



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

ESTUDIO DE LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LAS CATEGORÍAS 14-16 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012/2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA.

Trabajo de grado previo la obtención del Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

AUTOR:

Luis Ernesto Vásquez Tello

DIRECTOR:

Msc. Fabián Yépez.

IBARRA, 2014

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el ilustre consejo directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con mucha satisfacción participar como director de tesis: **"ESTUDIO DE LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LAS CATEGORIAS 14-16 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012/2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA."**, trabajo de investigación realizado por el señor egresado Vásquez Tello Luis Ernesto, previo a la obtención del título de Entrenamiento Deportivo.

Que ha sido dirigido en todas sus partes, cumpliendo con todas las disposiciones emitidas por la Universidad Técnica del Norte en lo referente a la elaboración del Trabajo de Grado

Por lo expuesto:

Autorizo su presentación ante los organismos competentes para sustentación del mismo.

Atentamente,



Msc. Fabian Yépez

DEDICATORIA

Obtener la Licenciatura en Entrenamiento Deportivo fue para mí una meta por lograr en la vida, para sentirme realizado como ser humano.

Deseo dedicar este trabajo en primer lugar a Dios y aquellas personas que nos han inculcado el deseo de superación.

Especialmente a mí querida familia y demás seres queridos, quienes siempre me respaldaron apoyándome permanentemente, y a todos aquellos que con su amor y consejos hicieron posible este sueño.

Así como también a los que por su afán, anhelos, dedicación trabajan cada día por el desarrollo del Deporte en aras de la salud y el bienestar de la sociedad.

EL AUTOR

AGRADECIMIENTO

Sentirse agradecido no es más que llevar dentro de sí la deuda perenne para aquellas personas que de una u otra forma hicieron que se realizara nuestro anhelo de obtener la Licenciatura en Entrenamiento Deportivo.

Sinceros reconocimientos a todos los maestros que contribuyeron en la formación profesional, ganándose nuestra estima y consideración.

Especial reconocimiento a las autoridades de la Universidad Técnica del Norte, de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología por su importante e incondicional contribución en la Formación Académica de la Especialidad en Entrenamiento Deportivo.

Y a Dios por estar a nuestro lado.

EL AUTOR

INDICE GENERAL

Contenido	
TEMA:.....	i
ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iv
INDICE GENERAL.....	v
INDICE CUADROS.....	viii
RESUMEN	xii
ABSTRACT.....	xiii
CAPITULO I.....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.2 Formulación del problema	3
1.3 Delimitación del Problema.....	4
1.3.1 Unidades de observación.....	4
1.3.2 Delimitación Espacial	4
1.3.3 Delimitación Temporal.....	4
1.4 Objetivos	4
1.4.1 Objetivo General	4
1.4.2 Objetivos Específicos	5
1.5 Justificación.....	5
1.6 Factibilidad	6
CAPITULO II.....	8
2. Marco teórico.....	8
2.1. Fundamentación teórica.....	8
2.1.1. Fundamentación epistemológica	11
2.1.2. Fundamentación filosófica	16
2.1.3. Fundamentación psicológica	19
2.1.4. Fundamentación pedagógica	22
2.1.5. Fundamentación sociológica	29

2.1.6.	Fundamentación axiológica	32
2.1.7.	Fundamentación educativa	35
2.1.8.	Estrategias metodológicas	40
2.1.9.	Metodología del entrenamiento	42
2.1.10.	Comunicación entrenador - jugadores	45
2.1.11.	Entrenamiento.....	52
2.1.12.	Métodos de enseñanza del fútbol	54
2.1.13.	Métodos de entrenamiento.	60
2.1.14.	Técnica en el fútbol	71
2.1.15.	Fundamentos técnicos del fútbol	74
2.1.16.	Fundamentos técnicos ofensivos.....	77
2.1.17.	Fundamentos técnicos defensivos.....	86
2.2.	Posicionamiento teórico personal	91
2.2.	Glosario de términos	92
2.4	Preguntas y directrices.....	100
2.5.	Matriz Categorical.....	101
CAPÍTULO III		102
3.	Metodología de la investigación	102
3.1.	Tipo de Investigación.....	102
3.1.1.	Investigación Bibliográfica	102
3.1.2.	Investigación de Campo	102
3.1.3.	Investigación Descriptiva.....	103
3.1.4.	Investigación Propositiva.....	103
3.2.	Métodos.....	103
3.2.1.	Métodos Empíricos.....	103
3.2.1.1.	Observación Científica	103
3.2.1.2.	Recolección de información	104
3.2.2.	Métodos Teóricos	104
3.2.2.1.	Científico	104
3.2.2.2.	Histórico – Lógico.....	104
3.2.2.3.	Inductivo y Deductivo	105
3.2.2.4.	Analítico sintético	105
3.2.2.5.	Descriptivo	105

3.2.2.6.	Estadísticos.....	106
3.3.	Técnicas e instrumentos.....	106
3.4.	Población.....	106
3.5.	Muestra	107
CAPITULO IV.....		109
4.	Análisis e interpretación de los resultados.	109
CAPITULO V.....		134
5.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	134
5.1	Conclusiones	134
5.2	Recomendaciones.....	135
CAPITULO VI.....		137
6.	Propuesta alternativa	137
6.1	Título de la propuesta	137
6.2	Justificación	137
6.3	Fundamentación	138
6.4	Objetivos	139
6.4.1	Objetivo General	139
6.4.2	Específicos.....	139
6.5.	Ubicación sectorial y física	139
6.6.	Desarrollo de la propuesta	140
6.6.1.	Descripción de la propuesta.....	141
6.6.2.	Estructura de la propuesta.	141
6.7.	Impacto	150
6.7.1.	Impacto pedagógico.....	150
6.7.2.	Impacto social	150
6.8.	Difusión	151
BIBLIOGRAFÍA.....		152

ÍNDICE CUADROS

ENTRENADORES Y MONITORES

Cuadro 1. ¿Utiliza fotos, dibujos o videos para ilustrar los fundamentos técnicos a enseñar?.....	109
Cuadro 2. ¿Piensa usted que es adecuado ordenar y disponer las actividades con los deportistas?.....	110
Cuadro 3. ¿Demuestra y explica la habilidad a trabajar?.....	111
Cuadro 4. ¿Usted le da oportunidad para que se expresen sus deportistas en las prácticas como en la competencia?.....	112
Cuadro 5. ¿Entrena los fundamentos técnicos del fútbol con sus deportistas?.....	113
Cuadro 6. ¿Está pendiente del rendimiento académico de sus deportistas?.....	114
Cuadro 7. ¿Planifica las sesiones diarias de entrenamiento?.....	115
Cuadro 8. ¿Realiza test de habilidades técnicas del fútbol a sus deportistas?.....	116
Cuadro 9. ¿Averigua para asegurarse que el grupo comprende cómo funcionan los ejercicios?.....	117
Cuadro 10. ¿Detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?.....	118
Cuadro 11. ¿Usted asiste a cursos para estar actualizado y de esta manera enseñar mejor a sus deportistas?.....	119
Cuadro 12. ¿Usted utiliza el método global para trabajar con sus deportistas?.....	120

ÍNDICE GRÁFICOS

ENTRENADORES Y MONITORES

Gráfico 1. ¿Utiliza fotos, dibujos o videos para ilustrar los fundamentos técnicos a enseñar?.....	109
Gráfico 2. ¿Piensa usted que es adecuado ordenar y disponer las actividades con los deportistas?.....	110
Gráfico 3. ¿Demuestra y explica la habilidad a trabajar?.....	111
Gráfico 4. ¿Usted le da oportunidad para que se expresen sus deportistas en las prácticas como en la competencia?.....	112
Gráfico 5. ¿Entrena los fundamentos técnicos del fútbol con sus deportistas?.....	113
Gráfico 6. ¿Está pendiente del rendimiento académico de sus deportistas?.....	114
Gráfico 7. ¿Planifica las sesiones diarias de entrenamiento?.....	115
Gráfico 8. ¿Realiza test de habilidades técnicas del fútbol a sus deportistas?.....	116
Gráfico 9. ¿Averigua para asegurarse que el grupo comprende cómo funcionan los ejercicios?.....	117
Gráfico 10. ¿Detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?.....	118
Gráfico 11. ¿Usted asiste a cursos para estar actualizado y de esta manera enseñar mejor a sus deportistas?.....	119
Gráfico 12. ¿Usted utiliza el método global para trabajar con sus deportistas?.....	120

ÍNDICE CUADROS

DEPORTISTAS

Cuadro 1. ¿El entrenador detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?.....	121
Cuadro 2. ¿Tu entrenador desarrolla un menú de ejercicios para dirigir cada semana de entrenamiento?.....	122
Cuadro 3. ¿Cada sesión de entrenamiento empieza con un calentamiento?.....	123
Cuadro 4. ¿Los entrenadores utilizan materiales como conos, platillos, estacas, chalecos, balones, aros, cuerdas, etc.?.....	124
Cuadro 5. ¿Tu entrenador demuestra los ejercicios a realizar?.....	125
Cuadro 6. ¿Tu entrenador dialoga a cerca de los triunfos y las derrotas y como enfrentarlos?.....	126
Cuadro 7. ¿Tu entrenador les muestra videos, imágenes, revistas de fútbol antes del entrenamiento o partido?.....	127
Cuadro 8. ¿Antes de empezar cada sesión los ejercicios son explicados con claridad?.....	128
Cuadro 9. ¿Crees que el entrenador utiliza la metodología adecuada para los entrenamientos de los fundamentos técnicos?.....	129
Cuadro 10. ¿Tu entrenador aporta información sencilla y precisa sobre cómo puede mejorarse el rendimiento?.....	130
Cuadro 11. ¿Tu entrenador proporciona feedback positivo frecuente como por ejemplo, "¡ Buen trabajo ¡"?.....	131
Cuadro 12. ¿Te sientes cómodo al entrenar en una cancha alquilada?.....	132

ÍNDICE GRÁFICOS

DEPORTISTAS

Gráfico 1. ¿El entrenador detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?.....	121
Gráfico 2. ¿Tu entrenador desarrolla un menú de ejercicios para dirigir cada semana de entrenamiento?.....	122
Gráfico 3. ¿Cada sesión de entrenamiento empieza con un calentamiento?.....	123
Gráfico 4. ¿Los entrenadores utilizan materiales como conos, platillos, estacas, chalecos, balones, aros, cuerdas, etc.?.....	124
Gráfico 5. ¿Tu entrenador demuestra los ejercicios a realizar?.....	125
Gráfico 6. ¿Tu entrenador dialoga a cerca de los triunfos y las derrotas y como enfrentarlos?.....	126
Gráfico 7. ¿Tu entrenador les muestra videos, imágenes, revistas de fútbol antes del entrenamiento o partido?.....	127
Gráfico 8. ¿Antes de empezar cada sesión los ejercicios son explicados con claridad?.....	128
Gráfico 9. ¿Crees que el entrenador utiliza la metodología adecuada para los entrenamientos de los fundamentos técnicos?.....	129
Gráfico 10. ¿Tu entrenador aporta información sencilla y precisa sobre cómo puede mejorarse el rendimiento?.....	130
Gráfico 11. ¿Tu entrenador proporciona feedback positivo frecuente como por ejemplo, "¡ Buen trabajo ¡"?.....	131
Gráfico 12. ¿Te sientes cómodo al entrenar en una cancha alquilada?.....	132

RESUMEN

La investigación se situó en la elaboración de un programa de capacitación metodológico para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del Fútbol, orientado a profesores y entrenadores de las escuelas de fútbol de los clubes amateur de la provincia de Pichincha, El Marco Teórico comprendió: El Proceso Pedagógico, Métodos , Estrategias Didácticas para el aprendizaje de los fundamentos del fútbol, Fundamentos del Fútbol, la investigación correspondió a un proyecto de desarrollo, no experimental, apoyado en un trabajo de campo y revisión documental y bibliográfica. Los sujetos de la investigación fueron los profesores y entrenadores de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito, quienes se constituyeron en la población y en el grupo de estudio. La técnica utilizada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario de opinión con varias alternativas de respuesta. El cuestionario fue validado mediante juicio de expertos, y su confiabilidad estimada mediante la aplicación de la prueba piloto. La información estuvo relacionada con el nivel de formación, la aplicación de la metodología, la definición de las estrategias utilizadas para el aprendizaje de los fundamentos técnicos y la factibilidad de aplicación del programa de capacitación. Las conclusiones más relevantes fueron: que se le preste una mayor atención a las escuelas de fútbol para niños y jóvenes, por medio de una excelente coordinación a través de la implementación de un modelo de formación e iniciación, con programas, medios y métodos de entrenamiento adecuado. Las recomendaciones más relevantes fueron: que es fundamental que se comprenda, de una forma clara, que el fútbol infantil y juvenil es una academia en la cual se forman jugadores de fútbol los cuales pasaran a formar, las categorías formativas de la institución. Los aportes más importantes constituyen los insumos para elaborar el programa metodológico para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Fútbol. Los beneficiarios directos fueron los entrenadores de las escuelas de futbol de la provincia de Pichincha; los indirectos: los deportistas de las categorías de base de los diferentes escuelas de futbol de la provincia de Pichincha.

ABSTRACT

The investigation stood at developing a methodological training program for training the technical fundamentals of Football , aimed at teachers and coaches from schools amateur soccer clubs in the province of Pichincha, understood Theoretical Framework : The Process pedagogical Methods, Teaching for learning the fundamentals of football , Football fundamentals , Strategies research corresponded to a development project , not experimental , supported by fieldwork and documentary and literature review. The research subjects were teachers and coaches school football Club Deportivo El Nacional Quito Metropolitan District, who constituted the population in the study group. The technique used was the survey instrument and an opinion questionnaire with several possible answers. The questionnaire was validated by expert judgment, and reliability estimated by applying the pilot. The information was related to the level of training, the application of the methodology, the definition of the strategies used for learning the technical merits and feasibility of implementation of the training program. The main conclusions were that you pay more attention to soccer schools for children and youth, through excellent coordination through the implementation of a model for training and initiation, programs, resources and training methods adequate. The most significant recommendations were: that it is essential to understand , in a clear way , that child and youth soccer is an academy in which football players go on to form which are formed, the training institution categories . The most important contributions are the inputs to develop the methodological program for learning the technical fundamentals of football. The direct beneficiaries were the coaches of soccer schools in the province of Pichincha; indirect: the athletes of the basic categories of various football schools in the province of Pichincha.

