.

Todos los aspectos de la socialización, como desempeño de un papel, status, estratificación, sanciones, fronteras, liderazgo, disciplina, acomodación, competencia y cooperación, hacen del mundo del deporte y los juegos un fértil campo de adiestramiento de valores. El universo de los más jóvenes es un mundo de juegos.

El deporte cuando se utiliza como medio para la enseñanza de los valores, debe conservar su carácter educativo, lo que significa no conceder una importancia desmesurada a otras de sus finalidades colaterales, como son el entrenamiento, la victoria, el dinero o la política.

En la mayoría de los casos, el deporte pierde su valor educativo cuando la competencia saludable es suplantada por el comercialismo, el profesionalismo o el fanatismo.

Ciertamente, uno de los valores de la rivalidad deportiva, es el esfuerzo y el desafío que plantea la competición. Sin embargo, los profesores y entrenadores se enfrentan al dilema de cómo motivar a los estudiantes para que luchan y se superen sin inducirlos a una forma de rivalidad en la que la degradación del oponente y la idea de que la “victoria es lo único que importa”, se convierta en las cuestiones primordiales.

### **c) FINALIDADES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES**

Se Considera importante concretar las finalidades de la educación física y por tanto, del deporte como parte integrante de ella.

Con relación a los principios de la actividad física, Corpas Francisco J., Toro Salvador y Zarco Juan A. (2001), exponen una serie de finalidades que suponen un interesante punto de vista de esta temática, por lo que se lo incluye en los párrafos siguientes:

“Tras un breve pero exhaustivo recorrido por el pensamiento de distintos autores, Venidle Vásquez (2009), a la hora de definir las finalidades de la educación física, enuncia tres finalidades que sustenta en sí mismo los principios de desarrollo de la actividad física:

1. Finalidades relacionadas con el desarrollo de la capacidad física: desarrollo de la condición biológica.
2. Finalidades relacionadas con el desarrollo de las habilidades motrices como instrumento básico de su adaptación al medio tanto físico como social.
3. Finalidades relacionadas con otros ámbitos de la personalidad: cognitivo, afectivo y moral - social.

Se Introduce a continuación la reflexión que hace Blázquez Domingo (2005), a la pregunta: ¿La práctica deportiva es educativa por sí misma? y que se destaca por su interés:

*“En general, se acuerda al deporte un valor educativo y saludable por sí mismo... Se cree que el deporte es bueno para la salud y que ayuda a la educación sin más que su propia práctica (deporte, educación, salud, aparecen en el lenguaje vulgar indisocialmente unidos).*

*Cuando se profundiza un poco, no se encuentra ninguna prueba científica que concluya que el deporte por sí solo sea beneficioso, y una reflexión más profunda nos lleva a afirmar que el deporte puede ser en sí tan indiferente a la salud como lo es la moral. El deporte solo es educativo, cuando el profesor, el entrenador o el propio deportista lo utilizan.*

*Como objeto y medio de educación, cuando lo integra con método y orden en un programa coherente, cuando*

*la actividad práctica y la reflexión de lo que está realizando lo convierten en una acción optimizante”.*

Se considera necesario que el entrenador conozca los principios básicos del proceso de formación integral de sus jóvenes futbolistas, de forma que en su actuación colabore para esa formación y no la perjudique.

#### **d) CUALIDADES DEL DEPORTE EDUCATIVO**

Sobre las cualidades del deporte educativo, Contreras Treviño Alberto (1999) dice: que es objeto integrado en la educación física, ya que desarrolla una serie de cualidades, que él detalla y entre las cuales, se selecciona las siguientes:

**d.1) RELACIÓN SOCIAL.** La cooperación con el compañero en la tarea de equipo, el respeto al compañero y al contrario, la capacidad de autocontrol, son importantes valores educativos que se adquieren con el deporte.

Muchos niños han cambiado su actitud hacia los demás desde que participan en el mundo deportivo.

**d.2) DOMINIO DE HABILIDADES Y DESTREZAS:** Aunque esta cualidad es psicomotora, su adquisición y perfeccionamiento van a servir para el desenvolvimiento más inteligente del practicante en determinadas ocasiones.

**d.3) ASPECTOS LÚDICO - RECREATIVO:** El deporte es ante todo un juego, de ahí que la gran parte de los niños estén siempre dispuestos a su práctica: el deporte es motivante por sí solo y puede ser un canal encausador de esa natural motivación.

**d.4) HÁBITOS POSITIVOS PARA UNA ALTERNATIVA AL OCIO PASIVO:** La importancia del tiempo libre en el educando, es tal, que de su adecuado empleo puede depender su trayectoria estudiantil. Entre todos

debemos canalizar adecuadamente las necesidades de compensación física y psicológica de los niños.

#### **d.5) TIPOS DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS: PRAXIS Y RENDIMIENTO**

a) Deporte – salud para todos – praxis – divertimento – esparcimiento educativo – higiene; y,

b) Deporte élite – espectáculo – profesión – rendimiento – competición – propaganda.

Rodríguez Campazas Hugo y otros autores (2004) al desarrollar el tema: “El deporte como fenómeno social y cultural” (referencia a Huizinga, Ortega y Cagigal) se ha tomado la anterior división de “Tipos de prácticas deportivas” y también los párrafos siguientes:

- La barrera que separa las dos modalidades del deporte sería la siguiente: la primera, del deporte praxis, responde a una necesidad humana (filo y ontogenética) y contribuye al desarrollo del mundo interior de las personas; la segunda, el deporte rendimiento, está impulsada y condicionada por poderosas demandas económicas y socio políticas que deforman la dimensión ludo - competitiva innata al ser humano. En este sentido, aquella tendría un innegable valor educativo, mientras que esta no.
- Al igual que Huizinga, Cagigal sugiere, por un lado que la competición es un ingrediente indispensable del deporte pero por otro, le disgusta la excesiva competitividad operante. Desde esta óptica, considera que el deporte praxis es la modalidad más pura y verdadera, la que guarda las esencias de la actividad motriz creadora, espontánea, etc., y en consecuencia, lo presenta como la alternativa necesaria ante una amplia gama de males que asolan nuestra sociedad y que ahogan el sistema educativo: tecnicismo, mecanización desmesurada, súper especialización, sedentarismo,

soledad, incomunicación, intelectualismo, memorismo, inmovilismo de las aulas, etc.

- En este marco el deporte praxis es una educación por el movimiento que toca lo esencial del ser humano, educa hondo, que combina el principio del placer (se juega con gusto) con el principio de realidad (obliga a acatar las normas, la derrota, etc.) y que dota a las personas de un sistema inmunológico que les permite afrontar la vida con posibilidades de éxito.
- Los referidos autores Rodríguez Campazas y otros (2004) cuando analizan las características que debe tener el deporte para convertirse en un hecho educativo, son coincidentes con lo expresado por otros autores.
- Si se está convencido de que el deporte debe formar parte de la Educación Física para que sea compatible con las intenciones educativas, ese deporte debería tener, para considerarlo un hecho educativo (entre otras), las siguientes características:
  - ✓ Un carácter más abierto de forma que la participación no se establezca por niveles de habilidad u otros criterios discriminadores.
  - ✓ Que su finalidad no se limite a las mejoras de las habilidades motrices, de forma que se tengan en cuenta otras intenciones educativas presentes en el diseño curricular básico: desarrollo de las capacidades cognitivas, equilibrio personal, relación interpersonal, inserción social, etc.
  - ✓ Que no se incida fundamentalmente sobre el resultado de la actividad (ganar o perder, buena o mala ejecución, etc.).

- ✓ Que la actividad se desarrolle en un marco general en el que ante todo, se busque la participación, la creatividad, la diversión, el bienestar, etc.
- ✓ Que frente a la competición, se favorezcan actitudes de cooperación, evitando el excesivo individualismo al que conducen muchas de las prácticas deportivas, fomentando la colaboración como medio para la consecución de objetivos.

#### **d.6) LOS JUEGOS DEPORTIVO - RECREATIVOS Y SU CONTRIBUCIÓN A LA FORMACIÓN**

Continuando con la aportación de autores que han estudiado los aspectos educativos de los juegos deportivos, a continuación se incluye un extracto de lo expresado por González Millán, Ismael (2004), cuando se refiere a “los juegos deportivos - recreativos y su contribución al currículo de la educación física”:

”Como funciones comunes a toda actividad de ocio y por tanto, también para el ocio físico – deportivo - recreativo, se cita las siguientes:

1. **Desarrollo de la personalidad:** Al realizar actividades libremente elegidas, por exclusiva motivación intrínseca, el individuo hace lo que realmente satisface a sus inclinaciones, inquietudes y deseos personales y, por tanto se realiza a sí mismo, como persona peculiar e independiente: afirma y desarrolla se personalidad.
2. **Entretenimiento y diversión:** Por realizar justamente aquello que nos gusta. No es desdeñable esta función como objetivo educativo, pues si la educación persigue la integración positiva del individuo en la sociedad, una de las mejores contribuciones que se pueden hacer es dar a éste, recursos adecuados para la ocupación de su tiempo libre, sobre todo si esas formas conllevan diversión y aportan, además, todas las ventajas de las actividades físicas.

3. **Compensación:** Toda forma de ocio, por sus componentes de libertad y satisfacción conduce a la eliminación de tensiones. A mayor grado de diversión, con mayor fuerza se dará esta función. Es decir, que la diversión contribuye al equilibrio físicamente. Estas funciones se incrementan cuando la actividad cursa con sustancial participación corporal ya que el movimiento es un mecanismo excelente de supresión de ansiedad, de estrés.

Dotar a los jóvenes de ocios saludables, supone también una magnífica oferta desde el ámbito educativo.

Aparte de los beneficios de la recreación físico-deportiva en cuanto al desarrollo de las capacidades amorfo funcionales y por otra parte, los beneficios cognitivos, el aspecto educativo más inherente, resultante de la recreación físico - deportiva, queda supeditado sin duda a lo afectivo.

En lo afectivo-social propicia relaciones espontáneas, no forzadas, la relación libre, la integración en el grupo y la convivencia, habituarse al respeto a las reglas y su aceptación. Se aprende a aceptar al adversario como realidad natural distinta a la nuestra y necesaria y no como enemigo personal. Se mejora la comunicación verbal y gestual.

En lo afectivo-emocional, el individuo manifiesta y canaliza en las situaciones físico-deportivas, sus pulsaciones agresivas y exterioriza sus deseos y temores reprimidos. La simbolización-representación de papeles, le da seguridad en sí mismo: autoafirmación y autoestima.

#### **e) EL “FAIR PLAY” Y LOS VALORES DEL DEPORTE**

En cuanto al presente apartado, puede ser suficiente lo expresado por Trepát, David, al desarrollo “La educación en valores a través de la



iniciación deportiva” (En Blázquez, Domingo-2005)<sup>9</sup>.

Trepát nos dice: “Cuando se habla de valores relacionados con el deporte, entra en juego el “Fair Play”. Esta es una palabra difícil de traducir a lenguas no anglosajonas. Es una noción ligada a un valor humano fundamental, la justicia, sin la cual ninguna sociedad civilizada puede existir. Designa, por tanto el respeto por las reglas decididas y fijadas para un juego o deporte dado, pero además, designa con frecuencia un comportamiento generoso que no es obligatorio y que no forma parte de las reglas”.

”Las amenazas contra el “Fair Play” aumenta a causa de la búsqueda cada vez más frecuente de la victoria a cualquier precio. Si queremos que el deporte sobreviva como una forma válida de actividad humana, tenemos que entender que además de la regla, existe un espíritu de acuerdo con el cual debe realizarse su práctica. La preocupación por la victoria invita cada vez más a los participantes a violar los reglamentos. Se ha creado el peligroso mito de que el auténtico valor del deporte consiste en ganar”.

*Y por último, se afirma que los entrenadores de jóvenes futbolistas, por supuesto su familia y la organización que controla las actividades, deben esforzarse en favorecer los valores humanos de justicia y socialización que el deporte puede fijar en sus practicantes.*

#### **f) COMPATIBILIDAD ENTRE FÚTBOL EDUCATIVO Y FÚTBOL DE ALTO RENDIMIENTO**

Siguiendo un criterio simplificador y realista, se podría referir a dos formas de fútbol:

- Fútbol Educativo
- Fútbol de Alto Rendimiento

---

<sup>9</sup> TREPAT, David, “La educación en valores a través de la iniciación deportiva”, 2005

A continuación se hace una serie de reflexiones sobre estas dos “formas” de fútbol, para tenerlas en cuenta tanto para razonar su diferenciación como para entender su compatibilidad:

No obstante lo expuesto en favor de las posibilidades educativas del fútbol, es conveniente saber que si se desarrolla entrenamientos y competiciones con un objetivo dominante y exclusivo hacia el alto rendimiento, ignorando la formación integral del joven, ese fútbol puede convertirse en un medio formativo de efectos peligrosos. Para evitar estos efectos no deseables, es necesario:

1. No hacer proyectos de éxitos deportivos inadecuados a las circunstancias concurrentes. Basarse en los intereses de los niños y no de los adultos: Organizadores, entrenadores, padres, etc.
2. Hay que evitar que los entrenamientos se programen y desarrollen, buscando el dominio acelerado y fuera de método de la técnica y de la táctica del fútbol y lo que es peor, el intentar un acondicionamiento físico prematuro, fuera del proceso natural, atentatorio de la salud de los jóvenes futbolistas. También, evitar excesiva presión bajo objetivos de resultados.
3. Utilizar las posibilidades formativas de la competición, aplicando criterios que abran la participación y adecuando la exigencia de eficacia a la intención educativa y no tomando como referencia la alta competición.

Debiera ofrecerse la práctica del fútbol de forma igual y posible para todos, con claro predominio de los objetivos educativos de salud, bienestar y recreación, sobre las destrezas futbolísticas y éxitos competitivos, todo lo cual también es compatible con un trabajo bien realizado en lo deportivo.

Siguiendo lo expuesto por Wanceulen Moreno 2002 (Antonio y José Francisco), en todo proceso de organización del fútbol para niños, quedarán definidos:

- Jóvenes con nivel actual para practicar fútbol básico, favorecedor de su formación integral y que cierto plazo podría permitirle:
  - a) Suficiente nivel para enlazar con el fútbol de alto rendimiento.
  - b) Su continuidad como futbolista de otros niveles participativos.
  
- Jóvenes futbolistas disponiendo en la actualidad de las capacidades y madurez deportiva, necesarias para iniciar adecuadamente, si lo desea su formación orientada al alto rendimiento, siempre que esas capacidades las disponga a tal nivel que se garanticen su salud física y mental y sus formación integral.

“El concepto de fútbol de alto rendimiento y todo el proceso de formación, motivación, entrenamientos, competiciones, etc., se subordinarán claramente a favor del normal desarrollo biológico y psicológico, del joven futbolista, todo lo cual es compatible con objetivos de alto rendimiento”.

En este punto conviene recordar lo expresado por Castejón, Francisco Javier (2005):

*“No se puede asegurar que una práctica masiva y popular proporcione resultados deportivos (altos) en un futuro, ya que la afirmación” de la cantidad se consigue la calidad, “en el campo del deporte no es causal y si es más significativo afirmar: de la calidad se consigue la calidad”.*

## **PERFIL DEL ENTRENADOR DE FÚTBOL DE NIÑOS Y JÓVENES<sup>10</sup>**

Formar niños y jóvenes futbolistas es una actividad pedagógica muy atractiva, que exige por parte de todos los que la dirigen una cualificación

---

<sup>10</sup> PACHECO, Rui, “Fútbol: La enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7, Editorial Paidotribo, España, 2007.

adecuada y un elevado sentido de responsabilidad para con el practicante, el sistema deportivo y la sociedad.



La formación deportiva es un proceso globalizante que no sólo busca el desarrollo de las

capacidades específicas (físicas, tácticas-técnicas y psicológicas) y la adquisición de un conjunto de valores, como la responsabilidad, la solidaridad y la cooperación, que contribuyen a la formación integral de los jóvenes.

Una reciente investigación realizada por la Federación Italiana de Fútbol (1999)<sup>11</sup> concluyó que de los 19.000 jóvenes que inician la práctica del fútbol, uno sólo consigue llegar a jugar en la primera división. Los restantes acaban jugando en las restantes divisiones o dejan el fútbol.

Podríamos entonces cuestionar:

¿Qué tipo de formación deberá proporcionar el fútbol?

¿Una formación específica dirigida sólo para los futbolistas de élite?

¿O una formación global que sirva simultáneamente a los intereses del ciudadano común y al futbolista del futuro?

No nos quedan muchas dudas al respecto, ya que se debe optar por la última interrogante planteada anteriormente.

Siendo así, no se puede desperdiciar este motivante y poderoso medio educativo que es el fútbol dejando la educación de los jóvenes a entusiastas empíricos sin ninguna preparación, que aunque tienen toda la mejor voluntad y entrega a la causa, no poseen ninguna formación que

---

<sup>11</sup> Federación Italiana de Fútbol, 1999.

les permita desempeñar esta tarea con la competencia y la calidad que se debe.

El educador / entrenador de jóvenes no debería continuar siendo el ex futbolista al final de su carrera deportiva, quien careciendo de una formación específica y profesional, es invitado para 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 a dirigir sesiones de entrenamiento.

Según Matveiev, 1986<sup>12</sup>: “Las cualidades de los atletas y de los entrenadores son muy diferentes”.

El hecho de haber sido jugador no se hacen por sí solos buenos entrenadores. Es necesario poseer un conjunto de cualidades y de virtudes, que se van adquiriendo a través del estudio y la experiencia.

Para Ruiz (1998)<sup>13</sup>, será un buen entrenador quien tenga condiciones innatas para serlo y quien esté dispuesto a aprender toda su vida y a perfeccionarse, tal y como lo hacen los grandes deportistas, pues entrenar y hacer entrenar es una tarea difícil y muy compleja.

El educador – entrenador de jóvenes tampoco deberá ser la persona que a pesar de tener una formación específica en el ámbito del 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, en el que se domina un conjunto de ideas y de conceptos, no permite por sí solo, ser un buen entrenador, ya que faltan un conjunto de vivencias de la realidad del fútbol.

---

<sup>12</sup> Matveiev, 1986. “Fundamentos do Treino Desportivo”. Livros Horizonte, Lisboa.

<sup>13</sup> Ruiz, L. (1998): Como lograr ser un gran futbolista. Ediciones Deporte y Cultura, Barcelona.

El educador – entrenador deberá reunir un conjunto de competencias en las siguientes capacidades:

- Saber
- Saber hacer
- Saber hacer que otros hagan

De esta forma hay que crear en el fútbol la figura del educador – entrenador asistente, para que los entrenadores puedan adquirir conocimientos y experiencia de la práctica de la enseñanza-aprendizaje del fútbol al lado de entrenadores más cualificados, para que posteriormente puedan ejercer sus funciones de educador – entrenador con los niños y jóvenes.

## **LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR**

En nuestro país la educación superior ha traspasado de lo tradicional o conservador para entrar en la competencia de la actualización de conocimientos mediante la práctica y aplicación de nuevos paradigmas y modelos educativos.

Si es verdad no están claramente identificados estas teorías y paradigmas dentro del campo de la Educación Física, no es menos cierto que de alguna manera se debe adaptar los procesos metodológicos a cada una de ellas, con la finalidad de no continuar en el famoso tradicionalismo, tan despreciado en la actualidad.

Nuestra idea es que los contenidos de la Educación Física sea impartida dentro de los valiosos criterios del **Constructivismo**, dando libertad de actuación a los docentes, acompañado del **Humanismo**, donde nos permitirá dar un trato preferencial a los pequeños y grandes actores del deporte, dentro de su aspecto emocional, entendiendo su estado actual de adaptación al medio, por medio de una gran motivación enriquecedora de su espíritu y su mente, manteniendo una excelente relación sujeto – objeto del proceso formativo del deporte.

La Psicología Educativa se constituye en el marco teórico más importante, porque sirve de base y de apoyo científico al docente profesional, en donde las conceptualizaciones teóricas fundamentan el trabajo, porque éstas se aproximan a los problemas tales como: el desarrollo intelectual del individuo y su interrelación con el aprendizaje, la retroalimentación en el deporte, el aprendizaje significativo, aprender a aprender, toda esta actividad revaloriza el trabajo docente.

### **2.3 POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL**

Es un hecho innegable que los niños y los adolescentes prefieren aprender a jugar al fútbol en la escuela, y no comenzar su práctica en el momento en que ingresan a un club. Ello es así porque los pequeños de alrededor de ocho años sienten la necesidad imperiosa de realizar juegos movidos, para los cuales el educador tiene que proponerse metas fijas y determinadas. Debe, además, aprovechar al máximo el entusiasmo de los niños por este tipo de juegos.

El fútbol pertenece al grupo de deportes que exige un buen rendimiento. Requiere además fuerza y destreza, condiciones que únicamente pueden lograrse trabajando conscientemente y en forma polifacética. De esta manera, se conseguirá que este deporte sea algo más que un simple juego practicado como recreación.

Pero si se quiere seguir considerándolo como un deporte que se practica con entusiasmo, y si además se desea emplearlo con fines pedagógicos, nunca debe hacerse perder totalmente su característica esencial de juego, no obstante ese carácter de deporte de rendimiento que se menciona anteriormente. En todo juego competitivo afloran agresiones subconscientes, que se transforman en fuerza y capacidad de rendimiento.

Toda persona que conozca las reglas del fútbol y los valores éticos que su práctica requiere, sabe que sus raíces son mucho más profundas que la

simple actividad física. Esos valores éticos nacen del juego mismo. El solo hecho de cumplir con el **FAIR PLAY** (proceder leal, juego limpio) y el celoso cuidado de la actitud deportiva que puede lograrse por medio de la práctica de este deporte constituyen el más elocuente testimonio de que los deportes tienen sus propias reglas éticas. Una competencia en equipo exige compañerismo y buen comportamiento, ya que sin estos requisitos el juego se torna imposible.

En la actualidad, los planes educativos de casi todos los países incluyen la práctica del fútbol. Ello se debe a que se lo considera sumamente importante para el desarrollo físico y psíquico de los niños.

El fútbol es uno de los deportes más completos por su disciplina, actividad dinámica y por eso es bueno empezar a practicarlo a temprana edad, pues educa a los niños y adolescentes, los equipara en un nivel social y cultural más parejo, enseña que lo primero y más importante es el equipo, el grupo, la seriedad y la responsabilidad.

Es entonces cuando quedan grabados para siempre los primeros automatismos de acción, pero sobre todo se recibe el mensaje que es difícil ser un jugador importante si no se es una persona integralmente formada.

Quien quiera llegar lejos en el fútbol, no debe pensar obsesivamente en el éxito, la popularidad o el dinero; debe en cambio concentrarse en jugar hasta quedar extasiado, soportar la fatiga física y atenerse a las normas que dirigen el deporte.

Se ha preferido dar prioridad a la Técnica Individual, en virtud de considerar este aspecto como prioritario para la formación del futuro futbolista, que quizás en su momento se consideren las etapas necesarias para convertirse en un buen futbolista.

Cuando los docentes aplican actividades profesionales en las diferentes instituciones educativas y deportivas, no se sientan en capacidad de

poder orientar a sus alumnos, con una fuerte y sólida base de conocimientos teóricos y técnicos, acompañados de una serie y variada gama de estrategias metodológicas. Este es el caso del fútbol, que por ser el deporte más practicado en el mundo, se le debe dar mayor importancia en todos sus niveles y más aún con personas que van a ser parte de la formación futbolística de niños y jóvenes de diferentes edades.

En el área de la educación física, los deportes y la recreación, siempre o casi siempre los profesionales o personas vinculadas con esta función, caen en el error de improvisar las clases, por la falta de conocimientos didácticos y de planificación, siendo los perjudicados los alumnos a su cargo; no existe una secuenciación lógica de contenidos, no tienen criterios de evaluación permanente, por lo que no se sabe si se está trabajando bien o mal; más bien le ponen mayor interés a los buenos o malos resultados que se pueda producir en cada uno de los partidos de fútbol que puedan cumplir sus orientados. Por ello no se trabaja con resultados de enseñanza permanente, no se sabe si las estrategias metodológicas utilizadas están bien aplicadas o no; y con estos criterios solo direccionan a mal formar niños que serán los futuros deportistas que representarán como seleccionados provinciales y nacionales del fútbol.

Esto conducirá a poder elaborar un documento guía que ayude y sirva a todas las personas vinculadas con el fútbol, y especialmente a docentes y entrenadores, a manejar una diversidad de ejercicios progresivos para la enseñanza de la técnica individual.

## **2.4 INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN**

2.4.1 ¿Las deficiencias de conocimientos que poseen los Docentes de Educación Física, sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, dificultará la planificación diaria de clases?

2.4.2 ¿Cuál es el grado de utilización de planificaciones diarias sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol que poseen los docentes de Educación Física de los principales establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra?.

2.4.3 ¿Cuáles son las causas que afectan la enseñanza del fútbol, por la falta de planificaciones diarias y la improvisación de cada técnica individual del fútbol?.

2.4.4 ¿Cómo Identificar la verdadera necesidad de un Manual Didáctico de planes diarios en formato escrito y en software, en el interaprendizaje de la Técnica Individual del fútbol?.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación se caracteriza por tener un tipo de investigación descriptiva, propositiva, que permitió analizar el nivel de conocimientos sobre el dominio y manejo de la fundamentación técnica individual del fútbol, la planificación de planes diarios que poseen los docentes de educación física de los establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra.

Este análisis permitió detectar una serie de dificultades que poseen los docentes, llegando hasta la improvisación de conocimientos y ejercicios y hasta la no planificación de sus clases, especialmente en lo referente a la enseñanza de la disciplina deportiva del fútbol, a pesar de que en la actualidad se considera al deporte más practicado en el mundo, por lo que deben direccionar con mayor importancia el proceso de inter-aprendizaje de sus fundamentos técnicos individuales, como esencia inicial de formación de nuevos deportistas.

Con la finalidad de darle un sustento científico teórico a este tema de investigación se realizó una investigación bibliográfica para ubicar a los temas tratados en todo el contexto del Marco teórico. De igual manera se estructuró un proceso investigativo de recolección de la información, para luego con sus resultados ser interpretados y depurados, para llegar a describir las conclusiones y recomendaciones; así como también dar contestación a las interrogantes de investigación planteada, producto de esta investigación docente educativa.

## 3.2 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

### 3.2.1 MÉTODOS TEÓRICOS

Para la presente investigación se utilizó el método **Analítico-sintético**, que permitió relacionar los niveles de conocimientos que poseen los docentes de Educación Física y su relación con la falta de planificación diaria, con el aporte de un documento guía de planes diarios, tanto en formato escrito como en Software Informático, que les va permitir planificar con mayor facilidad. El método **Histórico – lógico** el mismo que condujo a investigar el grado de aplicación de los contenidos de cada fundamento técnico individual, desde el punto de vista teórico y práctico. El método **analítico – sintético**, para tratar el tema investigado en forma íntegra, para luego analizar sus partes y llegar a una solución. **Inductivo – Deductivo**, tratando el problema en sus diferentes partes y aspectos para llegar al tratamiento general en todo su contexto. El método **Deductivo** fue utilizado para el desarrollo del Marco Teórico, tratando primero los temas más generales para llegar a los temas más particulares, relacionados con la presente investigación, dando un sustento científico teórico. El Método **Sistémico**, que permitió hacer un análisis de la situación en que se encuentran los docentes de Educación Física de los principales establecimientos educativos de la ciudad de Ibarra, ya que los conocimientos que poseen sobre la Técnica Individual del Fútbol, son insuficientes y hasta cierto punto en algunos de ellos desconocido, a pesar de ser la base fundamental para el aprendizaje de la práctica del fútbol, lo que les ha dificultado llevar o utilizar una planificación adecuada de los planes diarios.

### 3.2.2 MÉTODOS EMPÍRICOS

Para la recolección de la información inicial e identificar el problema a investigar, se utilizó la observación directa a los docentes de Educación Física investigados. Como medio para recolectar la información se utilizó la encuesta, permitiendo utilizar la medición de los mismos, para llegar a

la contestación de las interrogantes de investigación, dando cumplimiento a los objetivos planteados. Por todo esto se llegó a plantear conclusiones, en base a los resultados de investigación y luego proceder a redactar una serie de recomendaciones, direccionadas gracias a las conclusiones emitidas resultantes de la investigación.

### **3.2.3 MÉTODOS MATEMÁTICOS O ESTADÍSTICOS**

Dentro de los métodos estadísticos se utilizó básicamente los análisis porcentuales, tablas y gráficos, llegando a plantear las respectivas conclusiones y por ende las recomendaciones.

### **3.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

Los métodos y técnicas que se utilizó para recolectar la información fueron los siguientes:

La encuesta mediante un cuestionario dirigida a los docentes de Educación Física de los principales establecimientos de la ciudad de Ibarra, que vienen trabajando en la docencia del fútbol. Constó de un Cuestionario de preguntas cerradas, las mismas que permitieron indagar el nivel de conocimientos y planificación diaria que poseen los docentes, el grado de necesidad de un Manual Didáctico innovador en formato escrito y en software informático, que puede orientar la enseñanza de los conocimientos teóricos y prácticos de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

Se utilizó además la observación directa en el inicio del proceso investigativo dando la oportunidad de identificar el problema de investigación, que motivó a ser investigado.

### 3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

#### 3.4.1 POBLACIÓN

Para la realización de la presente investigación se consideró a la población total disponible, formado por los docentes de Educación Física de los principales establecimientos educativos del sector urbano de la ciudad de Ibarra, tanto del nivel de educación básica como del nivel de bachillerato.

#### **Población Total:**

<b>INSTITUCIONES</b>	<b>TOTAL</b>
Docentes de Educación Física del Nivel Educación Básica	56
Docentes de Educación Física del Nivel de Bachillerato	79
<b>TOTALES:</b>	135

ELABORADO POR: Dr. Ernesto Zambrano y estudiantes del Instituto de educación Física de la UTN.

## CAPÍTULO IV

### 4. ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS

#### 4.1 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACION

##### 4.1.1 TABULACIÓN DE LA INFORMACIÓN Y RESULTADOS GENERALES DE LAS QUINCE PREGUNTAS PARA DOCENTES

Para la presente investigación se ha utilizado una **encuesta**, que ha sido aplicada a los docentes de educación física de los principales establecimientos educativos la ciudad de Ibarra, esto es 56 Docentes del nivel de Educación Básica y 79 docentes de Educación Física del Nivel de Bachillerato, siendo investigados un total de 135 docentes de Educación Física.

A continuación se procederá a tabular la información, así como también su respectivo análisis e interpretación de los resultados obtenidos de la investigación, para llegar a plantear conclusiones y recomendaciones; así como también con dichos resultados dar contestación a la Interrogantes de Investigación planteadas, las mismas que direccionaron la presente investigación.

Este análisis e interpretación se presentará mediante una descripción porcentual, gráfico estadístico y la explicación cualitativa, de la siguiente manera:

**1. Sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, usted los cataloga como:**

A la primera pregunta los encuestados contestaron:

a) Excelentes	0	Equivalente al	0%
b) Muy buenos	7	Equivalente al	5%
c) Buenos	15	Equivalente al	11%
d) Insuficientes	113	Equivalente al	84%

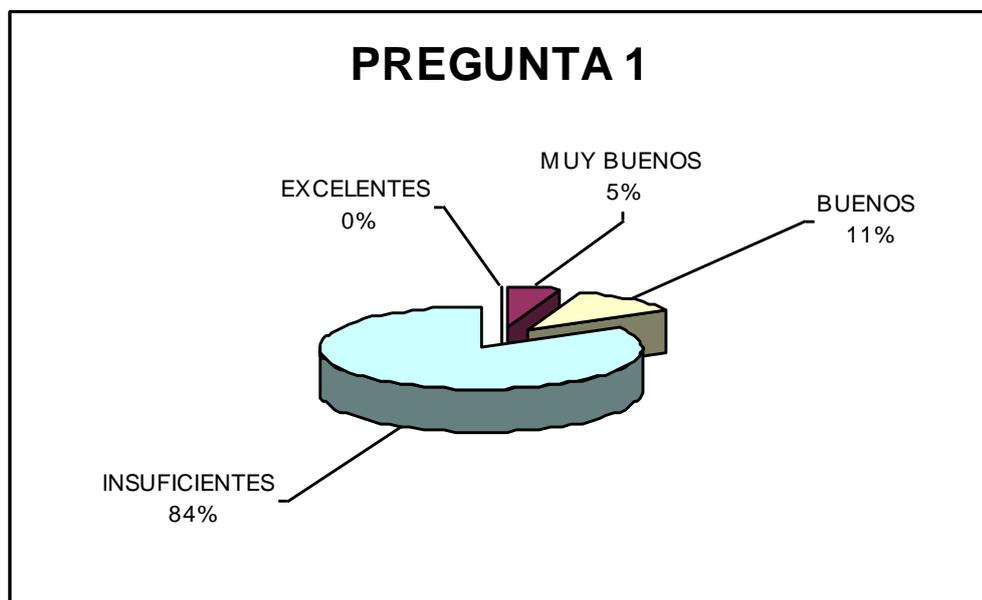


GRÁFICO Nº 3: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 1

Se puede observar que casi la totalidad de los investigados manifiestan que sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son **INSUFICIENTES**. Mientras que un porcentaje bastante minoritario afirma que sus conocimientos son entre **MUY BUENOS Y BUENOS**.