INTRODUCCIÓN

El fútbol es una actividad plenamente cambiante. De aquella época lejana en que pueblos enteros empujaban una vejiga con aire pugnando para llevarla a otro pueblo vecino, dejando una huella de lesionados, contusos y heridos hasta nuestro días que en un mismo estadio se acomoda un Rey, un Presidente o un Ministro junto con un humilde obrero de manos callosas o un lustrabotas. Están allí en el mismo escenario porque el mágico embrujo de un caprichoso balón que es acariciado por unos virtuosos llamados futbolistas.

Tal vez no se miren porque están lejos: unos en una cómoda butaca y otros en modesto cemento. No se miran directamente pero sí a través del balón que corre y salta. No alcanzan a mirarse pero se confundirán sus corazones en la inquietud de la atajada de un portero o el vibrar palpitante después de un gol.

En los estadios de 14 y 16 años con el crecimiento acelerado del perímetro muscular disminuyen las dificultades en el ámbito de la coordinación (habilidad motora, técnica) debido al crecimiento longitudinal. Los movimientos de los jóvenes se producen de forma notoriamente más dinámica, creándose así las condiciones para dominar herramientas y formas de comportamiento tácticas más difíciles y dependientes en mayor medida de las habilidades técnicas (p. ej., la pared). Las formas de combinación, el perfeccionamiento y la ampliación del comportamiento del uno contra uno en ataque y defensa y las nociones tácticas dentro de las diferentes posiciones del equipo se transmiten con mayor facilidad en los planos teórico y práctico.

El elemento central del entrenamiento, también en esta fase del desarrollo con su crecimiento redondeado de las formas corporales, sigue siendo el partidillo, con formas organizativas y tareas de juego ampliadas.

Por lo tanto, la presente investigación se organizó en los siguientes capítulos, en los cuales se narra el desarrollo ordenado que permitió plantear una posible solución a la problemática planteada.

El Capítulo I, se expone los antecedentes del problema, planteamiento del problema, formulación del problema, delimitación espacial temporal, objetivos generales y específicos, justificación e importancia y factibilidad.

Capítulo II, se describe al marco teórico, fundamentación teórica, posicionamiento personal, glosario de términos, matriz categorial.

En el Capítulo III, se subrayó la metodología, para indicar el paradigma de investigación que se efectuó, las estrategias, métodos, técnicas e instrumentos para seleccionar la información. Se examinó con que universo se va a trabajar para lo cual se utilizó la fórmula para calcular el tamaño de la muestra, finalmente la propuesta.

Capítulo IV, se programó el análisis e interpretación de los resultados.

Capítulo V, se realizó las conclusiones y recomendaciones.

En el capítulo VI, se presentó la solución al fenómeno descrito enfocado en un Programa Metodológico para el aprendizaje de los fundamentos técnicos el Fútbol

CAPITULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Antecedentes

El fútbol es el deporte que goza de mayor popularidad en todo el mundo por un buen motivo: es fácil de aprender desde pequeño y permite hacer abundante ejercicio físico. Además, es un juego emocionante, vibrante y sumamente divertido

Las estrategias del entrenamiento de los fundamentos técnicos en la categoría infantil y juvenil juegan un papel fundamental para que los jóvenes puedan alcanzar un correcto desarrollo integral. Y una adecuada formación sin que aquello les ocasione problemas físicos a futuro. El Club Deportivo “EL NACIONAL” que es un equipo que tiene el aval de Fuerzas Armadas y se ha convertido en una institución que ha dado tantas glorias al fútbol tanto a nivel nacional como internacional, cuenta en sus filas únicamente con jugadores netamente nacionales y continuamente realiza la búsqueda, selección y formación de nuevos talentos.

Por eso resulta muy importante que su personal técnico posea el conocimiento suficiente en las estrategias metodológicas del entrenamiento de los fundamentos técnicos en la etapa de formación básica del futbolista. Para esto es necesario mejorar todas las habilidades de entrenamiento, mediante el fútbol, sus componentes, fundamentos y alternativas, teniendo en cuenta la aplicación adecuada de métodos,

principios de entrenamiento y la adecuada utilización de los diferentes tipos de ejercicios.

El Club Deportivo El Nacional es uno de los más importantes equipos de fútbol en Ecuador, cuya sede está en la ciudad de Quito. Fue fundado el 1 de junio de 1964 y juega en la categoría máxima del fútbol ecuatoriano, serie A. Debutó en los inicios de 1960 con el nombre de Mariscal Sucre en los torneos de Segunda Provincial de la Provincia de Pichincha hasta ganar el ascenso en 1963 año en el cual decide adquirir el nombre que actualmente ostenta. Es un equipo patrocinado por las Fuerzas Armadas del Ecuador, cuyos socios mayoritariamente son miembros activos o retirados de dicha institución. Se caracteriza porque a su plantilla de jugadores, únicamente pertenecen deportistas de nacionalidad ecuatoriana, lo que hace aún más meritoria su participación en campeonatos nacionales e internacionales.

Su sede deportiva se encuentra en el moderno complejo deportivo El Sauce en el valle de Tumbaco en las cercanías de Quito Provincia de Pichincha. Fue el primer equipo ecuatoriano finalista de un torneo internacional de la CONMEBOL, al ser subcampeón.

Al finalizar este proyecto los jóvenes que integran las escuelas de fútbol del club, desde los 14 hasta los 16 años, dispondrán de las suficientes estrategias didácticas para el aprendizaje de los fundamentos técnicos, lo que ayudara a que los jóvenes puedan lograr un aprendizaje significativo de cada uno de los fundamentos para que continúen aprendiendo y por ende mejorar sus condiciones técnicas en el camino hacia el profesionalismo.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La preparación técnica en las escuelas de fútbol de muchos clubes profesionales deja mucho que desear, en vista de que, las autoridades administrativas brindan mayor preocupación a las categorías formativas, reservas y a la primera, dejando en segundo plano las escuelas de fútbol.

En el fútbol infantil y juvenil, los objetivos del entrenamiento difieren dependiendo de la edad, del nivel de desarrollo, del rendimiento y de la edad del inicio del entrenamiento. Por lo tanto nuestro interés es favorecer que los jóvenes establezcan una red para interrelacionar todos los fundamentos técnicos.

Frente a las dificultades el investigador como parte del personal técnico de estas escuelas deportivas se muestra preocupado y enfatiza que es el momento de poner solución a la situación, para alcanzar un mejor desarrollo técnico, sin lesiones o abandonos prematuros y por tanto incrementar los deportistas en formación, que ven como una respuesta al prestigio que el Club Deportivo El Nacional ha tenido a lo largo de su historia.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles son las estrategias metodológicas que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito?

1.3 Delimitación del Problema

1.3.1 Unidades de observación

Los deportistas de las escuelas de fútbol de las categorías sub 14 y sub 16 del Club Deportivo El Nacional.

1.3.2 Delimitación Espacial

La presente investigación, se llevará a cabo en las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito, Provincia de Pichincha.

1.3.3 Delimitación Temporal

La presente investigación se realizará en el periodo lectivo 2012-2013.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar las estrategias metodológicas que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional de la ciudad de Quito en el año 2012-2013.

1.4.2 Objetivos Específicos

Indagar las estrategias metodológicas que utilizan los técnicos para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional de la ciudad de Quito.

Identificar los procedimientos que utilizan los técnicos para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional de la ciudad de Quito.

Estructurar una guía metodológica para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol

1.5 JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto de investigación se justifica por cuanto se hizo necesario conocer cuáles son las estrategias de formación deportiva en la consecución de resultados óptimos para la institución; las falencias en las estrategias ocasionan dificultades que directamente perjudica a la calidad y a la imagen institucional, por lo cual el estudio de las estrategias metodológicas que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional de la ciudad de Quito, permitirá identificar la realidad sobre esta problemática, información válida para estructurar una propuesta de solución, por lo que la investigación se justifica desde el ámbito de la preparación deportiva.

La responsabilidad sobre la formación deportiva, es un compromiso social, ya que los actores principales son directivos, entrenadores y deportistas, y con ello la familia; por lo que, la investigación sobre la realidad que se presenta en el entrenamiento de los fundamentos técnicos en los deportistas de las categorías sub 14 y sub 16 de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional, es una oportunidad para dar solución a un problema formativo que beneficia a la sociedad del deporte, ámbito en la que aporta el estudio del presente proyecto.

1.6 Factibilidad

Para el desarrollo de la investigación se cuenta con la autorización de los directivos de la institución y el interés de los técnicos deportivos, quienes comprometen su aporte para proporcionar la información y las facilidades para la ejecución de cada una de las etapas.

El proceso de investigación no demanda de un presupuesto elevado, razón por la cual el investigador está en condiciones para financiar el estudio, de igual manera dispone del tiempo necesario para poner su disposición en cada una de las etapas investigativas.

La realización de la propuesta de investigación es factible para realizarla por las siguientes razones:

Se predispone de conocimientos, experiencias, bibliografía, suficientes para el sustento teórico del problema de investigación.

Este proyecto contribuye en beneficio de la institución por lo que es quien desea mejorar sustancialmente el trabajo de todo el personal técnico de las escuelas de fútbol del club.

Se cuenta con el apoyo y la predisposición de todos los estamentos de la institución y del asesor del proyecto, para el desarrollo de la presente investigación.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para Arda, T. Casal, C. (2007)

La técnica ha sido considerada como el elemento fundamental y básico en la configuración de la acción de juego de los deportes de equipo, siendo por lo tanto el elemento que primero había que conocer y dominar para la práctica de estos deportes. Esta concepción está siendo abandonada, aunque aún hoy en día este elemento sigue teniendo una importancia vital en el proceso de entrenamiento y enseñanza deportiva. Cuando abordamos la técnica en la enseñanza de los JDC sin tener en cuenta los requisitos tácticos, ésta carece de valor para el juego, ya que una acción técnica va ligada a una decisión táctica previamente seleccionada, De este modo, técnica y táctica se condicionan recíprocamente formando una unidad (p.25)

Para Arda, T.Casal, C. (2007) manifiestan “en los juegos deportivos colectivos (JDC), la técnica no constituye una Finalidad sino un medio del juego que debe ser utilizado de acuerdo con las exigencias tácticas de la competición” (p.25)

La técnica debe ser entrenada dentro del contexto del juego, ya que no tiene sentido enseñar la misma, aislada del propio juego, en cuanto que una determinada técnica se aplicará en función de las necesidades que se presenten en el propio desarrollo del juego. De este modo, en vez de abordar el juego a partir de la técnica, como se venía haciendo

habitualmente, pasamos a abordar el juego desde la dimensión táctica, por ser más motivado para los practicantes y porque permite ejercitar las habilidades técnicas en contextos próximos al juego. Todo ello se justifica por la naturaleza propia del juego, ya que estamos ante un JDC situacional en donde las habilidades que se suceden son abiertas (Knapp, 1972), por lo que carece de sentido tratar respuestas estereotipadas que no encontraremos en el desarrollo del juego, y por ello la automatización de cualquier movimiento o acción a través de su reproducción y repetición en condiciones analíticas, no garantizará su correcta realización en el juego. Nuestro primer objetivo ha de ser enseñar al niño y jóvenes a pensar, a analizar el juego y a decidir una actuación en función de la situación concreta en lo que se encuentre. El segundo paso tendrá que ser la enseñanza de la técnica específico para resolver la situación.

El jugador, antes de llevar a cabo una acción técnica, ha de saber decidir qué técnica tiene que aplicar ante una determinada situación del juego. Entonces, antes de saber «cómo hacer» ha de aprender a decidir «qué hacer». Al hablar de «qué hacer» nos estamos acercando al término de táctica. Desde este momento entramos en contradicción con las metodologías de enseñanza predominantes, en donde el elemento fundamental y básico en la configuración y desenvolvimiento de la acción del juego en los deportes colectivos está constituido por la técnica.

Según estas ideas y concepciones de la técnica podemos afirmar que, aun siendo uno de los elementos del juego al que debe prestar especial atención el jugador, no puede considerarse como elemento fundamental y central del mismo, sino como uno más de los que intervienen en el proceso.(p.25,26)

Para Brüggemann, D. (2004)

Las edades infantil y juvenil son la época del desarrollo y la maduración corporal, mental y psíquica, la época de preparación para la edad adulta. Por ello, consideramos estos importantes años de la vida como el período vital en el que se desarrollan y se asientan los fundamentos corporales y mentales de una persona para su posterior vida adulta.(p. 10)

Para Brüggemann, D. (2004) dice “así, desde la perspectiva de la capacidad de rendimiento deportivo, todo tipo de actividad deportiva debería tener un carácter de fundamento, preparatorio. Debería suministrar los requisitos que exigirá el posterior alto rendimiento de la edad adulta”(p. 10)

Debe distinguirse obligatoriamente del entrenamiento de los adultos por su contenido, sus aspiraciones de rendimiento y su organización.

No obstante, podemos observar una y otra vez como se adoptan en el entrenamiento de niños y jóvenes contenidos y formas del entrenamiento de adultos, sin modificaciones esenciales. Esto sucede sobre todo en el terreno de la preparación física.