2. **Conoce usted todos y cada uno de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, con sus bases teóricas y prácticas:**

A la segunda pregunta los encuestados contestaron:

a) En su totalidad	2	Equivalente al	1%
b) Medianamente	9	Equivalente al	7%
c) Unos pocos de ellos	93	Equivalente al	69%
d) Desconozco	31	Equivalente al	23%

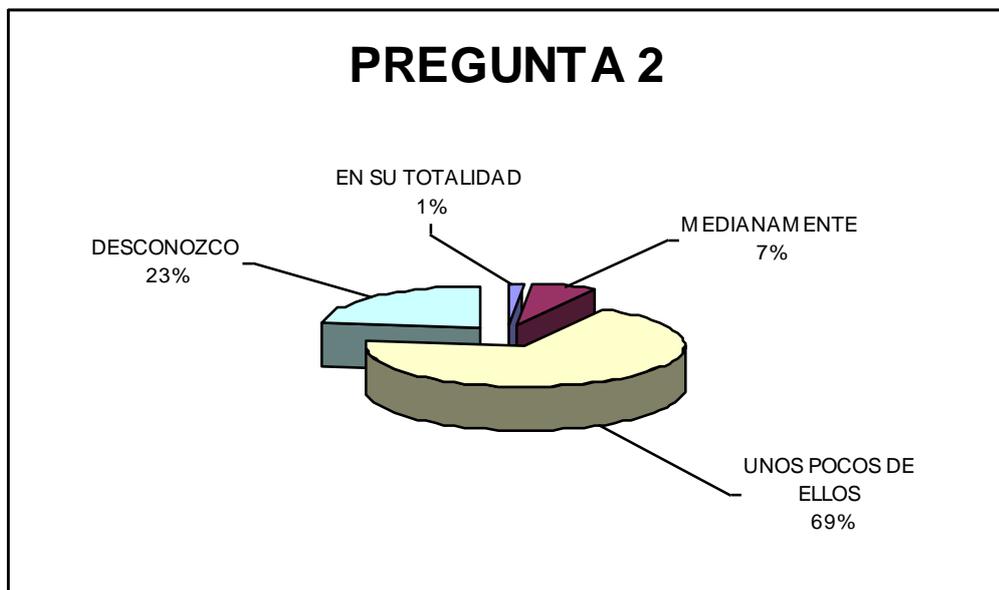


GRÁFICO Nº 4: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 2

Sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, con sus bases teóricas y prácticas, los docentes en su mayoría manifiestan que conocen **unos pocos de ellos**, dando a entender que desconocen varios de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

**3. Cree usted que los contenidos de cada Técnica Individual del fútbol contribuyen a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol:**

A la tercera pregunta los investigados contestaron:

a) Significativamente	113	Equivalente al	84%
b) Medianamente	11	Equivalente al	8%
c) Parcialmente	7	Equivalente al	7%
d) No contribuyen	4	Equivalente al	1%

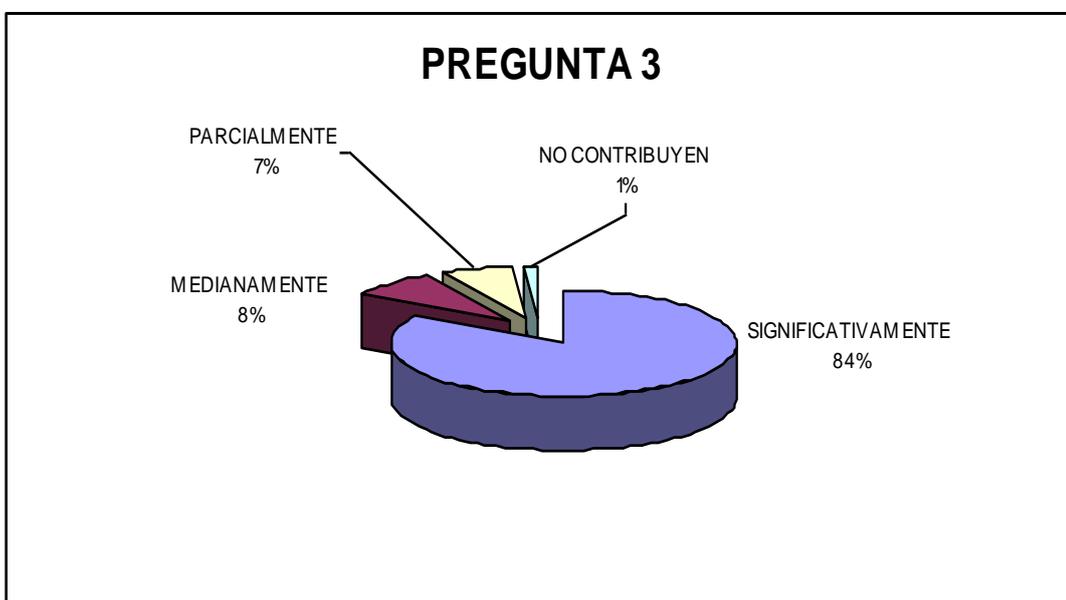


GRÁFICO Nº 5: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 3

De los resultados obtenidos la gran mayoría de docentes argumentan que los contenidos de cada Técnica Individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol. Un pequeño porcentaje de docentes distribuyen sus criterios entre medianamente, parcialmente y que no contribuyen a lograr los objetivos.

**4. Estima usted que los Fundamentos Técnicos Individuales del fútbol, dentro de su actividad profesional son:**

A la cuarta pregunta los encuestados contestaron:

a) Fundamentales	105	Equivalente al	78%
b) Necesarios	24	Equivalente al	18%
c) Medianamente necesarios	6	Equivalente al	4%
d) Innecesarios	0	Equivalente al	0%

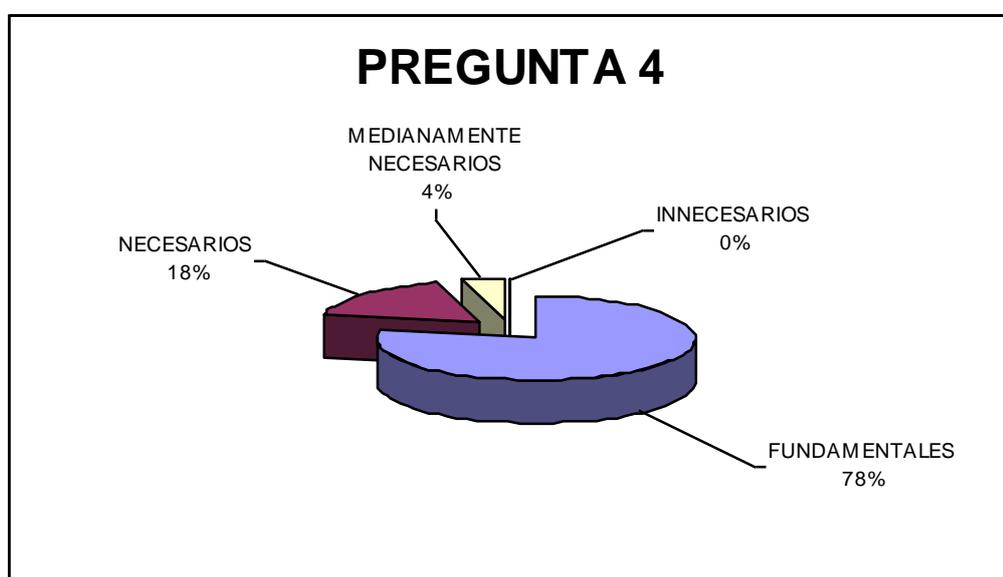


GRÁFICO Nº 6: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 4

En la presente pregunta, las tres cuartas partes de los docentes manifiestan que los Fundamentos Técnicos Individuales del fútbol, dentro de su actividad profesional son **fundamentales** para la enseñanza de esta actividad deportiva, necesitando una mejor preparación dentro de este campo del conocimiento deportivo.

**5. Qué tantos conocimientos sobre los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol considera que debería tener el profesional de la Educación Física:**

A la quinta pregunta los encuestados contestaron:

a) Muchos	104	Equivalente al	77%
b) Suficientes	25	Equivalente al	19%
c) Pocos	3	Equivalente al	2%
d) Ninguno	3	Equivalente al	2%

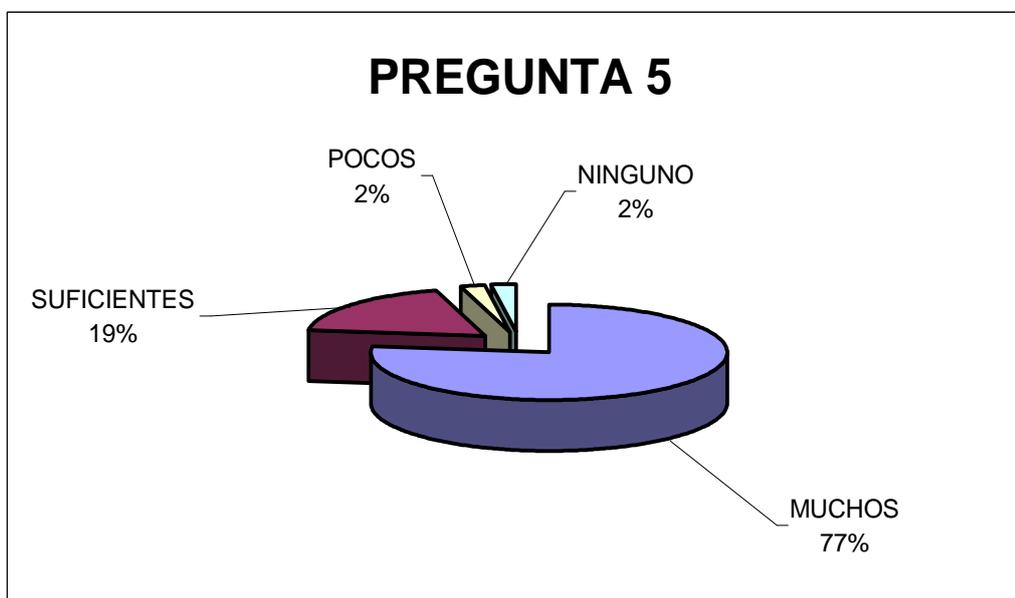


GRÁFICO Nº 7: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 5

De los resultados obtenidos podemos deducir que las tres cuartas partes de los docentes afirman que un docente de educación física debe tener **muchos** conocimientos sobre los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol.

**6. Considera usted que las Estrategias Metodológicas que utilizan los Docentes de Educación Física para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son:**

A la sexta pregunta los encuestados contestaron:

a) Muy adecuadas	5	Equivalente al	4%
b) Adecuadas	10	Equivalente al	7%
c) Poco adecuadas	107	Equivalente al	79%
d) Nada adecuadas	13	Equivalente al	10%

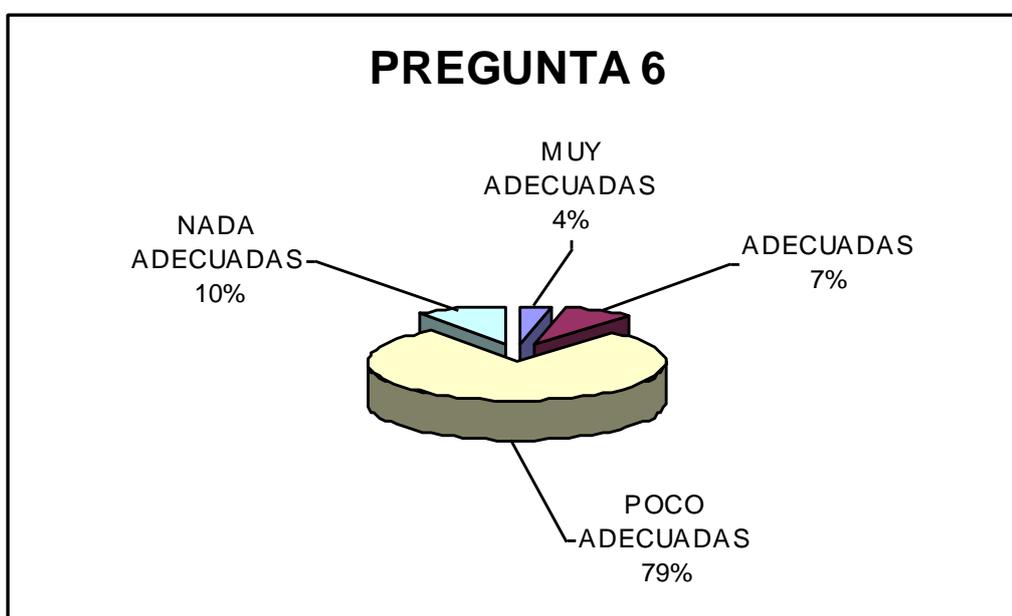


GRÁFICO Nº 8: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 6

A la sexta pregunta la mayoría de docentes afirman que las Estrategias Metodológicas que utilizan los Docentes de Educación Física para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son **poco adecuadas**. En cambio un mínimo porcentaje de docentes afirman que son nada adecuadas, muy adecuadas y adecuadas.

**7. Cree usted que los recursos didácticos que usted utiliza para la enseñanza de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol son:**

A la séptima pregunta los investigados contestaron:

a) Suficientes	15	Equivalente al	11%
b) Medianamente suficientes	21	Equivalente al	16%
c) Insuficientes	99	Equivalente al	73%

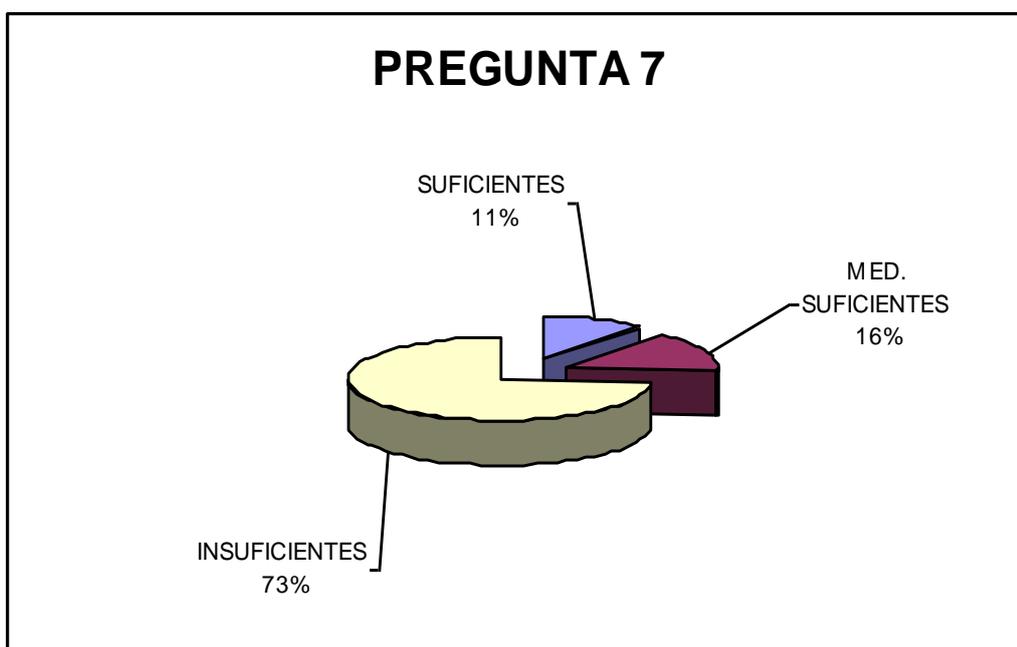


GRÁFICO Nº 9: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 7

Analizando los resultados se puede deducir que las tres cuartas partes de docentes de educación física, manifiestan que son **insuficientes** los recursos didácticos que utilizan para la enseñanza de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol. En cambio un pequeño grupo de docentes manifiestan que son suficientes y medianamente suficientes.

**8. En cuanto al sistema de evaluación que utilizan los docentes para evaluar los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, cree usted que este sistema es:**

A la octava pregunta los informantes contestaron:

a) Muy adecuado	3	Equivalente al	2%
b) Medianamente adecuado	15	Equivalente al	11%
c) Adecuado	28	Equivalente al	21%
d) Poco adecuado	89	Equivalente al	66%

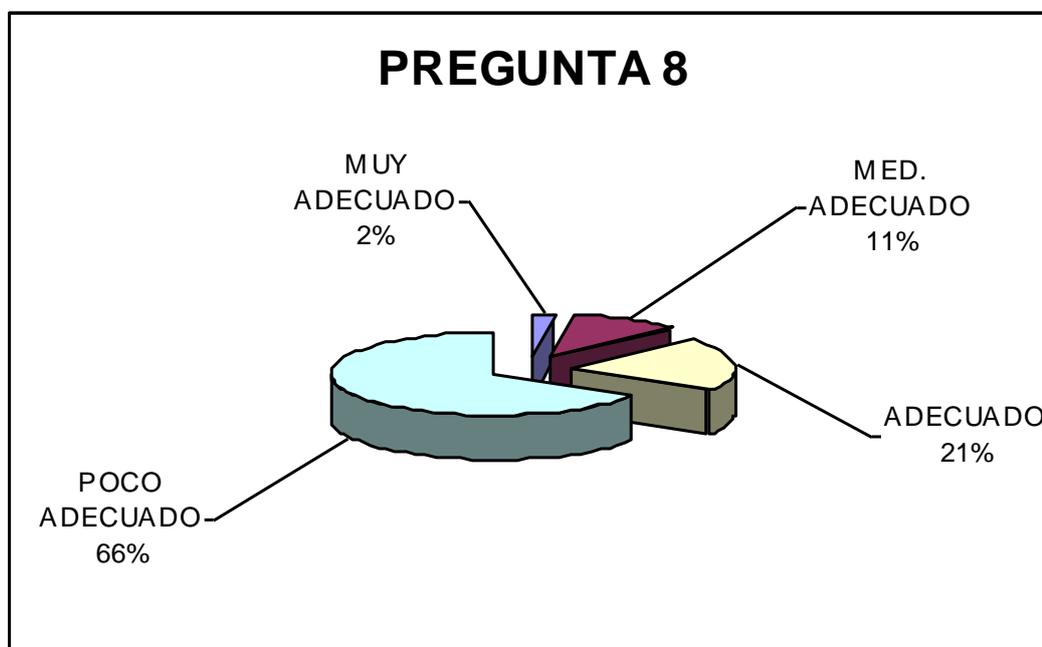


GRÁFICO Nº 10: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 8

En esta interrogante aplicada a los docentes de educación física, más de la mitad de ellos afirman que el sistema de evaluación que utilizan los docentes para evaluar los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, es **poco adecuado**. En contraposición a la mayoría, un grupo pequeño de docentes afirman que el sistema de evaluación es muy adecuado, medianamente adecuado y adecuado.

**9. Está de acuerdo que la enseñanza del Fútbol y sus Fundamentos Técnicos Individuales, deben ser enseñados teórica y prácticamente en su actividad docente:**

A la novena pregunta los informantes contestaron:

a) Completamente de acuerdo	106	Equivalente al	78%
b) Medianamente de acuerdo	24	Equivalente al	18%
c) De acuerdo	5	Equivalente al	4%
d) En desacuerdo	0	Equivalente al	0%

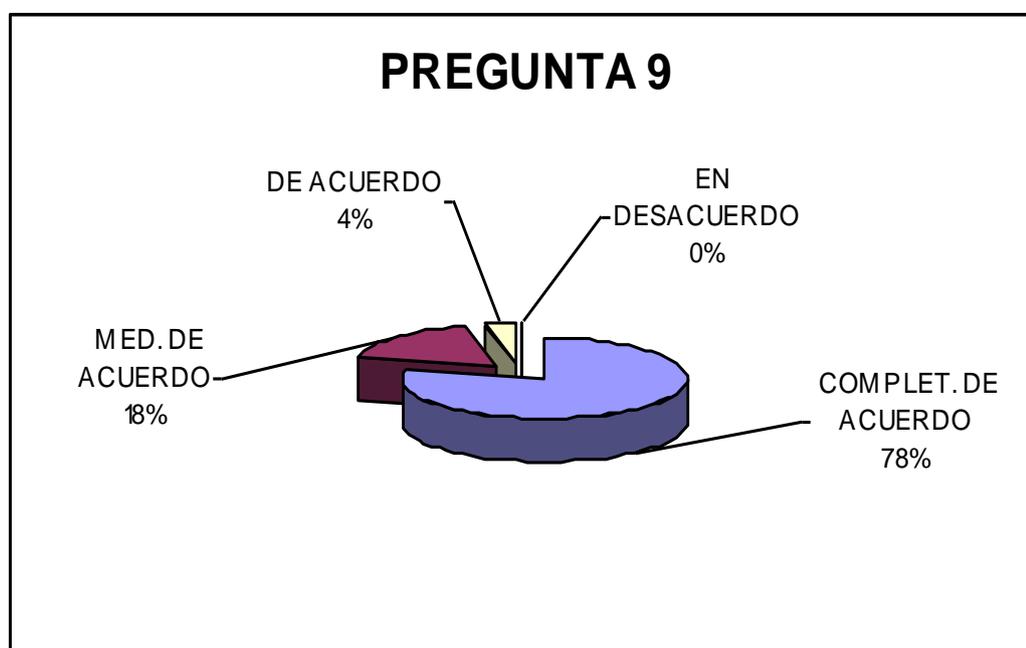


GRÁFICO Nº 11: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 9

Mediante este instrumento de recolección de información más de las tres cuartas partes de docentes de educación física manifiestan con severidad que están **completamente de acuerdo** que la enseñanza del Fútbol y sus Fundamentos Técnicos Individuales, deben ser enseñados teórica y prácticamente en su actividad docente.

**10. De qué manera aplica usted los conocimientos de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol tanto teórica como prácticamente:**

A la décima pregunta los investigados contestaron:

a) Teoría y práctica	12	Equivalente al	9%
b) Sólo teóricamente	33	Equivalente al	24%
c) Sólo en el campo práctico	43	Equivalente al	32%
d) Ninguno	47	Equivalente al	35%

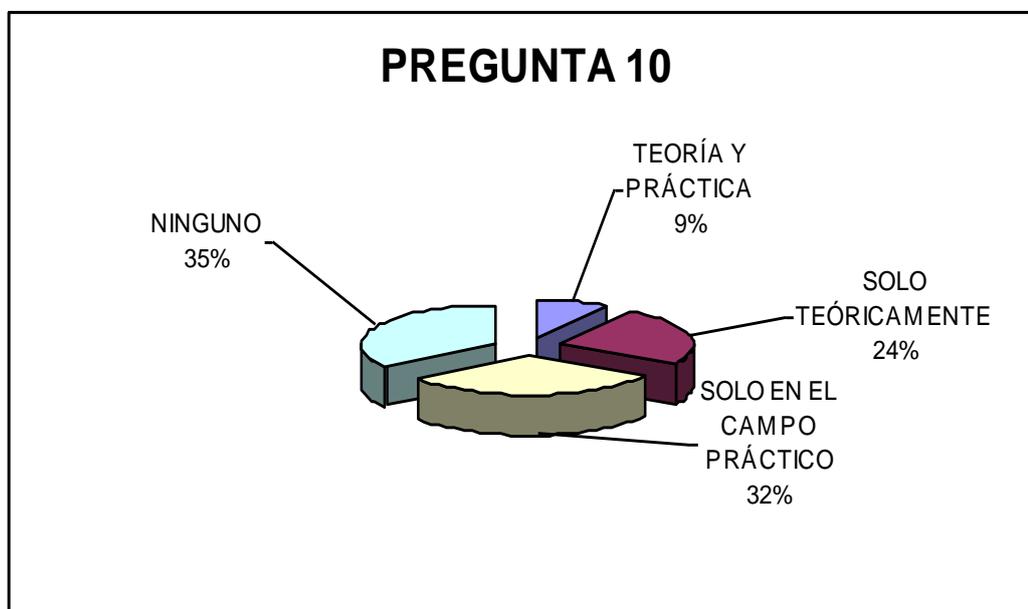


GRÁFICO Nº 12: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 10

Con los resultados obtenidos se puede confirmar que los docentes de educación física no tienen un criterio mayoritario, ya que se dividen los resultados de una manera equidistante, donde alrededor de una tercera parte de docentes manifiestan que los conocimientos de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol son aplicados solo **en el campo práctico**; otra tercera parte manifiestan que son aplicados sólo teóricamente y más de una tercera parte manifiestan que no aplican ninguno, es decir ni teórica ni prácticamente.

**11. Considera usted que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, afecta al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes de este deporte:**

A la décima primera pregunta los encuestados contestaron:

a) Afecta significativamente	83	Equivalente al	62%
b) Afecta poco	33	Equivalente al	24%
c) No afecta nada	19	Equivalente al	14%

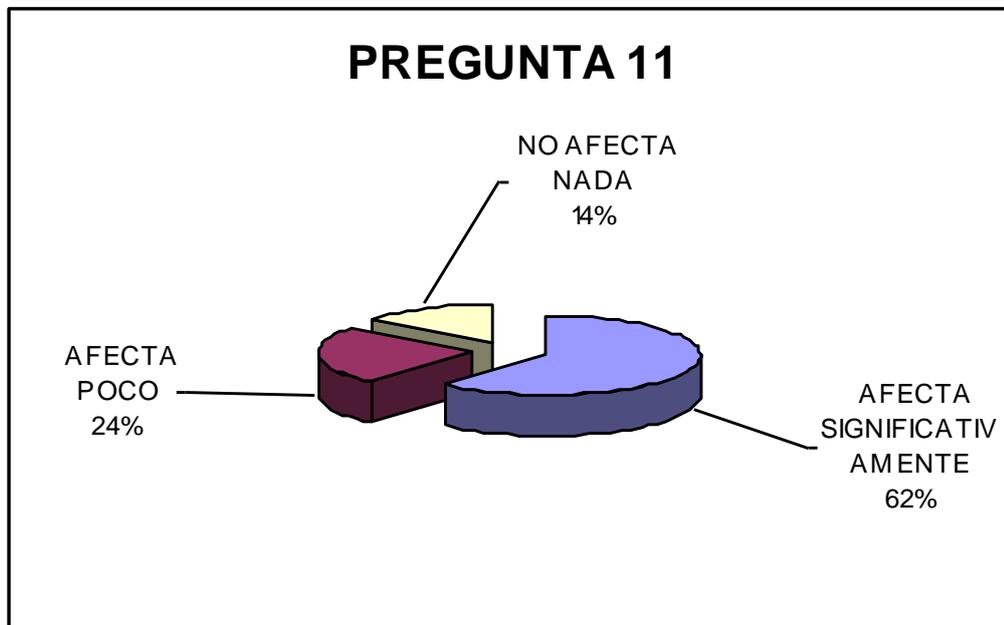


GRÁFICO Nº 13: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 11

De acuerdo a los resultados obtenidos más de la mitad de los docentes investigados aseguran que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, **afecta significativamente** al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes de este deporte. En cambio unos pocos docentes afirman que afecta poco y nada.

**12. Según su criterio cuál es su nivel de planificación diaria sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol que utiliza en su práctica docente profesional:**

A la décima segunda pregunta los investigados contestaron:

a) Excelente	6	Equivalente al	4%
b) Muy bueno	14	Equivalente al	10%
c) Bueno	16	Equivalente al	12%
d) Regular	81	Equivalente al	61%
e) Malo	18	Equivalente al	13%

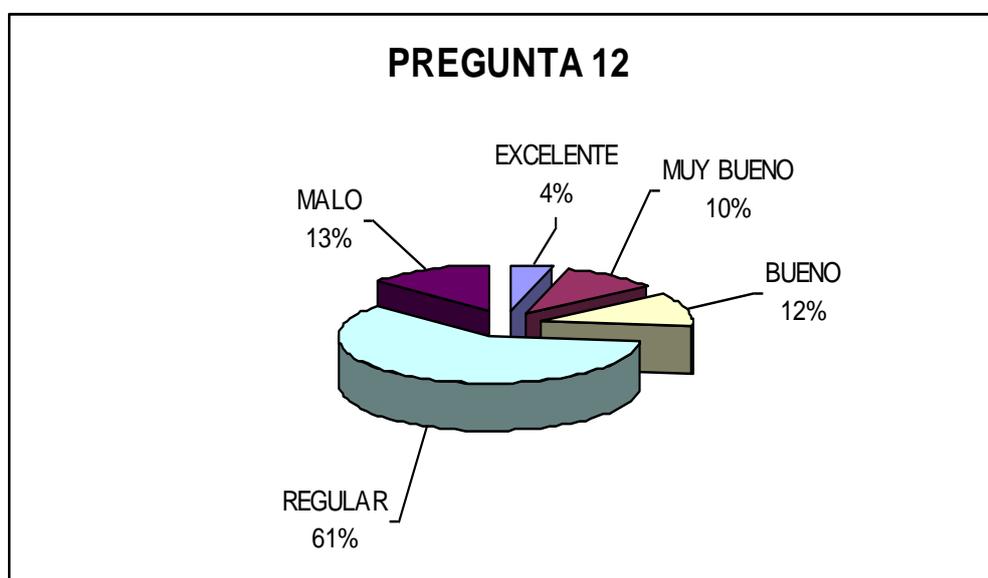


GRÁFICO Nº 14: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 12

Según los resultados presentados, un porcentaje mayoritario de docentes confirman que su nivel de planificación diaria sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol que utiliza en su práctica docente profesional es **regular**, con criterio contrario un porcentaje minoritario de docentes manifiestan que sus niveles de planificación es excelente, muy buena, buena y mala.

**13. Estima usted que un Manual Didáctico innovador de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, como documento guía para la enseñanza, sería:**

A la décima tercera pregunta los informantes contestaron:

a) De gran utilidad	132	Equivalente al	98%
b) De mediana utilidad	3	Equivalente al	2%
c) De poca utilidad	0	Equivalente al	0%
d) Nada útil	0	Equivalente al	0%

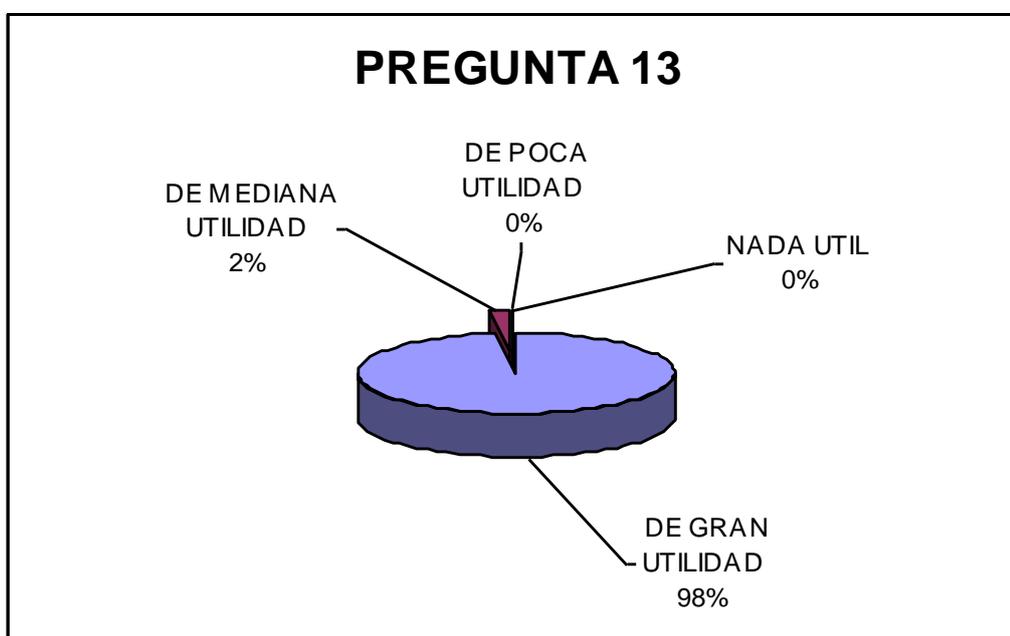


GRÁFICO Nº 15: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 13

En la presente pregunta, se puede observar que casi la totalidad de docentes aseguran que un Manual Didáctico innovador de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, sería de **gran utilidad** y serviría como documento guía para la planificación y enseñanza de la técnica individual del fútbol.

**14. Un Manual Didáctico en formato escrito y en Software Informático, básicamente deberá contener:**

A la décima cuarta pregunta los encuestados contestaron:

a) Los contenidos a desarrollar en la asignatura	0	Equivalente al	0%
b) Los objetivos que se pretende alcanzar.	0	Equivalente al	0%
c) Las estrategias metodológicas con las que se debe trabajar cada fundamento técnico individual del fútbol.	4	Equivalente al	3%
d) Formas de cómo evaluar cada fundamento técnico individual del fútbol.	0	Equivalente al	0%
e) Todas las anteriores	131	Equivalente al	97%

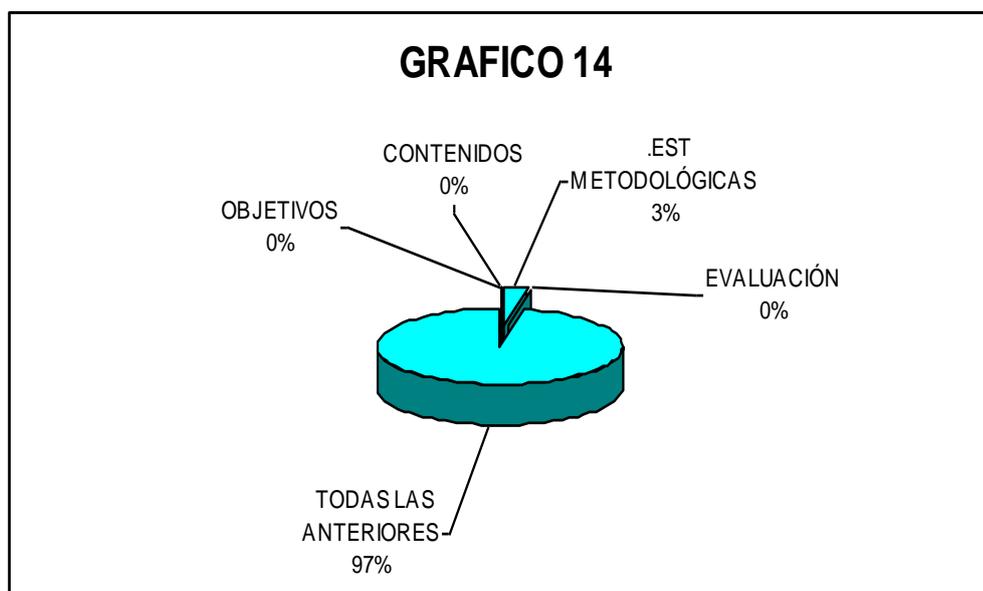


GRÁFICO Nº 16: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 14

En esta interrogante casi la totalidad de los docentes manifiestan que el Manual Didáctico en formato escrito y en Software Informático, básicamente debe contener objetivos, contenidos, estrategias metodológicas y criterios de evaluación, es decir **todas las anteriores**.