Para Brüggemann, D. (2004)

Numerosos entrenadores, tras concluir su trayectoria activa como jugadores, reproducen simplemente como monitores de deporte de base lo que han entrenado como jugadores activos, aunque adultos, y las formas en que lo han hecho. Con ello, pasan por alto las diferencias fundamentales que existen entre niños y jóvenes, por una parte, y adultos maduros, por otra, respecto de sus condicionamientos corporales, mentales y psíquicos.(p. 10)

Aplicar el mismo entrenamiento a jóvenes y a adultos acarrea por lo

general dos consecuencias en gran medida negativas para el eventual alto rendimiento que se pueda dar con posterioridad. En primer lugar, una serie de destrezas y capacidades esenciales no se aprenden ni se asientan en modo alguno, o bien lo hacen de forma insuficiente. En segundo lugar, numerosas tareas del entrenamiento de adultos, esto es, de alto rendimiento, constituyen un sobreesfuerzo corporal o mental para un niño o un joven. Las consecuencias son en este caso una inseguridad general del jugador y, por tanto, un obstáculo en todos los procesos de aprendizaje y también en el desarrollo de la personalidad individual (p. 10)

2.1.1. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA

Teoría constructivista.

Para Ferreiro, R. (2003)

El constructivismo es también una respuesta histórica, en este caso a los problemas del hombre y la mujer de hoy ante una avalancha extraordinaria de información y de los medios electrónicos y de comunicación que facilitan y promueven el empleo (a veces indiscriminado, superficial y limitado) de la información.(p.24)

Según Ferreiro, R. (2003) señala que “esta época se caracteriza por las nuevas tecnologías, aquellas que tienen que ver con las comunicaciones, la informática y la integración de éstas: la telemática, además, se distingue por la explosión de información científica, técnica y cultural” (p. 24)

Por ello, más que tratar de que el hombre asimile toda la información (lo cual es imposible), la preocupación se enfoca hacia como hacerlo; más aún, como debe hacerlo, saber hacerlo, para que en sucesivas aproximaciones poder comprender y explicar, cambiar y transformar, criticar y crear.

Los antecedentes del paradigma constructivista se encuentran en los trabajos de Lev S. Vygotsky (1896-1934) y de Jean Piaget (1896-1980), y resaltan de modo importante la búsqueda epistemológica sobre como se conoce la realidad, como se aprende; en otras palabras, la génesis y el desarrollo del conocimiento y de la cultura.

A diferencia de otros paradigmas psicológicos, el constructivismo, muy de acuerdo con las nuevas tendencias de la ciencia, constituye un área de estudio multi e interdisciplinaria, ya que en su construcción han colaborado investigadores de numerosas disciplinas, como matemáticos, biólogos, lógicos, lingüistas, filósofos y pedagogos que durante más de 60 años han ido aproximándose a un criterio hoy generalizado y aceptado como constructivista.

¿Se puede descubrir y / o construir el conocimiento? Según sea sí o no la respuesta a esta pregunta, se fundamenta o no la concepción constructivista de la educación, la enseñanza y el aprendizaje.

Si se dan conocimientos acabados a los niños éstos nunca se percibirán a sí mismos como capaces de elaborar sus propias ideas, las cuales (ya sean parcialmente correctas, o bien, incorrectas) pueden tener un cierto valor funcional o formativo. Además de inhibir la búsqueda, la confrontación, el movimiento de ideas, la creación de hipótesis, la imaginación, la fantasía y el error, se pide una sola respuesta: la dada por el maestro, la que “vienen en el libro”. En tal sentido la ciencia es un sistema cerrado, acotado en el tiempo de una vez y para siempre, de verdades para aceptar y repetir.

Por el contrario si se concibe a la ciencia para como sistema abierto y al maestro como un mediador entre el grupo de alumnos y el conocimiento, el niño puede (y necesita) descubrir y construir su conocimiento y todo lo antes planteado; así, la búsqueda, la hipotetización, la fantasía y hasta el error tienen implicaciones pedagógicas importantes para aprender y, lo que es más importante, para desarrollarse.

El constructivismo trata de responder como se adquiere el conocimiento considerando a éste no en su acepción estrecha (como información), sino también en cuanto a capacidades, habilidades, hábitos, métodos, procedimientos y técnicas y, por qué no, actitudes, valores y convicciones. Pero no solo intenta responder como se adquiere el contenido de enseñanza, sino también como se pasa de un estado de conocimiento inferior a otro de orden superior; más aún, como se forman las categorías del pensamiento racional.

El constructivismo se plantea el desarrollo personal subrayando la actividad mental constructiva, actividad autoconstructiva del sujeto, para lo cual insiste en lograr un aprendizaje significativo mediante la creación previa de situaciones de aprendizaje por parte del maestro que permite a los alumnos una actividad mental y social que favorece su desarrollo.

El principal objetivo de la educación es formar un hombre capaz de vivir plenamente, disfrutar y crear, de trascender el aquí y el ahora; no es posible educarlo en y para la repetición: se requiere por el contrario, auspiciar su actividad y su independencia crítica y creativa. Se necesita desarrollar sus sentimientos y valores, su actuación transformadora, así como desarrollar su autonomía personal (moral e intelectual) y social.

El constructivismo, si bien se acerca a la escuela activa y a otros modelos que proponen métodos activos, se distingue por reconocer la educación, la enseñanza y el aprendizaje como procesos factibles y necesarios de dirigirse con una intención de desarrollo.

Más aún, el constructivismo aboga por una dirección mediatizada, no frontal ni directa, de la actividad y la comunicación de los alumnos.

Plantea el pleno y consciente desarrollo del pensamiento y del lenguaje mediante un maestro que “enseña” solo hasta después de que los educandos han intentado el aprendizaje por sus propios medios y con la ayuda de la determinación de la “zona de desarrollo próximo”, con cada miembro del grupo y con este en su totalidad.

El maestro programa “situaciones de aprendizaje grupal cooperativo” en las que, además de que se tiene muy en cuenta el texto, es decir, el contenido de enseñanza, se considera el cómo, el dónde y el cuándo, propiciando e intensificando las relaciones interpersonales de manera tal que sea posible la internalización, bien porque el sujeto y el grupo descubren el conocimiento (conocimiento físico), bien porque lo construyen (conocimiento lógico-matemático y social).

Mediante la creación de situaciones de aprendizaje grupal cooperativo el maestro desarrolla una enseñanza indirecta, donde el acento está en la actividad con momentos de reflexión, de búsqueda y procesamiento de la información, así como de comunicación creativa de los resultados, todo lo cual desarrolla las potencias y la autonomía del que aprende.

El maestro es un promotor del desarrollo y, como tal, de la autonomía de los educandos, su papel no consiste en transmitir información hacerla repetir y evaluar su retención, sino en crear una atmósfera afectiva de respeto y tolerancia en la cual, entre todos, cada uno construye su conocimiento mediante situaciones que se caracterizan -entre otras cosas- por sus problemas y conflictos cognoscitivos, posibles de solucionar y generadores del desarrollo.

El descubrimiento y la construcción del conocimiento permite un aprendizaje realmente significativo, el cual tiene entre sus efectos positivos el de poder ser transferido a otras situaciones, lo que no suele ocurrir con los conocimientos simplemente incorporados por repetición y memoria. Además, el descubrimiento y la construcción del conocimiento favorece la adquisición de métodos de trabajo y desarrolla actitudes de productor de conocimiento, así como sentimientos de realización por lo hecho y logrado.

Algunos aportes del paradigma constructivista.

1. La realidad es cognoscible.
2. Todo sujeto es capaz de conocer la realidad en sucesivas aproximaciones.
3. El proceso de conocimiento es activo y se caracteriza por la función de la conciencia y de los sentimientos del sujeto que aprende.
4. Los conocimientos no son innatos, ni están dados a priori, sino que son construidos por los sujetos. Estos se apropian de ellos mediante la actividad y el lenguaje.
5. El sujeto que aprende no es el único responsable del proceso de construcción de su conocimiento; el ambiente es condición para su desarrollo (p.24, 25, 26,27)

La enseñanza basada en el aprendizaje constructivista, y en consideración de este pone énfasis en que:

Los alumnos necesitan estar activamente implicados para reflexionar sobre su propio aprendizaje, realizar inferencias y transferencias y experimentar conflicto cognitivo. Esta conciencia de conflicto o dificultad, la comprobación de que el conocimiento de que uno dispone o su modo de trabajar es inadecuado, es un ejemplo de lo que los psicólogos llaman meta comprensión: el joven está preparado para saber cuándo se le hace saber que no sabe.

2.1.2. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

Teoría humanista.

Son varias las posiciones teóricas humanistas que han aparecido a través de la historia, fundamentalmente a partir establecimiento del Renacimiento (siglo xv); también son diversas sus fuentes de surgimiento y desarrollo.

Para Ferreiro, R. (2003)

No obstante, como paradigma de la psicología, el humanismo nace ha mediado del siglo XX. Surge como “fuerza alternativa” y respuesta ante las orientaciones teóricas y prácticas predominantes (el conductismo, el psicoanálisis, las filosofías existencialista) y como respuesta también al impacto social de las dos guerras mundiales, así como de otras guerras regionales, como las de Corea y Vietnam. (p. 19)

Según Ferreiro, R. (2003) dice“es también una consecuencia del clima de protesta sobre los currículos escolares existentes que no tenían

en cuenta las características del estudiante como persona humana, no favoreciendo al desarrollo total de la personalidad de los alumnos” (p.20)

El humanismo es una respuesta histórica de reduccionismo psicológico, filosófico y sociológico ante el problema del hombre; un llamado de atención sobre la necesidad de estudiar a los seres humanos como totalidad dinámica en la relación continua con contextos interpersonales, es decir, sociales.

El humanismo se justifica ante las posiciones tecnocráticas y economicistas, que reducen el acto de enseñar y educar a la mera transmisión de información (dar clases, impartir conocimientos) y de posturas autoritarias y que conciben al alumno como un simple depósito que hay que atiborrar de datos y exigir su reproducción al pie de la letra.

Para el humanismo cada persona humana, y por ende cada educando, es un ente individual, completamente único y diferente de los demás, que amerita respeto a su singularidad. El ser humano posee iniciativa, y preocupaciones y necesidades personales de crecer; es capaz de auto determinarse y tiene potencialidades para desarrollar actividades creativas. Por tanto, no se debe reducir a los alumnos a personas que continuamente procesan información en las clases: por el contrario, ellos poseen afectos, tienen vivencias, son individuos totales no fragmentados y, como un todo, aprenden y crecen como personas humanas.

Carl Rogers (1912-1987), uno de los líderes del movimiento humanista, insiste en la necesidad de comprender y creer en el hombre, en su capacidad innata para el aprendizaje, en sus grandes posibilidades de adaptación creativa.

Se han propuesto, fundamentalmente, cuatro modelos de educación humanística; por ejemplo los que:

1. Ponen el acento en el desarrollo moral.
2. Se centran en el desarrollo de la identidad.
3. Se orientan el desarrollo del lado intuitivo de la conciencia.
4. Se interesan por el trabajo grupal, y el desarrollo de las habilidades de apertura y sensibilidad hacia los demás.

Como objetivo de una educación humanística se han propuesto, entre otros, el propiciar:

1. Aprendizajes significativos vivenciales.
2. Aprendizajes significativos acordes con los intereses y necesidades.
3. La cooperación entre los alumnos.
4. La autonomía entre los alumnos.
5. Ambientes de enseñanza –aprendizaje de respeto, comprensión y apoyo.
6. La creatividad.
7. La evaluación interna o autoevaluación.

Algunos postulados básicos del humanismo.

El ser humano:

Es una totalidad que excede a la suma de sus partes.

Tiende de forma natural hacia tu autorrealización y trascendencia.

Es un ser que vive con otras personas en grupo, y esto constituye una característica de su naturaleza.

Es consciente de sí mismo y de su existencia.

Tiene una identidad que se gesta a partir de sus propósitos, intereses y actos intencionales, así como de su capacidad de elección y decisión en un marco de libertad y conciencia (p. 19, 20,21)

Rasgos que debe asumir el entrenador humanista, ser un maestro interesado en el alumno como persona total. Procurar mantener una actitud receptiva hacia nuevas formas de entrenamiento; fomentar en su entorno el espíritu cooperativo, ser auténtico y genuino como persona, y así se muestra ante sus alumnos. Poner a disposición de los alumnos sus conocimientos y experiencia, así como la certeza de que cuando ellos lo requieran podrá contar con él.

Los deportistas deben ver a su entrenador no como una autoridad sino más bien como un amigo un compañero en quien confiar y el maestro debe estar preparado para no defraudar a su deportista dándole una educación integral y de alta calidad.

2.1.3. FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA

Teoría Cognitiva

Según Gómez, P. (2011) manifiesta: “un nuevo avance en el estudio y comprensión de este deporte aparece cuando se deja de considerar al sujeto como un ser pasivo para dar pasó a una visión del mismo como un activo pensante que interacciona con el medio” (p. 34)

El principal precursor en nuestro país de esta tendencia es Francisco Seiru-lo, quien aboga por empezar a considerar al jugador como una estructura hipercompleja, conformada a su vez por una serie de sistemas o estructuras complejas por sí mismas. De esta manera “se reclama al sujeto y la naturaleza como tal, al hombre como un sistema y no como una división en partes absolutamente analíticas” (Lillo 2005), “interesa lo que sucede a cada deportista después de crear las condiciones del entorno donde puede realizarse, lo importante es lo que sucede dentro del jugador, no las modificaciones externas que observamos” (Seiru-lo 2001).

Para Gómez, P. (2011)

El futbolista se va configurando a partir de la interrelación de las citadas estructuras (condicional, coordinativa, cognitiva, socio-afectiva, creativo-expresiva y emotivo-volitiva), las cuales se rigen por el principio de la autopsiéis (cada uno de los componentes del sistema participa en la producción y transformación de los otros componentes de la red) y que a su vez, como señala Arjol (2006) se van auto estructurando de manera constante de una manera diferente en cada sujeto en función de las experiencias motrices vividas; puesto que el futbolista no es un elemento susceptible de ser adiestrado, es una persona con toda su complejidad en un estado de evolución/adaptación constante a su entorno, del que una parte es el fútbol, convirtiéndose en esta parte en futbolistas. “No se trata de sumar, unir, ni mezclar capacidades/estructuras, sino de intentar separarlas lo menos posible”(Cano, 2006) (p.34,35)

Como señala Morín en 1999, un sistema es complejo cuando sus diferentes constituyentes son inseparables y poseen un tejido interdependiente, interactivo entre las partes y el todo, y el todo y las partes. El fútbol por tanto es un sistema complejo, no lineal e imprevisible, y “se fundamenta en situaciones sucesivas de no equilibrio que se resuelven con una determinada tendencia en cada uno de nosotros en función de nuestra historia anterior”. (Seiru-lo 2001). Dos defensores

distintos que hayan sido entrenados de la misma manera, que se enfrenten a una situación de inferioridad numérica “igual” desde el punto de vista del nº de compañeros/adversarios, responderán de diferente modo, ya que su respuesta estará condicionada por cada una de las respuestas de todos los implicados además del recuerdo integrado que tengan los mismo de situaciones similares vividas previamente; es más, ellos mismos tampoco responderán nunca de igual forma a la misma situación.