**15. Le gustaría manejar un sistema informático didáctico de Planes Diarios de clases sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, que le ayude a estructurar una gran variedad de planes diarios:**

A la décima quinta pregunta los investigados contestaron:

a) Si	116	Equivalente al	87%
b) Posiblemente	11	Equivalente al	8%
c) No	7	Equivalente al	5%

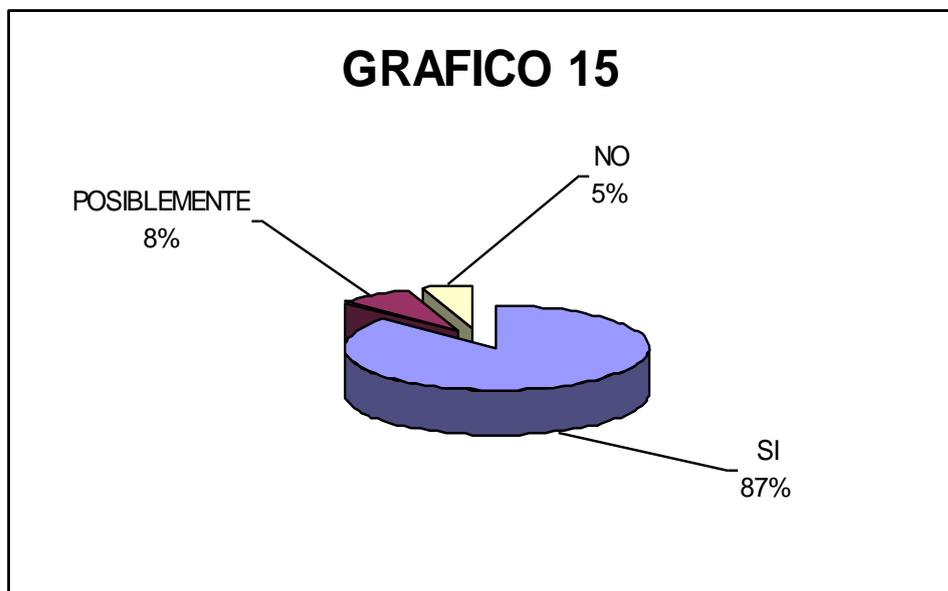


GRÁFICO Nº 17: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LA PREGUNTA Nº 15

Según los resultados obtenidos se asegura que un alto porcentaje de docentes manifiestan que **si** les gustaría manejar un sistema informático didáctico de Planes Diarios de clases sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, porque les ayudará a estructurar una gran variedad de planes diarios.

#### 4.1.2 MATRICES DE RESPUESTAS PRINCIPALES O PRIORITARIAS

##### 1. Sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, usted los cataloga como?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	PORCENTAJE
DOCENTES	INSUFICIENTES	113	84%

De acuerdo a los resultados y porcentajes de esta pregunta podemos concluir que la mayoría de docentes encuestados (84%) consideran que son **insuficientes** sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol.

##### 2. Conoce usted todos y cada uno de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, con sus bases teóricas y prácticas?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	PORCENTAJE
DOCENTES	UNOS POCOS DE ELLOS	93	69%

Los docentes de mayor porcentaje (69%), consideran que conocen **unos pocos de ellos** sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol, tanto en el aspecto teórico como práctico.

##### 3. Cree usted que los contenidos de cada Técnica Individual del fútbol contribuyen a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	PORCENTAJE
DOCENTES	SIGNIFICATIVAMENTE	113	84%

En la pregunta tercera, una gran mayoría de los encuestados (84%) manifiestan que los contenidos de cada técnica individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol.

**4. Estima usted que los Fundamentos Técnicos Individuales del fútbol, dentro de su actividad profesional son:**

<b>ENCUESTADOS</b>	<b>RESPUESTA MAYORITARIA</b>	<b>Nº DE RESPUESTAS</b>	<b>PORCENTAJE</b>
DOCENTES	FUNDAMENTALES	105	78%

De acuerdo a la respuesta mayoritaria de esta pregunta, 123 encuestados equivalente al 78%, manifiestan que los fundamentos técnicos individuales del fútbol, son **fundamentales** dentro de su actividad profesional.

**5. Qué tantos conocimientos sobre los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol considera que debería tener el profesional de la Educación Física?**

<b>ENCUESTADOS</b>	<b>RESPUESTA MAYORITARIA</b>	<b>Nº DE RESPUESTAS</b>	<b>PORCENTAJE</b>
DOCENTES	MUCHOS	104	77%

Al observar los resultados de esta pregunta, aducimos que el 77% de las personas encuestadas consideran que los profesionales de la Educación Física deben tener **muchos** conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales para la enseñanza del fútbol.

**6. Considera usted que las Estrategias Metodológicas que utilizan los Docentes de Educación Física para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son?.**

<b>ENCUESTADOS</b>	<b>RESPUESTA MAYORITARIA</b>	<b>Nº DE RESPUESTAS</b>	<b>PORCENTAJE</b>
DOCENTES	POCO ADECUADAS	107	79%

El 79% de Docentes consideran que las estrategias metodológicas que utilizan los docentes de Educación Física son **poco adecuadas** para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

7. Cree usted que los recursos didácticos que usted utiliza para la enseñanza de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol son?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	INSUFICIENTES	99	73%

El 73% de docentes encuestados manifiestan que son **insuficientes** los recursos didácticos que utilizan para la enseñanza de cada fundamento técnico individual del fútbol.

8. En cuanto al sistema de evaluación que utilizan los docentes para evaluar los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, cree usted que éste es?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	POCO ADECUADO	89	66%

La mayoría de los encuestados (66%) manifiestan que el sistema de evaluación utilizado por los docentes es **poco adecuado** para evaluar cada fundamento técnico individual del fútbol.

9. Está de acuerdo que la enseñanza del Fútbol y sus Fundamentos Técnicos Individuales, deben ser aplicados teórica y prácticamente en su actividad docente?

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	COMPLETAMENTE DE ACUERDO	106	78%

El mayor porcentaje de encuestados (78%) aseguran que están **completamente de acuerdo** que para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol deben ser aplicados y enseñados tanto teórica como prácticamente.

**10. De qué manera aplica usted los conocimientos de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol tanto teórica como prácticamente?**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	NINGUNO	47	35%
DOCENTES	SOLO EN EL CAMPO PRACTICO	43	32%
DOCENTES	SOLO TEORICAMENTE	33	24%

En esta décima pregunta existen tres respuestas consideradas principales, en las que el 35% de los investigados afirman que no aplican **ninguno** de los ítems, es decir ni teórica ni prácticamente los fundamentos técnicos individuales del fútbol; el 32% en cambio dicen que aplican **sólo en el campo práctico** más no en forma teórica, y, el 24% informan que lo hacen solamente **en forma teórica**.

**11. Considera usted que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, afecta al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes:**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	AFECTA SIGNIFICATIVAMENTE	83	62%

Los docentes investigados equivalentes al 62% estiman que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, **afecta significativamente** al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes del fútbol.

**12. Según su criterio cual es su nivel de planificación diaria sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol que utiliza en su práctica docente profesional?**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	REGULAR	81	61%

Un grupo importante de informantes (61%) se pronuncian en que sus actividades de planificación diaria son **regulares** sobre la técnica individual del fútbol, utilizada en su práctica docente profesional.

**13. Estima usted que un Manual Didáctico innovador de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, como documento guía para la enseñanza, sería:**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	DE GRAN UTILIDAD	132	98%

Casi la totalidad de las personas investigadas equivalentes al 98% estiman que el Manual Didáctico de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, será **de gran utilidad**, ya que servirá como documento guía para la enseñanza y aprendizaje.

**14. Un Manual Didáctico en formato escrito y en Software Informático, básicamente deberá contener:**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	TODOS LOS ANTERIORES	131	97%

El 97% de personas investigadas, aseguran que en el Manual Didáctico debe existir **todos los anteriores**, es decir contenidos, objetivos,

estrategias metodológicas y formas de evaluación en cada uno de los planes diarios de todos los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

**15. Le gustaría manejar un sistema informático didáctico de Planes Diarios sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, que le ayude a estructurar una gran variedad de planes diarios?:**

ENCUESTADOS	RESPUESTA MAYORITARIA	Nº DE RESPUESTAS	%
DOCENTES	SI	116	87%

Casi la totalidad de los encuestados (87%) afirman que **si** les gustaría manejar un sistema informático didáctico que les ayude a planificar y estructurar planes diarios de cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

**4.1.3 MATRICES DE ANALISIS DE PREGUNTAS MAYORITARIAS POR BLOQUES DE PREGUNTAS**

**4.1.3.1 PRIMER BLOQUE: PREGUNTAS 1 - 2 - 3 - 4 - 5**

PREGUNTAS	INDICADORES	Nº DOCENTES	% MAYOR
1	d) Insuficientes	113	84%
2	c) Unos pocos de ellos	93	69%
3	a) Significativamente	113	84%
4	a) Fundamentales	105	78%
5	a) Muchos	104	77%

TABLA Nº 3: MATRIZ DE ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL PRIMER BLOQUE.

En este primer bloque de preguntas, se determina que el 84% representa el mayor porcentaje correspondiente a las preguntas 1 y 3, en las que los encuestados manifiestan que sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son **insuficientes**. En la pregunta 3 también con el 84% afirman que los contenidos de cada técnica individual

contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol.

#### 4.1.3.2 SEGUNDO BLOQUE: PREGUNTAS 6 – 7 – 8 – 9 – 10

PREGUNTAS	INDICADORES	Nro. DOCENTES	% MAYOR
6	c) Poco adecuadas	107	79%
7	c) Insuficientes	99	73%
8	d) Poco adecuado	89	66%
9	a) Completamente de acuerdo	106	78%
10	d) Ninguno c) Sólo en el campo práctico	47 43	35% 32%

TABLA Nº 4: MATRIZ DE ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL SEGUNDO BLOQUE.

En este segundo bloque de preguntas, se determina que el 79% es el porcentaje mayoritario correspondiente a la pregunta Nº 6, en la que los encuestados manifiestan que las estrategias metodológicas que utilizan los docentes son **poco adecuadas** para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol. El segundo mayor porcentaje es el 78% correspondiente a la pregunta Nº 9, en la que los investigados afirman que **están completamente de acuerdo** en que la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol se debe hacer tanto en el campo teórico como en el campo práctico.

#### 4.1.3.3 TERCER BLOQUE: PREGUNTAS 11 – 12 – 13 – 14 – 15

PREGUNTAS	INDICADORES	Nº DOCENTES	% MAYOR
11	a) Afecta significativamente	83	62%
12	d) Regular	81	61%
13	a) De gran utilidad	132	98%
14	e) Todas las anteriores	131	97%
15	a) Si	116	87%

TABLA Nº 5: MATRIZ DE ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL TERCER BLOQUE.

En este tercer bloque, por considerarse porcentajes altos, se analizarán a los tres más altos. Se puede observar que la pregunta N° 13 alcanza el 98% como el porcentaje mayoritario, en la que los investigados manifiestan que un Manual Didáctico de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, será **de gran utilidad** como documento guía para la enseñanza de los mismos. De igual manera el segundo porcentaje mayoritario corresponde a la pregunta N° 14 con el 97%, en la que los encuestados aseguran que un Manual Didáctico en formato escrito y en Software Informático, en su estructura debe constar **todos los anteriores, es decir**, objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, recursos didácticos y formas adecuadas de evaluación, para una planificación adecuada. Por último el tercer porcentaje más alto de este bloque se encuentra en la pregunta N° 15, con el 87%, en la misma que los informantes manifiestan que **si** les gustaría manejar un sistema informático didáctico de planes diarios sobre Fundamentos técnicos Individuales del Fútbol, el mismo que les ayudará a estructurar una gran variedad de planes diarios diferentes.

#### 4.1.4 ANALISIS GENERAL DE RESULTADOS POR BLOQUES SEGÚN PORCENTAJES MAYORITARIOS.

BLOQUES	PREGUNTAS	INDICADORES	# DOCENTES	% MAYOR
1ro	1	Insuficientes	113	84%
	3	Significativamente	113	84%
2do.	6	Poco adecuadas	107	79%
3ro.	13	De gran utilidad	132	98%

TABLA N° 6: ANÁLISIS GENERAL DE RESULTADOS POR BLOQUES SEGÚN PORCENTAJES MAYORITARIOS DEL TERCER BLOQUE.

Una vez analizados los porcentajes más altos de las preguntas correspondientes a los tres bloques, identificamos a la pregunta N° 13 con el 98%, correspondiente al tercer bloque, como la pregunta de más alto porcentaje, en la que las personas investigadas manifiestan que un

Manual Didáctico de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, será **de gran utilidad**, para el proceso de aprendizaje y enseñanza y que se considerará como un verdadero documento guía y de consulta. Así mismo los segundos porcentajes mayoritarios corresponden a las preguntas N° 1 y 3 del primer bloque, en las que los informantes afirman que sus conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol **son insuficientes** y que los contenidos de cada técnica individual contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol. El tercer porcentaje corresponde a la pregunta N° 6 del segundo bloque con el 79%, en la que 107 encuestados manifiestan que las estrategias metodológicas que utilizan los docentes son **poco adecuadas** para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol.

#### 4.1.5 MATRIZ DE RESUMEN DE RESPUESTAS PRIORITARIAS

PREGUNTAS	INDICADORES	# DOCENTES	% MAYORIT.
1	d) Insuficientes	113	84%
2	c) Unos pocos de ellos	93	69%
3	a) Significativamente	113	84%
4	a) Fundamentales	105	78%
5	a) Muchos	104	77%
6	c) Poco adecuadas	107	79%
7	c) Insuficientes	99	73%
8	d) Poco adecuado	89	66%
9	a) Completamente de acuerdo	106	78%
10	d) Ninguno c) Sólo en el campo práctico	47 43	35% 32%
11	a) Afecta significativamente	83	62%
12	d) Regular	81	61%
13	a) De gran utilidad	132	98%
14	e) Todas las anteriores	131	97%
15	a) Si	116	87%

TABLA N° 7: MATRIZ DE RESUMEN DE RESPUESTAS PRIORITARIAS.

#### 4.1.6 CONCLUSIONES DEL DIAGNÓSTICO

**CONCLUSIÓN DE LA PREGUNTA 1:** De las cuatro opciones planteadas, el porcentaje mayor se ubica en **insuficientes**, por lo tanto el 84% manifiestan que son **insuficientes** sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol.

**CONCLUSIÓN DE LA PREGUNTA 2:** Observadas las opciones que plantea la segunda pregunta, el mayor porcentaje se establece en **unos pocos de ellos**, correspondiendo al 69%, consecuentemente podemos concluir que 93 encuestados creen que conocen **unos pocos de ellos** sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol, tanto en el aspecto teórico como práctico.

**CONCLUSIÓN A LA PREGUNTA 3:** De acuerdo a los resultados obtenidos en la pregunta tres, podemos observar que el mayor porcentaje se ubica en el 84%, con la opción **significativamente**, por lo que podemos manifestar que los contenidos de cada técnica individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol.

##### 4.1.6.1 CONCLUSIONES DE LAS PREGUNTAS 1, 2 y 3

- En este primer bloque de preguntas podemos concluir que un alto porcentaje de informantes manifiestan que sus conocimientos, **son insuficientes**, sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol.
- De igual manera concluimos que en base al criterio de la mayoría de informantes, afirman que de todos y cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, conocen sólo a **unos pocos de ellos**, tanto en el aspecto teórico como en el aspecto práctico, lo que dificulta la enseñanza en su totalidad.

- Así mismo afirmamos que un porcentaje importante de docentes investigados aseguran que los contenidos de cada técnica individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol, considerándose que la base para formar futuros futbolistas es la verdadera y adecuada enseñanza de la técnica individual, de una manera planificada.

**PREGUNTA 4:** El 78% de los encuestados sostienen que los conocimientos tanto teóricos como prácticos y el dominio de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, son fundamentales dentro de su actividad profesional.

**PREGUNTA 5:** Se puede apreciar que el mayor porcentaje está ubicado en el 77%, en el que los informantes consideran que los profesionales de la Educación Física deben tener muchos conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales para la enseñanza del fútbol.

#### **4.1.6.2 CONCLUSIONES A LAS PREGUNTAS 4 Y 5**

- Observando las respuestas mayoritarias de este bloque de preguntas, podemos concluir que los encuestados consideran que dentro de la actividad profesional como docentes de educación Física, deben tener conocimientos tanto **teóricos como prácticos** sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol, ya que son fundamentales para la enseñanza y práctica de cada uno de ellos.
- De igual manera un porcentaje bastante representativo afirman que un profesional de la Educación Física debe tener **muchos** conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales para la enseñanza del fútbol, en su contexto formativo.

**PREGUNTA 6:** De las opciones planteadas en la pregunta seis, el 79% de los encuestados consideran que las estrategias metodológicas que

utilizan los docentes de Educación Física son poco adecuadas para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

**PREGUNTAS 7:** Siendo el 73%, la mayoría de docentes investigados confirman que son insuficientes los recursos didácticos que utilizan para la enseñanza de cada fundamento técnico individual del fútbol, y hasta cierto punto no existen o se improvisan.

**PREGUNTA 8:** Alrededor de 89 informantes contestan que están seguros que el sistema de evaluación utilizado por los docentes es poco adecuado para evaluar cada fundamento técnico individual del fútbol, debido a que carecen de los mismos y de precisión.

#### **4.1.6.3 CONCLUSIONES A LAS PREGUNTAS 6, 7 Y 8**

- En este bloque de preguntas y basados en los porcentajes mayoritarios, podemos concluir que los recursos didácticos que utilizan los docentes de cultura física son **insuficientes** para la enseñanza de cada fundamento técnico individual; así como también manifiestan que las estrategias metodológicas utilizadas son **poco adecuadas**. De igual manera afirman que los criterios para evaluar el aprendizaje de cada fundamento técnico individual del fútbol, son **poco adecuados**, debido a que carecen de objetividad y precisión.

**PREGUNTA 9:** De los resultados obtenidos se puede observar que un total de 106 informantes, equivalentes al 78%, manifiestan que están completamente de acuerdo que para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol deben ser aplicados y enseñados tanto teórica como prácticamente.

**PREGUNTA 10:** De las opciones planteadas en la pregunta diez, se puede observar que el 35% de los investigados afirman que no aplican ninguno de los ítems, es decir ni teórica ni prácticamente los fundamentos

técnicos individuales del fútbol; el 32% en cambio dicen que aplican sólo en el campo práctico más no en forma teórica, y, el 24% informan que lo hacen solamente en forma teórica.

#### 4.1.6.4 CONCLUSIONES A LAS PREGUNTAS 9 Y 10

- Se puede concluir que la gran mayoría de informantes están seguros que la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, se lo debe hacer tanto en el **campo práctico como en el campo teórico**; porque todo conocimiento práctico debe tener obligatoriamente su base teórica.
- En lo referente a la pregunta diez podemos afirmar que existen criterios valiosos, donde no existen porcentajes mayoritarios significativos, porque en las tres opciones existen porcentajes importantes; es decir que la tercera parte de los investigados dicen que no enseñan los fundamentos técnicos individuales del fútbol, **ni en forma teórica ni práctica**. Otra tercera parte aduce que enseñan sólo **en forma práctica** y 33 informantes manifiestan que por falta de la implementación y la infraestructura, enseñan sólo **en forma teórica**, sin ninguna planificación.

**PREGUNTA 11:** Un total de 83 informantes equivalente al 62%, manifiestan que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, afecta significativamente al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes del fútbol.

**PREGUNTA 12:** Observando el porcentaje mayoritario, se puede concluir que el 61% de docentes informantes aseveran que sus actividades de planificación diaria son **regulares** sobre la técnica individual del fútbol, utilizada en su práctica docente profesional, es decir que casi no

planifican constantemente sus clases de fútbol, especialmente en su enseñanza y aprendizaje.

#### 4.1.6.5 CONCLUSIONES A LAS PREGUNTAS 11 Y 12

- Observando los resultados de estas preguntas podemos aseverar que los docentes de cultura física tienen un **nivel regular a malo** de planificación diaria de sus clases para la enseñanza y aprendizaje de sus clases de fútbol y su técnica individual; y que la falta de planificación diaria y la improvisación de las clases de técnica individual **afecta significativamente** en el proceso formativo de aprendizaje.

**PREGUNTA 13:** Un total de 132 informantes, equivalente al 98% manifiestan que será de gran utilidad un Manual Didáctico de planes diarios de fundamentos técnicos individuales del fútbol, el mismo que se convertirá en un documento guía y de consulta

**PREGUNTA 14:** Observando el porcentaje mayoritario, se puede concluir que el 97% de informantes aseveran que un Manual Didáctico en formato escrito y en software informático, debe estar estructurado de tal manera que contenga: objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, recursos didácticos y evaluación, para que sea considerado como un verdadero documento guía y de consulta.

#### 4.1.6.6 CONCLUSIONES A LAS PREGUNTAS 13 Y 14

- Como conclusión podemos decir que un Manual Didáctico para que produzca los efectos que se pretende alcanzar, **debe tener objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, recursos didácticos y criterios de evaluación** en cada plan de clase con que aporta este manual y que sea de fácil manejo y utilización; y, por ende, dicho Manual será de **gran utilidad** como documento guía de estudio,

consulta y de trabajo, y que ayudará a motivar la planificación diaria de cada fundamento técnico individual del fútbol, conduciendo de esta manera a un mejor aprendizaje.

**PREGUNTA 15:** Se puede apreciar que el porcentaje mayoritario está ubicado en el 87% en que los encuestados afirman gustosos que si les gustaría manejar un sistema informático didáctico, innovador de planes diarios sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol, el mismo que ayudará con mayor facilidad a planificar diariamente y a estructurar una gran variedad de planes diarios diferentes.

#### **4.1.6.7 CONCLUSION A LA PREGUNTA 15**

- Una gran mayoría de informantes se encuentran bien interesados y dicen que **si** les gustaría manejar un Manual Didáctico en Software informático, donde le permita estructurar sus propios planes de clase, es decir de los treinta calentamientos, treinta partes principales y treinta partes finales, pueden escoger un calentamiento, una parte principal y una parte final, cada vez diferentes uno de otro, dando oportunidad a crear una gran variedad de planes diarios diferentes de cada fundamento técnico individual.

## **4.2 APROXIMACION DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS A LAS INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN**

### **4.2.1 INTERROGANTE DE INVESTIGACIÓN Nº 1**

*¿LAS DEFICIENCIAS DE CONOCIMIENTOS QUE POSEEN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA, SOBRE FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL FÚTBOL, DIFICULTARÁ LA PLANIFICACIÓN DIARIA DE CLASES?*

Del análisis del grupo investigado, se obtuvo que el mayor porcentaje de docentes manifiestan que sus conocimientos sobre Fundamentos

Técnicos Individuales del fútbol **son insuficientes**; porque solamente tienen conocimiento de **unos pocos de ellos**, tanto en el campo práctico como en el campo teórico, lo que les dificulta la elaboración de la planificación diaria, y por ende a la enseñanza total de la técnica individual, por ello consideran que los conocimientos de los mismos **son fundamentales** dentro de su actividad profesional , ya que un profesional de la educación física debe tener **muchos** conocimientos sobre cada fundamento técnico. Además consideran que los contenidos de cada técnica individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol, tomando en cuenta que la base para formar futuros futbolistas, es la verdadera y adecuada enseñanza de la técnica individual, de una manera planificada.

#### **4.2.2 INTERROGANTE DE INVESTIGACIÓN Nº 2**

*¿CUÁL ES EL GRADO DE UTILIZACIÓN DE PLANIFICACIONES DIARIAS SOBRE FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL FÚTBOL QUE POSEEN LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LOS PRINCIPALES ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS DE LA CIUDAD DE IBARRA?*

Observando los resultados obtenidos se puede aseverar que un alto porcentaje de docentes de Educación Física tienen un **nivel regular a malo** de planificación diaria de sus clases para la enseñanza y aprendizaje de sus clases de fútbol y su técnica individual. En otros casos desconocen los fundamentos técnicos individuales, lo que ni siquiera planifican o a su vez no enseñan estos contenidos.

#### 4.2.3 INTERROGANTE DE INVESTIGACIÓN N° 3

*¿CUALES SON LAS CAUSAS QUE AFECTAN A LA ENSEÑANZA DEL FÚTBOL, POR LA FALTA DE PLANIFICACIONES DIARIAS Y LA IMPROVISACIÓN DE CADA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL?*

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede afirmar que los Docentes de Educación Física, **no tienen conocimientos suficientes** sobre los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol y que incluso desconocen de algunos de ellos; a pesar de que están concientes que para enseñar a jugar fútbol, el único camino más adecuado en el aprendizaje y enseñanza, tanto en el campo práctico como en el campo teórico de cada fundamento técnico individual, es su práctica y dominio; pero su desconocimiento, la falta de infraestructura e implementación y la falta de actualización de conocimientos, no les permite planificar adecuadamente. Además afirman que para no tener estas dificultades y dejar grandes vacíos de estos importantes conocimientos del fútbol en los deportistas, un docente de Educación Física debe tener **muchos conocimientos** sobre la Técnica Individual del Fútbol y que con esta gigante base, se puede pasar a la práctica, ejecución y dominio de la técnica colectiva o juego de conjunto; actividad más compleja en la práctica del fútbol.

La falta de planificación diaria y la improvisación de las clases de la técnica individual **afectan significativamente** en el proceso formativo de aprendizaje en los alumnos deportistas y hasta cierto punto se puede producir en ellos deserción, desilusión o frustración, cosa que no le debe pasar en un docente de la Educación Física y más bien deben ser los entes motivadores, orientadores y directores del proceso enseñanza – aprendizaje, para que conviertan a sus dirigidos en grandes deportistas o futbolistas.

#### 4.2.4 INTERROGANTE DE INVESTIGACIÓN Nº 4

*¿IDENTIFICAR LA VERDADERA NECESIDAD DE UN MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS EN FORMATO ESCRITO Y EN SOFTWARE, EN EL INTERAPRENDIZAJE DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL DEL FÚTBOL?*

Como conclusión se puede decir que en base a los criterios de los docente investigados, un Manual Didáctico para que produzca los efectos que se pretende alcanzar, **debe tener objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, recursos didácticos y criterios de evaluación** en cada plan de clase con que aporta este manual y que sea de fácil manejo y utilización; y, por ende dicho Manual será de **gran utilidad** como documento guía de estudio, consulta y de trabajo, y que ayudará a motivar la planificación diaria de cada fundamento técnico individual del fútbol, conduciendo de esta manera a un mejor aprendizaje.

Una gran mayoría de informantes se encuentran bien interesados y dicen que **si** les gustaría manejar un Manual Didáctico en Software informático, donde le permita estructurar sus propios planes de clase, es decir de los treinta calentamientos, treinta partes principales y treinta partes finales, pueden escoger un calentamiento, una parte principal y una parte final, cada vez diferentes uno de otro, dando oportunidad a crear una gran variedad de planes diarios diferentes, de cada fundamento técnico individual.

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 CONCLUSIONES

De los estudios realizados y observados los porcentajes obtenidos, en base a los criterios valederos de la gran mayoría de informantes, planteando las siguientes conclusiones.

- Se concluye que un alto porcentaje de informantes manifiestan que sus conocimientos, **son insuficientes**, sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol.
- De igual manera se concluye que en base al criterio de la mayoría de informantes, afirman que de todos y cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, conocen sólo a **unos pocos de ellos**, tanto en el aspecto teórico como en el aspecto práctico, lo que dificulta la enseñanza en su totalidad.
- Así mismo se afirma que un porcentaje importante de docentes investigados aseguran que los contenidos de cada técnica individual del fútbol contribuyen **significativamente** a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol, considerándose que la base para formar futuros futbolistas es la verdadera y adecuada enseñanza de la técnica individual, de una manera planificada.
- Observando las respuestas mayoritarias los encuestados consideran que dentro de la actividad profesional como docentes de Educación Física, deben tener conocimientos tanto **teóricos como prácticos** sobre fundamentos técnicos individuales del

fútbol, ya que son fundamentales para la enseñanza y práctica de cada uno de ellos.

- De igual manera un porcentaje bastante representativo afirman que un profesional de Educación Física debe tener **muchos** conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales para la enseñanza del fútbol, en su contexto formativo.
- Los recursos didácticos que utilizan los docentes de educación física son **insuficientes** e inadecuados para la enseñanza de cada fundamento técnico individual; así como también manifiestan que las estrategias metodológicas utilizadas son **poco adecuadas**. De igual manera afirman que los criterios para evaluar el aprendizaje de cada fundamento técnico individual del fútbol, son **poco adecuados**, debido a que carecen de objetividad y precisión.
- Los informantes están seguros que la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, se lo debe hacer tanto en el **campo práctico como en el campo teórico**; porque todo conocimiento práctico debe tener obligatoriamente su base teórica.
- En lo referente a la pregunta diez se puede deducir que existen criterios valiosos, donde no existen porcentajes mayoritarios significativos, porque en las tres opciones existen porcentajes importantes; es decir que la tercera parte de los investigados dicen que no enseñan los fundamentos técnicos individuales del fútbol, **ni en forma teórica ni práctica**. Otra tercera parte aduce que enseñan sólo **en forma práctica** y 33 informantes manifiestan que por falta de la implementación y la infraestructura, enseñan sólo **en forma teórica**, sin ninguna planificación.
- Observando los resultados de estas preguntas se confirma que los docentes de educación física tienen un **nivel regular a malo** de planificación diaria de sus clases para la enseñanza y aprendizaje

de sus clases de fútbol y su técnica individual; y que la falta de planificación diaria y la improvisación de las clases de técnica individual **afecta significativamente** en el proceso formativo de aprendizaje.

- Como criterio mayoritario de todos los informantes se puede concluir que un Manual Didáctico para que produzca los efectos que se pretende alcanzar, **debe tener objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, recursos didácticos y criterios de evaluación** en cada plan de clase con que aporta este manual y que sea de fácil manejo y utilización; y, por ende, dicho Manual será de **gran utilidad** como documento guía de estudio, consulta y de trabajo, y que ayudará a motivar la planificación diaria de cada fundamento técnico individual del fútbol, conduciendo de esta manera a un mejor aprendizaje.
- Una gran mayoría de informantes se encuentran bien interesados y dicen que **si** les gustaría manejar un Manual Didáctico en Software informático, donde les permitan estructurar sus propios planes de clase, es decir de los treinta calentamientos, treinta partes principales y treinta partes finales, pueden escoger un calentamiento, una parte principal y una parte final, cada vez diferentes uno de otro, dando oportunidad a crear una gran variedad de planes diarios diferentes de cada fundamento técnico individual.

## 5.2 RECOMENDACIONES

- Los docentes de educación física deben preocuparse de una preparación constante y una actualización de conocimientos permanente, con la finalidad de que se reconvirtan en verdaderos formadores de las futuras generaciones de futbolistas y demuestren su solvencia académica tanto teórica como práctica.
- Para la enseñanza y aprendizaje de la técnica individual del fútbol, el docente debe tener conocimientos suficientes de todos y cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, con la finalidad de que brinde una enseñanza globalizante, tanto en el campo práctico como en el campo teórico.
- Los docentes de educación física deben pensar que la enseñanza adecuada de la técnica individual contribuye significativamente en el aspecto formativo del futuro futbolista, lo que debe demostrar su solvencia académica y que le permita planificar adecuadamente y de una manera progresiva.
- Los docentes que imparten la asignatura de Educación Física y que van a impartir los conocimientos del fútbol, deben mejorar su nivel académico profesional, mediante cursos de mejoramiento profesional, innovación curricular y pedagógica, práctica de investigaciones documentales y bibliográficas sobre la enseñanza de la técnica individual, aplicación de estrategias metodológicas adecuadas y ejercicios progresivos de cada técnica, acompañado de criterios pedagógicos y didácticos, y otros.
- El alto nivel académico de los docentes de fútbol, permitirá que los estudiantes mejoren significativamente sus conocimientos sobre fundamentos técnicos individuales del fútbol.
- La asignatura de fútbol debe ser impartida adecuadamente, donde los docentes deben utilizar corrientes pedagógicas, psicológicas,

filosóficas y sociales, acordes con los avances científicos, tecnológicos y deportivos que demanda la asignatura o el fútbol. En el campo práctico debe haber un gran manejo de material didáctico y de apoyo, implementación deportiva suficiente y adecuada acompañado de una infraestructura necesaria y oportuna.

- Para la enseñanza y práctica de la técnica individual, el docente debe tener y manejar adecuadamente los recursos didácticos, una serie de estrategias metodológicas progresivas y un sistema de evaluación total, donde exista varios criterios de evaluación, es decir que exista una evaluación inicial o diagnóstico, evaluación intermedia o de avance y la evaluación final, que le permita medir el avance del aprendizaje y grado de asimilación de la técnica enseñada y practicada, con objetividad y precisión y que esto le permita reforzar los conocimientos o habilidades más débiles menos aprehendidas.
- Dentro de la educación se debe saber que todo conocimiento que vaya a ser dirigido por un docente, debe ser planificado adecuadamente, lo que le permitirá compartir dichos conocimientos de una manera didáctica y pedagógica, donde el conocimiento evolucione desde sus partes más fáciles a sus partes más difíciles, permitiendo una mayor y fácil asimilación por parte de los deportistas practicantes, para luego ver los resultados positivos y logros alcanzados.
- Los objetivos que se pretende alcanzar en la práctica del fútbol, deben ser claros y precisos, y que deben ser conocidos por los estudiantes practicantes.
- Los planes y programas de la asignatura de fútbol, especialmente de la enseñanza de la técnica individual, deben ser bien estructurados, de tal manera que contribuyan a alcanzar los objetivos planteados para la formación de los futuros futbolistas.

- Los Manuales didácticos puestos a disposición, en formato escrito innovador y en software, deben ser explotados y utilizados al máximo, porque les permitirá planificar adecuadamente sus planes diarios de cada fundamento técnico individual del fútbol, no permitiendo la improvisación de conocimientos. Con esto se cumplirá con las necesidades y expectativas de los docentes investigados y de todos los usuarios de estos documentos de estudio, con la finalidad de que se conviertan en verdaderos aportes para el mejoramiento profesional de los docentes-entrenadores de fútbol.
- Los docentes de educación física deben demandar de las autoridades de sus establecimientos educativos donde laborar profesionalmente, con la finalidad de que mejoren, innoven y actualicen el material bibliográfico, documental y de audio y video, con la finalidad de que permita una mejor preparación académica de sus docentes, y con esto poder exigir los resultados que se pretende alcanzar en los diferentes eventos deportivos.