Esta no linealidad e imprevisibilidad que muestra el anterior párrafo es la que se pretende solucionar con los métodos apoyados en el cognitivismo y el estructuralismo ya que si sometemos al jugador a numerosas situaciones reales de juego variables, su cúmulo de experiencias irá aumentando progresivamente, de tal modo que cuando se le presenten durante un partido tendrá muchas más opciones de respuesta que si sometiéramos a este jugador siempre a las mismas situaciones partiendo de una visión lineal del juego. Seiru-lo en 2002, señala que esta variación y variabilidad en las propuestas, provocan interactividad dinámica del conjunto de sistemas, de tal modo que cuando entrenamos sobre estas premisas, estamos estimulando la interconexión dinámica entre todos los sistemas que constituyen el ser humano, estableciéndose con ello relaciones de compromiso entre todas las estructuras y observando de este modo a cada uno de los deportistas por separado. “Si buscas resultados diferentes, entonces no hagas siempre lo mismo”(Albert Einstein).

De este modo, se justifica un entrenamiento basado en la diversidad de experiencias motrices y en lo que Seiru-lo denomina como Situaciones Simuladoras Preferenciales que priorizan sobre una de las estructuras, pero sin empobrecer el sistema, ya que todas estarán presentes y se tendrán en cuenta; “este tipo de entrenamiento supone que en una

determinada situación de entrenamiento tienen que darse todos los elementos de todas las estructuras implicadas y priorizar un elemento que permita una atención preferente (una prioridad)" (*Seiru-Io 2002*) (p.34, 35,36).

Cada individuo posee sus propias experiencias por lo que el entrenador debería ajustar su preparación a las diferencias individuales de cada uno de sus deportistas.

2.1.4. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

Teoría Naturalista.

Para Fermoso, P. (2007)

Los saberes cultos o no populares son: el técnico, el científico, el filosófico y el teológico. Suele establecerse sinonimia entre las expresiones "clases de saber" y "formalidad cognitiva". La "formalidad cognitiva" significa el objeto formal, es decir, el aspecto bajo el cual se estudia una realidad. En ciencias de la educación la realidad estudiada es el proceso educativo; las formalidades o aspectos son cuatro: técnico, científico, filosófico y teológico. El saber técnico es el propio de los libros sobre el arte de educar, sobre la manera de realizar la educación, sobre la metodología en la enseñanza y sobre la forma de organizar un centro escolar. Sería saber científico, cuando se sistematizan los conocimientos sobre educación, cuando se usan métodos inductivos de investigación, cuando explicamos o comprendemos este fenómeno. Sería saber filosófico, cuando el conocimiento goza de la "ultimidad", cuando no nos contentamos con modelos empíricos y experimentales, y, cuando, en una palabra, nuestro saber sobre educación reúna las características que los filósofos exigen a su actividad cognoscitiva. Y, por fin, sería un saber teológico, cuando el conocimiento sobre la educación busque explicaciones bíblicas, dogmáticas, religiosas.(p.3)

El saber técnico sobre la educación es la "Didáctica", la "Organización escolar" y la "Tecnología educativa"; el saber científico es la "Pedagogía" o "Ciencia de la educación"; el saber filosófico es la "Filosofía de la educación"; y el saber teológico, la "Teología de la educación". Todas estas disciplinas estudian la educación, pero bajo aspectos diferentes, a un nivel cognoscitivo distinto y bajo una formalidad diversa.

Según Feroso, P. (2007) dice “el saber técnico sobre educación, en cuanto conocimiento, goza de las mismas características que todo saber técnico; éstas son: aplicación del saber científico, forma práctica y concreta de conocer, realización beneficiosa de lo científico e intencionalidad funcional” (p.3). El saber técnico ha sustituido al saber por el hacer, a la teoría por la práctica, a la contemplación por la acción.

El técnico sabe hacer una cosa, pero ignora por qué se hace así. Los grados del saber técnico son: 1) la actuación del organismo por sus manos; 2) la forja de instrumentos manejados por el hombre para potenciar su poder; 3) la consecución de las máquinas o automoción; 4) la modificación del curso natural de los hechos o industrial. Las acepciones más comunes del saber técnico son: el conjunto de procedimientos de que se vale la ciencia para obtener determinados resultados; el bien cultural, como cúmulo de progresos materiales; y el dominio perfecto de una parcela práctica. (p.3)

La teoría educacional.

GOWIN pide un número mínimo de requisitos a los que ha de ajustarse la teoría educacional. Estos requisitos pueden ser una buena plataforma metodológica para aproximarse al concepto mismo de teoría

educacional. Son cinco: el proceso educativo exige que un adulto -el educador- haga algo por él, con y para otra persona; el adulto educador tiene una responsabilidad moral en el proceso educativo; la teoría educacional ha de considerar el acto educativo; la teoría educacional ha de esclarecer la relación humana entre las personas; la teoría educativa ha de tener presentes que el término del acto educativo es una persona humana en evolución y no una cosa con posibilidad de manipulación. (p.7)

Las corrientes educativas contemporáneas

Según Fermoso, P (2007) citando a Roselló “define las corrientes educativas como conjuntos homogéneos de acontecimientos de carácter educativo cuya importancia, a través del tiempo y del espacio, crece, se estabiliza, disminuye o desaparece”(p.40)

Ahora bien, cuando se analizan las corrientes educacionales y se trata de encontrar sus causas se observa:

Que existe cierta correlación con otras corrientes generales de orden político, social, económico, filosófico, etc. La corriente educativa aparece como un aspecto, un reflejo, un afluente de una corriente mucho más amplia.

Que existe cierta interdependencia entre los hechos pedagógicos.

Teniendo en cuenta estas consideraciones, y con las reservas del caso, creemos que se puede formular las hipótesis siguientes:

Si se conoce la evolución de las causas políticas, sociales, económicas, filosóficas, etc., que condicionan una corriente educativa, podremos prever y observar, en virtud del principio de la influencia recíproca entre la escuela y la vida, siempre y cuando no surjan corrientes contrarias, la evolución probable de la corriente educativa.

A causa del principio de la interdependencia de los hechos educativos, el conocimiento de algunos de estos puede permitirnos prever la repercusión que pudieran tener sobre otros acontecimientos de carácter educativo.

Es evidente, entonces, que los fenómenos educativos no se dan aislados en el tiempo sino que se presentan en él cobrando sentido de su contexto, y es dentro del mismo que deben ser interpretados.

Veamos a continuación la importancia y peso que debemos dar a cada una de las dimensiones temporales.

La triple dimensión temporal.

El Pasado

Para Feroso, P. (2007)

La educación afirma Faure tiene un pasado mucho más rico de lo que cabría pensar a la vista de la relativa uniformidad de sus estructuras actuales. Las civilizaciones amerindias, las culturas africanas, las filosofías de Asia y muchas otras tradiciones ocultan valores en los que se podrían inspirar no sólo los sistemas de educación de los países herederos de ellos, sino también el pensamiento educativo universal (p.40)

La grandeza del pasado, dice García Garr, reside precisamente en el haber sido, no en el tener que ser de nuevo.

Una vez desprovistas de sus respectivas aureolas idealizadas, las épocas pretéritas han contenido en su seno males tan profundos, o aún más profundos que los que ahora padecemos o lamentamos. Estamos convencidos de que la historia ha seguido un curso ascendente a pesar de los retrocesos que en algunos momentos pueden haberse producido, y es responsabilidad nuestra de los hombres de hoy y de mañana hacer posible una evolución de la humanidad hacia formas cada vez más perfectas de convivencia, de paz, de dignidad. Esta positiva evolución no está, desde luego, asegurada de antemano, o lo que es lo mismo, no reviste carácter de necesidad.

Según Feroso, P. (2007) dice “los hombres de hoy somos más poderosos tristemente, en este caso que los de ayer, porque podemos autodestruirnos. Pero esta terrible posibilidad nos exige, al mismo tiempo, una mayor perfección y madurez. Esa es nuestra miseria y nuestra grandeza” (p.40)

El Presente

Para Feroso, P. (2007)

Durante muchos años la atención ha estado centrada en unos cuantos problemas importantes, a saber, cómo realizar la expansión cuantitativa de la educación, la democratización de la enseñanza, la diversificación estructural de los sistemas educativos, la modernización de los contenidos y de los métodos (p.41)

Desde hace unos años ha tomado cuerpo una nueva problemática que se reduce esencialmente a estas preguntas: ¿Son capaces los sistemas escolares de satisfacer la demanda social de educación? ¿Es posible darles los medios formidables que necesitan? En síntesis, ¿es posible continuar el desarrollo de la educación por el camino trazado y al

ritmo fijado?

Faure contesta diciendo que en la educación contemporánea se están produciendo tres fenómenos que es preciso tener en cuenta y valorar.

Según Feroso, P (2007) dice “por primera vez en la historia de la humanidad, el desarrollo de la educación considerado a escala planetaria tiende a preceder al nivel del desarrollo económico” (p.41)

Por primera vez la educación se emplea conscientemente en preparar a los hombres para tipos de sociedades que todavía no existen.

Por primera vez diversas sociedades comienzan a rechazar un gran número de productos ofrecidos por la educación institucionalizada.

Además, en nuestros días observamos una serie de evoluciones en la educación cuya coherencia general es tanto más notable, cuanto que se han operado bajo el efecto de concepciones, de críticas y de movimientos contestatarios de inspiración muy diversa, que podemos englobar en cuatro grandes orientaciones: reformas educacionales, transformaciones estructurales, crítica radical a la educación institucionalizada y contestación por parte de los usuarios de los sistemas educativos.

El Futuro

Sólo el futuro puede dar a la educación contemporánea un contenido verdaderamente innovador.

Como bien señala Gastón Berger, nuestra civilización difícilmente se libera de su fascinación por el pasado. Acerca del porvenir sólo sueña, y, cuando elabora proyectos que son algo más que simples sueños, los dibuja sobre una tela en la que se proyecta de nuevo el pasado. Es obstinadamente retrospectiva debiendo volverse prospectiva.

La capacidad de metamorfosearse es lo que ha garantizado a la educación su permanencia a través del tiempo.

¿Será capaz de acomodarse a las condiciones insólitas del mañana?

Para Feroso, P. (2007).

El problema radica en si en este rotundo cambio temporal que está fraguándose podrá también la educación metamorfosearse adecuadamente, adaptarse a la nueva realidad de un modo armónico y paulatino; o si, por el contrario, deberá romper consigo misma, con su pasado, para emerger como una realidad completamente inédita de sus propias e inservibles cenizas (p.42)

Feroso, P. (2007) dice “Se exige hoy a la educación, y se le exigirá mucho más en el futuro, una capacidad de transformación infinitamente superior a la que ha demostrado tener hasta el momento; capacidad que podría incluso superar sus propias posibilidades de metamorfosis” (p.42).

Creemos que es fundamental descubrir la naturaleza metamorfoseante de la educación, su innata ductilidad espacio-temporal gracias a la cual hoy somos capaces de comprobar un presente distinto y de presentir un futuro del todo nuevo.

Aparece hoy una amplia gama de alternativas pedagógicas distintas entre sí, cuando no contradictorias.

La educación sería totalmente inoperante si sólo pudiera aspirar a amoldarse pasivamente al nuevo mundo futuro. Nosotros pensamos que debe contribuir, con protagonismo histórico, a labrarlo enteramente en el presente. (p.39, 40, 41,42).

Se buscara una formación integral de los deportistas de forma natural y a través de la participación activa y de forma divertida el niño y el joven aprende más y mejor jugando.

2.1.5. FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA

Teoría socio crítica.

La teoría crítica de la sociedad, que tuvo su origen en el Instituto para la Investigación Social, fundado en Francfort: a principios de la década de 1920, con Horkheimer como iniciador, surgió como teoría de la sociedad existente, considerada en su totalidad. A esta escuela pertenecen pensadores como Teodor Adorno, Herbert Marcuse, Erich Fromm y, más recientemente, Jürgen Habermas y K.O. Apel.

Para Bernal, C. (2006)

La teoría crítica de la Escuela de Francfort, consideraba que el positivismo se reduciría a una aceptación crítica de los hechos, de lo existente, y no se daba cuenta de que los hechos no son datos inamovibles sino problemas, según Reale y Antiseri. Adorno criticó con dureza la sociología de carácter positivista (experimentalista), que no logra descubrir la peculiaridad típica de los hechos humanos y sociales, en comparación con los naturales. Este ataque frontal se dirige contra lo que Adorno considera imágenes desviadas de la realidad, imágenes que sólo desempeñan la función de servir al poder, en lugar de actuar como portavoz de una realidad marginante como la sociedad contemporánea (p.37)

De acuerdo con la teoría crítica, para el positivismo la razón es pura razón instrumental, porque sólo puede individualizar, construir o perfeccionar los instrumentos o medios adecuados para el logro de fines establecidos y controlados por el sistema, pero poco sirven para orientar la vida de los hombres. En este sentido, la teoría crítica rechazó el hecho de que la razón se reduzca a razón instrumental, es decir, al uso de la ciencia para alcanzar unos objetivos dados por un sistema y, además, consideraba que la ciencia positivista es una ciencia legitimadora de la unidimensionalidad de la razón.

Mardones y Ursúa, cit. por Bernal, C. (2006) manifiestan: “la postura de la teoría crítica va más allá de las afirmaciones de Popper, ya que el problema de la ciencia, más que ser de carácter epistemológico y mental, es práctica y real” (p.38). Se acepta que la base fundamental del método científico es la crítica, la razón crítica, la cual no debe consistir en mostrar si un enunciado responde o no a los hechos empíricos para darle la categoría de conocimiento científico, sino que es una crítica que orienta a la ciencia a la anticipación de un modo de sociedad que facilite que el ser humano sea mejor. Se propone, por lo tanto, una metodología que

responda a los datos de la realidad, pero que, principalmente, asuma un compromiso de contribuir en el bien de la sociedad y no de unos intereses particulares con pretensiones de objetividad, sino emancipadores y liberadores, propiciadores de la dignidad humana.

En síntesis, para los primeros representantes de la Escuela de Francfort, y en particular para Adorno y Horkheimer, la objetividad de la ciencia se logra con el método crítico. Pero la crítica no es sólo formal, ya que no se limita únicamente a la reflexión sobre los enunciados, métodos y aparatos conceptuales, sino que es crítica del objeto del que dependen todos esos aspectos, es decir, del sujeto y los sujetos vinculados con la ciencia organizada, pues si la crítica no se convierte en crítica de la sociedad, sus conceptos no son verdaderos.

En la segunda generación de la Escuela de Francfort, en especial J. Habermas y K.O. Apel plantearon la necesidad del análisis de los intereses que rigen el conocimiento, porque consideraban que el conocimiento: no existiría sin un interés de por medio.

De otra parte, para Habermas el positivismo consiste en la negación de la reflexión; por ello, la sociedad positivista carece del espacio y del sentido de la reflexión. De esta forma, la positivización de las ciencias tiene consecuencias sociales.

Para Habermas y Apel es necesario hacer ciencia social crítico-hermenéutica con un método que necesariamente utilice tanto la interpretación como la explicación por causas, orientada por el interés emancipatorio y dirigida a construir una sociedad fraternal, humana y racional. (p.37, 38)

Por tanto, la educación que se imparte debe tratar, por una parte, de conservar sus valores y por otra, despertar en el estudiante el deseo de ser un instrumento del cambio de la sociedad.

2.1.6. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA

Teoría de los valores

Convivencia, normas, escuela y valores.

Para Peiró, S. (2009)

La historia de las civilizaciones nos muestra que las relaciones entre los hombres no se han limitado a un mero trato de vecindad ocasional y pasajera. Se comprueba que han constituido vínculos más fuertes y duraderos, los cuales han sido cimientos de peculiares sociedades y comunidades. Esto se justifica porque vivir en sociedad es un medio facilitador de los medios materiales y espirituales indispensables para desarrollar una vida humana plena. La cuestión social es esencial; más, lo que debe dominarla, so pena de paralizar todo progreso, es el cuidado de respetar la personalidad humana, dando a cada hombre las mayores garantías posibles de seguridad, de dignidad y de bienestar, pues si es cierto que la civilización es ante todo moral, hemos de admitir que su objetivo es acrecentar el valor individual del hombre, no convertirlo en hormiga de un hormiguero (Pirenne, p. XIV). De esta manera el individuo se manifiesta en persona, es decir, sujeto abierto y social (p.31)

Según Peiró, S. (2009) dice “la concreción de estos lazos interpersonales son las costumbres, la moral. Pero, parte de la moral son los derechos y los deberes. No obstante, este par de términos nos lleva a concretar el estilo de vivir unos con otros” (p.31). En nuestras circunstancias se ha de interpretar desde la perspectiva democrática. Esto es: un estado político en el que la soberanía pertenece a la totalidad de los ciudadanos, sin distinción de nacimiento, fortuna o capacidad.

Los derechos y obligaciones de unos con otros se formalizan en función del bien común de todas las personas que están delimitadas en contextos espacio-temporales: patria en la que vivimos, empresa laboral, vecindad en la que participamos para concretar la ciudadanía, la familia y nuestros desvelos, la escuela como medio de enculturación, etc.

En cada una de las instituciones mencionadas cada cual asume unos roles, estatus, funciones y tareas que se insertan dentro de los deberes cívicos, como son el cumplimiento de los siguientes: código de circulación, tributación, participación asociativa, votaciones, contribución, escolarización, etc. En tales elementos sociales palpamos la necesidad de los demás.

Caer en la cuenta significa tener conciencia de una corresponsabilidad. Pero, en su concreción educativa, se exige más aún: corresponsabilidad en la conducta moral de los otros. Esto se lograría si procuramos superar sin rodeos aquello que pudiera ser causa de segregación, de separación o de impedimento para la convivencia.

La persona, desde que es engendrada requiere la asistencia de otros. Es la condición sin la cual no es posible su llegada a cierta madurez. Por consiguiente, se establecen una serie de relaciones y conductas beneficiosas para la humanidad, cuyo basamento son los sujetos.

Sin embargo, las relaciones intersubjetivas pueden ser negativas o positivas. Estas últimas son las más extendidas, aunque no se muestran así a la opinión pública. Por consiguiente, parece que no son tan naturales o que tales relaciones beneficiosas no suceden comúnmente.

Para corroborar esto, sabemos que abundan los informes sobre indisciplinas, violencias, etc. Por consiguiente, si no hay autocontrol, los egoísmos, manifestados en forma de intereses, deseos, caprichos, etc. tienden a promover conductas de aprovechamiento de unos con respecto a otros (p.31.32).

¿Porque tienen especial relevancia los valores? Teoría comprensivo-axiológica.

Según Peiró, S. (2009) dice “hemos constatado los análisis según autores y experiencias. No obstante, el resultado puede movernos a pensar en enseñar valores sueltos. Para evitar esto, debemos reflexionar sobre el modo de implicarlos de manera comprensiva, así evitaremos una enseñanza dispersa” (p.99)

Para Peiró, S. (2009)

Plantear los valores nos lleva a considerar que el tema de la formación moral es inevitable y modular en educación general y en la específica. Los padres mandan a sus hijos a los centros docentes para que adquieran madurez y cultura. Esto, entre otras dimensiones, significa que los alumnos se han de preparar para situarse en un mundo tecnológico, competitivo, mundial, pero también para que se les forme como buenas personas, que no vayan pisoteando los derechos de los demás, que no infrinjan las reglas de buena conducta, que no se autodestruyan con la droga, las riñas, alcohol, gansterismos, etc.(p.99)

Cuando se habla de los valores morales en la legislación educativa actual se está refiriendo a los valores morales sociales. Así menciona, los derechos humanos, la igualdad, la solidaridad, la no discriminación o la igualdad de oportunidades. En ocasiones se habla de otros valores como en las materias transversales: la paz, la conservación del medio

ambiente, la educación vial para la salud o la del consumidor son todos valores sociales. Incluso en la reciente etapa de nuestro sistema educativo se han ofrecido asignaturas curriculares para lograr este cometido: 1977: Educación para la convivencia; 1990: Sociedad, cultura y religión, junto a una ética; 2006: Educación para la ciudadanía. En cambio, de los valores personales o individuales no aparece alusión explícita. Pero, esto quedaba a salvo en los contenidos de la asignatura Religión Católica, la cual ha pasado por diferentes estimaciones. (p.99).

El hecho de trabajar con niños obliga a educar con el ejemplo acentuando valores y hábitos positivos los entrenadores de las escuelas deben fomentar el compañerismo y respeto a las individualidades así como la responsabilidad y otros valores que marcaran la vida de sus deportistas.

2.1.7. FUNDAMENTACIÓN EDUCATIVA

Desarrollo motor

Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, CH., y Rost, K. (2004)
En relación al Desarrollo motor señalan que:

Usamos desarrollo motor como concepto general para designar la formación de las capacidades determinadas por control y regulación, que se muestran en los procesos de aprendizaje y coordinación o regulación del movimiento. Estos procesos de control y regulación se realizan mediante el sistema motor y su organización jerárquica en el sistema nervioso central (SNC), es decir, en el cerebro (p.94).

Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, CH. Y Rost, K. (2004), consideran que el “SNC desarrolla las condiciones de la actividad motora humana

muy tempranamente. En el nacimiento, la mayor parte del cerebro humano está ya bastante formado morfológicamente. Todas las capas, sobre todo de la corteza motora, son evidentes” (p. 94).

Las restantes células nerviosas (neuronas) y sus uniones fijas aparecen en las primeras semanas y meses después del nacimiento. El estadounidense demostró, con una investigación que duró decenas de años, que a partir del tercer mes de vida el número de células del cerebro ya no aumenta ni se densifica considerablemente el sistema de conexiones.

En ese momento, la corteza cerebral posee una red de conexiones capaz de realizar perfectamente todos los procesos centrales nerviosos que exige el entorno. Nuestro sistema nervioso central se compone de cerca de quince mil millones de células nerviosas (neuronas), que se combinan entre ellas y con un número casi diez mil veces mayor de conexiones transversales que forman una complicada red. Además, una célula nerviosa puede recibir cerca de mil canales nerviosos.) Así, aparece un modelo básico de relaciones y asociaciones—digamos el hardware— del ordenador biológico del ser humano.

A la edad de 6 años, el cerebro alcanza entre un 85 y un 90% de su masa final.

También los hemisferios del cerebro muestran ya a esta edad todas las circunvoluciones y surcos del adulto. El cerebelo, considerado como centro rector de la programación de los procesos rápidos de movimiento, alcanza del mismo modo a la edad de 6 años el límite inferior de la masa del cerebelo de los adultos. La sustancia blanca del cerebro experimenta

profundos cambios debido a la mielinización aquí las fibras nerviosas se rodean, como si de un cable eléctrico se tratara, mediante una envoltura blanca de mielina clara para protegerlas de la excitación de otras fibras nerviosas. En el nacimiento se mielinizan casi exclusivamente las fibras nerviosas sensibles (aférentes).

(Demeter, 1981). Sólo después se da la mielinización de las fibras motoras (eferentes) y de las vías de asociación. A la edad de 6 años, se puede considerar concluido el proceso de mielinización.

Todavía debe mencionarse que la velocidad de la canalización piramidal alcanza a los 13 años casi los valores de los adultos. Además, la maduración de las fibras motoras periféricas (eferentes) se produce muy temprano. (pág. 26 y ss.).

(Noth, 1994). Ya a la edad de 3 años se alcanzan aquí los valores de los adultos, y en el caso de la velocidad de conducción de los aferentes periféricos, a los 2 años (pág. 97 y ss.).

La maduración del cerebro debe contemplarse desde dos puntos de vista. Por un lado, bajo el aspecto del plan de formación genética de la maduración. Respecto a ello, existen tres conceptos teóricos que plantearemos seguidamente de forma breve.

En segundo lugar, bajo el aspecto del aprovechamiento del SNC, pues «el modelo definitivo de los contactos funcionales sinápticos, de los cuales muchos se vuelven a perder en el transcurso de la ontogénesis, depende del uso de estos contactos sinápticos, ya sea por movimientos

auto desencadenados, ya sea por influencias del entorno» (Noth, 1994, pág. 103).

Según Thompson (1990) dice “Las tres teorías de la maduración determinada genéticamente describen cómo las diferentes conexiones específicas aparecen en forma de cableados fijos del cerebro” (p. 244).

En relación con esto se encuentra en primer lugar el concepto de señales químicas.

Después, las terminaciones nerviosas completamente desarrolladas se fijan a determinadas neuronas o a células (como por ejemplo células musculares) porque muestran una afinidad química hacia éstas. Cuando las señales químicas conducen las fibras nerviosas a su lugar de destino correcto, debe darse una conjunción de factores que controlen correctamente las miles de vías del cerebro. Seguramente, existe para ello un factor de crecimiento nervioso extracelular (NGF = nervegrowthfactor). Otro proceso general para el control de las conexiones neuronales condicionadas por la maduración es la muerte celular o muerte de las terminaciones de las fibras nerviosas. Esta teoría se denomina también concurrencia de células y terminaciones nerviosas. Ya en el embrión en desarrollo varias motoneuronas de la médula espinal envían terminaciones nerviosas a cada fibra muscular.

Sin embargo, con el avance del desarrollo, las terminaciones ramificadas de la mayoría de las fibras nerviosas motoras se retraen. Además, se llega al predominio de una sola motoneurona mediante una determinada fibra muscular. En este proceso, así lo explica Thompson (1990, pág. 249), ocurre como si las fibras nerviosas motoras realizaran

una competición y ganara la motoneurona con la inervación más fuerte. El proceso de retraimiento de las fibras nerviosas, de las conexiones sinápticas y de la pérdida celular parece estar muy extendido en el sistema nervioso. La tercera teoría, en la que no entraremos, se denomina movimiento celular controlado por fibra. Debemos constatar que los procesos descritos aquí dependen de la maduración y en gran medida son cambios estructurales.

Sin embargo, la maduración del cerebro debe considerarse también bajo el aspecto del aprovechamiento del potencial neuronal a causa de la plasticidad (moldeabilidad).

En la determinación exacta de los circuitos de conexión neuronal y del desarrollo individual del SNC, las experiencias individuales, es decir, el uso de los contactos sinápticos, tienen el papel más importante en un ser humano. Éste es el aspecto funcional de la maduración del cerebro. A disposición del desarrollo del SNC está, en primer lugar, un concepto de maduración fijo en forma de un plan de formación genético en el que las células nerviosas se desarrollan y se elaboran los cableados.

En segundo lugar, las experiencias recopiladas en la infancia principalmente mediante la percepción, la experimentación y el aprendizaje tienen una importante incidencia sobre el desarrollo de las fibras nerviosas, pero ante todo sobre la formación de las sinapsis (puntos de conexión), que ya se da durante las fases de crecimiento más tempranas (infancia, edad preescolar, edad escolar temprana). «Las sinapsis son las conexiones funcionales entre las células nerviosas. Son mucho más plásticas de lo que se pensaba anteriormente» (Thompson, 1991, pág. 261), y son responsables del flujo y del almacenamiento de información. Las conexiones celulares se parecen al principio a hilos no

usados que todavía no transmiten ninguna señal. Sólo con el registro de actividad –sobre todo en el ámbito sensomotor– las conexiones nerviosas se conectan mediante sinapsis y por la formación de sinapsis. Y, basándose principalmente en las actividades sensomotoras y de percepción, esto se repite hasta llegar al aprendizaje. Así pues, la naturaleza humana en su desarrollo, tanto filo como ontogenéticamente, está determinada por el aprendizaje. El ser humano aprende en su relación activa con el entorno.