## **CAPÍTULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA EN FORMATO ESCRITO**

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**



**INSTITUTO DE POSTGRADO**

**PROPUESTA ALTERNATIVA DE INVESTIGACIÓN**

**“MANUAL DIDACTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES, PARA LA ENSEÑANZA DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL FÚTBOL”. FORMATO ESCRITO INTERACTIVO.**

**AUTOR: DR. MSC. ERNESTO F. ZAMBRANO Y.**

**DIRECTOR DE TESIS: DR. MSC. MARCO CERDA MORENO**

**DICIEMBRE 2012**

## **6.1 INTRODUCCIÓN DE LA PROPUESTA ALTERNATIVA EN FORMATO ESCRITO**

La presente propuesta y su validación se encuentra estructurada en varias etapas evolutivas que le dan relación, dependencia, sistematicidad y coherencia, cumpliendo con los procesos del entrenamiento del fútbol, sin perder la connotación del proceso enseñanza-aprendizaje, dando una visión más clara de cada uno de los pasos que se deben llevar a cabo para su realización y éxito de utilización, por tratarse de un documento de apoyo, en donde su estructura que es nueva e innovadora, brindará las facilidades de utilización, que con seguridad se convertirá en un documento de gran ayuda para los usuarios.

## **6.2 IMPORTANCIA**

Es un hecho innegable que los niños prefieren aprender a jugar el fútbol en la escuela, y no conocer su práctica en el momento en el que ingresan a su club. Ello es así porque los pequeños de alrededor de ocho años sienten la necesidad imperiosa de realizar juegos movidos, para los cuales el educador tiene que proponerse metas fijas y determinadas. Debe además aprovechar al máximo el entusiasmo de los niños por este tipo de juegos.

El fútbol pertenece al grupo de deportes que exige un buen rendimiento. Requiere además fuerza y destreza, condiciones que únicamente pueden lograrse trabajando conscientemente y en forma polifacética. De esta manera se conseguirá que este deporte sea algo más que un simple juego practicado como recreación.

Pero si se quiere seguir considerándolo como un deporte que se practica con entusiasmo, y si además se desea emplearlo con fines pedagógicos, nunca debe hacerse perder totalmente su característica esencial de juego, no obstante ese carácter de deporte de rendimiento que se menciona anteriormente. En todo juego competitivo afloran agresiones

subconscientes, que se transforman en fuerza y capacidad de rendimiento.

Toda persona que conozca las reglas del fútbol y los valores éticos que su práctica requiere, sabe que sus raíces son mucho más profundas que la simple actividad física. Esos valores éticos nacen del juego mismo. El solo hecho de cumplir con el **FAIR PLAY** (proceder leal, juego limpio) y el celoso cuidado de la actitud deportiva que puede lograrse por medio de la práctica de ese deporte constituyen el más elocuente testimonio de que los deportes tienen sus propias reglas éticas. Una competencia en equipo exige compañerismo y buen comportamiento, ya que sin estos requisitos el juego se torna imposible.



En la actualidad, los planes educativos de casi todos los países incluyen la práctica del fútbol. Ello se debe a que se lo considera sumamente importante para el desarrollo físico y psíquico de los niños.

El fútbol es uno de los deportes más complejos por su disciplina, actividad dinámica y por eso es bueno empezar a practicarlo a temprana edad, pues educa a los niños, los equipara en un nivel social y cultural más

parejo, enseña que lo primero y más importante es el equipo, el grupo, la seriedad y la responsabilidad.

Es entonces cuando queda grabado para siempre los primeros automatismos de acción, pero sobre todo se recibe el mensaje que es difícil ser un jugador importante si no se es una persona integralmente formada.

Quien quiera llegar lejos en el fútbol, no debe pensar obsesivamente en el éxito, la popularidad o el dinero; debe en cambio concentrarse en jugar hasta quedar extasiado, soportar la fatiga física y atenerse a las normas que dirigen el deporte.



Se ha preferido dar prioridad a la Técnica Individual, en virtud de considerar este aspecto como prioritario para la formación del futuro futbolista, que quizá en su momento se consideren las etapas necesarias para convertirse en un buen futbolista.

Ante una investigación realizada, donde se ha podido deducir que los docentes de educación física de los establecimientos educativos del sector urbano de la ciudad de Ibarra, tienen grandes dificultades sobre el

conocimiento, dominio y práctica de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, como parte de su formación profesional, donde no poseen la bibliografía necesaria, desconocen de su planificación que les conduzca a orientar a sus estudiantes de mejor manera, porque de una buena planificación depende el éxito de una clase de Educación Física o de la enseñanza de un deporte como es el fútbol.

En el área de la Educación Física, los deportes y la Recreación, siempre o casi siempre los profesionales o personas vinculadas con esta función, caen en el error de improvisar las clases, por la falta de conocimientos didácticos y de planificación, siendo los perjudicados los alumnos a su cargo; no existe una secuenciación lógica de contenidos, no tienen criterios de evaluación permanente, por lo que no se sabe si se está trabajando bien o mal; más bien le ponen mayor interés a los buenos o malos resultados que se puede producir en cada uno de los partidos de fútbol que puedan cumplir sus orientados.

Por ello no se trabaja con resultados de enseñanza permanente, no se sabe si las estrategias metodológicas utilizadas están bien aplicadas o no; y con estos criterios solo conduce a mal formar niños que serán los futuros deportistas que representarán como seleccionados provinciales y nacionales del fútbol.

Esto ha conducido a poder elaborar un documento guía que ayude y sirva a todas las personas vinculadas con el fútbol, y esencialmente a docentes de Educación Física de las diferentes instituciones educativas de la ciudad de Ibarra y profesionales del deporte, a manejar una diversidad de planes diarios de clases, que les servirá para planificar sus clases de una manera ordenada.

Este Manual que por su forma y estructura se ha convertido en un documento nuevo, que no existe en el mercado educativo y deportivo se espera que brinde grandes resultados dentro de la enseñanza del fútbol.

Este manual contiene una serie de planes de clases diarios, de los principales fundamentos técnicos individuales del fútbol, como son: el toque de balón, recepción del balón, pases, el portero, despejes, etc.; con una serie de ejercicios progresivos de fácil asimilación.

Cada plan de clase está dividido en tres partes:

1. **PARTE INICIAL:** Juego o ejercicios para el calentamiento.

2. **PARTE PRINCIPAL:**

- Nombre del fundamento técnico.
- Objetivo del aprendizaje técnico.
- Organización.
- Materiales a utilizar
- Desarrollo de los ejercicios.
- Evaluación de la clase.

3. **PARTE FINAL:**

- Nombre de la actividad de Vuelta a la calma.
- Actividades
- Contenidos actitudinales.
- Actividades de aseo personal

Cada una de estas tres partes van separadas, con la finalidad de que el usuario pueda intercambiar a cada una de ellas ir creando una gran variedad de planes diarios de clases, evitando caer en la improvisación y en la monotonía. Es decir puede intercambiar los calentamientos con las partes principales o con las actividades de vuelta a la calma.

De igual manera se ha elaborado un programa en software informático, de planes de clases diarios, donde el usuario con tan sólo hacer un clic en un recuadro correspondiente a cada parte del plan y poner un número que

desea utilizar, le saldrá siempre un plan de clase diferente uno de otro, y con mucha facilidad.

Además este manual presenta una serie de contenidos cognitivos, procedimentales y actitudinales, es decir un marco teórico enriquecedor de cada fundamento técnico del fútbol, estrategias metodológicas, aspectos pedagógicos didácticos que servirán de gran ayuda para la excelente formación de futuros deportistas.

### **6.3 JUSTIFICACION**

Siendo el fútbol el deporte que más satisfacciones brinda a los aficionados, por sus características propias; esto ha motivado para que se convierta en el deporte más practicado en todo el mundo. El proceso para aprender a jugar parecería muy fácil, pero llegando a un análisis profundo se cree que es todo lo contrario; si se pone a pensar que siendo los pies los principales sectores de contacto con el balón, que difícil llegar a convertirlos en diestros para la diversidad de movimientos técnicos y rápidos que exige el fútbol; no es verdad que los pies son rudos para movimientos finos, pero ahí está el trabajo del entrenador y la dedicación de los jugadores, especialmente de edad escolar, que mediante trabajos planificados y constantes, se llegue a la excelencia tan anhelante por todos.

Formar futbolistas es de verdaderos artistas, como lo son los artistas que labran el barro para convertir de él una verdaderas obras de arte dentro de la cerámica o escultura; en iguales condiciones se encuentra el entrenador de fútbol, porque cuando su trabajo empieza con niños desde los seis años se debe pensar que la formación técnico - táctica es responsabilidad suya, se debe siempre buscar los cambios más idóneos y positivos para que de la motricidad inicial y propia de los niños, les transforme en verdaderas obras de arte convertidos en futbolistas de verdad.

La gran experiencia que se tiene como entrenador de niños, jóvenes, adultos, deportistas de elite y de alta competencia, tanto en damas como en varones, dirigiendo alrededor de diez selecciones provinciales de Imbabura, en diferentes categorías, equipos de fútbol profesional y como deportista, en base a un trabajo sacrificado, lleno de mucha entrega y responsabilidad, se ha podido alcanzar grandes glorias en el deporte nacional como Campeonatos y Vice campeonatos, y en el menor de los casos ubicarse dentro de los cuatro primeros lugares.

Que satisfacción se diría cuando como entrenador de fútbol de formador de juventudes han pasado deportistas que en corto tiempo se han convertido en verdaderas glorias del fútbol nacional y mundial, los mismos que formaron parte de las diferentes selecciones de fútbol de nuestro país, acaso es un orgullo, porque se ha podido demostrar grandes conocimientos técnicos y profesionales.

Toda esta gran experiencia alcanzada por varios años, se ha transformado en un ente motivador para trabajar un documento guía que sirva a todas las personas que se inclinen por la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, que sea el documento conductor y transformador de buenos profesionales de la Educación Física, porque en ellos recae la formación física y técnica de la niñez y juventud de nuestro país. Claro está que el presente Manual está elaborado de tal manera que cumple con todos los procesos didácticos y pedagógicos que el deporte exige en la actualidad.

## **6.4 OBJETIVOS DEL MANUAL DIDACTICO**

### **6.4.1 OBJETIVO GENERAL**

El presente documento escrito innovador y en sistema informático ayudará y orientará a los profesionales de la educación física y el deporte a la capacitación, mejoramiento e innovación de conocimientos técnicos,

mediante la planificación diaria de clases de los fundamentos técnicos individuales del fútbol.

#### **6.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

6.4.2.1 Proponer una diversidad de Planes Diarios de Clases, mediante una serie de ejercicios progresivos, de cada uno de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol.

6.4.2.2 Plantear estrategias metodológicas para la enseñanza de la Técnica Individual y emitir criterios técnicos, pedagógicos y didácticos que faciliten el aprendizaje.

#### **6.5 FACTIBILIDAD**

Por las características que presenta el Manual, desde el punto de vista didáctico – pedagógico, se considera que tiene un alto criterio de factibilidad de utilización y manejo, para docentes de Educación Física, monitores y entrenadores.

De esta manera se está colaborando al avance de la Educación Física, el Deporte y la Recreación; especialmente en la enseñanza de la parte más fundamental del fútbol, como es la parte formativa estructural, es decir los fundamentos técnicos individuales del fútbol, o también conocida como la Técnica Individual.

Para el desarrollo y estructuración del presente Manual, se contó con la amplia bibliografía específica del tema, acompañado de la valiosa experiencia del investigador, lo que facilitó alcanzar un alto contenido teórico, científico y técnico.

La parte práctica de las técnicas y planificaciones diarias planteadas en el Manual fueron puestas en práctica en los estudiantes de los primeros años de la Universidad Técnica del Norte que aprueban Educación Física,

como es el fútbol como disciplina deportiva, gracias a la colaboración de las autoridades de la misma institución.

Con todo esto se concluye que el presente Manual Didáctico de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, después de haber pasado las pruebas de calidad, se encuentra listo para ser utilizado por cualquier persona que se encuentre vinculada a la enseñanza de la técnica individual del Fútbol, especialmente en categorías inferiores formativas.

Los recursos económicos que demandó el Manual fueron exclusivamente de responsabilidad del autor.

## **6.6 CONTENIDOS FUNDAMENTALES DE LA PROPUESTA**

### **FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA**

Con la finalidad de dar una orientación metodológica y con el objetivo de que el Manual sea utilizado adecuadamente dentro del proceso de enseñanza – aprendizaje, se plantea una serie de métodos que los maestros o entrenadores deberán utilizar de acuerdo a las necesidades del grupo o de la clase:

### **MÉTODOS DE ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA**

Los métodos de enseñanza deben ser elegidos por cada educador – entrenador en función de la capacidad de los alumnos o de los distintos grupos a su cargo. A continuación se da a conocer los principales métodos:

- a) Método Analítico Puro
- b) Método Analítico Progresivo
- c) Analítico Secuencial

d) Método Global localizando la atención

e) Método Global

A continuación se detalla a cada uno de ellos:

### **a) MÉTODO ANALÍTICO PURO**

División de la actividad en partes y práctica aislada. Se realiza una escala de valores de las partes en las que se divide la actividad, es decir, se antepone de la más a la menos importante, sin importar el lugar que ocupan en el desarrollo global de la acción. Por ejemplo: en el golpe del balón con el empeine, primero se debe observar la posición del cuerpo, luego la ubicación de la zona de contacto del pie con el balón, luego el recorrido del pie que golpea el balón y por último la fuerza, dirección y precisión en el pase.

Refiriéndose al ejemplo anterior del golpeo con el empeine en fútbol, si se considera que lo más importante es el golpeo, después de la carrera y por último el apoyo final, se le enseñará siguiendo este orden y de forma aislada.

### **b) MÉTODO ANALÍTICO – PROGRESIVO**

Se dividimos el todo en partes. En cada nueva etapa se añade una nueva parte en la ejecución hasta obtener la actividad global. No importa el lugar que ocupen las partes. Se puede empezar por la tercera (última) y unir después la primera.

### **c) MÉTODO ANALÍTICO – SECUENCIAL**

El todo se transforma en partes de forma secuencial, de manera que antes de pasar a practicar una nueva parte, hay que dominar la anterior.

Lo que se quiere enseñar, viene dado por una serie de movimientos continuados de principio a fin de la acción.

La acción completa, se enseña según su verdadera secuencia, es decir, por ejemplo:

- Si lo que se pretende enseñar es el golpeo con el empeine en fútbol, se observa que la secuencia podría ser:

**Carrera.....Apoyo final.....Golpeo**

Por este método se enseñaría correctamente la carrera. Una vez que la carrera fuera correcta, se pasaría a fijar la idea de que el pie de apoyo debe estar a tanto o cuánto del balón en el último apoyo. Aprendiendo este segundo punto, se enseñaría el tercero y último, es decir, el golpeo en sí.

De esta manera, se habría respetado a la enseñanza la secuencia que tiene el movimiento en realidad, pero igualmente se podría haber hecho en forma inversa, es decir, empezando por el golpeo, siguiendo por el apoyo final y terminando la carrera.

#### **d) MÉTODO GLOBAL LOCALIZANDO LA ATENCIÓN:**

Práctica global poniendo énfasis en la ejecución de una determinada parte.

#### **e) MÉTODO GLOBAL**

Práctica global de lo que se quiere aprender.

### **TEST DE CONTROL TÉCNICO**

#### **INTRODUCCIÓN A LOS TEST**

Las siguientes pruebas han sido elaboradas con el conocimiento de que sus resultados en valores numéricos no son absolutos, ya que las variables que afectan a cada prueba son numerosas y difíciles de acatarlas totalmente. Es por esto que las irregularidades del piso pueden

alterar una buena conducción, el viento un despeje a máxima distancia, el peso y la presión del balón un lanzamiento de precisión etc.

Sin embargo estamos convencidos que aún con sus imperfecciones estas pruebas son útiles para que los jugadores tomen conciencia de sus virtudes y de sus defectos, ya sea para aprovechar unos, como para corregir otros. De la misma manera sirve para compararse con sus compañeros, conocerlos técnicamente, y compararse con ellos mismos en otro período de tiempo.

Es aconsejable realizar tres controles anuales:

- Inicio de temporada (marzo),
- Mediado de temporada (julio); y,
- Fin de temporada (noviembre).

Para ello se requiere utilizar una semana completa de estos meses para realizar la tarea ya que la misma absorbe mucho tiempo (dependiendo de la cantidad de jugadores); por otro lado es necesario una buena organización de los circuitos y el control que puede ser realizado por los mismos jugadores o por el profesorado de educación física o sus entrenadores o monitores.

Se han seleccionado siete pruebas o test:

1. Test de recepción
2. Test de precisión de pase
3. Test de precisión de disparo con empeine
4. Test de potencia de remate
5. Test de control del balón
6. Test de cabeceo
7. Test de aceleración

Se sugiere agrupar dos test cada día en el orden anunciado anteriormente, ya que así se obtiene un equilibrio en el uso del tiempo, de materiales y de desgaste físico.

En cuanto a la captación de los datos es imprescindible el uso de planillas pre impresas con nombre de los jugadores y las unidades de medidas de los controles (metros, segundos).

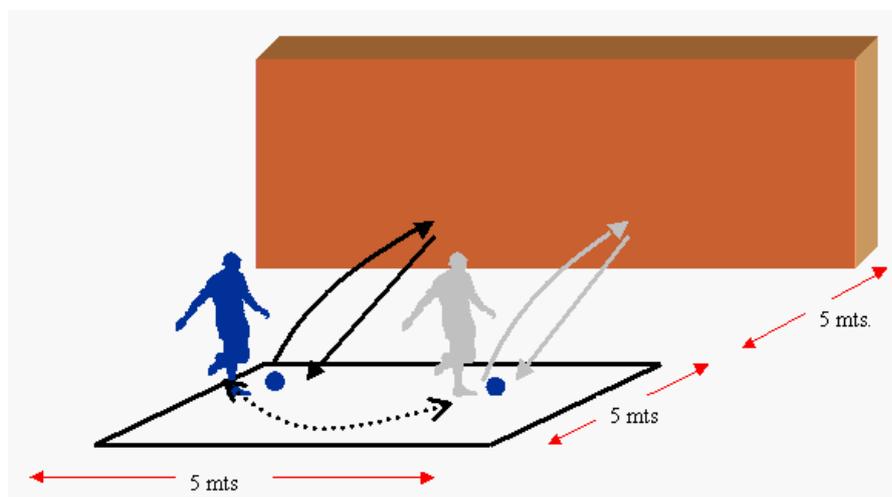
Lo ideal sería realizar dos series de dos intentos cada uno, pudiendo repetir un intento en caso de ser nula una prueba (no cumplir las pautas, como por ejemplo no pasar por los lugares aislados, no dejar el balón en el lugar correspondiente, etc.).

Se asentarán todos los intentos a fin de conocer los mejores de cada uno y el promedio de los mismos.

Estos controles se pueden adaptar a las necesidades de cada entrenador. Ej: pierna hábil e inhábil, distintos puntos de contacto en el cabeceo (parietal derecho e izquierdo, frontal), etc., como así también a las edades de los controlados.

## PRINCIPALES TEST DE CONTROL TÉCNICO

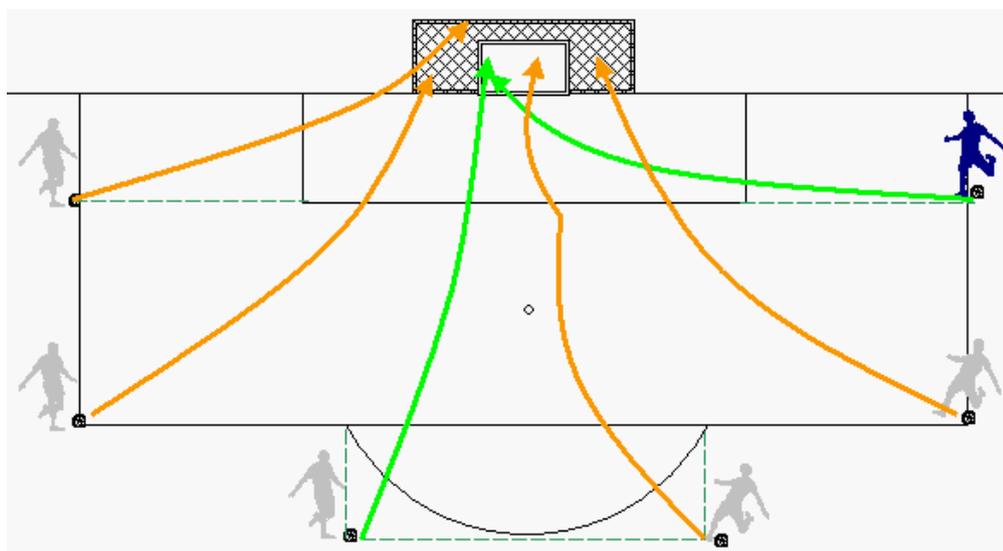
### 1. TEST DE RECEPCIÓN



**ELEMENTOS:** 2 balones, una pared (frontón), cal para marcar, un cronómetro.

**DESCRIPCIÓN:** El jugador se coloca en un terreno delimitado por un cuadrado de 5 mts. y separado 5 mts de la pared con dos balones. Hace rebotar la pelota contra la pared y la deja en el cuadrado; busca el otro balón y repite la acción. Se contabilizan las cantidades de veces que el balón rebota en la pared en 30”.

## 2. TEST DE PRECISIÓN DE PASE

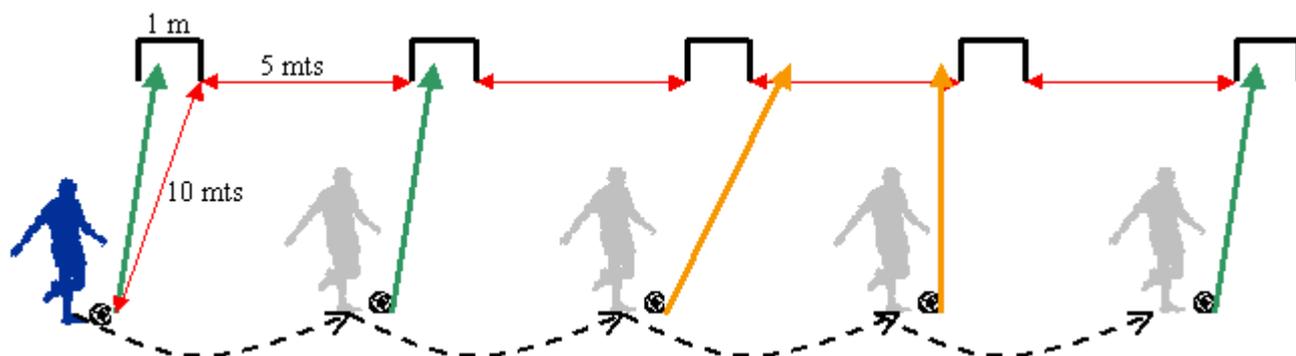


**ELEMENTOS:** 5 Vallas, 5 balones.

**DESCRIPCIÓN:** Un jugador trata de introducir los balones en las pequeñas porterías (vallas), debiendo hacerlo en menos de 15 segundos. Se contabilizan los aciertos.

**VARIANTES:** Iniciando desde el otro extremo y pateando con la otra pierna.

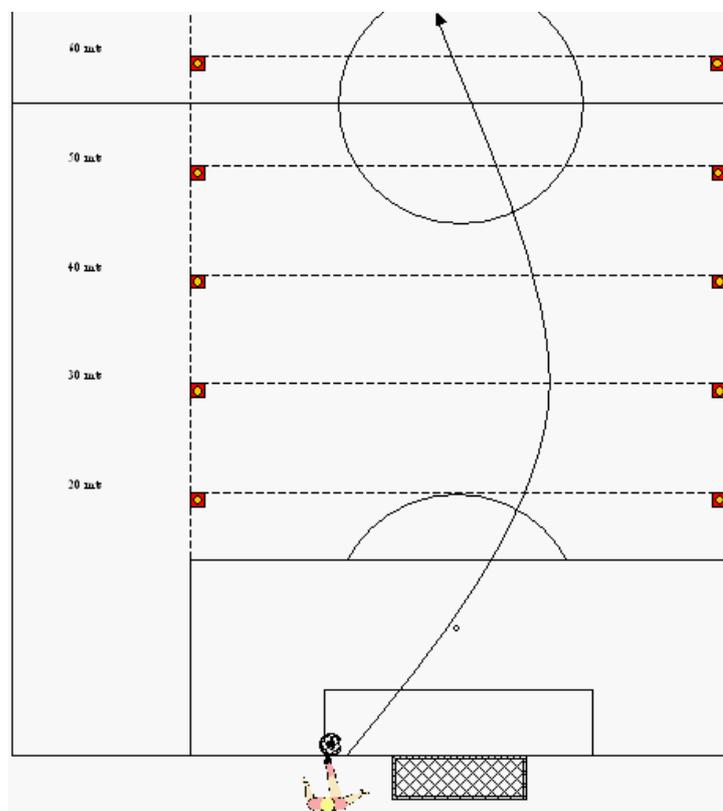
### 3. TEST DE PRECISIÓN DE DISPARO CON EMPEINE



ELEMENTOS: 6 Balones, un arco de 3 mts., áreas chica y grande marcadas.

DESCRIPCIÓN: Se colocan los 6 balones como lo indica la figura. El jugador debe tratar de introducirlos en el arco pequeño sin que botee antes de entrar, asignándose 1 punto por cada acierto y dos puntos Trayectoria del disparo acertado por cada tanto desde los ángulos más cerrados.

### 4. TEST DE POTENCIA DE REMATE

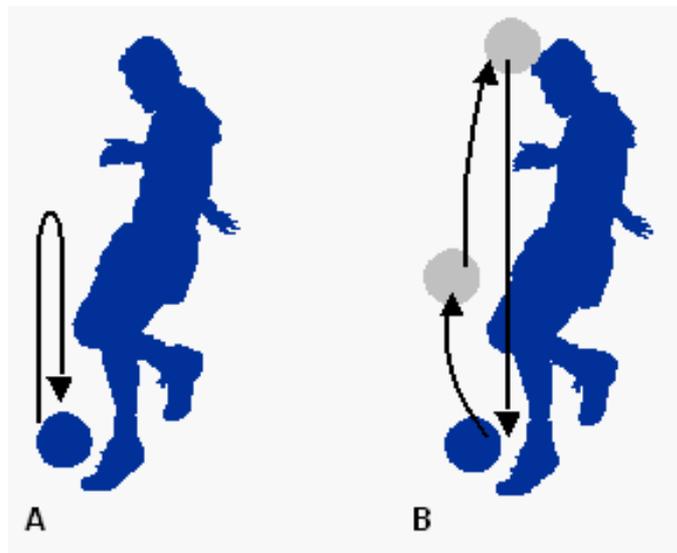


ELEMENTOS: 12 estacas, 1 balón, plantilla de anotaciones.

DESCRIPCIÓN: Se delimita el campo con las estacas cada 10 metros. El jugador despeja el balón lo más lejos posible y se mide la distancia a la que toca tierra nuevamente.

Se realizan dos disparos con cada pierna en dos series y se toma el mejor intento por cada pierna.

## 5. TEST DE CONTROL DE BALÓN



ELEMENTOS: 1 Balón, planilla de control.

DESCRIPCIÓN: "A". Mantener la pelota en el aire con sucesivos toques del pie. Contar cuantos toques se hicieron (parar la cuenta en 50). Se realizarán dos intentos con pierna hábil y dos con pierna inhábil contabilizando los mejores con cada pierna.

DESCRIPCIÓN "B": IDEM "A" pero respetando la secuencia "pié – muslo – cabeza – pie".



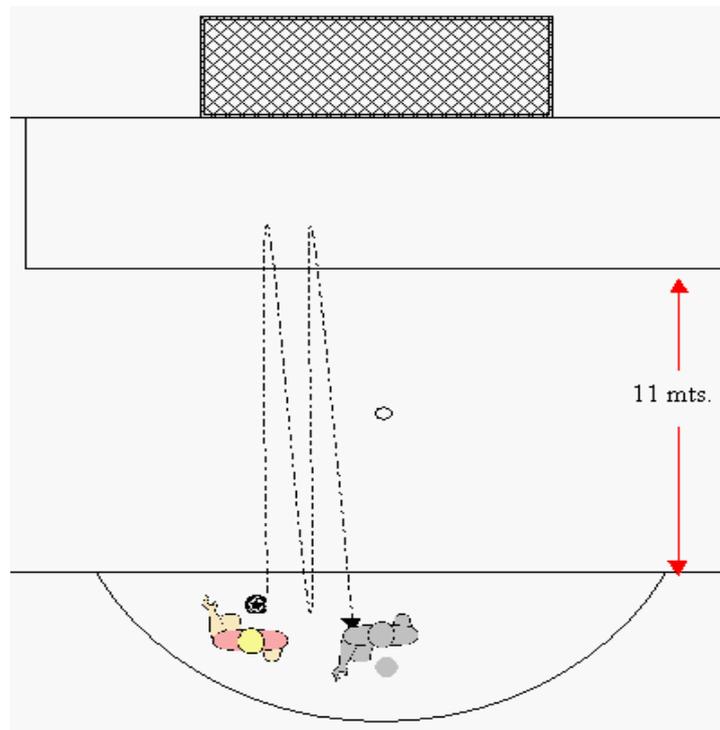
## 6. TEST DE CABECEO

ELEMENTOS: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

DESCRIPCIÓN: Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y salta para cabecearla lo más lejos posible desde un lado de la soga elástica ubicada a 30 cm. del suelo, debiendo cabecearla con los pies en el aire y caer del otro lado de la soga. Se mide a qué distancia.



## 7. TEST DE ACELERACIÓN



ELEMENTOS: 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

DESCRIPCIÓN: Un jugador parte con un balón desde la media luna, tiene que ingresar el balón en el área chica y nuevamente ir a la media luna y repetir toda la acción una vez más a la máxima velocidad posible,

tomándose el tiempo de todo el recorrido (aproximadamente 11 mts. X 4 largos = 44 mts.).

## **OBJETIVOS DEL PROCESO DIDÁCTICO**

Los objetivos del proceso didáctico, son las metas a conseguir. En fútbol, estos objetivos tienen relación directa con la transformación adecuada del buen jugador. Objetivos que se refieren a:

1. Formulación Técnica
2. Entrega del talento personal al sentido de equipo.
3. Gradual perfeccionamiento del aspecto físico y desarrollo armónico de todos los segmentos del cuerpo.
4. Gradual formación técnico – táctica.
5. Robustecimiento del aspecto moral.

## **LAS ASIGNATURAS FORMAN EL PROGRAMA DE ESTUDIOS**

**En fútbol**, las asignaturas son variadas y complejas, porque es un deporte que se juega con los pies.

El niño, bajo la tutela del maestro debe reaccionar, por ejemplo:

**En lo técnico**, las destrezas de la recepción, pases, remates, cabeceo, conducción, dribling, recepción, saques laterales que constituyen verdaderas asignaturas relacionadas entre sí.

**En lo físico**, la adquisición de habilidades motoras, el fortalecimiento del tren interior, pero a la vez el necesario adiestramiento del tren superior (caja torácica y brazos).

**En lo táctico**, el conocimiento mínimo de saber jugar con y sin balón y el dominio de los fundamentos o principios de juego.

**En lo moral**, el compañerismo, el espíritu de sacrificio, la entrega total, el respeto al adversario y a las reglas de juego, etc.

*El método es la forma de trabajo, que fusiona todas las ideas anteriores para conseguir y alcanzar los objetivos.*

En fútbol, el método para realizar un buen trabajo con los niños, ha encontrado senderos definidos, porque se afirma en fundamentos pedagógicos, ampliamente aceptados por las autoridades de alto nivel en la materia.

### **SISTEMA GENERAL DE ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA**

En el aprendizaje de los principiantes es indispensable que se ofrezca simultáneamente la teoría y práctica de la enseñanza sistemática de la técnica futbolística. La secuencia de los elementos técnicos se tiene que precisar de manera que se pueda utilizar también en el juego lo más



pronto posible. Para que se pueda hablar de todos modos sobre el juego futbolístico, se tiene que dar a conocer a los alumnos ante todo dos electos primordiales: estos son **el toque y la recepción**. Si los alumnos han aprendido las formas más sensibles de estos dos electos: **la recepción con el interior del pie y el toque con el interior**, ya podrán jugar al fútbol, aunque sea en forma modificada y simplificada. Sobre estos dos elementos básicos se puede edificar la continuación de la enseñanza técnica, teniendo en cuenta el principio de la progresión.

Desde luego, esto no implica que a los principiantes se les deba permitir jugar antes de conocer y dominar elementos técnicos que no sean el de recibir la pelota y el de golpearla con el pie. A los principiantes se les debe permitir que persigan indistintamente la pelota, que driblen y que hagan fintas, incluso cuando no lo hagan de la manera que el entrenador quisiera. Ahora bien, también es cierto que difícilmente se podrá jugar sistemáticamente cuando los jugadores no saben recibir la pelota y

golpearla con el pie. Esta es la razón por la que es absolutamente esencial que se preste la máxima atención a enseñar las más simples formas de estos electos técnicos, así como a ejecutarlos, cuando se entrena a principiantes. Estos dos elementos son la base y el fundamento del fútbol.

La técnica del Arquero es una parte bastante específica de la técnica futbolística. El aprendizaje de los elementos básicos (recogida y lanzamiento del balón) debe correr paralelo al de la recepción y



del toque. Pero ya entonces hay que poner atención a la selección cuidadosa. Hay que escoger del grupo aquellos alumnos cuya constitución física es apta para la función del Arquero y tiene anhelo por el juego de Arquero. En los alumnos de menos de diez años de edad no es correcta aún la especialización completa. Estos jóvenes tienen también que aprender la técnica de los demás jugadores porque la necesitarán más tarde como Arqueros. Además se tiene que pensar especialmente en el desarrollo de las capacidades físicas de los candidatos a guardametas y en la enseñanza de los elementos más importantes de la técnica del portero. ¿Cuáles son estos electos?. La posición preparatoria del portero, su colocación, la recogida de balones bajos, semi altos y altos, el despeje con el puño, y entre los despejes en lanzamiento, la estirada.

Hay que dar esencial importancia al imperativo de poner a prueba, cuanto antes, la habilidad adquirida ante una oposición activa (esta es una moderna tendencia imperante en la preparación de jugadores). Para ver su eficacia en las circunstancias en que el jugador tendrá que actuar durante un partido.

Cuando se enseña el **cabeceo, la recepción, o**



**el engaño**, hay que poner sin falta un “adversario” durante el ejercicio que sirve para su captación que molesta en la ejecución del mismo. Igualmente se debe facilitar la aplicabilidad si paralelamente con el aprendizaje de los electos técnicos se explica a los alumnos la utilización táctica de ellos. Por lo tanto, todas las lecciones de fútbol, o de entrenamiento técnico, deben ser seguidas por algún juego práctico en condiciones determinadas.