Por ello, el aprendizaje motor es la base del desarrollo y del entrenamiento al mismo tiempo. Este principio se aplica especialmente en la infancia. (p. 46, 47, 48, 49,50).

Por todo lo expuesto el entrenador actual no solo debe saber de técnica, táctica, física y psicología debe tener conocimiento de anatomía, fisiología para no cometer errores, por cuanto desde la infancia a la madures, la gente atraviesa por varias etapas de desarrollo como son la prepubertad, pubertad, pospubertad, adolescencia, y madures. Para cada etapa de desarrollo existe una fase correspondiente de entrenamiento deportivo. Iniciación, Formación, Especialización, Alto rendimiento.

2.1.8. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Cuando nos referimos al concepto metodología referimos una forma de actuación dirigida a la consecución de uno o varios objetivos. Es decir, CÓMO alcanzo las pretensiones propuestas. Así, la metodología indica la ordenación, secuenciación y temporalización de objetivos, contenidos, medios y métodos (de entrenamiento y enseñanza/ aprendizaje, E/A). El fin es optimizar la consecución de capacidades y cualidades por parte de un sujeto para aumentar su rendimiento en una materia específica.

Dos sistemas quedan claramente definidos, por una parte el sujeto que asimila-aprende, y por otra, el deporte, el fútbol, los contenidos específicos que se quieren estimular.

Para Beade, F. (2010)

Nuestro foco de atención debe centrarse en el sujeto que aprende", conociendo por una parte los mecanismos universales del aprendizaje de las personas y, lo que aún es más importante, los mecanismos individuales de asimilación de cada sujeto. Hablamos de una mayor personalización e individualización del entrenamiento, referidas no sólo al número de kilómetros, magnitud de resistencia en la sentadilla, umbral aerobio/ anaeróbico,... sino también al puesto específico: los estímulos significativos, las opciones de decisión, los roles y subroles que en esa demarcación sean generalizables, las acciones técnico/ tácticas más frecuentes, etc. En cualquier caso tiene mayor trascendencia cómo el jugador es capaz de asimilar y adaptarse a los estímulos, y en qué grado autoconfigura lo aprendido. Adquiere vital importancia en este punto la retroalimentación o biofeedback, el conocimiento de la ejecución y del resultado por parte del jugador. Esta información, en sus formas variadas, se presenta de forma endógena (propiocepción, cinestesia,..) y de forma exógena (entrenador-refuerzo verbal, soportes audiovisuales,...), y en referencia al tiempo puede ser durante la ejecución, justo al final de la ejecución y/ o después de la ejecución. El futuro del entrenamiento táctico irá encaminado hacia la estructuración y definición de las retroinformaciones específicas. No todos aprendemos igual y eso debemos tenerlo en cuenta en nuestra estructuración del entrenamiento. (p. 19)

Según Beade, F. (2010) manifiesta "las tendencias actuales en la relación teoría/ práctica deportivas, es decir, en los procesos metodológicos mediante los cuales pretendemos enseñar/ entrenar los deportes, se refieren a dicho proceso como un problema de especificidad de entrenamiento". (p.19) Las adaptaciones biológicas sucedidas en el

organismo de los deportistas como consecuencia de los estímulos de entrenamiento, deben ser entendidas como procesos internos en relación directa no sólo con la cantidad, sino también con la calidad de aquellos. La respuesta fisiológica corporal no es el único factor explicativo de los síndromes de adaptación, requiriendo estos de un análisis más globalizado referido a la hipercomplejidad del sistema humano. Cada ejercicio, cada tarea, cada juego planteado con el fin de producir efectos, los provoca, positiva o negativamente, de forma específica en dependencia directa con la estructura formal y funcional del estímulo propuesto, y de forma sistémica en cuanto a que las modificaciones se producen en todas y cada una de las estructuras que conforman el individuo en acción.

Tanto si realizo un trabajo de carrera continua, como de juego reducido, la respuesta biológica del jugador siempre afecta a todas y cada una de las estructuras condicional, cognitiva, coordinativa, socio afectivo, socio - emotiva y expresivo-creativa. Dudemos entonces de la utilización de métodos que promuevan sólo adaptaciones en una dirección, máxime cuando la estructura de los deportes colectivos también responde a la idea de hipercomplejidad sistémica. Si la adaptabilidad del ser vivo es específica ¿hasta qué punto producen "transferencias positivas" tareas que no cumplen esta visión global? ¿Mejorar mi potencia aeróbica fisiológica, sólo mediante la carrera, es sinónimo de mejorar mi potencia aeróbica en juego? ¿Desarrollar mi técnica desde el punto de vista biomecánico (y sus relaciones fisiológicas) significa desarrollar mi técnica en juego? (p.19,20)

2.1.9. METODOLOGIA DEL ENTRENAMIENTO

Dietrich, M., Carl, K. y Lehnertz, K. (2007) manifiestan “la metodología del entrenamiento abarca todas las proposiciones que tienen

como objeto las reglas y sistemas y sistemas de reglas utilizados para actuar en el entrenamiento y en las situaciones de exhibición deportiva, especialmente en la competición”. (p.18)

Para Dietrich, M., Carl, K. y Lehnertz, K. (2007)

La metodología del entrenamiento es, por tanto, la teoría orientada hacia la práctica del entrenamiento. Sus proposiciones nosolamente participan del saber científico, sino también de experiencias sometidas a reflexión, tanto por quienes practicandirectamente el entrenamiento como por quienes lo observan sistemáticamente. Algunas reglas de la actividad (o sistemas de reglas de la actividad) pueden referir al conjunto del entrenamiento deportivo, en tanto que como la METODOLOGÍA GENERAL DEL ENTRENAMIENTO, o, como METODOLOGÍAS ESPECIALES DEL ENTRENAMIENTO, lo hacen a campos aislados de actividad, como el deporte de competición, para la salud, de mantenimiento físico, algunas modalidades deportivas o formas de entrenamiento, como por ejemplo las variantes del entrenamiento orientadas a la condición física o a la técnica. (p.18,19)

Una metodología del entrenamiento tiene como junción, en tanto que teoría de la actividad de entrenamiento, elaborar y estructurar las categorías fundamentales y los niveles jerárquicos de la práctica, basándose en análisis de las exigencias del rendimiento deportivo (es decir, de las normas del rendimiento establecidas), y considerando los postulados científicos y la experiencia práctica del entrenamiento. Además, hace falta establecer relaciones entre los elementos, precisar el propio lenguaje de la especialidad, elaborar reglas y principios de la actividad, y examinar la consistencia lógica, la exactitud léxica y la eficacia práctica.

1 FASES EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA AL FÚTBOL

Para Hernández Moreno y cols. (2000:11) la iniciación deportiva es el período en el que el individuo empieza a aprender de forma específica la práctica de un deporte o conjunto de deportes. Asimismo, estos autores señalan que dicha iniciación deportiva no es el momento del inicio de la práctica deportiva sino que es el inicio de una acción pedagógica que teniendo en cuenta las características de la actividad, del niño y de los objetivos, va evolucionando hasta alcanzar el dominio de la especialidad.

Para Vegas, G., Romero, R. y Pino, J. (2012)

Lo cual concuerda con la faceta de aprendizaje que ha de caracterizar estos procesos según Contreras, De la Torre y Velázquez (2003). Igualmente, el hecho de concluir con el dominio de la especialidad es señalado por Morcillo (2003) cuando se refiere al fútbol base como el periodo en el que el niño va aprendiendo las habilidades del fútbol hasta alcanzar el dominio de las mismas. En base a esto, podemos hablar que el fútbol base se corresponde con un período de iniciación y perfeccionamiento deportivo. Hablamos de estos dos aspectos, es decir, iniciación y perfeccionamiento, basándonos en los planteamientos de Torres y Rivera (1994.29) cuando hablan de iniciación deportiva como el comienzo de la vida deportiva de los niños/as, y en la cual incluyen varias fases y etapas cronológicas que se refieren a una iniciación genérica, en primer lugar, para pasar después a una iniciación específica, paso previo a las fases de perfeccionamiento o tecnificación posteriores a la pubertad (Brüggemann, 2004). (p.28, 29)

El carácter complejo del concepto de iniciación deportiva al que hacemos referencia anteriormente lo señala Amador (1995) cuando se refiere a él como un proceso de aprendizaje cognitivo y motriz de un juego deportivo, que alcanza su objetivo con el dominio básico de las

habilidades técnicas y con el desarrollo de la capacidad de actuación estratégica de un individuo.

Según Vegas, G., Romero, R. y Pino, J. (2012) manifiestan: asimismo, ha existido y existe una creencia generalizada acerca de que una iniciación temprana en un deporte y, por ende, una especialización también temprana en el mismo, será un mayor garante de conseguir altas prestaciones en el rendimiento de dicho deporte” (p.32). A este respecto Sosniak, cit. por Côté, Baker y Abernethy (2003), afirma que todo lo que haga el aprendiz, cuánto haga y cómo lo haga son variables más importantes que el tiempo absoluto que dedique a la actividad. O lo que es lo mismo, el desarrollo deportivo de dos atletas puede variar a causa de diferentes oportunidades de aprendizaje, por el método de enseñanza y aprendizaje seguido y por factores motivacionales hacia la actividad de aprendizaje. Diferencias en una única experiencia durante la infancia pueden dar lugar a grandes diferencias en los atletas de élite en la motivación hacia la práctica, el tipo de habilidades adquiridas, así como el nivel de habilidades excepcionales desarrolladas (Côté, Baker y Abernethy, 2003). En definitiva, en base a lo expuesto por estos autores, si bien el tiempo de dedicación a la actividad es importante, lo es mucho más la calidad de ese tiempo y la significatividad de las experiencias y aprendizajes adquiridos en él. (p.28, 29,32)

2.1.10. COMUNICACIÓN ENTRENADOR - JUGADORES

(La credibilidad como factor en la comunicación)

La credibilidad es uno de los factores más importantes para un entrenador de fútbol base que quiere comunicarse de forma efectiva y sincera con sus jugadores. Al principio, y prácticamente sin excepciones, los futbolistas jóvenes dan credibilidad a su entrenador, al ser para ellos una figura prestigiosa. No obstante, más adelante, es al propio entrenador

a quien corresponde mantener o aumentar su credibilidad mediante las siguientes actitudes;

- Ser espontáneo en el trato
- Mantener siempre el ánimo elevado
- Expresarse con palabras que reflejen un estado emocional positivo
- Incidir siempre en los aspectos positivos
- Ser coherente entre lo que dice y lo que hace.

El enfoque positivo en la comunicación

La habilidad más importante que puede aprender un entrenador de fútbol base es la de comunicar con un enfoque positivo las charlas técnicas, recomendaciones, elogios, etc.

- El enfoque positivo realza las conductas que son deseables, mientras que el enfoque negativo está presente en el castigo y la crítica destructiva,

- El enfoque positivo promueve la creatividad del futbolista; en cambio, el enfoque negativo marca básicamente qué es lo que no se debe hacer para «enfadar» al entrenador.

Para Ares, A. Chicharro, F. (2008) dicen “no obstante, esto no quiere decir que haya que estar siempre repartiendo elogios y reconocimientos, o que se deba pasar por alto el incumplimiento de una instrucción o una norma. Pero puede hacerse de una manera positiva para que sea el propio niño quien se autoevalúe” (p.58)

Según Ares, A. Chicharro, F. (2008)

Hay entrenadores que utilizan el punto de vista negativo porque probablemente manejan expectativas irreales sobre las posibilidades y actitudes de sus jóvenes jugadores. Estos entrenadores olvidan con frecuencia que los niños aún no han madurado. Cuando un entrenador tiene expectativas irreales, se fija poco en los futbolistas y más bien trata de adaptar a los niños y jóvenes para conseguir el éxito. En consecuencia, los niños y jóvenes se sienten frustrados y/o rechazados porque no logran los objetivos que pretende su entrenador ya que su estructura física y/o mental no les acompaña. (p. 58)

Igual de importante que explicar nuestras metas es conseguir que los niños y jóvenes se diviertan, ya que el entrenador de iniciación al fútbol debe infundir el gusto por el deporte. Otra razón por la que los entrenadores utilizan el punto de vista negativo es porque ellos mismos creen que así pueden conseguir mejores resultados.

Ocasionalmente este enfoque funciona y puede ayudar a los futbolistas a aprender qué es lo que no gusta al entrenador, pero a costa de reprimir la creatividad. Además, cuando los resultados no acompañan, la motivación se convierte en ansiedad y estrés. Llegados a este punto, los niños y jóvenes jugarán intentando no equivocarse y dejarán de correr riesgos para evitar el enfado del entrenador. Este enfoque funciona dos o tres meses como máximo; al cabo de este tiempo los futbolistas de iniciación o lo rechazan, o se retiran, o el entrenador pierde credibilidad.

La información debe ser rica en mensajes

Muchos entrenadores piensan que su medio de comunicación son las órdenes, y se sienten cómodos ejerciendo la autoridad, ya que tienen la potestad de juzgar a sus jugadores, decidir si lo han hecho bien o mal, excluir o incluir a alguien en el equipo, etc. Los entrenadores que tienen éxito con futbolistas de iniciación no son jueces; son «maestros» que reconocen a los seres humanos en el grado de madurez en que se encuentran.

En realidad, los deportes por sí solos son un examen durante el curso de la competición o del entrenamiento; el propio niño reconoce en qué momento ha jugado mal. El futbolista de iniciación requiere que su entrenador sea tolerante con los errores ya que la tolerancia es una herramienta pedagógica y forma parte del aprendizaje.