En principiantes hay que facilitar las condiciones de enseñanza de la técnica. Así, por ejemplo, en **el cabeceo** se debe utilizar balones más ligeros o de goma blanda (un poco desinflados). Con tal balón el alumno ejecutará el ejercicio con más coraje. No temerá los choques porque no le pasará nada aunque cabecee incorrectamente. Así pues, con las facilidades de las condiciones se puede abreviar el tiempo de aprendizaje del movimiento.

Igualmente se puede facilitar las condiciones en el aprendizaje del **toque**. Se debe tener necesidad de ello sobre todo cuando los alumnos patean balones parados en el terreno. Si se coloca el balón sobre terreno blando (arena), los alumnos ejecutarán el movimiento sin temor. No temen a las lesiones y así aprenderán más pronto la técnica correcta del **toque**.

Hay que señalar **las recepciones** con balones flojos, rebajados. El balón flojo no rebota de la manera acostumbrada por su poca elasticidad. El alumno aprecia mejor el movimiento y así el progreso es más rápido.



Los electos más peligrosos de la técnica del Arquero hay que practicarlos sobre terreno blando, sobre arena, césped, en los ejercicios interiores sobre alfombra. El fin de estas facilidades es también la eliminación de las cohibiciones, del temor.

En conexión con la facilitación de las condiciones de enseñanza de la técnica, hay que mencionar el problema de con qué extremidades y a qué dirección debe ejecutar primero el movimiento el alumno. En la enseñanza de los movimientos y también en la enseñanza de la técnica futbolística, la meta final es la formación paralela. Así pues, el futbolista debe saber patear, recibir el balón con ambos pies, saltar con ambas piernas, lanzarse en cualquier dirección, etc. Pero en la enseñanza de un nuevo movimiento se tiene que prescindir transitoriamente de este requerimiento. Hasta la perfecta apreciación del movimiento, el alumno debe ejecutar el ejercicio con el pie más hábil y hacia la dirección más favorable. Pero cuando el cuadro firme del movimiento se ha formado ya, hay que ejecutar sin falta el movimiento con el pie menos hábil y hacia la dirección menos favorable también. En jugadores formados el entrenamiento paralelo es un requerimiento directamente importante.

La apreciación del movimiento y el control puntual de la posición del balón será gradualmente facilitado si se acompaña continuamente con la mirada el balón. Con principiantes se puede permitir que dirijan su mirada central continuamente sobre el balón. Más tarde, cuando los jugadores tienen ya mucha experiencia, se exigirá la aplicación más frecuente de la mirada periférica. Pero no se puede eliminar completamente el control del balón con la mirada central tampoco en futbolistas formados. Los movimientos técnicos tienen momentos en que incluso los futbolistas mejor formados tienen que mirar también el balón céntricamente: así, por ejemplo, en el toque, en la conducción, en el momento del contacto del balón con el pie. Pero cuando la parte del cuerpo que ejecuta el toque o el cabeceo no está en las cercanías del balón, o cuando el jugador domina firmemente el balón (por ejemplo, en el saque o envío), la mirada céntrica se dirige generalmente al terreno. El control del balón será efectuado entonces por la mirada periférica. El grado de formación técnica del futbolista estará indicado hasta cierto punto por la velocidad con que se puede cambiar su mirada céntrica y periférica según las situaciones.

## **DISTRIBUCIÓN Y DESARROLLO DE LAS PRÁCTICAS**

Las sesiones de técnica habrán de distribuirse en función del tiempo disponible y del elemento o elementos técnicos que se vaya a exponer más detalladamente.

Según lo expuesto, se puede dividir una sesión de técnica en las siguientes partes:

- Calentamiento
- Parte Principal, que se puede dividir en Técnica General y Técnica Especial.
- Empleo de la técnica especial en juegos de competición individuales o por grupos.
- Vuelta a la calma.

**1. CALENTAMIENTO.-** Que no durará más de 10 minutos. Deberá ir dirigido a todas las partes del cuerpo.

### **2. PARTE PRINCIPAL:**

**2.1 Técnica General,** como duración de 15 minutos, realizando ejercicios técnicos de forma individual o por parejas.

**2.2 Técnica Especial,** dedicada a aquella ejecución técnica que más interés se vaya a dar, con una duración de 15 minutos.

**VUELTA A LA CALMA.-** Dedicada a la recuperación física, donde se realizará ejercicios respiratorios recuperativos o juegos pre-deportivos que cumplan con esta función. No debe durar más de 5 minutos.

## ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

Para la enseñanza de la técnica, todo entrenador ha de programar, no sólo el trabajo de una sesión técnica, sino el de toda la temporada, teniendo en cuenta los siguientes factores:



- a) Calidad de la técnica del grupo. Para saber el nivel técnico de dicho grupo se realizarán unas pruebas tipo Test, para conocimiento de la calidad técnica individual.
- b) Número de entrenamiento o sesiones por semana.
- c) Duración de cada sesión.
- d) Edad media del grupo.
- e) Posibles rectificaciones en el progreso técnico de los jugadores.

## RESPONSABILIDADES DEL JUGADOR DE FÚTBOL

### RESPONSABILIDADES DEL JUGADOR CON EL ENTRENADOR

El entrenador es una persona que le entrega muchas de sus horas esperando que aprenda la mayoría de las cosas que necesita para convertirse en un buen jugador. El fútbol exige que siempre haga su mejor esfuerzo porque muchas veces la diferencia entre hacer el mejor esfuerzo y simplemente esforzarse significa la derrota o el triunfo del equipo. Por tanto, en todos los momentos, es su responsabilidad darle a su entrenador el mejor de



los momentos, es su responsabilidad darle a su entrenador el mejor de

sus esfuerzos, lo que significa poner atención a sus instrucciones y obedecer las normas que establezca.

En Fútbol hay muchos fundamentos y tácticas que aprender. Cada jugada o situación determinada por el entrenador le obliga a realizar un trabajo especial que puede ser: recibir un pase, hacerle una pantalla a un compañero, o realizar un tiro. En cualquier caso, su entrenador ha determinado una situación que considera va a conducir a una anotación. Debe ser responsabilidad suya conocer su participación en la jugada y estar listo para actuar en el momento correcto. El resultado final puede ser el éxito para el equipo.

## **RESPONSABILIDAD CON EL ÁRBITRO**

Cada partido exige que alguien aplique las reglas de juego cuyo propósito es que el partido se juegue en igualdad de oportunidades para todos.



El árbitro no tiene un papel fácil. Constantemente tiene que tomar decisiones sobre situaciones muy variadas, lo que hace con su mejor deseo y conocimiento para que ningún equipo se vea favorecido con ellas. En sus decisiones necesita su comprensión. Los jugadores de fútbol tienen el deber de escuchar y cooperar con el árbitro (y también con los Jueces asistentes) del partido en todos los momentos. Y, lo que es más importante, dado que tiene la autoridad para tomar decisiones, tiene el derecho a ser respetado por los jugadores, entrenadores, dirigentes y aficionados.

El siguiente código de comportamiento puede ayudarle para obtener del fútbol, buenas y útiles experiencias.

**F** – Muéstrale al árbitro el mismo respeto que tu quisieras si estuvieras en su lugar.

**U** – Son raras las situaciones en que una mala decisión arbitral conduce a la pérdida del partido.

**T** – Controla tus emociones y,

**B** – Mantente controlado. Discutir con el árbitro disminuye y hasta destruye tu concentración.

**O** – No pongas a tu entrenador y equipo en una situación embarazosa con actitudes irrespetuosa hacia los árbitros.

**L** – Recuerda que los árbitros tienen una pesada tarea cuando toman decisiones instantáneas.

## **RESPONSABILIDADES CONSIGO MISMO**

Jugar fútbol significa que debes hacer ciertos sacrificios. Significa que debes asistir a las prácticas señaladas por tu entrenador, comer apropiadamente, descansar (durmiendo) lo suficiente, aprender lo mejor que puedas tu papel en



cada jugada o situación y trabajar duro en todos los aspectos técnicos que te conduzcan a ser un mejor jugador.

Más por sobre todas las cosas, jugar fútbol debe ser agradable. Por supuesto que muchas veces las cosas se tornarán difíciles, como cuando se falla un tiro, se comete un fallo al driblar, o se hace una falta a un contrario en los últimos segundos del partido, pero todo ello forma parte del fútbol. Si cometes una falta o tienes un fallo técnico (los jugadores estrellas también fallan), que no sea por falta de preparación o porque no

hiciste tu mejor esfuerzo. Sólo de esta manera el fútbol será para ti lo agradable que piensas que sea.

## **SUGERENCIAS A LOS JUGADORES**



1. No dribles cuando puedas realizar un pase constructivo.
2. Mantente moviéndote a sitios vacíos, o sea, muévete alejándote de tu contrario, para encontrarte en una mejor posición de recibir el balón.
3. Cuando actúes defensivamente y te sientas presionado por tu contrario, y tengas dudas de lo que debes hacer, golpea el balón hacia fuera de la línea de banda.
4. Si eres un delantero y pierdes de vista el balón, olvídate del balón y adopta una actitud defensiva.
5. Realiza pases constructivos que penetre en la defensa, pero sin este tipo de pase no es posible, entonces pasa a un lado o atrás.
6. Si eres un defensa, puedes pasar al portero que es una maniobra segura. En este caso hazlo hacia fuera de los lados de la portería.
7. haz la jugada fácil. Deja que el balón trabaje por ti y no tú por el balón.
8. Si eres un delantero puntero, mantente afuera y próximo a la línea de banda. Esto saca a tu contrario y esto te da más espacio para atacar.

9. Comunícate con tus compañeros. Avísales de lo que pasa a tu alrededor, especialmente de lo que no pueden ver.
10. Cuando tengas que defender tú sólo una situación contra dos contrarios, regresa lentamente para dar tiempo a que tus compañeros vengan a ayudarte. En esta situación marca siempre al jugador más próximo a la portería.
11. Si actúas como delantero, cambia tu posición varias veces durante el partido con los otros delanteros. Por ejemplo, el centro delantero con el puntero. Con frecuencia, esto le causa confusión a la defensa y ofrece oportunidades de pasar.
12. Nunca des la espalda al balón. Vigila el balón siempre.
13. Cuando actúes a la defensiva, mantente entre el balón y la portería.
14. Tu presión defensiva debe aumentar según se vaya acercando el balón a la portería.
15. Entabla la lucha directa con tu contrario sólo cuando tengas la oportunidad de obtener el balón.
16. Como defensa debes aprender a retraerte y controlarte. Deja que sea tu contrario el que cometa el primer fallo.
17. Los principios demorantes constituyen buenas tácticas defensivas. Una de ellas consiste en demorar la línea delantera del contrario para poder montar la defensa.
18. Cubre a tus compañeros cada vez que sea necesario, especialmente los espacios detrás de ellos.
19. Siempre muévete hacia el pase, no esperes a que el pase te llegue.

20. Uno de fundamentos más importantes a aprender es el de partir rápidamente. Los tres o cuatro primeros pases son muy importantes para batir al contrario.

21. Lo que hagas sin el balón es tan importante como lo que hagas con él.

22. Tira al arco, cada vez que puedas en el primer intento.

23. Juega el balón y no a tu contrario.

### **OBEDIENCIA AL REGLAMENTO Y A LA LÍNEA RECTORA**

Además de su finalidad específica, que es el ordenamiento del juego, el Reglamento del Fútbol tiene otra finalidad importante: hacer respetar el principio básico del FAIR PLAY (proceder legal, juego limpio). Por consiguiente, cada jugador no sólo tiene que conocer las reglas de juego, sino



que debe saber interpretar su sentido deportivo y subordinarse a ellas por su propio consentimiento. Únicamente cuando haya comprendido por sí mismo este principio básico llegará a tener dominio sobre su persona. Controlando sus reacciones mejorará también su carácter, lo cual no sólo es valioso dentro de su campo de juego, sino para toda la vida de relación.

Es por este motivo, que al enseñarle en la escuela la práctica del fútbol, se debe poner especial énfasis en la ética deportiva. Aunque estas normas éticas no están expresadas en el Reglamento, están implícitas en él, y es tarea del profesor que el pequeño deportista las asimile y las incorpore a su ser para aplicarlas en cada acto de su vida. Esto no significa que se debe quitar a este deporte su carácter competitivo. Pero

en todos los casos la competencia se basará en el proceder leal y el juego limpio.

No se puede ignorar, sin embargo que la experiencia demuestra que con frecuencia se utiliza el fútbol como desahogo de energías acumuladas y mal canalizadas. En



este caso, se debe reconocer que el único responsable es el profesor encargado de las clases, pues en ningún caso debe permitir este tipo de actitudes. Su tarea consiste en educar a los jugadores más bruscos y convertirlos en respetuosos observadores de las reglas de juego.

## **PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE ACCIDENTES**

Se da por descontado que el profesor de Educación Física tiene nociones de primeros auxilios. No obstante, esto no basta si no se cuenta con un botiquín con todos los



elementos necesarios para poder auxiliar de inmediato a un jugador lesionado. Este botiquín o maletín de Primeros Auxilios debe llevarse al campo de juego para que esté al alcance del profesor.

Lo elementos de que debe estar provisto el maletín son los siguientes: tela adhesiva, agua oxigenada o alcohol antiséptico, gasa, polvo para heridas, vendas, vendas elásticos, algodón, férulas, desinfectantes, pañuelos triangulares, tijera, pinzas, impermeables, etc.

Cuando algún jugador sufre algún accidente, el profesor debe actuar de inmediato, antes de que aquel sea llevado al médico. Lo primero que debe hacer es tranquilizar al herido.

A continuación se da a conocer algunas indicaciones para las lesiones que se producen con mayor frecuencia durante la práctica de un deporte:

- Esguinces generalmente localizados en la cintura escápulo – humeral, no forzar el brazo, mantenerlo quieto.
- Golpes en la boca del estómago; hematomas: dejar al accidentado acostado en el suelo, no formar el tan conocido puente.
- Heridas abiertas: lavarlas con alcohol antiséptico para eliminar microbios; y si es posible colocar polvo cicatrizante.
- Raspaduras en la piel: aplicar agua oxigenada con ayuda de trozos de algodón.
- Distensiones de ligamentos en el tobillo: hacer vendajes en “ocho”, con vendas elásticas.
- Fracturas en brazos y piernas: colocar férulas. Nunca debe moverse una extremidad lesionada, ni tampoco vendarla.
- Conmociones cerebrales leves (arcadas): acostar al paciente de cúbito dorsal, en el suelo, y no moverlo. De ninguna manera se le permitirá seguir jugando.
- Pellizcamiento en los meniscos: sacudirlos suavemente para intentar volverlos a su lugar. Si el dolor es muy intenso, no se los debe tocar.
- Desvanecimiento en general: acostar al lesionado en un lugar fresco, aflojarles las ropas del cuello y la cintura. Si se observa palidez en el rostro (colapso) se le debe hacer bajar la cabeza; si, en cambio, se nota enrojecimiento del rostro, la cabeza debe estar alta.

Ya se dijo que el profesor de Educación Física debe tener conocimientos como para prestar los Primeros Auxilios en caso de accidentes; pero allí

debe acabar su tarea, ya que en forma inmediata llamará a su médico para que se haga cargo del accidentado.

## **6.7 CUERPO DE LA PROPUESTA**

Si se considera que la técnica es fundamental en cualquier deporte y se consigue a base de mucho sacrificio, esfuerzo, constancia y entrega en los entrenamientos, en el fútbol no lo es menos, y su aprendizaje no resulta tarea fácil, teniendo en cuenta que está relacionado con los miembros más torpes del jugador, a excepción del portero, que puede usar las manos, además de las piernas. Así Arpad Csanadi define la técnica futbolística como el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol.

Sin menospreciar esta definición, que parece correcta, se definiría la técnica como el perfecto dominio y manejo del balón con todas las superficies de contacto del cuerpo de una manera personal. Al ser un deporte de conjunto, cuando más técnica tengan los jugadores a nivel individual, más beneficiado se verá el equipo, pues habrá mayor coordinación, sin sincronización y mayor precisión entre todas las líneas. La técnica futbolística tiene una importancia básica para el conocimiento de este deporte. Sobre todo la técnica de los movimientos ejecutados con el balón.

La técnica futbolística puede dividirse en dos partes:

**Primera:** Movimientos con balón.

**Segunda:** Movimientos sin balón (correr, cambiar de dirección, el salto y la finta).

Los movimientos con balón toman mayor importancia, pudiendo dividirlos en ocho electos técnicos, que son los siguientes:

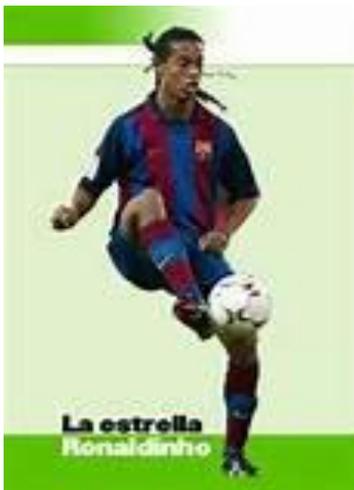
El toque o golpeo de balón, la recepción o control, el cabeceo, la conducción, el regate, la interceptación, el saque de banda y los

movimientos defensivos y ofensivos del portero. Además existen otros de menor importancia.

## **FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL FÚTBOL**

1. El Toque de Balón
2. El Pase
3. Recepción o control de balón
4. El Cabeceo
5. Conducción del balón
6. El regate o dribling
7. La Interceptación
8. El Arquero o Portero

### **1. EL TOQUE DE BALÓN**



Es sin ninguna duda, un fundamento técnico básico y el que se aplica más a menudo en el fútbol; por esto será el que más espacio se dedique en su enseñanza y perfección, con una amplia gama de ejercicios metodológicamente aplicados. Arpad Csanadi define el Toque del Balón como el lanzamiento, la dirección del balón, conscientemente, con alguna parte del pie.

Se puede dar el caso de que algún futbolista no domine bien el regate, la conducción del balón o el juego de cabeza; este jugador tiene defectos, eso es obvio, pero de aquel que no sabe dirigir el balón adecuadamente,

darle ese toque preciso en el momento oportuno, se puede decir que no sabe jugar al fútbol.

### **1.1 MECANISMO BÁSICO DEL TOQUE DE BALÓN**

En la técnica del toque de balón, ejecutadas con las diferentes partes del pie, se aprecian diferencias importantes. Pero en el mecanismo básico del toque, todos los chutes son idénticos.

El mecanismo básico del toque del balón se divide en las siguientes fases:

1. Colocación de la pierna de apoyo (teniendo en cuenta el eje longitudinal del pie)
2. Balanceo de la pierna de impacto
3. El toque de balón propiamente dicho (transmisión de la fuerza)
4. El acompañamiento posterior del balón con el pie.

### **1.2 CLASIFICACIÓN DE LOS TOQUES DE BALÓN**

Por orden de mayor utilización son:

- 1.2.1 El interior del pie
- 1.2.2 El empeine interior
- 1.2.3 El empeine total
- 1.2.4 El empeine exterior
- 1.2.5 El toque de balón con el talón
- 1.2.6 El toque para la trayectoria curvada del balón
- 1.2.7 Toque con el exterior del pie
- 1.2.8 Toque con la punta del pie
- 1.2.9 Toque con el talón

### 1.2.10 Toque con la rodilla

Los toques menos importantes son: el exterior del pie y como toques de recursos: la puntera, la rodilla, el talón y la planta, aunque hay que conocerlos y saber usarlos en determinadas circunstancias, en las que pueden ayudarnos a salvar una situación crítica, no son parte fundamental del juego.

En los toques hay que tener en cuenta la altura que trae el balón, pues en función de ella se modificará la técnica; así se tiene tres clases de toques:

- A balón raso
- A balón a bote pronto
- A balón por aire

### 1.2.1 TOQUE DEL BALÓN CON EL INTERIOR DEL PIE



Este toque es el que más se utiliza en el fútbol, porque asegura mejor la dirección exacta del balón, ya que ofrece una mayor superficie de contacto con el pie. Es muy adecuado para el pase; por lo tanto, es fundamental para el

juego en equipo.

También tiene sus desventajas que serán tratadas posteriormente. Se puede adelantar que por la posición que el jugador adopta antes del toque, el contrario prevé la dirección que va a tomar el balón; también cuando el jugador va corriendo, el eje longitudinal del pie está orientado hacia delante y, para realizar el toque, hay que dar un giro con el pie, con lo que rompe el ritmo de la zancada. Es por estos inconvenientes por lo que algunos jugadores, sobre todo los de alto nivel técnico, utilizan otras superficies de contacto, consiguiendo una gran precisión.

Ya en el mundial de 1958, los brasileños ofrecieron una gran variedad de pases, utilizando diferentes partes del pie.

#### **1.2.1.1 LA TÉCNICA DEL TOQUE DEL BALÓN CON EL INTERIOR DEL PIE**

La superficie de contacto está formada por la zona que va desde el principio del dedo gordo al hueso del talón y el tobillo interior.

Puede ser ejecutada desde parada o corriendo. La técnica de la parada, estando parado, es idéntica a la técnica del shut con fuerza; por esto se describen las dos a la vez.

Se corre hacia el balón en línea recta, poniéndose frente a él; la carrera es corta, 3 o 4 metros, y debe ser ligera, floja; la pierna de impacto se gira hacia fuera desde la cadera, por lo tanto, el plano longitudinal del pie debe estar perpendicular a la dirección del tiro, y la planta estará paralela al suelo. La rodilla de la pierna que golpea ha de flexionarse, mientras que el pie de apoyo se mantendrá al lado del balón, a unos 10 o 15 cms., con lo que el eje longitudinal del pie se hallará casi paralelo a la dirección del tiro. Asimismo, el cuerpo se inclinará un poco hacia delante, pero con la vista fija en el balón. En cuanto a la posición de los brazos, el miembro opuesto a la pierna de impacto estará flexionado a la altura del codo y se moverá hacia delante, mientras que el otro permanecerá pegado al cuerpo.

El movimiento de golpe de la pierna comienza desde la cadera. Las articulaciones de la rodilla y el tobillo han de estar flojas, pero en el momento de contacto con el balón hay que ofrecer una tensión para que la superficie sea dura; la tensión ha de ser más de empuje que de choque. Una vez realizado el golpe, las articulaciones vuelven a quedar flojas, y la pierna sigue el movimiento suavemente, asegurando la dirección del balón.

Si se quiere que el balón no se eleve hay que golpearlo en el medio, y si se quiere elevarlo se debe golpearlo abajo.

Esta técnica sería para un balón parado o a ras de suelo. Si el balón viene por alto, la técnica se modifica: la rodilla de pierna de impacto se flexiona más para que el pie se encuentre con el balón a mayor altura. El movimiento de la pierna hacia atrás y la conducción son más cortos. La posición del cuerpo, un poco hacia atrás, en tanto que los brazos no cambian.

Si el golpe se hace a bote pronto es exactamente igual, sólo que la ejecución es algo más difícil, ya que requiere estar muy atento en el momento en que el balón rebote en el suelo.

#### **1.2.1.2 ERRORES MÁS COMUNES EN EL TOQUE CON EL INTERIOR DEL PIE**

1. El balón pateado recibe, contra la voluntad, una rotación lateral; esto ocurre porque el eje longitudinal del pie no está exactamente perpendicular a la dirección de la deseada. Así no damos a la fuerza en el centro y se produce una rotación no deseada. También ocurre esto cuando el jugador no se sitúa exactamente en la dirección del toque del balón. Este defecto se puede corregir girando todavía más la pierna hacia fuera desde la cadera, y de esta forma se situará el pie correctamente.

2. Un error frecuente es el toque del balón seco; su consecuencia es la inexactitud de la pegada. El jugador descuida el movimiento de la pierna hacia atrás y la conducción; así se acorta el camino de las dos. Lo mejor es que al comienzo de la enseñanza de este toque, se exagere el gesto de la pierna hacia atrás y la conducción después. El movimiento de la pegada, debe ser de empuje.

### 1.2.1.3 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. *Mantén la vista en el balón*
2. *Coloca el pie de apoyo a unos quince centímetros de uno de los lados del balón.*
3. *Sitúa el peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo, ligeramente flexionada en la rodilla.*
4. *Extiende los brazos para mantener el equilibrio*
5. *Flexiona en la rodilla la pierna para el toque y dirige la punta del pie hacia fuera.*
6. *Haz el contacto con el balón mediante el interior del pie para mantener el balón en contacto con el terreno. El contacto en el medio del balón: para levantarlo, tocar en la mitad de abajo.*
7. *No frenes la pierna, déjala que termine la acción.*

### 1.2.2 TOQUE DE BALON CON EL EMPEINE INTERIOR



El empeine interior es la superficie formada por los huesos centrales del pie y se extiende desde la base del dedo gordo hasta el tobillo interior.

Este toque es muy adecuado con el pase para el efecto, aunque las posibilidades de utilización son muchísimas casi ilimitadas. Es apto para el pase corto, el pase largo, para despejes, saques de esquina, lanzamiento de penalti y tiros a la portería, La efectividad del toque del balón con el empeine interior; sin embargo, es este el último el que tiene más difusión, porque la gran ventaja que tiene el jugador con este toque sobre todo el

principiante, es que teme menos una posible lesión de su pie (con el empeine total la punta del zapato tropieza alguna vez contra el suelo).

### 1.2.2.1 LA TÉCNICA DEL TOQUE DEL BALÓN CON EL EMPEINE INTERIOR



A balón parado, la carrera será de 6 – 7 metros. La dirección de la carrera no coincide con la que llevará el balón, sino que se desvía de ella. La carrera debe tener una aceleración

uniforme, mientras que el paso anterior al golpe deberá ser más largo que el resto. La pierna de apoyo debe estar a 25 – 30 centímetros del balón. El plano longitudinal del pie forma un ángulo con la dirección del toque.

La pierna de apoyo se flexiona ligeramente en el tobillo y en la rodilla; el cuerpo se inclina cargando el peso hacia la pierna de apoyo. Los brazos se balancean. El brazo contrario a la pierna de impacto se balancea lateralmente durante el movimiento de la pierna. La mirada siempre debe estar fija en el balón.

En el momento de tocar el balón, la rodilla está sólo ligeramente flexionada y las articulaciones tensas, sobre todo el pie (tobillo). El pie alcanza el balón un poco lateralmente en su centro y lo imprime una ligera rotación.

Si se quiere que el balón vaya a ras del suelo se le pega en el mismo centro, mientras que si se quiere que vaya elevado, hay que golpearlo por debajo del centro.

En el momento del toque de balón la parte superior del cuerpo se inclina un poco hacia atrás, desde la cadera de la pierna de apoyo. Si se quiere

que el balón vaya rasando, la inclinación es mínima. Después del toque del balón, la pierna de impacto se estira por la rodilla; la rigidez de las articulaciones y la tensión de los músculos se aflojan. La táctica de este toque es idéntica para balones parados, rodando o por alto.

#### **1.2.2.2 ERRORES MÁS COMUNES EN EL TOQUE CON EL EMPEINE INTERIOR**

1. Darle al balón una rotación inútilmente fuerte. Esto se debe a que el jugador se sitúa frente al balón y no tuerce sus pierna hacia fuera en la medida necesaria y, por lo tanto, su pie no toca el borde exterior lateral del balón y no puede acertar en el centro de éste.
2. Algunos jugadores no pueden patear con el empeine interior desde el suelo a un balón alto. La causa es que el pie estirado, no toca adecuadamente bajo el balón, y éste irá a ras de suelo a causa de la inclinación del cuerpo hacia delante.
3. La pierna de apoyo queda ligeramente lejos de la pelota, y la pierna de toque ejecuta un movimiento demasiado fuerte; gran parte de la fuerza del impulso no actúa en la dirección del golpe, y así el balón alcanza menos velocidad.

#### **1.2.3 TOQUE DE BALÓN CON EL EMPEINE TOTAL**



El empeine total es la parte que se extiende desde el comienzo de los dedos hasta el tobillo, o lo que es lo mismo, la parte del pie cubierta por los cordones del zapato.

Con el empeine total se puede lograr el tiro más largo, aunque su enseñanza es más difícil, ya que el pie está muy estirado durante el toque y los dedos muy cerca del suelo. Por eso, en principiantes no es

aconsejable, dado que no han desarrollado las sensaciones musculares ni las articulaciones del tobillo, de la rodilla y la cadera; y por lo tanto, no pueden soportar la carga que se abate sobre el pie. En el toque con el empeine total se puede patear con balones en línea recta, bien de atrás hacia delante o viceversa, porque en otro sentido no se lo haría con una técnica adecuada. De todos modos, el empeine total se lo puede utilizar para pasar a grandes distancias, interceptar, patear a la portería y para el lanzamiento del penalti.

El toque con el empeine es uno de los más utilizados. Puede ser empleado para los pases cruzando la cancha, para centrar, despejar, tirar y para desviar pases.

Según algunos estudios realizados, en el fútbol soviético y el británico se utiliza el mismo empeine total para el pase y la entrega, ya que el balón adquiere mucha velocidad y da vivacidad al juego, por la estrechez de la superficie de contacto, no tiene una puntería exacta.

### 1.2.3.1 LA TÉCNICA DEL EMPEINE TOTAL



Es la más sencilla entre todas las modalidades del toque. La carrera se empieza a 6 – 7 metros detrás del balón; la dirección coinciden por completo con la dirección de salida del balón. En último paso es más alargado, para precisar la dirección del balón y para que la pierna de

toque tenga recorrido desde atrás.

La pierna de apoyo se sitúa a 10 – 15 centímetros, al lado del balón; la punta del zapato mira hacia delante, paralelo a la dirección del mismo; la pierna de impacto se lanza hacia atrás bien floja, desde la cadera, y está

fuertemente doblada en la rodilla; su parte inferior se echa hacia arriba, para que el lanzamiento hacia atrás corresponda a los músculos gemelos.

El brazo contrario a la pierna de impacto se mueve hacia delante, mientras que el otro brazo se balancea un poco hacia atrás. El cuerpo permanece casi vertical, la rodilla está ligeramente flexionada; al colocarla perpendicularmente al balón, éste saldrá raso. Si se quiere elevarlo, la pierna de apoyo y la rodilla de la pierna de toque se la sitúa más atrás. Una vez que el balón ha salido, la pierna acompaña el movimiento de avance de la pelota y la mirada sigue al balón. Las articulaciones se aflojan.

Esta técnica es para balones parados, en general, sus normas básicas son válidas para balones a ras de suelo, en movimiento y balones altos; lo único rescatable es que en el juego por alto la mirada debe buscar al balón no sólo en el toque, sino también en la preparación.

### **1.2.3.2 ERRORES MÁS COMUNES EN ESTE TIPO DE TOQUE**

1. No tomar la carrera recta y coincidente con la dirección del balón.  
Entonces se produce una rotación. Para corregirla hay que colocar el balón al extremo de una línea, y el jugador que corra por la línea marcada.
2. El jugador lanza la pierna hacia el balón sólo desde la rodilla, y el balón pierde velocidad a causa de que el último paso antes del toque es corto y no hay tiempo para lanzar la pierna de impacto hacia atrás.
3. Colocar la pierna de apoyo detrás del balón; por ello la trayectoria es elevada.

Otra falta es echar demasiado atrás el cuerpo, con lo cual el balón se eleva en exceso.

### 1.2.3.3 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. *Acércate al balón en ángulo.*
2. *Mantén la vista en el balón.*
3. *Planta el pie de apoyo próximo al balón y a unos 24 – 26 centímetros.*
4. *Transfiere el peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo al llevarla de toque atrás, flexionado en la rodilla.*
5. *Flexiona ligeramente la pierna de apoyo y extiende los brazos para mantener el equilibrio.*
6. *Inclina el tronco ligeramente hacia delante al llevar el pie de toque atrás.*
7. *Mueve la pierna de toque hacia abajo con la punta del pie ligeramente dirigida afuera y abajo.*
8. *Haz contacto con el balón mediante el empeine. Para mantener el balón bajo, contáctalo en la mitad del mismo; para levantarlo, pégale en la mitad inferior.*
9. *La pierna de toque debe completar la acción para conseguir el máximo de potencia.*

### 1.2.3.4 EL TOQUE CON EL EMPEINE TOTAL DE BOLEO



El toque de boleo se utiliza para envíos bajos, altos y también para despejar el balón cuando no hay tiempo para detenerlo. El balón es tocado en vuelo (en aire) antes de tocar terreno.

Si desea un jugador ejecutar un desvío bajo, debe hacer contacto con el balón próximo al suelo y en su parte de atrás. Debe mantener su rodilla y el peso del cuerpo sobre el balón.

#### **1.2.3.5 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. *Sitúate de frente al balón y mantén la vista en él.*
2. *Lleva el peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo y el pie de toque atrás, listo para golpear de empeine.*
3. *Extiende los brazos para mantener el equilibrio.*
4. *Haz contacto con el balón mediante el empeine, enfrente del cuerpo y cuando el balón se encuentre aproximadamente, a la altura de la rodilla.*
5. *Inclina la parte superior del cuerpo ligeramente acalla delante para terminar la acción.*

#### **1.2.3.6 EL TOQUE CON EMPEINE TOTAL DE MEDIO BOLEO**



Para el toque de medio boleo se debe hacer contacto con el balón justamente después que rebote en el suelo. Se debe aplicar las mismas técnicas que en el toque de boleo.

Esta técnica es útil cuando el jugador debe tocar el balón cuando antes y no tuvo tiempo para hacerlo en el aire. El tiempo de contacto con el balón es esencial.

#### **1.2.3.7 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. *Sitúate de frente al balón con la vista en él.*

2. *Coloca el peso sobre la pierna de apoyo. Lleva el pie de toque atrás listo para intentar el pase de empeine.*
3. *Extiende los brazos para mantener el equilibrio.*
4. *Haz contacto con el balón mediante el empeine, enfrente del cuerpo y cuando el balón rebote sobre el terreno.*
5. *Termina la acción.*

#### **1.2.4 TOQUE DE BALÓN CON EL EMPEINE EXTERIOR**



El empeine exterior es la parte del pie que se extiende desde el borde exterior del empeine total hasta el filo exterior del pie. Es una superficie relativamente plana, bastante eficaz, sobre todo en balones en movimiento y en jugadores con el pie

grande y con piernas arqueadas, puesto que durante el toque el pie de impacto se tuerce hacia adentro. Es apto para la recepción, intercepción, regate, tiro al gol y pase. Hay jugadores muy hábiles en este toque, con gran calidad técnica.