Otros aspectos de la comunicación en las habilidades del entrenador

En la comunicación humana, y con más razón en los jóvenes que se inician en la práctica del fútbol, se busca un líder a quien admirar e imitar. En esta etapa de crecimiento en que los jóvenes (adolescentes y niños) no tienen un líder o un ejemplo natural fuera de casa, buscan al entrenador como modelo, y adquieren por imitación las conductas del propio entrenador para desarrollarse en el fútbol. Por eso es importante que el entrenador de fútbol base tenga unas cualidades de comunicación que faciliten el desarrollo, tanto deportivo como personal, de sus jóvenes alumnos.

Pero ¿cuáles son esas cualidades de comunicación? Pasemos a

revisar cada una de ellas:

1. Ser coherente en el momento de comunicar

Los entrenadores de éxito, en todas las categorías, tienen en la coherencia su característica fundamental. Es importante resaltar que en el fútbol, y más en el de iniciación, nos rodean circunstancias que invitan o fuerzan a cambiar de opinión y de actitudes a cada momento, y esto puede convertir a un entrenador en voluble, que más que adaptarse a las circunstancias interprete de forma equivocada los contextos.

Es fácil hacer una cosa y predicar la otra. Algunas veces pensamos una cosa, nuestro lenguaje verbal transmite otra, e inclusive nuestro lenguaje corporal no verbal indica un tercer mensaje totalmente diferente. Cualquiera persona que reciba estos mensajes diferentes estará totalmente confundida; pues bien, imaginen cuánto más lo estará un niño o un adolescente que desconoce el ambiente del fútbol y sus claves.

El entrenador exige al joven que se calme cuando juega, pero éste ve que ante una jugada dudosa sancionada por el árbitro, ese mismo entrenador insulta y grita de manera poco educada. El propio entrenador, durante los entrenamientos, le exige respeto para sus compañeros de equipo, pero él les trata irrespetuosamente. Aconseja a los jugadores que tengan confianza en sí mismos, pero en el descanso comienza a gritarles porque han cometido un error, de modo que destruye su autoconfianza. Cuando un entrenador se comporta de esta manera, no debe sorprenderle que sus futbolistas piensen y se expresen de forma hipócrita.

Es importante respetar la palabra dada, ya que decir una cosa e

inmediatamente cambiarla es otra forma de incoherencia que resulta devastadora. Si se hace una promesa -sea positiva o negativa- hay que cumplirla. Unos pocos fallos en este sentido, y los futbolistas de iniciación aprenderán a no creerle, lo cual reducirá sensiblemente el control que ejerce sobre ellos. Si el entrenador no cumple el premio prometido, disminuye las ventajas que le concede su facultad de premiar y debe recurrir al castigo como procedimiento de estilo en el entrenamiento.

2. Tener una actitud de escucha

Se pueden hacer muchas cosas para mejorar la habilidad de escucha, por ejemplo:

- Reconocer la necesidad de ser escuchados que tienen los futbolistas jóvenes.

- Estar atento a lo que se dice y, al final, hacer un pequeño resumen de lo hablado.

- Escuchar atentamente y sin interrumpir aunque se sepa lo que se va a decir.

- Responder siempre de manera constructiva, positiva, y con sinceridad.

- Preguntar cuando no se entiende lo que se quiere comunicar. La utilización de preguntas es una parte fundamental de la escucha.

Víctor Muñoz, entrenador del Zaragoza, respondía así en una entrevista previa a la final de la Copa del Rey que iba a disputar ante el Real Madrid (y que ganó el Zaragoza): «Me encanta que mis jugadores

me pregunten por qué hacemos las cosas. Eso se llama implicación. Yo como jugador preguntaba. Era respetuoso, pero quería saber».

3. Comunicación no verbal

En el fútbol, durante el partido, el entrenador tiene pocas posibilidades de comunicarse directamente con sus jugadores, por ello varios análisis y estudios estiman que el 70% de la comunicación de un entrenador en el fútbol es no verbal. En el mundo del balompié y más en el de iniciación surgen multitud de ocasiones en que la comunicación no verbal es esencial para el desarrollo de las habilidades técnicas y tácticas. En la comunicación no verbal, o también llamada comunicación corporal, deben tenerse en cuenta diversos aspectos:

- **Posición corporal:** Es importante el espacio personal entre el entrenador y los futbolistas de iniciación, además de la posición de su cuerpo con respecto a los demás.

- **Movimientos del cuerpo** (incluidos pies, manos, gestos, piernas y brazos, sin olvidarnos de los ojos). *u* **Características vocales** (no referidas al mensaje verbal): Incluyen calidad de voz, tonos, inflexiones de la voz, resonancia y emoción.

4. El propio entrenador como modelo

Es importante recordar que cualquier conducta del entrenador, dentro y fuera del campo, es un modo de comunicación no verbal. Es importante tener en cuenta este aspecto, porque la mayoría de los entrenadores parecen olvidar que sus gestos y actitudes se quedan impregnados profundamente en los futbolistas de iniciación.

A través del conocimiento mutuo, el entrenador puede enseñar muchas más cosas que las habilidades y reglas del fútbol. Es importante que sea deportivo y humilde tras una victoria y reconocer la justicia en la derrota y también el primero en respetar las reglas internas del equipo y del fútbol. Es el entrenador quien debe enseñar a sus jugadores como se deben afrontar las situaciones cuando algo sale mal. Los futbolistas de iniciación se verán influidos por lo positivo o lo negativo que el entrenador les comente y ejemplifique (p.57, 58, 59, 60, 61,62)

2.1.11. ENTRENAMIENTO

Cejuela, R., Chinchilla, J., Cortell, J. y Pérez, J. (2010).

Entrenamiento se podría definir como la acción de preparar a un individuo para el deporte. Esta acción debe estar organizada cronológicamente para el logro progresivo del rendimiento, teniendo en cuenta las características individuales de cada sujeto.

Para Cejuela, R., Chinchilla, J., Cortell, J. y Pérez, J. (2010).

El entrenamiento ha pasado de ser un compendio de componentes cuantitativos a ser un planteamiento de desarrollo integral del ser humano, basado en el respeto a la naturaleza misma del individuo. La excesiva (calificación del entrenamiento deja muchas veces de lado la perspectiva humanista del deporte, y este hecho aleja al entrenador y al atleta de la verdadera esencia deportiva. Por todo ello, la metodología del entrenamiento debería primar la calidad ante la cantidad y al ser individual, ante el grupo. No obstante, se hace necesario definir claramente lo que entendemos por entrenamiento. Helman (1964), citado por Martin, D. et ál. (2001) define entrenamiento como ejercicio funcional planificado en el ámbito corporal o mental, con la finalidad de obtener un máximo rendimiento individual, en particular en el deporte. En la misma obra se recogen otras definiciones como la de Ulich (1973), quien afirma que se trata de un proceso planificado que genera una optimización de capacidades y

conocimientos. En la misma línea, Stegemann (1971) sugiere que entrenamiento es un estímulo que mejora la capacidad de rendimiento a través de un cambio mensurable de la estructura orgánica. (p.14)

Hollmann (1973) lo define como la suma de todos los esfuerzos efectuados en intervalos de tiempo determinados, con el objetivo de un aumento del rendimiento, y responsables de una serie de cambios funcionales y morfológicos del organismo. Martin (1977) aporta la siguiente definición:"... El entrenamiento deportivo es un proceso conducido de forma planificada, en virtud del cual han de desarrollarse unos cambios en el estado del rendimiento deportivo-motriz complejo (esto es, la capacidad de acción); ello ocurre con la ayuda de medios de entrenamiento y de acuerdo con determinadas expectativas en cuanto al objetivo final...".Finalmente los propios autores definen el concepto como proceso de actividades, dirigido al desarrollo planificado de ciertos estados de rendimiento deportivo y a su exhibición en situaciones de verificación deportiva, especialmente en la actividad competitiva (Martín, 2001),

Para Cejuela, R., Chinchilla, J., Cortell, J. y Pérez, J. (2010) dicen "desde el plano fisiológico, Vrijens (2006) define entrenamiento como la repetición de estímulos funcionales que tiene por objeto el desarrollo de la forma y la función del órgano" (p.15)

También señala que por entrenamiento se entiende la preparación de las capacidades físicas, técnicas, tácticas y psíquicas del atleta por medio de las actividades deportivas. Entrenamiento deportivo es definido como un procedimiento estructurado y planificado (contenido, método y organización) con el que se pretende el desarrollo del rendimiento deportivo, de manera metódica.

Desde un enfoque pedagógico entendemos entrenamiento como la puesta en práctica de una metodología que persigue unos objetivos individuales al objeto de mejorar la salud y la condición física, mediante los procesos de adaptación al esfuerzo. El objetivo planteado puede encaminarnos hacia el rendimiento elitista o hacia la mejora de las condiciones de calidad de vida. (p.14, 15)

2.1.12. MÉTODOS DE ENSEÑANZA DEL FÚTBOL

Para Carrasco, D., Carrasco, D. y Carrasco, D. (2011)
Método es el conjunto de operaciones ordenadas con las que se pretende alcanzar un objetivo, no deben ser considerados como algo cerrado, rígido, o como fórmulas inalterables para la consecución de un objetivo, sino más bien, como una referencia a seguir con las que dotemos al futbolista de un rendimiento óptimo (p.63).

Pacheco, R. (2007) En el proceso de la enseñanza/aprendizaje del fútbol, se debe intentar utilizar métodos de enseñanza eficaces, es decir, aquellos que permitan asimilar más y mejor los aprendizajes.

Para Pacheco, R. (2007) dice “los métodos de enseñanza/aprendizaje del fútbol han sido desarrollados de acuerdo con la evolución que el fútbol ha tenido a lo largo de los tiempos” (p.127)

En los inicios, el aprendizaje del fútbol se realizaba de una forma no organizada, en la calle o terrenos irregulares, sin la presencia de ningún entrenador, a través de pequeños juegos de 3x3, 4x4..., dependiendo del número de participantes, en espacios con diferentes dimensiones y siempre reducidos.

El aprendizaje se realizaba, fundamentalmente, por medio de pequeños juegos o de juego formal (método global), por ensayo y error, en el que el jugador controlaba su propio aprendizaje, lo que originaba la aparición de muchos jugadores dotados de un gran virtuosismo técnico.

En una segunda fase, en los clubes de fútbol se comenzaron a interesar por la formación de los jóvenes jugadores de una forma organizada, en la que la enseñanza pasa a ser dirigida sobre los campos de fútbol, con la presencia de un entrenador y donde impera el método basado en la técnica individual (método analítico).

Para Pacheco, R. (2007)

La enseñanza del juego pasa a ser dirigida fundamentalmente hacia una correcta ejecución de las diferentes habilidades técnicas, de una forma aislada, estereotipada y fuera del contexto real del juego, donde se pensaba que la mejoría del rendimiento técnico individual implicaría una mejoría del funcionamiento global del equipo. Esta corriente tecnocrática llevó a muchos entrenadores a seguir la idea de que los jóvenes no deberían iniciarse en el juego del fútbol hasta que no poseyeran el dominio correcto de todas las habilidades técnicas. (p.127)

El método de enseñanza basado en la técnica es aquel que aún hoy en día impera en nuestros clubes. Si observamos una sesión de entrenamiento en la actualidad, no difiere mucho de aquellos que se hacían hace 20 o 30 años atrás, con una primera parte destinada al “calentamiento”, realizada generalmente sin balón una segunda parte destinada a la práctica de servicios técnicos, descontextualizados del juego, y la tercera parte dedicada al juego formal (denominando entrenamiento de conjunto de 11 x 11 o 7 x 7).

En el transcurso de la segunda parte de las sesiones de entrenamiento, dedicadas al aprendizaje de las habilidades técnicas, observamos muchas veces que éstas se ejercitan de una forma aislada de las situaciones reales de juego, lo que hace muy difícil de mantener la motivación y el rendimiento de los jugadores durante periodos muy largos de tiempo, ya que las situaciones propuestas son poco estimulantes por no poseer los aspectos esenciales del juego, que son la oposición, la cooperación y la finalización.

Por otro lado, la mayoría de las veces, al llegar a la tercera parte de la sesión de entrenamiento, el juego formal (11 x 11 o 7 x 7), los jugadores no consiguen aplicar los conocimientos aprendidos anteriormente, pues han entrenado la técnica en situaciones aisladas que después no se presenta en el juego (Wein, 1995).

En el ámbito de la enseñanza y del entrenamiento, Bunker y Thorpe (1982) constataron que cuando la técnica es abordada por medio de situaciones que ocurren al margen de los requisitos tácticos, se produce una transferencia muy pequeña hacia el juego.

Ruiz (1998) considera que un jugador ha asimilado la técnica cuando puede aplicarla adecuadamente en los juegos de espacios reducidos, a una elevada velocidad y bajo una fuerte oposición de los adversarios.

Por eso, Garganta (2000) defiende que la verdadera dimensión de la técnica reposa en su utilidad para servir a la inteligencia y a la capacidad de decisión táctica de los jugadores y de los equipos. Un buen ejecutante es, antes que nada, un individuo capaz de seleccionar las técnicas más adecuadas para responder a las sucesivas configuraciones del juego. Por

esto, la enseñanza y el entrenamiento de la técnica del fútbol no deben restringirse a los aspectos biomecánicos, es decir, a los gestos, sino que deben atender sobre todo a su adaptación inteligente a la situación de juego.

Si pretendemos tener en el futuro jugadores inteligentes, es fundamental proporcionarles un mayor conocimiento táctico del juego, porque sabemos que es importante para su evolución futura no sólo saber cómo ejecutar una determinada técnica, sino fundamentalmente saber cuándo, dónde y porque realizarla. Por ello, en el aprendizaje del juego, la enseñanza de la técnica y de la táctica deben ir asociadas.

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

Estos presupuestos han llevado a la implantación de un nuevo método de enseñanza del juego, basado en la búsqueda dirigida y en los juegos condicionados, como juegos de fútbol en los que se ponen algunos condicionantes, buscando alcanzar determinados objetivos en el juego (método sistémico), intentando formar jugadores inteligentes, capaces de responder de una forma adecuada a las diferentes situaciones del juego.