##### **1.2.4.1 EL TOQUE A BALÓN PARADO**



Esta técnica es un poco complicada por las características del propio golpe, da la necesidad de coordinación y las posturas antinaturales del tobillo para ejecutar dicho toque.

La carrera se puede efectuar de dos maneras: de frente y virando un poco. La longitud de la misma es de 6 – 7 metros, la velocidad va aumentando progresivamente, pero en el último paso se debe frenar algo el ímpetu, para que la colocación sea exacta. El pie de apoyo, colocado

lateralmente al balón, a unos 15 - 20 centímetros, la rodilla un poco flexionada, el cuerpo inclinado hacia delante y hacia el lado opuesto de la pierna de golpeo. El brazo de la pierna de apoyo se balancea lateralmente, quedando cruzado delante del cuerpo en el momento del toque. El brazo de la pierna de toque retrocede siguiendo el braceo normal. Las articulaciones y los músculos están flojos al iniciarse el lanzamiento, y la pierna hay que llevarla lo más atrás posible, desde la rodilla a la cadera.

En el momento en que se produce el toque, el pie se lo tensa desde el tobillo y se lo gira hacia adentro; el cuerpo se inclina un poco hacia atrás desde la cadera de la pierna de toque, en tanto que los brazos no varían y la mirada está fija en el balón durante el proceso del toque.

Dicha técnica es válida para el toque a un balón parado o un poco rebotado, pero dicha técnica cambia si el balón viene por alto. En este balón, al golpearlo con el empeine exterior, casi hay que girar el tronco y es aquí cuando se utiliza la carrera para acercarse al balón.

La importancia de esta manera de golpear, está en la pierna de apoyo como giro corporal alrededor de un eje; es decir, en el mayor aprovechamiento del giro máximo volumen corporal utilizable. A más giro, mayor velocidad del balón.

El jugador se sitúa casi frente al balón; la pierna de toque, lanzada desde atrás, describe un arco circular a causa del giro sobre la planta de la pierna de apoyo, El tronco se inclina hacia la pierna de apoyo, y los brazos se balancean extendidos a lo largo del cuerpo.

#### **1.2.4.2 ERRORES MÁS COMUNES EN EL TOQUE A BALÓN PARADO**

1º Si el balón tuerce el pie hacia adentro pero no le tensa hacia abajo, no golpea con la superficie adecuada, sino con el exterior del pie y el balón recibe una rotación muy fuerte.

2º En el toque del balón por el aire, la falta más frecuente es que el contacto del pie con el balón se realiza por debajo de su centro, en vez de arriba y el balón se eleva; hay que exigir que el trabajador incline su cuerpo hacia fuera, en la dirección de la pierna de apoyo.

Para realizar los ejercicios de golpe con el empeine exterior se debe dominar bien el manejo con los otros golpes, es decir, tener ya una cierta maestría; entonces es el momento de utilizar el empeine exterior, lo cual no significa, tener prohibida la enseñanza de este toque mientras no sepan bien los otros, por ello se debe enseñar al final.

#### **1.2.4.3 RECOMENDACIONES PARA LOS JUGADORES PRACTICANTES**

1. La técnica para pasar es idéntica a la anterior con excepción de:
2. La punta del pie de toque se gira hacia adentro y el contacto se hace con el exterior en lugar de con el interior.

#### **1.2.5 EL TOQUE DE BOLEO CON EL TALÓN**

Esta técnica se puede utilizar si el balón se aproxima a la altura de la cintura.

El balón debe ser tocado en el primer intento.



##### **1.2.5.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Al aproximarse el balón sitúa el peso del cuerpo en la pierna de apoyo e inclínate hacia ese lado.
3. Flexiona la pierna de toque en la rodilla y levanta el talón.

4. Gira (pivote) en el Metatarso de la pierna de apoyo y envía la de toque hacia el balón.
5. Haz contacto con el balón en el lado de afuera del talón.
6. Mantén la pierna de toque todo el tiempo flexionado en la rodilla y envíala como si fuera un bate de béisbol, al girar el Metatarso del pie de apoyo.

### 1.2.6 EL TOQUE PARA LA TRAYECTORIA CURVADA DEL BALÓN

Esta técnica se utiliza para hacer curvar el vuelo del balón. Se debe hacer contacto con el balón con el interior o el exterior del pie.



#### 1.2.6.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén la vista en el balón.
2. Sitúa la pierna de apoyo a un lado y ligeramente detrás del balón.
3. Haz el contacto con el balón de forma diagonal (no directamente) para hacerlo girar aproximadamente.
4. Para desviar el balón hacia la derecha, haz el contacto en el lado izquierdo. Para desviarlo hacia la izquierda hazlo en el lado derecho.

Hasta aquí las superficies de contacto o partes del pie más utilizadas por el jugador, ya que aunque también se emplean el toque con el exterior del pie y los toques de recurso, no son de una utilidad en los partidos. No obstante, se mencionará a continuación.

### 1.2.7 TOQUE CON EL EXTERIOR DEL PIE

Este toque se hace con el borde lateral exterior, cerca del nacimiento del dedo meñique. Se utiliza muy poco por ser una superficie muy pequeña y por limitar ostensiblemente la precisión y la fuerza del balón. Cuando se utiliza suele ser en fintas, entregadas y en desvíos. Suele denominarse “toque de deslizamiento” y se emplea cuando no hay otra solución.



### 1.2.8 TOQUE CON LA PUNTA DEL PIE



Este toque se realiza al pegar al balón con la punta del zapato. Es obvio que esta modalidad se ha quedado totalmente relegada a circunstancias especiales, ya

que en el fútbol se ha ido evolucionando en exactitud y precisión. Este toque no puede ofrecer dichas cualidades. Por lo tanto, nos vamos a limitar a decir en qué situaciones se puede utilizar y recomendar su enseñanza en jugadores principales.

Cuando hay una cancha resbaladiza, puede resultar eficaz para patear el gol por jugadores expertos y resulta temible para los porteros, ya que si el jugador consigue golpear el balón por encima del centro recibe una rotación fuerte hacia delante y saldrá todavía más raso. Se puede utilizar también en alguna ocasión para despejar.

### 1.2.9 TOQUE CON EL TALÓN

Este toque se produce con la parte del pie que rodea el hueso calcáneo. Se utiliza



menos todavía que la puntera. Se puede utilizar cuando el balón ha sobrepasado al jugador por alto y dejando al compañero atrás en el suelo.

Dado que generalmente el jugador con el balón se encuentra de frente a la dirección en la que se va a mover, el uso del pase con el balón, resulta efectivo con frecuencia, porque el defensa es sorprendido. Sin embargo, debido a que el jugador que pasa no puede ver al compañero que le hace el envío, la comunicación verbal es importante. Los jugadores no deben utilizar esta técnica de pase hasta no haberla practicado lo suficiente para dominarla bien.

#### **1.2.9.1 RECOMENDACIONES AL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Coloca la pierna de apoyo al lado del balón, flexionado en la rodilla.  
Ajusta tu velocidad a la del balón
2. Pasa el pie de toque por encima del balón adelantándolo.
3. Lleva el pie de toque atrás para que el talón contacte con el balón.
4. Termina la acción para que haya más potencia en el pase.

#### **1.2.10 TOQUE CON LA RODILLA**



Es un toque que se realiza cuando el balón llega a una altura determinada del cuerpo que impide tocarlo con la cabeza o con el pie.

También sirve para interceptar, entregar y para tirar al gol. Es una superficie plana, y por ese motivo puede tener más presión que los otros toques de recurso.

El toque con la planta creemos que es más de recepción. No obstante se puede utilizar en alguna ocasión, como en el tiro al gol y sobre todo en dejadas al compañero, para buscar luego el desmarque.

Se considera importantísimo, sobre todo en jugadores principiantes, poder realizar los ejercicios ante una pared, siendo muy constantes; y en jugadores más experimentados, siempre con un compañero, y después con una oposición que puede empezar siendo estética para terminar de una manera dinámica.

Los entrenadores deberán hacer hincapié en el gesto técnico, primero sin balón, luego parado y en movimiento, bien a ras de suelo o por alto, de los jugadores que se inician en este bello deporte que es el fútbol.

### **1.2.11 EL PASE**



Los miembros de un equipo de fútbol deben actuar como una unidad. Para alcanzar esto, los jugadores deben dominar las técnicas del pase. Cada vez que un jugador va a tocar el balón debe tener la idea clara de a donde enviarlo, ya sea si lo pasa a un compañero o tira a la portería. Los jugadores nunca deben tocar un balón sin tener la idea clara de adonde enviarlo.

El pase de la pelota a un compañero constituye la clave de un buen jugador, pues sin un pase preciso no puede haber buena combinación de juego. El dominio de esta técnica es fundamental para el juego, pero además es una demostración de buena camaradería.

## 2. RECEPCIÓN O CONTROL DEL BALÓN

La recepción o control del balón es aquella acción técnica mediante la cual el jugador se apodera del balón, lo mantiene bajo su control y dominio, para posteriormente jugarlo en beneficio propio o de sus compañeros.

Aunque en el fútbol actual se va teniendo a un juego veloz y rápido, la importancia de saber hacer un buen control dice mucho a favor del jugador que lo realiza. Bien es verdad que en el momento de parar un balón



se resta velocidad al juego, pero luego se puede iniciar otra acción técnica que resulta más efectiva que si hubiera intentado jugar el balón con precipitación.

¿Cuántos balones pierde un equipo en un partido por no haber realizado un buen control?.

Además no se debe olvidar que dentro de los controles están los llamados orientados, que dan, de hecho, más velocidad al juego y pueden engañar al contrario con cierta facilidad.

Los cambios o recepciones se los puede clasificar según con que parte del cuerpo se toque el balón:

- Con el miembro inferior.
- Con el abdomen o vientre.
- Con el pecho.

- Con la cabeza.

Los controles o recepciones se los puede clasificar según con la parte del cuerpo que se toque el balón:

En el miembro inferior se puede controlar con:

- El pie: a) interior, empeine total.  
b) exterior, planta y talón
- La pierna, el muslo.

## **2.1 TIPOS DE RECEPCIONES DEL BALÓN**

2.1.1 Recepción y control del balón con el interior del pie

2.1.2 Recepción con el empeine total

2.1.3 Recepción con el empeine exterior

2.1.4 Recepción con la planta del pie

2.1.5 Recepción con el talón

2.1.6 Recepción con el muslo

2.1.7 Recepción con el pecho

### **2.1.1 LA RECEPCIÓN Y CONTROL DEL BALÓN CON EL INTERIOR DEL PIE**

Es válida para los balones que llegan de frente. Se puede distinguir tres variantes:

- La parada de balón a ras del suelo.
- La parada de balón por alto.
- La parada de balón a bote pronto



### 2.1.1.1 LA TÉCNICA DE LA PARADA DE BALÓN A RAS DEL SUELO



La posición hacia el balón es casi idéntica a la del toque con el interior del pie. La pierna de apoyo estaba doblada en la rodilla y el tobillo; el costado de esa pierna, un poco hacia delante.

La pierna que va a recoger el balón se gira desde la cadera hacia fuera, para que el eje longitudinal del pie esté perpendicular a la dirección de llegada al balón; cuando éste llega, se avanza la pierna que está doblada por la rodilla, delante de la pierna de apoyo; las articulaciones están flojas y el cuerpo un poco hacia atrás. La mirada acompaña al balón, los brazos se balancean a los lados.

En el momento en que el balón toma contacto con el interior del pie, la pierna se echa hacia atrás, pero de una manera lenta, para que el balón se pare delante del pie.

El retroceso depende de la fuerza y la velocidad que traiga el balón.

#### 2.1.1.1.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Colócate de frente al balón y mantén la vista en él.
2. Flexiona la pierna y dirige la punta del pie hacia fuera.
3. Entra en contacto con el balón teniendo el cuerpo de frente a él. Atrapa el balón entre el terreno y el interior del pie.
4. Retrae ligeramente el pie en el contacto para evitar que el balón rebote.

### **2.1.1.2 LA TÉCNICA DE RECEPCIÓN A UN BALÓN QUE VIENE DE BOLEA**

Es casi igual que la anterior; la única diferencia es la posición de la pierna que ejecuta la recepción; se eleva dada la altura que trae el



balón y para eso se dobla la rodilla más fuertemente. La fuerza del balón disminuye a causa de las articulaciones, que están flojas.

#### **2.1.1.2.1 ERRORES EN LA RECEPCION**

1º Que las articulaciones en los principiantes estén rígidas; entonces el balón choca contra una superficie dura y rebota lejos, de ahí la conveniencia de los balones un poco deshinchados.

2º No se recibe correctamente con el interior, sino con la tibia, y esto se produce por no acompañar la mirada al balón.

### **2.1.1.3 RECEPCIÓN DEL BALÓN A BOTE PRONTO CON EL INTERIOR DEL PIE**

Se realiza en un balón que llega de frente, sobre todo si la trayectoria no es muy arqueada. La realización correcta es muy difícil, porque hay que parar el balón nada más tocar el suelo y colocarlo delante de nosotros.



### **2.1.1.3.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN DEL BALÓN A BOTE PRONTO CON EL INTERIOR DEL PIE**

La pierna de apoyo está ligeramente doblada por la rodilla y el eje longitudinal mira en la dirección en que llega el balón. La pierna que realiza el control tocará hacia fuera,



exactamente igual que en el golpe con el interior. La pierna se mantiene lanzada hacia atrás y flexionada por la rodilla, formando un ángulo de 45 grados con el terreno. Las articulaciones flojas.

El cuerpo se inclina un poco hacia delante; el hombro de la pierna de apoyo se encuentra más adelantado que el opuesto; y el brazo, balanceándose también hacia delante, mientras el otro acompaña al lado del cuerpo. La mirada busca el balón y lo acompaña en el ángulo formado por la pierna y el terreno.

El peso del cuerpo recaerá sobre la pierna de apoyo. El tobillo ha de estar flojo.

### **2.1.1.3.2 ERRORES EN LA RECEPCIÓN DEL BALÓN A BOTE PRONTO CON EL INTERIOR DEL PIE**

1º No colocar el peso del cuerpo en la pierna de apoyo; se puede pisar el balón en el momento del contacto.

2º La superficie de choque está demasiado rígida porque el tobillo tiene mucha tensión y el balón rebota lejos.

3º Al no acompañar con la mirada al balón en todo momento, éste rebota en la pierna, en la rodilla, etc.

4º No colocar adecuadamente la pierna de apoyo donde, presumiblemente va a botar el balón y entonces éste bota hacia arriba.

### **2.1.1.3.3 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Sitúate de frente al balón y mantén la vista en él.
2. Mantén el equilibrio del cuerpo extendiendo los brazos.
3. Levanta el pie del suelo con la punta hacia arriba y el interior hacia el balón que desciende.
4. *Haz el contacto con el balón enfrente del cuerpo.*
5. *En el contrato, retrocede el pie para evitar que el balón rebote.*

### **2.1.2 RECEPCIÓN CON EL EMPEINE TOTAL (A UN BALÓN DE BOLEA)**

Es una de las recepciones en las que con más cuidado y atención se trata al balón, ya que el pie lo busca en el aire y lo recogemos más pronto para bajarlo delante de nosotros. Es una maniobra espectacular pero difícil, pues el jugador tiene que reaccionar rápidamente y con mucha coordinación.



#### **2.1.2.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN EN BOLEA CON EL EMPEINE TOTAL (A UN BALÓN DE BOLEA)**

El peso del cuerpo cae sobre la pierna de apoyo, doblada por la rodilla. La pierna de la recepción la abrimos desde la cadera, lo más posible entre el balón y doblada ligeramente por la rodilla; así se debe acompañar con el pie al balón hasta el suelo. El empeine total tiene que estar flojo, el

descenso del pie debe ser rápido hasta llegar casi al suelo, lo que hace que disminuya la velocidad. El centro de gravedad está detrás; el cuerpo se inclina un poco hacia delante, los brazos se balancean en los lados y la mirada queda fija en el balón, hacia el empeine total.

Cuanto más flojo se tenga el pie y la velocidad baje gradualmente, más blando llegará al balón, que quedará delante del jugador. Si la altura que trae el balón no es mucha, se espera al mismo sin levantar la pierna.

#### **2.1.2.1.1 ERRORES EN LA RECEPCIÓN**

Buscar el balón demasiado rápido, la pierna y el balón no se encuentran. Si la pierna no busca al balón, sino que lo espera, se corre el riesgo de que el contrario se anticipe y se lo lleve.

#### **2.1.2.1.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Colócate frente al balón con la vista en él.
2. Lleva al peso del cuerpo sobre la pierna de apoyo flexionada en rodilla.
3. Levanta la otra pierna flexionada en la articulación de la rodilla con la punta del pie dirigida al balón.
4. Haz contacto con el balón mediante el empeine completo y delante del cuerpo.
5. Deja caer rápidamente el pie y cuando esté cerca del suelo, acompañado del balón aminora la velocidad.

#### **2.1.3 RECEPCIÓN CON EL EMPEINE EXTERIOR**

Aunque este tipo de recepción no es muy habitual, es interesante conocerlo para determinados casos; por ejemplo si el balón llega a la pierna izquierda y el peso del cuerpo está sobre esa pierna, es imposible

hacer un control con el interior de dicha pierna. Es entonces cuando se utiliza la pierna derecha, cruzándola delante de la pierna de apoyo, y con su empeine exterior se recibe el balón.

### **2.1.3.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON EL EMPEINE EXTERIOR**

En esta recepción con el empeine exterior el peso del cuerpo está totalmente sobre la pierna de apoyo. La rodilla está un poco doblada, el cuerpo se inclina levemente hacia delante; los brazos se balancean a los lados y la mirada está continuamente fija en el balón.



El cuerpo gira un poco hacia la pierna de apoyo, que es donde va el balón, mientras que la pierna que hace la recepción se cruza por delante del cuerpo, torciéndola hacia adentro desde el tobillo, y se aprieta el pie hacia abajo. En el momento en que el balón rebota en el suelo choca con el empeine exterior y se para, entonces la pierna recupera la posición normal.

Esta técnica sería exclusivamente para esta recepción; porque cuando tratamos de hacer un control orientado se modifica totalmente.

### **2.1.3.2 ERRORES EN EL CONTROL**

La falta más común es que no se gira el pie hacia adentro y no se lo estira hacia abajo, a consecuencia de esto no se ofrece seguridad en la superficie de contacto, y el balón salta por encima del pie.

### **2.1.3.3 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.

2. Cuando el balón esté próximo, flexiona la pierna y dirige la punta del pie adentro.
3. Haz contacto con el balón con el exterior del pie y estando el cuerpo alejado.
4. Retrae ligeramente el pie en el contacto para evitar que el balón rebote.

#### **2.1.4 RECEPCIÓN CON LA PLANTA DEL PIE**

Este es un control para balones rasos o para balones descendentes; es un control que da cierta lentitud al juego.

##### **2.1.4.1 LA TÉCNICA DEL CONTROL CON LA PLANTA DEL PIE**

La pierna de apoyo está ligeramente doblada por la rodilla. Los brazos se balancean lateralmente y se mira al balón. La pierna de la recepción se la levanta desde la cadera, flexionado un poco la rodilla. El pie va flojo desde el tobillo.



Si el balón viene muy alto, hay que colocar el pie casi paralelo al suelo, mientras que para el balón raso hay que colocarlo casi formando un ángulo agudo con el suelo, para que el balón no pase por debajo de la planta, sobre todo en suelos resbaladizos.

#### 2.1.4.2 ERRORES EN EL CONTROL

El más frecuente es que el peso del cuerpo no esté totalmente en la pierna de apoyo durante el control.

#### 2.1.4.3 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Sitúate de frente al balón y mantén la vista en él.
2. Coloca la suela del zapato oblicuamente con el talón próximo al terreno. La pierna flexionada.
3. Aprisiona el balón entre el terreno y la suela del zapato.

#### 2.1.5 RECEPCIÓN CON EL TALÓN

Es muy difícil realizar esta clase de controles y se utiliza muy poco. Únicamente se usará cuando no se pueda controlar el balón de otra



manera. Se dice esto porque aún haciéndolo bien, el contrario tiene mucho margen de intervención.

#### 2.1.5.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON EL TALÓN

Se inclina el cuerpo hacia delante, cargando el peso hacia la pierna de apoyo, los brazos van en dirección a su pierna respectiva. La pierna receptora está doblada por la rodilla y se echa hacia atrás hasta alcanzar el balón. En el momento del contacto, se inclina aún



más el cuerpo hacia delante con la mirada fija en el balón.

### **2.1.5.2 ERRORES EN EL CONTROL**

El más corriente es no estirar la pierna hacia atrás, y entonces el balón queda aprisionado entre la pantorrilla y el muslo o tropieza con el cuerpo.

### **2.1.6 RECEPCIÓN CON EL MUSLO**

El control con el muslo si que se utiliza con más frecuencia que los anteriores, porque es una superficie amplia, en la que hay muchos músculos, con lo que el amortiguamiento se hace bastante bien y el balón queda muerto.

#### **2.1.6.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON EL MUSLO**

Hay que situarse de frente al balón. El peso del cuerpo hay que cargarlo sobre la pierna de apoyo, que está flexionada en la rodilla. La pierna que hace el control se levanta desde la cadera doblando la rodilla,



lógicamente la mirada debe estar fija en el balón.

#### **2.1.6.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Sitúate de frente al balón con la vista en él.
2. Levanta la pierna, flexiona de manera que el muslo alcance la horizontal. Haz contacto con el balón a la mitad del muslo.
3. Retrae el muslo en el momento del contacto.

## 2.1.7 RECEPCIÓN CON EL PECHO

Este control se realiza lógicamente con balones altos y con los que llegan a la altura de la superficie de contacto. Dicha superficie es grande, blanda y la preparación es sencilla.



### 2.1.7.1 LA TÉCNICA DE LA RECEPCIÓN CON EL PECHO

Se diría que hay dos maneras de realizar la acción: una es la que se utiliza para bajar el balón lo más rápidamente posible al suelo, con intención de pasarlo a un compañero. El balón choca contra el pecho y el jugador lo deja resbalando hacia delante.

Los pies estarán un poco separados, de cara al balón; las rodillas, dobladas ligeramente; por lo tanto, el peso del cuerpo está repartido. El pecho está abombado hacia delante y la cadera también; los brazos se balancean y la mirada está fija en el balón. Al contacto del balón con el pecho la cadera retrocede, las rodillas se estiran, el pecho queda vertical, un poco hacia adentro y los brazos paralelos hacia el frente, ayudan al balón en su trayectoria hacia el suelo.



La otra forma es más o menos usada porque da lentitud al juego y posibilidades al contrario, ya que el control se realiza hacia arriba del pecho y en el momento del contacto el pecho sigue curvando y las piernas se estiran. No obstante se puede realizar cuando no tengamos ningún contrario o preparamos un tiro de bolea.

### 2.1.7.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Sitúate de frente al balón con la vista en él.
2. Extiende los brazos para mantener el equilibrio.
3. Con una pierna adelantada arquea el tronco.
4. Haz el contacto con el balón en la parte alta del pecho.
5. Retrocede el tronco en el contacto para quitarle velocidad al balón.

### 3. EL CABECEO O JUEGO DE CABEZA



El dominio de la técnica del golpe de cabeza, tanto sea como para defender como para rematar, atacar o pasar es una cualidad que le viene muy bien al jugador de fútbol. Aunque es verdad que se está imponiendo día a día el juego a ras del suelo, porque es más efectivo, práctico y sobre todo más técnico, también hay que dar crédito a un equipo que cuando no consigue batir la meta contraria y se va acabando el tiempo, empieza a colgar balones a la “olla”, para ver si se puede acertar con la cabeza y conseguir el gol.

Es entonces cuando el equipo que defiende, si tiene un buen juego aéreo, puede salvar la situación; es decir; el equipo atacante busca afanosamente el gol, y el equipo defensor trata por todos los medios de evitarlo; aquel que tenga la supremacía por arriba, desequilibrará la balanza a su favor.

Veamos la importancia del cabeceo en casi todas las acciones con el balón parado, saques de esquina, de banda, libres indirectos, etc.

El cabeceo también contribuye a definir una de las características más importantes del fútbol actual; la rapidez, ya que el jugador no espera a recibir el balón sino que lo pasa directamente con la cabeza, ahorrándose segundos, tan valiosos en el fútbol. Hay muchas posibilidades de utilizar la cabeza, bien para el tiro al gol, para el pase, para controlar, interceptar, anticiparse al contrario, despejar, etc. El juego de cabeza se puede realizar parado, saltando o en carrera.

### 3.1 LA ELECCIÓN DE LA SUPERFICIE DE IMPACTO

En teoría se puede pegar el balón con cualquier parte de la cabeza, siendo capaces de evitar el balón al punto que se quiere, no obstante la lógica hace decir que en jugadores que se inician, se tiene que utilizar el frontal, por ser la superficie más dura, ancha y



resistente al choque, ya que si el jugador joven se hace daño al golpear el balón, el fracaso es inmediato y se frena el proceso de enseñanza del golpe.

Por este motivo, se insiste en que los jugadores principiantes tienen que utilizar la superficie frontal de manera predominante.

Estas son algunas de las ventajas del golpe con la frente:

- Es más resistente.
- No ocasiona dolor.
- Es una superficie plana y amplia.

- Vemos perfectamente el balón que llega de frente.

### **3.2 CLASIFICACIÓN DE LOS GOLPES DE CABEZA**

- Atendiendo a la superficie de contacto: el frontal y sus partes, es decir, frontal, frontal lateral derecho, frontal lateral izquierdo y la parte alta de la cabeza, que comprende parte del Frontal y de los Parietales y en algún caso la coronilla.

- En función de la posición del jugador: parado, en salto, corriendo y en plancha.

La clasificación de los golpes de cabeza son los siguientes:

3.2.1 Golpes de cabeza estando parado

3.2.1.1 Golpe de cabeza con el frontal hacia adelante, estando parado.

3.2.1.2 Golpe con el frontal lateral estando parado.

3.2.1.3 Golpe hacia atrás estando parado.

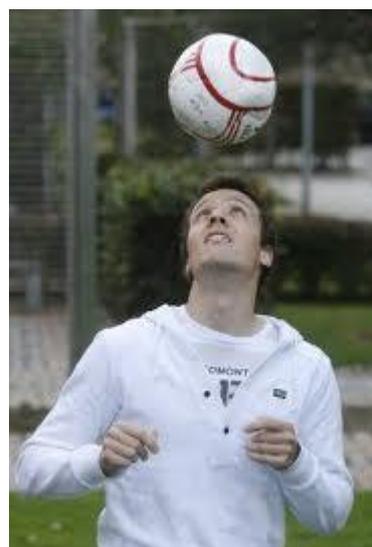
3.2.2 Golpes de cabeza en movimiento

3.2.3.1 Golpe de cabeza en plancha

#### **3.2.1 GOLPES DE CABEZA ESTANDO PARADO**

##### **3.2.1.1 GOLPE DE CABEZA CON EL FRONTAL HACIA ADELANTE, ESTANDO PARADO**

Este golpe es bastante sencillo. En todo golpe de cabeza tiene un papel fundamental, además del cuello y la cabeza, las piernas y el tronco. Es muy importante considerar que en todo golpe de cabeza no cerrar los ojos, para poder seguir siempre la trayectoria de llegada y salida del balón.



### **3.2.1.1.1 LA TÉCNICA DEL GOLPE CON EL FRONTAL HACIA ADELANTE, ESTANDO PARADO**

El jugador se sitúa con los pies abiertos hacia los lados, las piernas flexionadas un poco en las rodillas y tobillos, los brazos flexionados por los codos, el tronco se inclina hacia atrás desde la cadera.

El movimiento del golpe es rápido, el tronco se inclina hacia delante, el cuello hace lo mismo y las piernas se estiran. Cuando se quiere picar el balón hacia abajo, la inclinación hacia delante tiene que ser mayor.

### **3.2.1.1.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón todo el tiempo.
2. Cuando el balón se aproxima, flexiona ligeramente las piernas delante de la otra, balancéate atrás transfiriendo el peso del cuerpo a la de atrás.
3. Mantén los brazos apartados del cuerpo para conseguir equilibrio.
4. Arquea la parte superior de la espalda y entonces lanza toda la parte superior del cuerpo, el cuello y la cabeza hacia el balón, haciendo el contacto con la frente.
5. Transfiere el peso del cuerpo a la pierna adelantada, al hacer el contacto con el balón.
6. Intenta penetrar con la cabeza en el balón y termina los movimientos para conseguir una mayor potencia.

### 3.2.1.2 GOLPE CON EL FRONTAL LATERAL ESTANDO PARADO

Para denominarlo así, se ha basado en la estructura ósea del cráneo. En esta clase de golpe tienen una participación activa las articulaciones del tren inferior del cuerpo. La única diferencia con el otro golpe es en la posición de las piernas y en la inclinación del tronco.



Hay que echar la pierna hacia atrás del lado que se quiere cabecear y girar un poco el tronco hacia ese lado.

### 3.2.1.3 GOLPE HACIA ATRÁS ESTANDO PARADO

Este movimiento en posición parada no se utiliza prácticamente, pero es muy útil aprenderlo, porque es básico en el golpe hacia atrás con salto.



#### 3.2.1.3.1 LA TÉCNICA DEL GOLPE DE CABEZA HACIA ATRÁS ESTANDO PARADO

La técnica del golpe de cabeza es muy sencilla, ya que se mantiene la misma posición de la preparación, lo único que ahora se flexiona más son las rodillas y los tobillos a consecuencia de que se agacha el cuerpo, el tronco y el cuello (prácticamente debajo del balón) y en el momento del contacto el empuje sale con fuerza desde la cadera hacia arriba, echando el cuello hacia atrás.

El toque de cabeza hacia atrás es utilizado con frecuencia por los delanteros para pasar el balón cuando un convencional no es practicable debido a la fuerte defensa.

Al principio se debe practicar desde una posición sin desplazamiento; luego acompañado de salto. Se debe flexionar las piernas y mover la cabeza y el tronco ligeramente hacia atrás. Se hace contacto con el balón mediante la parte superior de la frente. En el contacto se extenderá las piernas y empujar hacia delante desde la cintura.

### **3.2.1.3.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Flexiona las piernas ligeramente estando separadas.
3. Haz contacto con el balón mediante la parte de la frente, donde se inicia el pelo.
4. Lleva la cabeza hacia atrás al contactar con el balón.

### **3.2.2 GOLPES DE CABEZA EN MOVIMIENTO**

En este golpe la posición preparatoria no existe, las articulaciones y el tronco están más flojos y se golpea al encuentro, jugador y balón.



Esta clase de golpe es la más usada en un partido de fútbol dentro del juego de cabeza. Se puede realizar parado o corriendo. El salto estando parado se hace generalmente sobre las dos piernas, mientras que corriendo se dará el salto una sola pierna.

La elasticidad, la fuerza del salto vertical o “detente” y coger la medida al balón y el espacio son los aspectos más importantes del golpe.

### **3.2.2.1 LA TÉCNICA DEL GOLPE DE CABEZA EN MOVIMIENTO**

La técnica del salto estando parado se basa en las puntillas de los pies y en las piernas flexionadas en las rodillas, los brazos hacia atrás y la mirada en todo momento fija en el balón; en el impulso hacia arriba se arquea el tronco y los brazos se doblan por los codos. En el momento justo del contacto, el tronco sale impulsado hacia delante con fuerza. Al caer al suelo hay que flexionar los tobillos y las rodillas para no lesionarse.

El salto en carrera es muy eficaz, ya que cuenta con el impulso de la misma y el balón sale con más fuerza que en otros cabeceos.

La carrera es de los 5 metros y se mantiene el ritmo hasta el último paso, que es el del salto. La pierna se flexiona por la rodilla o por el tobillo, el cuerpo se agacha, cargando el peso en la pierna que va a efectuar el salto, y en ese momento se da el impulso. Todos los movimientos posteriores son iguales que en el golpe normal.

Para cabecear hacia los lados se gira el tronco desde la cadera hacia el lado al que se quiera dirigir el balón. Para el cabeceo hacia atrás el tronco se inclina más hacia atrás, y el balón se le golpea con la parte de la cabeza, echando en cuello hacia atrás.

#### **3.2.2.1.1 EL GOLPE DE CABEZA EN PLANCHA**

Rara vez se utiliza esta forma de golpe, pero es interesante conocerlo. En la mayoría de los casos, desde luego, es un movimiento de



anticipación.

A jugadores principiantes no se les debe enseñar, a no ser que disponga de material, como son colchonetas, fosas de arena, césped o algo así, ya que sobre el terreno duro se corre el riesgo de una lesión.

### **3.2.2.1.1.1 TÉCNICA DEL GOLPE DE CABEZA EN PLANCHA**

Lo primero que cae son las manos, luego los pies, para amortiguar la caída ya que la plancha es en plano oblicuo.

### **3.2.2.1.1.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Zambúllete hacia delante cuando el balón se acerque.
3. Haz contacto con el balón cuando el cuerpo esté horizontal.
4. Lanza los brazos y piernas abajo para absorber el choque de la caída.

## **4. CONDUCCIÓN DEL BALÓN**



Es aquella acción técnica por la cual el jugador domina y desplaza el balón a ras del suelo mediante una sucesión de toques con cualquier parte del pie. Es la acción técnica más natural, ya que es la que más relación guarda con la marcha, el trote y la carrera del hombre.

Es verdad que la conducción disminuye la velocidad en el juego, ya que comparándole con el pase es mucho más lenta. Hay situaciones en un partido de fútbol en las que es fundamental, y de ella va a depender que culmine la jugada. Un jugador que se encara a la portería contraria, se lleva una buena conducción, podrá preparar el tiro, el regate o cualquier acción para conseguir el gol.

No es tan elemental y básico como el toque, el control o el mismo juego de cabeza, pero tampoco se pueda prescindir de ella, a pesar de que el fútbol moderno se impone la rapidez y la velocidad.

#### **4.1 CLASIFICACIÓN DE LA CONDUCCIÓN**

Por la superficie de contacto a emplear puede ser:

Empeine exterior, empeine total, empeine interior y en algunas ocasiones la puntera, el talón y la planta del pie.

Algunas consideraciones que parece importante tener en cuenta:

- Mientras se realiza la conducción, excepto en jugadores principiantes, no se debe llevar permanentemente la vista puesta en el balón (se pierde visión del juego, posición de los contrarios, compañeros, etc.).
- El jugador que está haciendo la conducción está expuesto a: cansarse, una lesión, dar tiempo al contrario a que se coloque y cierre líneas, etc.
- Sin embargo, permite a los compañeros que se recuperen físicamente (si el resultado es favorable) y que puedan buscar el desmarque, El aspecto más importante de la conducción es que quien la realiza mantiene la iniciativa del juego y por lo tanto, es dueño del mismo.

Para la dirección que lleva el balón la conducción puede ser: rectilínea, curva a ambos lados, en zigzag o línea quebrada y ondulada.

## CLASIFICACIÓN:

4.1.1 La Técnica de la conducción con el empeine interior

4.1.2 La técnica de conducción con el empeine total

4.1.3 La técnica de conducción con el empeine exterior

### 4.1.1 LA TÉCNICA DE CONDUCCIÓN CON EL EMPEINE INTERIOR

Al balón se le empuja con la superficie; durante la carrera, la puntera del pie, que realiza la conducción, gira hacia fuera, la rodilla está flexionada y alejada del eje longitudinal del cuerpo, el pie está más bien suelto.

El tronco está inclinado hacia delante y hacia el lado de la pierna de apoyo, los brazos van al ritmo natural de la carrera. La mirada en el balón, pero sólo durante el contacto, luego la vista levantada, para orientarse en el campo de juego.



El balón tiene que ir a una cierta distancia del pie, de manera que esté siempre dominado y controlado por el jugador, lo que en términos futbolísticos se conoce por **llevarlo pegado**. Esta forma de conducir es más bien lenta.

### 4.1.2 LA TÉCNICA DE CONDUCCIÓN CON EL EMPEINE TOTAL

Es otra manera de conducir, que es un poco más difícil, pues la superficie de contacto tiene que ir estirada hacia abajo y es más pequeña que las otras partes del pie. Se utiliza cuando el jugador tiene campo por delante y los



contrarios no están cerca, ya que el desplazamiento del balón es más largo.

El eje longitudinal del pie va siempre hacia delante en el momento del golpe con el balón la pierna de la conducción va flexionada por la rodilla, el tronco vertical, un poco hacia delante. El movimiento de la carrera es más continuo.

#### 4.1.3 LA TÉCNICA DE CONDUCCIÓN CON EL EMPEINE EXTERIOR

En este toque el eje longitudinal del pie que realiza la conducción va dirigido hacia dentro, la rodilla un poco flexionada, el pie está flojo y se gira hacia adentro. El cuerpo está casi vertical, un poco caído hacia la pierna conductora. Esta clase de conducción es rápida y se realiza cuando el contrario corre paralelo al lado del jugador, que conduce, lógicamente, con la pierna afuera.



## 5. EL REGATE O DRIBLING



## 5.1 QUÉ ES EL REGATE O DRIBLING?



Es la acción técnica por la cual el jugador, en posesión del balón, realiza unos movimientos para desbordar al contrario y avanza sobre el terreno de juego sin perder la posesión del esférico.

El dribling es una acción casi impredecible dentro del fútbol; es obvio que un jugador que domina esta técnica estará en clara ventaja sobre sus oponentes, y se le define como un buen futbolista.

Hay que poseer una serie de condiciones, pero sobre todas, se destacaría el tener un perfecto dominio y equilibrio de todas las partes del cuerpo, ya que en el dribling intervienen varios factores físicos y una pérdida del equilibrio en el momento clave del mismo supone perder el balón ante el adversario; por ello esta acción es muy difícil de desarrollar en algunas zonas del terreno de juego. Así en defensa (en el área) no deben hacerse. Si pueden realizarse en el medio del campo y sobre todo en la delantera, aunque siempre que haya un compañero desmarcado y en mejor posición hay que pasarle el balón.

## 5.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén el balón próximo al suelo con la vista en él.
2. Mantén el peso del cuerpo sobre la pierna que no dribla.
3. Usa la parte del pie que te sea más cómoda para hacer contacto con el balón.
4. Muévete con pasos cortos mientras driblas.
5. Mantén la cabeza alta tanto como puedas determinar hacia donde moverte y conocer quién está alrededor.

## 5.3 CLASIFICACIÓN DE LOS REGATES

Se clasifican en dos grupos: regates simples y regates compuestos.

**Regates Simples** son aquellos cuando el jugador que lo realiza no utiliza la finta para deshacerse del contrario.

**Regates Compuestos** son aquellos que el jugador utiliza una o varias fintas para desbordar al adversario.

El jugador adversario puede estar con relación al jugador que va a regatearle, enfrente, detrás o a un lado.

La técnica del drible capacita a un jugador para mover el balón sobre el terreno mientras trota o corre. Se utiliza para contrarrestar a un contrario mientras mantiene la posesión del balón.

### CLASIFICACIÓN:

- 5.3.1 El drible con marcaje
- 5.3.2 El drible con cambio de dirección
- 5.3.3 Finta con un paso por encima del balón
- 5.3.4 Finta con el cuerpo

### 5.3.1 EL DRIBLE CON MARCAJE

Si el contrario ataca por un lado, se debe mover el balón con la pierna más alejada de él.



Esta técnica le permite proteger el balón con su cuerpo, pero le exige que domine el balón con ambos

pies. Los jugadores que no están capacitados para driblar con los dos pies pierden el balón con alta frecuencia.

#### 5.3.1.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén el balón próximo al pie.
2. Conduce el balón con el pie más alejado de tu contrario.
3. Mantén el cuerpo entre tu contrario y el balón.

### 5.3.2 DRIBLE CON CAMBIO DE DIRECCIÓN

Se debe mantener el balón próximo al pie del jugador y moverse rápidamente. Cuando el contrario se le acerque tire el balón hacia atrás con la suela del zapato más alejada que el atacante, gire rápidamente y continúe el drible en otra dirección.



### 5.3.2.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén el balón próximo al pie.
2. Mueve al balón rápidamente.
3. Con el contrario encima, tire al balón hacia atrás utilizando la suela del zapato más alejada del atacante.
4. Gira rápidamente y dribla en otra dirección.

### 5.3.3 FINTA CON UN PASO POR ENCIMA DEL BALÓN

Una manera de eludir a un contrario es fintar donde se dribla. Se debe aprender a ver a los contrarios y a los compañeros mientras driblan.



Se debe avanzar con un paso, por encima del balón por encima de la finta, y si el defensa reacciona a ella, se empuja el balón en dirección opuesta.

#### 5.3.3.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén el balón próximo a los pies mientras te acercas al defensa.
2. Mueve el balón hacia el interior, como si fuera a ser empujado con la parte exterior del pie.
3. No hagas contacto con el balón, pasa sobre él con un largo paso.
4. Si tu contrario se inclina en la dirección del paso, rápidamente empuja el balón en dirección opuesta y acelera alejándote del defensa.

### 5.3.4 FINTA CON EL CUERPO

Si el contrario ejecuta un largo paso en la dirección de la finta, empuje el balón entre sus piernas, corra rápidamente por uno de sus costados y vuelva a controlar el balón.

El factor clave en las buenas fintas es no decidir nada hasta ver cómo el contrario reacciona ante la finta. Más aún hay que estar convencido de que los defensas no siempre reaccionan igual en cada finta.



#### 5.3.4.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Mantén el balón próximo al pie mientras te acercas al defensa.
2. Ejecuta en una dirección un paso con inclinación de cabeza y hombro si hacer contacto con el balón.
3. Si tu contrario se inclina en la dirección de la finta, rápidamente empuja el balón en dirección contraria y aléjate de él.
4. Si tu contrario se inclina en dirección de la finta y abre mucho sus piernas, empuja el balón entre ellas.
5. Corre rápidamente por uno de sus costados y vuelve a controlar el balón.

## 6. LA INTERCEPTACIÓN

### 6.1 QUÉ ES LA INTERCEPTACIÓN?

Dar una definición exacta de esta técnica resulta complejo por la amplia gama de calificativos con los que se la puede definir. No obstante, la definiríamos como la acción técnico-defensiva individual por la cual se interrumpe la trayectoria del balón lanzado por un jugador adversario.

Hay que dejar claro que la interceptación siempre se hace sobre el balón. Aunque es una acción típica de los defensas, no hay que renunciar a que la practiquen todos los jugadores de un equipo, ya que si un delantero intercepta un balón puede crear una ocasión de gol.



Para hacer una buena interceptación es necesario tener:

- Capacidad de decisión.
- Valentía en la acción.
- Visión rápida del balón y del contrario.
- Convicción de llegar al balón.
- Fuerza y destreza corporal.
- Velocidad en el movimiento.

En relación a la situación del adversario la interceptación se puede hacer:

- Por delante
- Detrás.
- De lado.

La interceptación hecha por delante del adversario se le conoce como “corte”. Si se realiza por detrás del adversario se le conoce por “entrada”. Y si la acción se hace por el lado del adversario es la “carga”.

## **6.2 CLASIFICACIÓN DE LA INTERCEPTACIÓN**

6.2.1 Ataje o corte

6.2.2 La entrada

6.2.3 La interceptación por carga

6.2.4 La anticipación

### 6.2.1 ATAJE O CORTE

En una acción que se debe hacer en el momento en que el balón se aleja un poco del control del jugador que lo posee.



El jugador se sitúa frente al oponente que tiene el balón y le cierra el camino del mismo con la parte interior de cualquiera de los dos pies. El peso del cuerpo está en la pierna de apoyo, que está flexionada en la rodilla. El pie que realiza el ataje se tuerce hacia afuera, el tronco se inclina hacia delante y los brazos se balancean.

#### 6.2.1.1 ERRORES DEL ATAJO O CORTE

El peso del cuerpo descansa en la pierna que realiza el corte. La pierna que realiza el corte no está tensa, y por consiguiente se puede producir una lesión.

### 6.2.2 LA ENTRADA

Es la acción técnica defensiva mediante la cual el jugador que la realiza sale al encuentro del jugador que posee el balón para arrebatarlo. Si la acción no se realiza con precisión, se corre el riesgo de que el adversario se desborde. En jugadores principiantes hay que practicar en fosas de arena, colchonetas, etc. para evitar lesiones innecesarias.



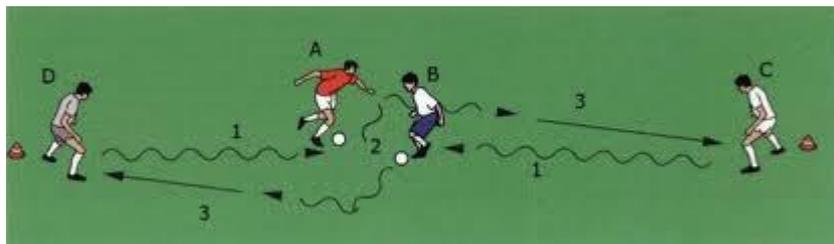
También es conveniente que para enseñar esta acción técnica, los jugadores estén un poco formados. En terrenos blandos es muy eficaz.

Teniendo en cuenta al adversario, las entradas pueden ser:

- Frontales
- Laterales
- Por detrás

#### 6.2.2.1 ENTRADA FRONTAL

Es la acción técnica defensiva que se realiza dejándose caer y llevando los pies estirados, presentando la suela del zapato.



#### 6.2.2.2 ENTRADA LATERAL

El jugador la utiliza cuando el contrario le ha sobrepasado y no hay otra posibilidad de arrebatarse el balón. Se suele realizar con el empeine interior, con el empeine exterior y en algunos casos con la puntera, dejándose caer y rebañando el balón.



### 6.2.2.3 LA PRESIÓN PREVIA DE LA ENTRADA

Se debe presionar al jugador con el balón en un ángulo que lo fuerce a driblar en la dirección que el jugador defensor desea se mueva. Se debe mantener en los metatarsos y con las piernas ligeramente flexionadas para hacer cambios rápidos de dirección.

Ocasionalmente se debe fintar como si fuera a ir al balón. Esto puede poner nervioso al contrario y llevarlo a cometer algún error con el balón, permitiéndole trabar el jugador que posee la pelota.

#### 6.2.2.3.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE

1. Presiona al atacante desde un buen ángulo.
2. Mantén en los metatarsos con las piernas ligeramente flexionadas en las rodillas.
3. Mantén la vista en al balón.
4. Finta, ocasionalmente para poner nervioso a tu contrario.

### 6.2.2.4 LA ENTRADA CON DESLIZAMIENTO

Esta técnica se usa como último recurso para desposeer del balón a un jugador atacante y debe ser evitada si existe otra posibilidad de obtener el balón.



Se debe acercar al adversario en forma oblicua. Ejecutando la trabazón sólo cuando la pierna interior del contrario esté extendida hacia atrás. Deslizarse cruzado y enfrente el atacante para empujar o tocar el balón con el pie más alejado de él.

#### **6.2.2.4.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Acércate a tu contrario con dirección oblicua.
3. Deslízate hacia el balón. Haz el contacto con el pie más alejado de tu contrario.
4. Deslízate hacia el balón y sácalo del drible de tu contrario con un toque.

#### **6.2.2.5 ENTRADA CON BLOQUEO**

Entabla la lucha por el balón cuando el atacante lo empuja hacia delante y se separa de él.

El jugador debe recordar siempre que intentar desposeer del balón al contrario por medio de la



trabazón es tan importante como conseguirlo de otra forma.

#### **6.2.2.5.1 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Sitúa la pierna de apoyo próxima al balón transfiriendo el peso del cuerpo sobre ella.
2. Flexiona las piernas ligeramente en las rodillas e inclina hacia delante la parte superior del cuerpo, con el hombro de la trabazón dirigido hacia tu contrario.
3. Haz contacto con el balón ligeramente debajo de su punto medio, con el interior de tu pie.
4. Después de para el balón, levántalo sobre el pie de tu contrario, o empújalo entre sus piernas.

### 6.2.3 LA INTERCEPTACIÓN POR CARGA

En esta modalidad es muy simple y eficaz cuando el oponente corre al lado del jugador y se van a disputar el balón. Lógicamente estamos aplicando el principio de las reglas de juego que dice: “El fútbol es un juego para el desarrollo de la fuerza física y la habilidad con el balón”.



En países donde predomina el empuje físico, como en Alemania Occidental, Inglaterra, etc. se utiliza bastante. Su técnica es elemental, se empuja con el hombro y el brazo pegado al costado cuando el adversario carga su peso en la pierna más alejada que realiza la acción.

### 6.2.4 LA ANTICIPACIÓN

Es una de las acciones más dinámicas que se va explicar en los fundamentos técnicos. Se diferencia de la interceptación en que la acción se realiza sobre el jugador y no sobre el balón. Intervienen con eficacia en su desarrollo la velocidad,



intuición y vivacidad del jugador, intentando construir el fútbol de ataque de su equipo, una vez que se ha hecho con el balón. Se ejecuta ante toda clase de balones, ya vengan rodados o por alto y con todas las superficies de contacto. La colocación del jugador que se va a anticipar con respecto a anticipar con respecto a su oponente es por detrás, lateral y frontal.

## 7. EL ARQUERO O PORTERO



### 7.1 MOVIMIENTOS DEFENSIVOS Y OFENSIVOS DEL ARQUERO

El portero o arquero es el jugador más especializado del equipo y el único que puede jugar el balón con las manos dentro del área de penalti. Es el último obstáculo que ha de salvar el equipo contrario, de ahí que su responsabilidad sea especial. A la vez es el primer jugador que garantiza y lanza el ataque.

### 7.2 CARACTERÍSTICAS FÍSICAS DEL ARQUERO



Estatura – fuerza corporal – coordinación general – elasticidad – rapidez d reflejos – resistencia - velocidad de reacción – potencia de salto.

### **7.3 CARACTERÍSTICAS PSÍQUICAS DEL ARQUERO**

Valentía – decisión – atención consciente – confianza – responsabilidad.

### **7.4 CLASIFICACIÓN DE LOS MOVIMIENTOS DEL ARQUERO**

#### **7.4.1 MOVIMIENTOS DEFENSIVOS DEL ARQUERO SIN BALÓN**

Son de dos tipos: Posición preparatoria y Colocación.

**La Posición Preparatoria** se consigue abriendo las piernas ligeramente y manteniéndolas flexionadas. El peso del cuerpo debe descansar en las plantas de los pies. El tronco se inclinará hacia delante. Los brazos, doblados por los codos y paralelos. Las palmas de las manos teniendo hacia abajo y la mirada atenta al balón.

**La colocación** es lo más importante en los movimientos defensivos del arquero. Debe colocarse adelantado sobre la línea de gol entre 0.5 y 1 metro, y en la bisectriz del ángulo formado por los postes y el balón.

Cuando el atacante se aproxima, el arquero debe ir adelantándose a la acción. Para cerrar el ángulo de tiro.

#### **7.4.1.2 RECOMENDACIONES PARA EL JUGADOR PRACTICANTE**

1. Sitúa los pies cómodamente separados con las piernas ligeramente flexionadas en las rodillas.
2. Flexiona los brazos y mantenlos a los lados en posición cómoda.
3. Inclina ligeramente hacia delante de la parte superior del cuerpo con el peso sobre los metatarsos, lista para moverte o zambullirte en cualquier dirección.

#### **7.4.2 MOVIMIENTOS DEFENSIVOS DEL PORTERO CON BALÓN**

Los más importantes son:

- Recogida del balón a ras del suelo.
- Blocajes a media altura, por alto, con salto y sin salto.
- Estiradas con bloqueo a ras del suelo y en salto.
- Despejes de puños.
- Desvíos.

### 7.4.3 RECOGIDA DEL BALÓN A RAS DEL SUELO

Se puede hacer de dos maneras:

- Con pies juntos y paralelos flexionando el cuerpo hacia delante.
- Con una pierna arrodillada.



### 7.4.4 CON LOS PIES JUNTOS Y PARALELOS FLEXIONANDO EL CUERPO HACIA DELANTE

El arquero debe estar enfrente del balón y tener el tronco inclinado. Los brazos bajarán paralelos, con las palmas de las manos mirando al frente. Los dedos deben casi tocar el suelo. Las piernas flexionadas y pies separados unos 12 centímetros. En



el momento en que el balón choca en las palmas de las manos, éstas se vuelven hacia adentro, llevando los brazos hacia el pecho.

#### **7.4.4.1 RECOMENDACIONES PARA EL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Sitúate de frente al balón manteniendo la vista en él.
2. Coloca los pies unidos, flexiona el tronco en la cintura.
3. Extiende los brazos con las manos unidas y las palmas dirigidas al balón.
4. Deja que el balón entre en tus manos y llévalo al pecho.

#### **7.4.5 CON UNA PIERNA ARRODILLADA**

La postura de las piernas ocupa un lugar primordial. La pierna de apoyo, flexionada, soporta el peso del cuerpo. La otra también queda flexionada, coincidiendo su rodilla



con al talón de la pierna de apoyo. De esta manera, si el balón no se frenara con las manos, chocaría contra la pantorrilla y el muslo.

#### **7.4.5.1 RECOMENDACIONES PARA EL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Arrodíllate sobre una pierna, sitúa la rodilla próxima al talón de la otra pierna.
3. Extiende los brazos con las manos unidas. Gira los codos hacia adentro y con las palmas de frente al balón.
4. Deja que el balón entre en las manos e inmediatamente llévalo al pecho.

#### **7.4.5.2 ERRORES QUE SE COMETEN CON MAYOR FRECUENCIA**

El más grave en la primera posición es abrir demasiado las piernas, ya que si no se recoge el balón con las manos, éste entra en la portería fácilmente. Otro error muy común es doblar las rodillas hacia delante, permitiendo que el balón choque con ellas.

El error más frecuente en la segunda posición es que los antebrazos no estén paralelos y el balón se meta entre medias y choque contra el pecho.

#### **7.4.6 LOS BLOQUEOS A MEDIA ALTURA**

Lo más importante en esta acción es que el Arquero se acostumbre a poner el pecho por detrás de los brazos. En cuanto recepcione el balón debe aprisionarlo con las palmas de las manos y antebrazos, para que no rebote y se le escape.



##### **7.4.6.1 RECOMENDACIONES PARA EL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Sitúate de frente al balón y con la vista en él.
2. Proyecta los brazos al frente flexionados en los codos y con las palmas al frente.
3. Deja que el balón entre en el pecho y aprisionalo con los brazos y las manos.
4. Mantén los codos próximos (uno de otro) después de la recepción para evitar que el balón caiga al suelo.

#### 7.4.7 LOS BLOQUEOS POR ALTO



Se puede realizar en posición estática y en movimiento.

**7.4.7.1 En posición estática** no se debe preocupar de la posición de las manos al no tener el respaldo del pecho. La postura ideal busca que los brazos estén flexionados hacia arriba, con las palmas de las manos mirando hacia delante y los dedos pulgares casi tocándose.

**7.4.7.2 En posición dinámica**, la acción técnica es la misma, pero con un salto previo.

#### 7.4.8 LOS BLOQUEOS CON SALTO

Este tipo de bloqueos se realiza de la misma manera que en la posición dinámica, pero además del salto, se necesita una carrera previa. Para mayor comprensión, hay que decir que el impulso



se hará sobre una pierna, en contraposición con el bloqueo en posición dinámica, que se hace con las dos piernas.

#### **7.4.8.1 ERRORES MÁS COMUNES**

Desgraciadamente se ve con mucha frecuencia una incorrecta posición de las manos y los dedos pulgares en esta acción técnica, con el siguiente perjuicio para la portería.

#### **7.4.8.2 RECOMENDACIONES PARA EL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Adopta la posición básica (“listo”) manteniendo la vista en el balón.
2. Salta hacia arriba, extendiendo los brazos hacia el balón con las manos próximas y las palmas de frente.
3. Presiona el balón con los dedos en la cima del salto.
4. Lleva los codos adentro y aprisiona el balón contra el pecho protegiéndolo.

#### **7.4.9 ESTIRADA A RAS DEL SUELO**

En el fundamento técnico de la estirada a ras del suelo, el cuerpo gira hacia el costado por dónde va el balón. El exterior del pie del lado de la dirección del balón es lo primero que toca el suelo. La pierna, la cadera, el costado y



los brazos se estiran paralelos al suelo, para atrapar el balón, que recogerán las palmas de las manos.

#### 7.4.10 ESTIRADAS EN SALTO

El desarrollo técnico de este fundamento se divide en cuatro partes a saber:

- El paso.
- El salto.
- El vuelo.
- La caída en tierra.



En los tres primeros puntos, el portero tiene que estar pendiente de la trayectoria el balón y en la caída en tierra deberá buscar posiciones adecuadas para amortiguar el golpe. La pierna que está más cerca del suelo se dobla. El balón se debe llevar al pecho, con los codos flexionados y el cuerpo se encoge, formando un ovillo.

#### 7.4.11 DESPEJES DE PUÑOS

Su técnica no es complicada, y se debe realizar cuando el balón no se puede bloquear. Casi siempre se hace con un solo pie, aunque no hay que descartar la posibilidad de poder despejar



utilizando los dos. Para despejar correctamente hay que llevar los brazos flexionados y los puños juntos y ofreciendo las falanges como una base plana y ancha, que es con la que golpea el balón, extendiendo en el momento final los brazos con energía. También se puede despejar con un solo puño, pero esta acción ofrece menos garantías de éxito.

##### 7.4.11.1 ERRORES MÁS FRECUENTES

No llevar los brazos flexionados y poder el impulso de los mismos.

#### **7.4.12 EL DESVÍO DEL BALÓN CON DOS MANOS**

Si se ve imposibilitado de decepcionar el balón por la interferencia de un contrario, puede optar por el desvío del balón golpeándolo con los dos puños. Esta técnica es especialmente útil



cuando parece que el balón va a caer debajo del travesaño de la portería.

Se debe hacer contacto con el balón en la mayor altura del salto con la porción plana de la falange de los cuatro dedos con excepción del pulgar. Extendidos los brazos el momento de hacer contacto con el balón y desviarlo hacia la línea final.

##### **7.4.12.1 RECOMENDACIONES AL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Salta hacia arriba con los brazos flexionados y próximos al pecho.
3. En la máxima altura del salto, extiende los brazos empuñando las manos.
4. Haz contacto con el balón mediante la parte plana de las primeras falanges de los dedos con excepción del pulgar. Los dos puños estarán unidos.
5. Golpea el balón encima o delante del travesaño de la portería, dependiendo de la situación.

#### **7.4.13 EL DESVÍO CON UNA SOLA MANO**

Desvío el balón por el golpeo de una sola mano lo hace el portero en situaciones en que le es importante hacerlo con las dos manos. El desvío con una sola mano es menos preciso que el realizado con



dos, debido a la menor superficie utilizada en el contacto. De cualquier forma es una técnica vital para el portero y con práctica puede ser dominada y utilizada con efectividad.

#### **7.4.13.1 RECOMENDACIONES AL ARQUERO PRACTICANTE**

1. Mantén la vista en el balón.
2. Salta arriba, extendiendo un brazo y manteniendo el de golpear abajo y flexionado.
3. En la máxima altura del salto extiende el brazo y golpea el balón con el puño.
4. Haz contacto con el balón mediante la tercera falange de los dedos con excepción del pulgar.
5. Termina la acción.

#### **7.4.14 DESVÍOS**

Mientras que en los despejes el portero utiliza los puños y los pies, en los desvíos se trabaja más con los dedos y las palmas



de las manos, para cambiar la trayectoria del balón. Se lo puede hacer en balones por encima del larguero y por los laterales de los postes.

#### **7.4.15 MOVIMIENTOS OFENSIVOS CON EL BALÓN**

El portero es el primer jugador que inicia el juego ofensivo de su equipo al apoderarse del balón. Puede realizar esta técnica mediante envíos a ras del suelo, con el pie y con la mano; lanzamientos por aire y saques de puerta a balón parado.

Los desvíos a ras del suelo tienen como ventaja dar mayor velocidad al juego, ya que existe una gran precisión al pasar el balón con el interior del pie o con la mano. Se utiliza sobre todo en distancias cortas, aperturas a los laterales, etc. Hay que tener mucho cuidado de que no haya contrarios cerca.

En los lanzamientos por aire, también se consigue dar velocidad y rapidez al juego. Se tendrá que tener en cuenta que para hacer un buen lanzamiento se deberá haber controlado perfectamente el balón. Se lo podrá realizar con las dos manos cuando se le acose un contrario, con una sola mano (por detrás de la cabeza a la altura del hombro y también desde la cadera), o de bolea con el pie (empeine total).

Los saques de puerta a balón parado se pueden hacer con el interior del pie, con el empeine interior y el empeine total. El uso de la puntería sería solamente utilizable en terrenos encharcados. En jugadores principiantes no es nunca aconsejable.

#### **7.4.16 EJERCICIOS TÉCNICOS COMPUESTOS**

Si los alumnos han aprendido ya variados elementos técnicos, aunque sea en su forma más elemental, se puede entonces empezar el ejercicio de ellos en su forma más compuestas. En la enseñanza de la técnica, como ya se ha subrayado varias veces, procuramos que sea real. Se sirve a uno de los principios básicos de la enseñanza, la aplicabilidad, si se

práctica, se amolda los elementos unificados y no se desconoce separado entre sí.

En el juego futbolístico se puede separar de los demás elementos técnicos sólo el toque, el cabeceo, el saque de banda y hasta cierto grado la técnica del portero. La conducción, el engaño, la interpretación y la recepción casi no se presentan nunca independientemente en el juego. Generalmente se unen con otros elementos técnicos.

En los siguientes párrafos se describen ejercicios y competidores que sirven para el amoldamiento y conexión racional de los elementos técnicos. En su enumeración, naturalmente, no serán completos porque esto sería imposible considerando el enorme caudal de movimientos del fútbol. Los ejercicios, juegos y competiciones sirven más bien como ejemplos.

## **6.8 PROPUESTA ALTERNATIVA EN SOFTWARE INFORMÁTICO**

**MANUAL DIDACTICO  
DE PLANES DIARIOS DE CLASES  
PARA  
LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS  
INDIVIDUALES DEL FÚTBOL**



**PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN FISICA DE LAS INSTITUCIONES  
EDUCATIVAS DE LA CIUDAD DE IBARRA**

**EN SOFTWARE INFORMÁTICO  
(VISUAL FOX PRO)**

**DICIEMBRE 2012**

**6.8.1 FUNDAMENTOS TÉCNICOS INDIVIDUALES DEL FÚTBOL**

La presente propuesta y su validación se encuentra estructurada en varias etapas evolutivas que le dan relación, dependencia, sistematicidad y coherencia, cumpliendo con los procesos del entrenamiento del fútbol, sin perder la connotación del proceso de enseñanza aprendizaje, dando una visión más clara de cada uno de los pasos que se deben llevar a cabo para su realización y éxito de utilización, por tratarse de un documento de apoyo, en donde su estructura que es nueva e innovadora brindará las facilidades de utilización, que estoy seguro se convertirá en un documento de gran ayuda para los usuarios.

### **6.8.2 INTRODUCCION**

En la actualidad el mundo moderno se encuentra funcionando bajo el poder de la **informática**, de igual manera el deporte y la actividad física en forma general, tiene un amplio campo dentro del mismo, debido a que se encuentra trabajando y manejando seres humanos.

Además del trabajo escrito también ha sido motivo de preocupación elaborar por primera vez un Manual Informático de planes diarios de fútbol, donde los usuarios manejando adecuadamente pueden construir miles de planes diarios todos diferentes uno de otros; es decir, guiándose por la numeración que tiene cada calentamiento, cada parte principal, y cada parte final, puede escoger un calentamiento determinado, una parte principal y una parte final, para formar su plan diario de trabajo. Esto evitará cometer el gran error de improvisar y llevar al caos al proceso de enseñanza – aprendizaje. Por ello la importancia de esta modalidad.

### **6.8.3 PROGRAMA INFORMÁTICO DEL MANUAL**

ESTRUCTURA DEL MANUAL  
CONCEPTUALIZACIÓN DE LA DISCIPLINA

## MENÚ PRINCIPAL

### **6.8.3.1 ESTRUCTURA DEL MANUAL INFORMÁTICO**

El presente manual didáctico consiste en un conjunto de estrategias metodológicas debidamente seleccionadas para la enseñanza de todos y cada uno de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, pudiendo ser aplicada a niños y jóvenes que necesiten del conocimiento, práctica y dominio de la técnica individual, condición importante para una adecuada práctica del fútbol.

Estará clasificada por fundamentos técnicos individuales, cada uno ellos con su objetivo, metodología, estrategias metodológicas y las actividades a desarrollar o ejercicios de aplicación progresivos. Los ejercicios estarán organizados en planes diarios de trabajo divididos en tres partes:

- a) Parte inicial: calentamiento
- b) Parte principal o Aprendizaje Técnico; y
- c) Parte final o Vuelta a la Calma

Cada una de estas partes irán numeradas en bloques separados unos de otros con la finalidad que el estudiante pueda intercambiar cada una de las partes, y de esta manera conseguir una gran diversidad de planes diarios de trabajo en base a sus propias necesidades de aplicación, pudiendo alcanzar diferentes planes para no caer en la rutina. Por ejemplo el estudiante puede intercambiar las partes del plan diario de la siguiente manera:

Puede escoger la parte inicial N° 1, la Parte Principal N° 23 y la parte final N° 12, y así sucesivamente.

### **6.8.3.2 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA DISCIPLINA**

Siendo el fútbol el deporte que más se practica en el mundo, como deporte colectivo, donde la juventud está cerca de él en todo momento.

El fútbol pertenece al grupo de deportes que exige un buen rendimiento. Requiere además fuerza y destreza, condiciones que únicamente pueden lograrse trabajando conscientemente y en forma polifacética. De esta manera, se conseguirá que este deporte sea algo más que un simple juego práctico como recreación.

En todo juego competitivo afloran agresiones subconscientes, que se transforman en fuerza y capacidad de rendimiento.

Toda persona que conozca las reglas del fútbol y los valores éticos que su práctica requiere, sabe que sus raíces son mucho más profundas que la simple actividad física. Esos valores éticos nacen del juego mismo. El solo hecho de cumplir con el FAIR PLAY (proceder leal, juego limpio) y el celoso cuidado de la actividad deportiva que puede lograrse por medio de la práctica de este deporte, constituyen el más elocuente testimonio de que los deportes tienen sus propias reglas éticas. Una competencia en equipo exige compañerismo y buen comportamiento ya que sin estos requisitos el juego se torna imposible.

En la actualidad, los planes educativos de casi todos los países incluyen la práctica del fútbol. Ello se debe a que se lo considera sumamente importante para el desarrollo físico y psíquico de los hombres.

En el presente Manual Didáctico se ha considerado que los fundamentos técnicos individuales, son la base del proceso de aprendizaje del fútbol, por lo que constará una serie de ejercicios progresivos aplicados a cada uno de los fundamentos técnicos individuales, como son: la conducción del balón, golpeo, paradas y dominio del balón, pases, dribling o regate, cabeceo, tiros al gol, despejes y otros; con la finalidad de que los estudiantes lleguen a dominar a cada uno de ellos en las diferentes prácticas del fútbol. El trabajo se realizará en forma individual o en grupos con el manejo del fútbol. Además se dará a conocer las diferentes reglas del juego y su nivel de aplicabilidad en los partidos de fútbol.

Permanentemente se motivará al trabajo individual, grupal, la ayuda mutua y el deseo de superación. De esta manera se propenderá hacia una formación integral del deportista, mediante el desarrollo físico, técnico, intelectual y social.

#### 6.8.3.4 PASOS PARA INGRESAR Y MANEJAR EL PROGRAMA INFORMATICO

- ❖ Ingresamos por MI PC para luego hacer Doble CLIC en el Disco de la Unidad C.
- ❖ Hacer doble clic en la siguiente carpeta.
- ❖ Abrir la carpeta EF (Proyecto de Educación Física).
- ❖ Nos muestra la siguiente pantalla y abrimos con doble clic EDFISICA. PJX.
- ❖ Al Abrir EDFISICA. PJX nos presenta la siguiente pantalla.
- ❖ Hacer clic en Aceptar.
- ❖ Nuevamente nos presenta otra pantalla y de inmediato hacemos clic en PASAR POR ALTO TODOS.
- ❖ Clic en la palabra **menú\_ef** y luego hacemos clic en la opción EJECUTAR.

Luego nos presenta la siguiente pantalla de estructura de programa



GRÁFICO Nº 18: VENTANA DE DIÁLOGO: DETALLE DE PLANES DE ESTUDIO. MENÚ PRINCIPAL

**Botón 1: INGRESO DE DETALLES**

**Botón 2: CREAR NUEVO PLAN**

**Botón 3: SALIR DEL PROGRAMA**

**Botón 4: AYUDA**

#### 1. INGRESO DE DETALLES:



Al presionar el botón 1 (Ingreso de Detalles) se presenta automáticamente la pantalla en la cual usted podrá ingresar los datos referentes a cada plan de estudio. Los cuales están constituidos por tres partes:

Parte inicial: calentamiento

Parte principal: Aprendizaje técnico

Parte final: Vuelta a la calma



GRÁFICO Nº 19: VENTANA DE DIÁLOGO: INGRESO DE DETALLES

**Deporte:** Como su nombre lo indica aquí debe escribir el nombre del deporte del cual está realizando el plan de estudio.

**Página:** Aquí debe escribir el número de la página que usted está realizando.

**Título:** Abarca el subtítulo de cada tema.

- Calentamiento
- Aprendizaje técnico
- Vuelta a la calma

En la parte inferior de esta pantalla se encuentran los siguientes botones:

**Primero:** Al dar clic en este botón le permite ir a la primera página de los datos que ingresó; al mismo tiempo se desactiva este botón y el botón anterior.



**Anterior:** Al dar clic en este botón le permite ir a la página anterior de la última página en la que se encontraba.



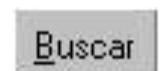
**Siguiente:** Al dar clic en este botón le permite ir a la página siguiente de la que se encuentra. Todos los botones se mantienen activados hasta que llegue a la última página; al llegar a esta se desactiva este botón y el botón último.



**Último:** Al dar clic en este botón puede visualizar la última página del plan de trabajo y automáticamente se desactiva este botón y el botón siguiente.



**Buscar:** Al dar clic en este botón se presenta una ventana de diálogo:



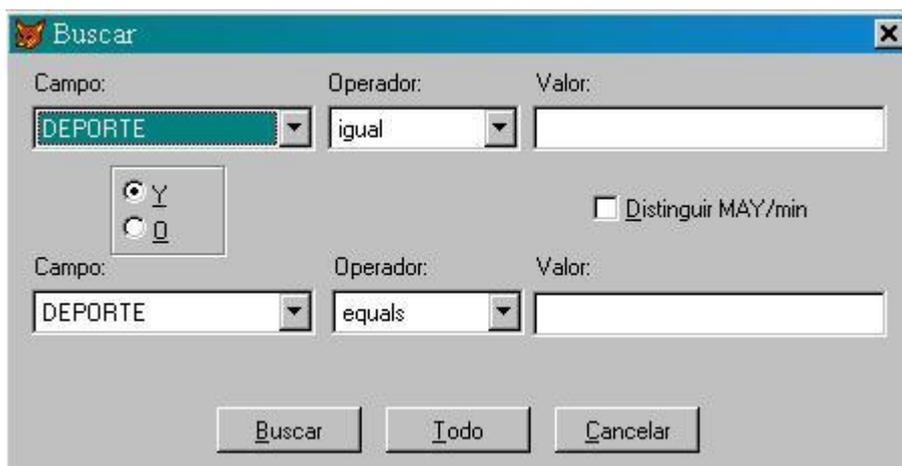


GRÁFICO N° 20: VENTANA DE DIÁLOGO: SIRVE PARA BUSCAR

Esta ventana de dialogo consta de las siguientes opciones:

**Campo:** Permite buscar una página ya sea por el número de página, título de la página o deporte.

**Operador:** Al momento de buscar alguna página no debe cambiar el contenido de esta opción ya que sirve de ayuda para el programador en el caso de existir alguna falla con el sistema.

**Valor:** el contenido de esta opción depende del dato seleccionado en la opción campo; por ejemplo si selecciona PAG deberá colocar el número de la página que desea buscar, si selecciona TITULO valor contendrá el título de la página que está buscando, del mismo modo si selecciona DEPORTE valor deberá contener el nombre del deporte que está buscando.

En la parte inferior de la ventana se encuentran las mismas opciones en las cuales deberán contener los mismos valores de las anteriores.

**Imprimir:** Al presionar este botón usted puede imprimir un informe de cualquier plan de estudios. La ventana de diálogo que se presenta será de acuerdo a la impresora que esté conectada a su computador, al

momento de imprimir en la ventana de dialogo debe especificar la pagina que desea imprimir

**Agregar:** Este botón le servirá para ingresar un nuevo plan de estudios.

Agregar

**Vistas:**

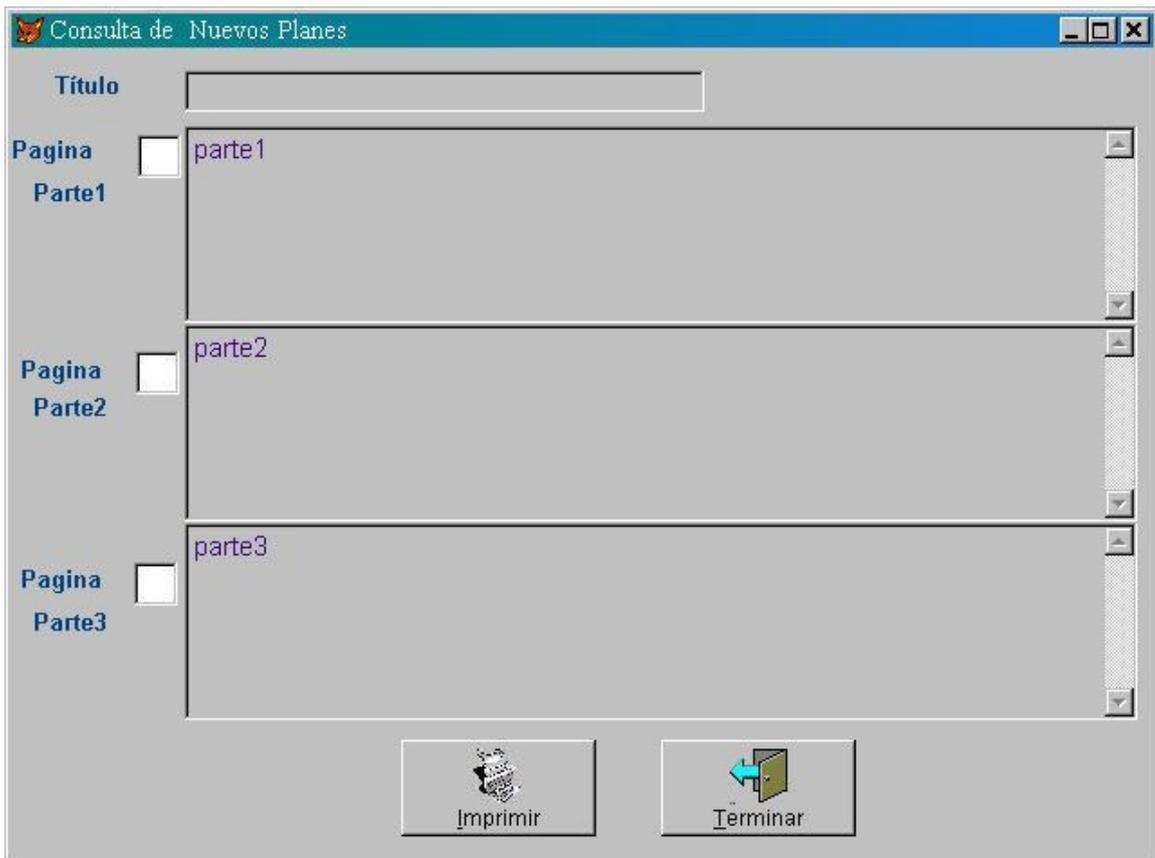


GRÁFICO Nº 21: VENTANA DE DIÁLOGO: INGRESAR UN NUEVO PLAN DE ESTUDIOS

**Ver Parte1:** Al presionar este botón se mostrará únicamente la parte 1 (Calentamiento) y se activará el botón Ver Parte2.

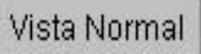
Ver Parte 1

**Ver Parte 2:** Presionando este botón se mostrará la parte2 (Aprendizaje Técnico) y se activará el botón Ver Parte3.

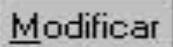
Ver Parte 2

**Ver Parte 3:** Presionando este botón se mostrará la parte3 (Vuelta a la calma) y se activará el botón Vista Previa, 

**Vista Normal:** Este botón le mostrar las tres partes juntas nuevamente.



**Modificar:** Este botón le permite realizar cualquier cambio en su plan de estudio, ó añadir detalles que se le olvidaron.



Se activan solamente los botones Guardar y Revertir. Guarda le permite guardar los cambios que haya realizado; y Revertir le permite deshacer los cambios que realizó.



**Eliminar:** Presionando en este botón le permite eliminar cualquier registro (plan de estudio) que usted ya no necesite. Antes de eliminar la máquina le preguntará si desea o no eliminarlo.



**Salir:** Presionando en este botón usted regresará a la pantalla que contiene el menú principal.

## 2. CREAR NUEVO PLAN



Al presionar en el botón 2(Crear Nuevo Plan), se presenta la pantalla en la cual usted podrá combinar las partes de los diferentes planes de estudio; y así poder obtener miles de planes de estudio diarios.

Esta pantalla consta de las siguientes partes:

**DETALLE DE PLANES DE ESTUDIO**

**Deporte:** Fútbol

**Pag:** 1

**Título:** Ejemplos de Planes Diarios

**Parte1: Calentamiento**

- Caminamos alrededor del campo de juego.
- Caminamos moviendo los hombros y brazos.
- En trote lento se desplazan por cualquier lugar del campo de juego.
- Conducimos el balón formando números letras y figuras.
- Conducimos el balón y saltamos por encima de él.

**Parte2: Aprendizaje Técnico**

**CONDUCCIÓN DEL BALÓN CON BORDE INTERNO DEL PIE IZQUIERDO**

- Indicaciones técnicas:

\* Para conducir con el borde interno del pie izquierdo el jugador debe ubicar el cuerpo hacia la pierna derecha y golpear el balón hacia delante con el arco interno medio del pie, con la vista hacia adelante.

**Parte3: Vuelta a la Calma**

- Caminar alrededor del campo de juego indistintamente.
- Caminar respirando profundamente con movimiento de brazos.
- Caminar llevando el balón en la cabeza sin sostener con las manos.

Primero Anterior **Siguiente** Último Buscar Imprimir Agregar Modificar Eliminar Salir

Ver Parte 1

GRÁFICO Nº 22: VENTANA DE DIÁLOGO: crear un nuevo plan de clases

**Título:** Aquí debe escribir el título de su nuevo plan de estudio.

**Página (Parte 1):** Al ingresar el número de página automáticamente en la parte 1 le aparecerá la primera parte de la página que usted ingresó.

Ejemplo: Si ingresa página 1, en la parte 1 le aparecerá la primera parte de la página 1; y así según el número de página que usted ingrese.

**Página (Parte 2):** Al ingresar el número de página automáticamente en la parte 2 le aparecerá la segunda parte de la página que usted ingresó.

Ejemplo: Si ingresa página 3, en la parte 2 le aparecerá la segunda parte de la página 3; y así según el número de página que usted ingrese.

**Página (Parte 3):** Al ingresar el número de página automáticamente en la parte 3 le aparecerá la tercera parte de la página que usted ingresó.

Ejemplo: Si ingresa página 2, en la parte 3 le aparecerá la tercera parte de la página 2; y así según el número de página que usted ingrese.

**Imprimir:** Imprime un informe del nuevo plan de estudio que usted realizó.



**Terminar:** Regresa a la primera pantalla que contiene el menú principal



### 3. SALIR DEL PROGRAMA



Presionando en este botón usted saldrá de toda la aplicación (todo el programa).

### 4. AYUDA



Muestra todo lo referente a la utilización del programa (Microsoft Front Page).

## **6.9 SOCIALIZACIÓN DE LOS MANUALES**

El presente trabajo de propuesta como es un Manual Didáctico de planes diarios de clases para la enseñanza de los fundamentos técnicos individuales del fútbol, se llevó a efecto en el Instituto de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad Técnica del Norte, con la presencia de los estudiantes de todos los niveles superiores. Además se dio a conocer a los profesionales de la educación física, que por su forma como está estructurado el presente trabajo investigativo y por ser el primer documento con estas características, se convirtió en un verdadera novedad, recibiendo los mejores criterios y que será acogido como el documento principal de trabajo en su convivir diario en la enseñanza del fútbol.

Con la finalidad de darle mayor credibilidad y alcanzar criterios de profesionales, se participó en la Expo investigación, organizada por la Universidad Técnica del Norte en calidad de Expositor, con el tema: "Manual Didáctico para la enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en formato escrito y en software Informático innovador.

De igual manera y con la rigurosidad de su estructura didáctica, metodológica e innovadora, el presente manual tanto escrito como en software informático fue expuesto en el Congreso Nacional de educación Física, Deportes y recreación que se desarrolló en la ciudad de Ibarra, en las instalaciones de la Universidad Técnica del Norte, siendo acreedor de felicitaciones por parte de los asistentes.

## **6.10 IMPACTO SOCIAL Y EDUCATIVO**

El presente trabajo investigativo está dirigido y orientado hacia los docentes de Educación Física, a monitores y entrenadores de fútbol, como un aporte a la planificación de sus actividades diarias, referentes a la enseñanza de la técnica individual del fútbol.

De acuerdo a la investigación realizada se ha podido detectar grandes vacíos en la disciplina del fútbol, ya que desconocen su proceso metodológico básico, es por ello que ha sido de preocupación primordial, colaborar en su formación, actualización e innovación académica con este documento convertido en un manual dinámico y que posteriormente será su guía de trabajo, ya que en los actuales momentos el fútbol es el primer deporte y más practicado en el mundo, por ello la mayor concentración de las autoridades de los diferentes establecimientos educativos es buscar profesionales de la educación física y entrenadores o monitores con amplios conocimientos en fútbol, debido a su importante grado de competitividad que existe.

El presente manual por considerarse un documento didáctico, pedagógico y metodológico servirá de gran ayuda a todas las personas que se encuentren vinculadas con el fútbol, en la formación de deportistas, desde la edad escolar de la educación básica hasta la juventud; esto es monitores, entrenadores, profesores de educación física, dirigentes deportivos, padres de familia y otros.

De acuerdo a las actividades y programas de socialización, se pudo detectar el gran interés y expectativa que ocasionó la exposición y demostración del Manual Didáctico, tanto en el Congreso Nacional de Educación Física como en la Expo investigación organizada por la Universidad Técnica del Norte, donde los asistentes solicitaron dicha información para beneficiarse de la utilización que ofrece dicho manual.

De acuerdo a sus criterios se pudo evidenciar que las opiniones emitidas por todos los asistentes, supieron manifestar que el Manual va a ser de gran utilidad, así como también cumple con todos los parámetros didácticos, pedagógicos y metodológicos cumpliendo con los criterios profesionales y de verdadera necesidad para los docentes de educación física.

## **6.11. CRITERIOS DE VALIDACIÓN**

Con la finalidad de darle validez técnica y profesional se ha solicitado el criterio de expertos y profesionales de la educación física, con la finalidad de que emitan sus opiniones referentes a la estructura del manual, a su contexto, su nivel de aplicabilidad y sus beneficios, tanto educativos como deportivos dentro del campo de la disciplina del fútbol.

El Doctor Elmer Meneses, Coordinador de Complementación Educativa de la Universidad Técnica del Norte, después de revisar el manual, manifestó que el documento presenta una estructura innovadora, cumple con los parámetros didácticos y pedagógicos para la enseñanza aprendizaje del fútbol y que servirá a los docentes y entrenadores e incluso a los estudiantes de educación física, a crear una conciencia de planificación, especialmente en los planes diarios y que esto permitirá impedir y parar la improvisación de clases muy acentuada en nuestro medio. Por todo ello felicita al autor del manual didáctico de planes diarios de clases.

El Magister Alfonso Chamorro, docente del Instituto de Educación Física de la Universidad Técnica del Norte y de la Universidad Central del Ecuador al evidenciar la exposición del manual en el Congreso Nacional de Educación Física y manipular el presente Manual Didáctico, manifestó que por ser un docente con varios años de experiencia no había tenido la oportunidad de ver un documento con estas características, por lo que manifiesta que es llamativo, creativo, de fácil manejo y de gran utilidad para los usuarios, lo que brindará grandes beneficios a sus usuarios, ayudando, de esta manera al mejoramiento de la educación física y el deporte.

Como conclusión se manifiesta que el Manual didáctico está estructurado de tal manera que ayude a la formación profesional en el campo de la planificación didáctica y pedagógica.

## 6.12 BIBLIOGRAFÍA

- ALONSO FERNÁNDEZ, Argimiro, “Fútbol Cuadernos Técnicos Nos. 7, 8, 13”, Editorial Wannceden, Sevilla – España.
- BERNAL, Cesar Augusto, “Metodología de la Investigación”, Editorial Prentice May, Bogotá – Colombia, 2010.
- BLAZQUEZ, D, “Iniciación a los Deportes de Equipo”, Editorial Martínez – Roca, Madrid – España. 2005.
- BUENO, Juan, MATEO, Miguel, “Historia del Fútbol”, editorial Edaf, Madrid España, 2012.
- BUSCH, Wilhelm, “Fútbol en la Escuela”, Editorial Kapelusz, Buenos Aires – Argentina, 1996.
- CSANADI Arpad, “El Fútbol”, Editorial Planeta, Barcelona – España, 1997.
- DOMINGUEZ, Silvia y otros, “Guía para elaborar una Tesis”, 1ra. Edición, México 2009.
- FRAGA, HERRERA, “Investigación Educativa”, Quito – Ecuador, 2002.
- GARCÍA, FOGEDA, Miguel Angel, “El Juego Predeportivo en la Educación Física y el Deporte”, Editorial Augusto Pila Teleña, Madrid – España, 1997.
- GARCÍA, RODRIGUEZ, “El Maestro y los Métodos de enseñanza”, Editorial Trillas, México, 1999.
- GREENWOOD, MICHELS, WEISALER y otros, “Fútbol, entrenamiento al estilo europeo, Editorial Hispano – Europeo, Segunda Edición, Barcelona – España, 1997.

- GUIMARAES, Toninho, “Fútbol Iniciación y alto rendimiento”, editorial Aula Alegre Magisterio, Bogotá – Colombia.
- HERNÁNDEZ, FERNÁNDEZ, BAPTISTA, “Metodología de la Investigación”, Editorial Mc Graw Hill, México, 2010.
- HORST, Wein, “Fútbol a la medida del niño”, Editorial Kenesis, Colombia, 2007.
- IKARAN, Aitor, LEZCANO, Francisco, “Manual para el entrenamiento de porteros de fútbol base”, Editorial Paidotribo, Barcelona España, 2005.
- MARCELLOU, Patrice, “Fútbol, programación anual del entrenamiento (para 18 años y senior)”, Editorial Paidotribo, Barcelona España, 2007.
- MARTINEZ, Hector y otros, “Metodología de la Investigación”, Editorial Cosegraf, México, 2009.
- MATVEIEV.” Fundamentos do Treino Desportivo”. Livros Horizonte, Lisboa. 1986.
- MÉNDEZ, Rosmery y otros, “Investigación, Fundamentos y Metodología”, Editorial Pearson, México, 2007.
- Módulos de estudios del ciclo doctoral.
- MOLINA, Francisco, “Fútbol, recursos y consignas para el entrenamiento técnico – táctico”, Editorial Paidotribo, Barcelona España, 2008.
- MUNCH, Leourdes, “Métodos y Técnicas de Investigación, Editorial Trillas, México 2009.

- PACHECO, Rui, “Fútbol: la enseñanza y el entrenamiento del fútbol 7”, editorial Paidotribo, España, 2007.
- PILA TELEÑA, Augusto, “Guía Práctica del Entrenador de Fútbol”, Editorial Augusto Pila Teleña, Madrid – España, 1987.
- PILA TELEÑA, Augusto, “Preparación Física”, Tomos 1, 2, 3, Editorial Augusto Pila Teleña, Madrid – España.
- Ruiz, L. Como lograr ser un gran futbolista. Ediciones Deporte y Cultura, Barcelona, 1998.
- SALINAS, Paulina, y otros, “Métodos de Investigación Social”, Editorial Intiyan, 2da. Edición, Quito Ecuador, 2008.
- SANZ MARTINEZ, Esteban, “Fútbol, Teoría y Práctica de la Técnica Individual”, Editorial Esteban Sanz Martinez, Madrid – España, 2002.
- SEGURA, Joseph, “Enciclopedia Técnica del Fútbol, Volumen 6 – La Práctica Individual”, Editorial Paidotribo, Barcelona – España, 1995.
- VARIOS AUTORES, “Enciclopedia Deporte para Todos”, Volumen 5, Editorial Alambra, Madrid – España, 1996.
- VARIOS AUTORES, “El jugador Infantil de Fútbol”, Editorial Augusto Pila Teleña, Madrid – España, 1999.
- VARIAS PÁGINAS WEB EXTRAIDAS DE INTERNET.
- VILLARROEL, Jorge, “Aprender Investigando”, 2da edición, Ibarra – Ecuador, 2007.
- ZORRILLA, TORRES, CERVO, ALCINO, “Metodología de la Investigación”, Editorial Mc Graw Hill, México, 2000.

# ANEXOS



## **ANEXO Nº 1**

### **ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES INVESTIGADOS**

**1. Sus conocimientos sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, usted los cataloga como:**

- a) Excelentes ( )
- b) Muy buenos ( )
- c) Buenos ( )
- d) Insuficientes ( )

**2. Conoce usted todos y cada uno de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, con sus bases teóricas y prácticas:**

- a) En su totalidad ( )
- b) Medianamente ( )
- c) Unos pocos de ellos ( )
- d) Desconozco ( )

**3. Cree usted que los contenidos de cada Técnica Individual del fútbol contribuyen a lograr los objetivos que persigue el aprendizaje del fútbol:**

- a) Significativamente ( )
- b) Medianamente ( )
- c) Parcialmente ( )
- d) No contribuyen ( )

**4. Estima usted que los Fundamentos Técnicos Individuales del fútbol, dentro de su actividad profesional son:**

- a) Fundamentales ( )
- b) Necesarios ( )
- c) Medianamente necesarios ( )

d) Innecesarios ( )

**5. Qué tantos conocimientos sobre los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol considera que debería tener el profesional de la Educación Física:**

a) Muchos ( )

b) Suficientes ( )

c) Pocos ( )

d) Ninguno ( )

**6. Considera usted que las Estrategias Metodológicas que utilizan los Docentes de Educación Física para la enseñanza de los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol son:**

a) Muy adecuadas ( )

b) Adecuadas ( )

c) Poco adecuadas ( )

d) Nada adecuadas ( )

**7. Cree usted que los recursos didácticos que usted utiliza para la enseñanza de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol son:**

A la séptima pregunta los investigados contestaron:

a) Suficientes ( )

b) Medianamente suficientes ( )

c) Insuficientes ( )

**8. En cuanto al sistema de evaluación que utilizan los docentes para evaluar los Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, cree usted que este sistema es:**

A la octava pregunta los informantes contestaron:

- a) Muy adecuado ( )
- b) Medianamente adecuado ( )
- c) Adecuado ( )
- d) Poco adecuado ( )

**9. Está de acuerdo que la enseñanza del Fútbol y sus Fundamentos Técnicos Individuales, deben ser enseñados teórica y prácticamente en su actividad docente:**

A la novena pregunta los informantes contestaron:

- a) Completamente de acuerdo ( )
- b) Medianamente de acuerdo ( )
- c) De acuerdo ( )
- d) En desacuerdo ( )

**10. De qué manera aplica usted los conocimientos de cada Fundamento Técnico Individual del Fútbol tanto teórica como prácticamente:**

A la décima pregunta los investigados contestaron:

- a) Teoría y práctica ( )
- b) Sólo teóricamente ( )
- c) Sólo en el campo práctico ( )
- d) Ninguno ( )

**11. Considera usted que la falta de planificación diaria y la improvisación de las actividades de cada fundamento técnico individual del fútbol, afecta al proceso de aprendizaje en los alumnos practicantes de este deporte:**

A la décima primera pregunta los encuestados contestaron:

- a) Afecta significativamente ( )
- b) Afecta poco ( )
- c) No afecta nada ( )

**12. Según su criterio cuál es su nivel de planificación diaria sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol que utiliza en su práctica docente profesional:**

A la décima segunda pregunta los investigados contestaron:

- a) Excelente ( )
- b) Muy bueno ( )
- c) Bueno ( )
- d) Regular ( )
- e) Malo ( )

**13. Estima usted que un Manual Didáctico innovador de Planes Diarios de Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, como documento guía para la enseñanza, sería:**

A la décima tercera pregunta los informantes contestaron:

- a) De gran utilidad ( )
- b) De mediana utilidad ( )
- c) De poca utilidad ( )
- d) Nada útil ( )

**14. Un Manual Didáctico en formato escrito y en Software Informático, básicamente deberá contener:**

A la décima cuarta pregunta los encuestados contestaron:

- e) Los contenidos a desarrollar en la asignatura ( )
- f) Los objetivos que se pretende alcanzar. ( )
- g) Las estrategias metodológicas con las que se debe trabajar cada fundamento técnico individual del fútbol. ( )
- h) Formas de cómo evaluar cada fundamento técnico individual del fútbol. ( )
- e) Todas las anteriores ( )

**15. Le gustaría manejar un sistema informático didáctico de Planes Diarios de clases sobre Fundamentos Técnicos Individuales del Fútbol, que le ayude a estructurar una gran variedad de planes diarios:**

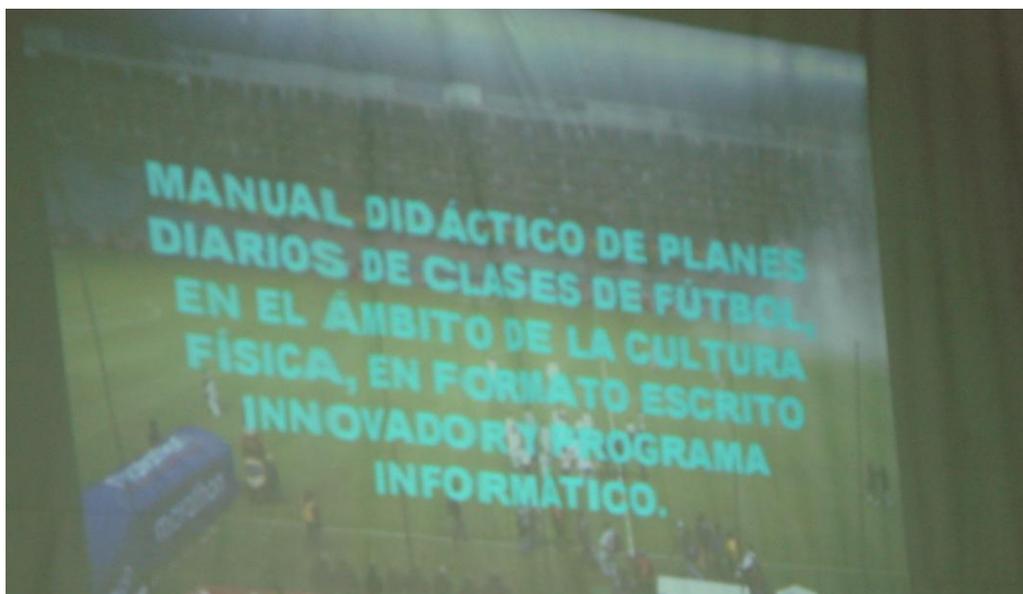
A la décima quinta pregunta los investigados contestaron:

- a) Si ( )
- b) Posiblemente ( )
- c) No ( )

## ANEXO Nº 2

FOTOGRAFÍAS DE LA SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA EN EL CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA, QUE SE LLEVÓ A EFECTO EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.

FOTOGRAFÍA Nº 1:



NOMBRE DEL MANUAL DIDÁCTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASE EXPUESTO Y SOCIALIZADO EN EL CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA , EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.

FOTOGRAFÍA Nº 2:



COMO EXPOSITOR DEL TEMA MANUAL DIDACTICO DE PLANES DIARIOS DE CLASES, EN EL CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE.

FOTOGRAFÍA N° 4:



EXPONENDO LA TEMÁTICA DEL MANUAL DIDÁCTICO A LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA QUE ASISTIERON AL CONGRESO NACIONAL.

FOTOGRAFÍA N° 5:



CONVERSANDO CON LOS DOCENTES ASISTENTES AL CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA. UTN.

FOTOGRAFÍA N° 6:



EXPONENDO LA TEMÁTICA A LOS DOCENTES ASISTENTES AL CONGRESO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA. UTN.

**FOTOGRAFÍAS DE LA SOCIALIZACIÓN A ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN.**

FOTOGRAFÍA N° 7:



EXPONENDO EL TEMA DEL MANUAL DIDÁCTICO A LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UTN.

FOTOGRAFÍA Nº 8:



EXPONINDO EL TEMA DEL MANUAL DIDÁCTICO A LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UTN.

FOTOGRAFÍA Nº 9:



EXPONINDO EL TEMA DEL MANUAL DIDÁCTICO A LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UTN.

### **ANEXO Nº 3**

SE ADJUNTA:

- CERTIFICADOS DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA POR EXPERTOS.
- CERTIFICADO DE SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA.
- TRÍPTICO DE LA SOCIALIZACIÓN DE LOS MANUALES EN LA EXPO INVESTIGACIÓN.



# Universidad Técnica del Norte

## INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Ibarra, 06-02-2013

### CERTIFICADO DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

La Coordinación de la carrera del Instituto de Educación Física, Deportes y Recreación, una vez revisado todos los contenidos de la Tesis de Maestría y el Manual Didáctico titulado: **“Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases, para la enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en formato escrito y en software Informático, para docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra”**, la misma que ha cumplido con todos los requisitos legales, didácticos y pedagógicos, motivo por el cual se autoriza que dicho Manual de consulta sea un material de consulta y de trabajo para docentes y estudiantes de nuestro Instituto de Educación Física.

Atentamente,

**Mgs. Jesús León**  
**COORDINADOR DE LA CARRERA DE ED. FÍSICA DE LA UTN**



# Universidad Técnica del Norte

## INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Ibarra, 06-02-2013

### CERTIFICADO DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

#### **DR. MSC. ELMER OSWALDO MENESES SALAZAR:**

Coordinador de Complementación Educativa y Docente del Instituto de Educación Física, Deportes y Recreación, una vez revisado todos los contenidos de la Tesis de Maestría y el Manual Didáctico titulado: “Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases, para la enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en formato escrito y en software Informático, para docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra”, he considerado un documento interesante e innovador que cumple con criterios, didácticos, pedagógicos y metodológicos, que servirá como un documento de estudio y de consulta para los estudiantes de nuestro Instituto de Educación Física; así como también a todos los entrenadores de fútbol y a docentes de Educación Física; aportando de esta manera al mejoramiento académico de nuestra especialidad y profesión.

Es todo lo que puedo informar para los fines pertinentes.

Atentamente,

**Dr. Msc. Elmer Meneses**  
**COORDINADOR DE COMPLEMENTACIÓN EDUCATIVA UTN**



# Universidad Técnica del Norte

## INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Ibarra, 06-02-2013

### CERTIFICADO DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

#### **MGS. ALFONSO CHAMORRO:**

Docente del Instituto de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad Técnica del Norte y de la Universidad Central del Ecuador, una vez revisado todos los contenidos de la Tesis de Maestría y el Manual Didáctico titulado: "Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases, para la enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en formato escrito y en software Informático, para docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra", he considerado un documento interesante e innovador que cumple con criterios, didácticos, pedagógicos y metodológicos, que servirá como un documento de estudio y de consulta para los estudiantes de nuestro Instituto de Educación Física; así como también a todos los entrenadores de fútbol y a docentes de Educación Física; aportando de esta manera al mejoramiento académico de nuestra especialidad y profesión.

Es todo lo que puedo informar para los fines pertinentes.

Atentamente,

**Mgs. Alfonso Chamorro**  
**DOCENTE DEL INST. ED. FÍSICA DE LA UTN Y DE LA UNIV.**  
**CENTRAL DEL ECUADOR**



# Universidad Técnica del Norte

## INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Ibarra, 11-10-2012

### CERTIFICADO DE SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA

#### **CERTIFICO:**

Que, el **Doctor Zambrano Yalamá Ernesto Fabián**, catedrático del Instituto de Educación Física, participó en la expo Investigación, organizada por nuestra Universidad, socializando a todos los asistentes su trabajo de grado denominado: **"Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases para la Enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en Formato Escrito y en Software Informático, para Docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra"**, en representación de esta dependencia y de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología.

De igual manera se realizó la exposición del trabajo de investigación y del Manual Didáctico a los estudiantes de nuestro Instituto de Educación Física, creando un gran interés y expectativa por los contenidos del mismo, por lo que los estudiantes han solicitado que se les facilite dicho material didáctico para poner en práctica en sus clases pre-profesionales.

Es todo cuanto puedo informar para los fines consiguientes.

Atentamente,

**Mgs. Jesús León**  
**COORDINADOR DE LA CARRERA DE ED. FÍSICA DE LA UTN**



# Universidad Técnica del Norte

## INSTITUTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Ibarra, 11-10-2012

### CERTIFICADO DE SOCIALIZACIÓN DE LA PROPUESTA

#### **CERTIFICO:**

Que, el **Doctor Zambrano Yalamá Ernesto Fabián**, catedrático del Instituto de Educación Física, participó en calidad de **EXPOSITOR** en el Congreso Nacional de Educación Física, que se desarrolló en nuestra ciudad de Ibarra, socializando a todos los asistentes su trabajo de grado denominado: **"Manual Didáctico de Planes Diarios de Clases para la Enseñanza de la Técnica Individual del Fútbol, en Formato Escrito y en Software Informático, para Docentes de Educación Física de la ciudad de Ibarra"**, en representación de nuestra unidad académica y de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la UTN.

Su exposición creó una gran expectativa en los asistentes estudiantes y docentes de Educación Física de todo el país, dejando bien alto el nombre de nuestra institución de educación superior.

Es todo cuanto puedo informar para los fines consiguientes.

Atentamente,

**Mgs. Jesús León**  
**COORDINADOR DE LA CARRERA DE ED. FÍSICA DE LA UTN**