Existen tres formas diferenciadas de abordar la enseñanza del fútbol:

- Método global
- Método analítico
- Método sistémico

Características y consecuencias del método global

Características:

- Utilización exclusiva del juego formal (11 x 11 o 7 x 7)
- El equipo es la base fundamental del aprendizaje
- Juego anárquico, no hay alteraciones en los progresos
- El juego no se descompone ni está condicionado

Consecuencias:

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

Adaptado de Garganta, 2000; Grehaigne, 1993 y Wein, 1995.

Características y consecuencias del método analítico

Características:

- Se parte de las situaciones técnicas analíticas hacia el juego formal

- El juego se descompone en elementos técnicos jerarquizados (1^o pase,...)
- La suma de los rendimientos individuales es igual a la mejoría del equipo.

Consecuencias:

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

Adaptado de Garganta, 2000; Grehaigne, 1993 y Wein, 1995.

Características y consecuencias del método sistémico

Características:

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

Consecuencias:

- El aprendizaje de las técnicas nace en función de la táctica, de forma orientada
- Comprensión de los mecanismos y de los principios de juego

- Inteligencia táctica; creatividad en las acciones de juego
- Más tiempo de entrenamiento dedicado a la enseñanza del juego que a la técnica
- Buen nivel de motivación y de rendimiento en las tareas de entrenamiento
- Gran incidencia sobre los mecanismos perceptivos y de decisión del movimiento, ya que se presentan situaciones imprevisibles que implican análisis y toma de decisiones diferenciadas y una incidencia media y a veces grande sobre los mecanismos de ejecución siempre que haya necesidad de recurrir a la repetición de determinadas acciones.(p.127,128,129,130,131).

Adaptado de Garganta, 2000; Grehaigne, 1993 y Wein, 1995.

2.1.13. MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO.

Para Fle O, Tena M. Solana J. (2009) “Los métodos: son el conjunto de operaciones ordenadas, con las que se pretende obtener un resultado” (Pag.81).

La buena organización, secuenciación y sistematización de la acción tendrá como objetivo el lograr una meta”.

PRINCIPIOS DEL PROCESO EDUCATIVO

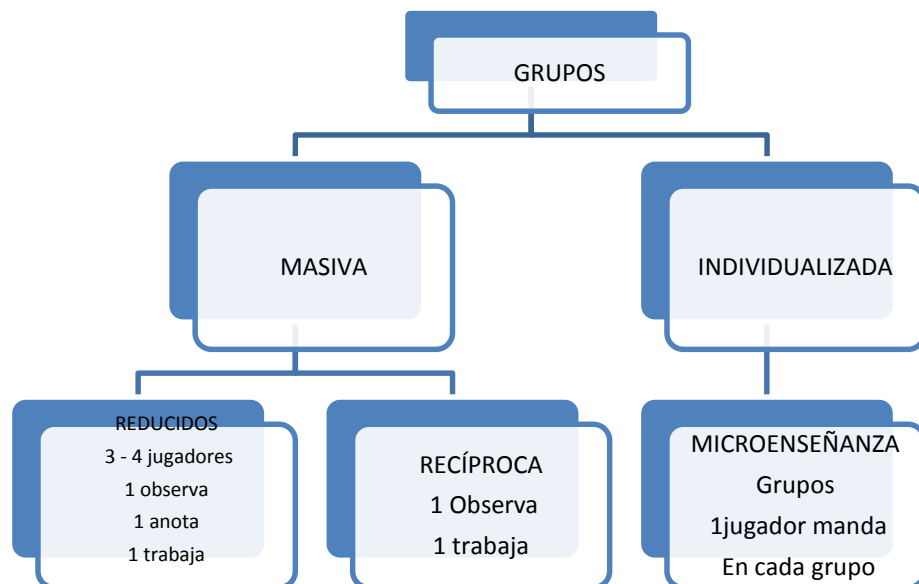
La enseñanza deportiva comprende una serie de elementos: objetivos, contenidos, estrategias metodológicas, criterios de evaluación que han de interactuar de manera positiva para obtener los resultados esperados.

- Los procesos de enseñanza - aprendizaje.
- Las prácticas educativas.
- Las actuaciones de los entrenadores.

TIPOS DE MÉTODOS

MÉTODOS GENERALES DE ENSEÑANZA

SEGÚN NÚMEROS DE PARTICIPANTES



INTRODUCCIÓN

Debido a la cantidad de jugadores que tenemos y de la poca ayuda que contamos en relación a los recursos humanos, también tenemos herramienta y métodos de enseñar que pueden facilitar nuestro trabajo.

MASIVA

Es la forma de trabajar con todo el grupo a la vez. Tiene el inconveniente de que si el grupo es muy numeroso, el control del trabajo es complicado. Aun así, se puede utilizar en momentos puntuales, como un calentamiento, unos estiramientos al final de la sesión, situaciones en el que el grupo está junto, atento y receptivo.

POR GRUPOS

Es una forma natural de trabajar, ya que se puede dividir al equipo en grupos más pequeños, que pueden ser más fáciles de controlar. Dentro del trabajo por grupos, hay 3 formas de trabajar.

GRUPOS REDUCIDOS

Los grupos están formados por 3-4 jugadores de los cuales 1 es el que realiza el trabajo, otro es el que observa cómo se está realizando y otro es el que toma nota de cómo se está haciendo. Luego se intercambian los papeles. Las anotaciones las podemos controlar para corregir.

Es una forma de trabajar poco acorde para enseñar fútbol, tanto a niveles medios - altos porque no es efectiva, como a niveles bajos, ya que los niños pequeños no saben evaluar el trabajo del compañero.

RECÍPROCA

Los grupos están formados por 2 jugadores de los cuales uno

observa y el otro trabaja. Este método puede ser más efectivo, ya que podemos trabajar los circuitos.

MICRO ENSEÑANZA

En este método debemos contar con la ayuda de jugadores para poder hacer responsable de los grupos en los que pueda dividir al equipo en el ejercicio planteado.

Cuando no se tiene 2º entrenador y queremos trabajar en 2 o 3 grupos, podemos hacer que uno de nuestros jugadores controle el ejercicio, dejándole que corrija y dirija el trabajo.

Como es lógico, el jugador debe ser de nuestra confianza, tener suficiente conocimiento del trabajo que se va a realizar y personalidad y presencia sobre el grupo para poder imponerse y controlarlo.

INDIVIDUALIZADA

Es a lo que aspiramos siempre los entrenadores, tener la posibilidad de poder hacer un trabajo individualizado con nuestros jugadores, pero es imposible por la falta de medios humanos y de tiempo. Esta enseñanza va más encaminada a deportes individuales.

Para Fle, O., Tena, M. y Solana, J. (2009)

Existen otras formas de trabajar con nuestros jugadores no tanto de forma individual, si no acercarse lo más posible a ello. Y es el trabajo por grupos de nivel, tanto físico como técnico y táctico. Se puede trabajar solo con los delanteros, o con los defensas, o con los medio campistas tanto

técnicamente como tácticamente, trabajando por grupos, teniendo las posibilidad de corregir más de forma individual. También en el apartado físico se puede trabajar por grupos de nivel y por puestos, por el desgaste físico parecido que pueden realizar (Pag.81)

MÉTODOS DEDUCTIVOS

Nos permiten obtener los conocimientos verdaderos, partiendo de una (premisa general podemos sacar conclusiones a nivel particular.

En su aplicación práctica debemos:

- Facilitar al jugador relacionar el aprendizaje con los conocimientos previos.
- Subdividir los conocimientos de la enseñanza en elementos.
- Saber relacionar los elementos del contenido que se les enseña.

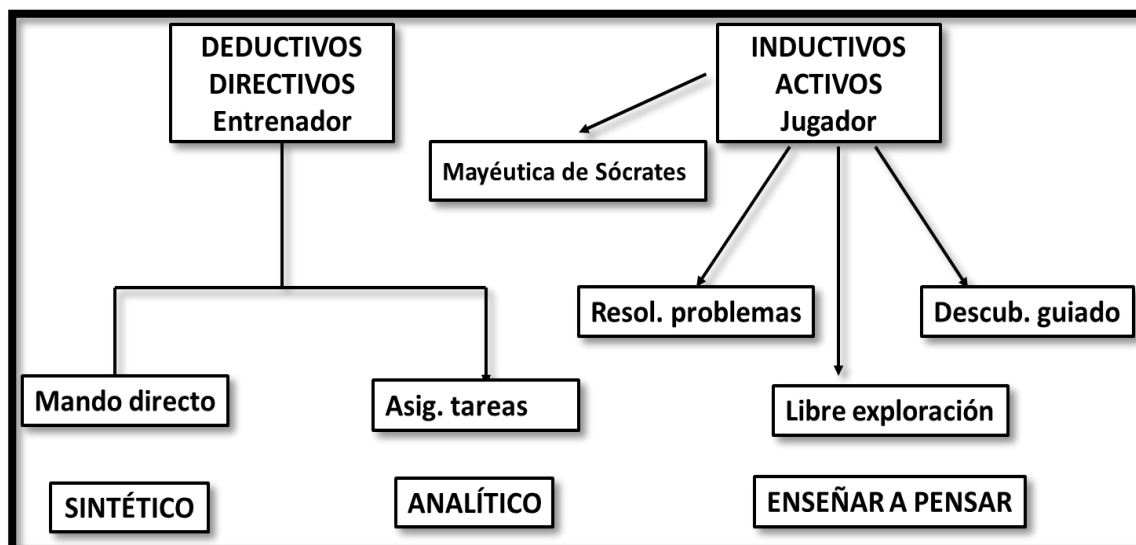
Los métodos deductivos se les relaciona con procesos de: aplicación / comprobación / demostración.

MÉTODOS INDUCTIVOS

Está basado en observar acontecimientos particulares, con objeto de construir conceptos generales.

Para Fle, O., Tena, M. y Solana, J. (2009) dicen que los métodos deductivos “Pueden seguir dos caminos: guiado (el entrenador es el principal organizador del aprendizaje) y no guiado (el papel de jugador se incrementa a favor de su creatividad, pasando la labor del entrenador a un segundo plano)”

MÉTODOS GENERALES DE ENSEÑANZA



MANDO DIRECTO

El entrenador ordena y manda. El jugador se limita a obedecer. No confundir con entrenadores autoritarios, no tiene nada que ver. Una cosa es la dirección de grupo y la gestión del vestuario de una forma de dirigir, y otra, el método utilizado para enseñar.

Su uso habitual es en el apartado físico, donde el jugador no tiene que pensar. Calentamiento, estiramientos, etc. No quiere decir que no se pueda utilizar también en otros momentos del entrenamiento. Se puede usar como inicio de un trabajo, para que el jugador conozca movimientos o situaciones que debe realizar, para luego aplicar otro método en el que la importancia recaiga en el jugador. Incluso se puede usar en la estrategia, para indicar como se tiene que marcar en zona, donde se coloca cada jugador.

ASIGNACIÓN DE TAREAS

Método que se aplica generalmente a los circuitos físicos. El entrenador manda una serie de tareas para que los jugadores las hagan por grupos, parejas o individualmente; de ahí el nombre de asignación de tareas. Sobre todo son circuitos físicos, aunque también se pueden hacer circuitos físico - técnicos - tácticos, en los que podemos incluir otros métodos de enseñanza, como veremos más adelante. Ojo con confundir el método de enseñanza de asignación de tareas con el mandar hacer un trabajo. El ordenar que el equipo realice un trabajo no es un método de enseñanza, simplemente es una orden para que ejecuten algo sin ningún sentido formativo.

MÉTODOS INDUCTIVOS - ACTIVOS (BASADOS EN EL JUGADOR)

En estos métodos, el jugador es lo más importante, toda la enseñanza se centra en el trabajo del jugador, y el entrenador solo propone para que el Jugador resuelva y realice el trabajo. El componente didáctico es mayor, ya que todo se aprende por uno mismo, por medio de sus propias experiencias, por lo que la asimilación de conceptos es mucho mayor y más duradera. “Lo que se aprende por uno mismo nunca se olvida”.

Estos métodos están basados en la “Mayéutica de Sócrates”, que consiste en realizar preguntas al jugador. Cuando se plantea al jugador un ejercicio o un problema, se trata de resolverlo preguntado al jugador sobre las posibles soluciones o como llegaría a resolverlo él. El encontrar esas respuestas aumenta su capacidad para aprender.

DESCUBRIMIENTO GUIADO

Basado en la enseñanza dando pistas al alumno - jugador de cómo encontrar la solución al problema planteado. Es importante que nosotros conozcamos la solución para poder corregir y enseñar, pero siempre dispuestos y abiertos a que el jugador pueda encontrar otra solución posible y válida del problema.

Nuestra información debe guiar al alumno para que encuentre la solución más fácilmente. Al encontrar esa solución por sí mismo se sentirá reforzado y comprenderá mejor los conceptos que le queremos enseñar.

El mejor ejemplo es el pase medio o picado, se le puede orientar al jugador sobre qué parte puede utilizar para realizarlo y que sea el jugador el que descubra la solución, pero con un poco de ayuda por parte del entrenador.

RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

Basado en el planteamiento por parte del entrenador de un problema, el jugador debe resolverlo. Aquí no hay ayudas ni orientación, es el propio jugador el que debe encontrar las soluciones a las situaciones planteadas. Lo más importante es poner ejercicios acordes a las capacidades de nuestros jugadores, porque sino no encontrarán nunca la solución. Como siempre hay que saber todas las soluciones posibles, pero siempre abiertos a otras soluciones.

El progreso en este método puede ser más lento, pero el aprendizaje es más efectivo. Hay que tener en cuenta los conocimientos de los

jugadores a la hora de plantear las posibles soluciones.

LIBRE EXPLORACIÓN

Método poco empleado en el fútbol. Consiste en que sea el propio jugador el que se ponga los problemas e intente resolverlos. Va más orientado al deporte individual, por ejemplo, el atletismo. Cuando un saltador de longitud, experimenta por sí solo para encontrar el momento justo del salto, el vuelo, etc.

MÉTODO ANALÍTICO

Centraliza la atención del jugador sobre aspectos concretos presentando una acción del juego, aislándola del mismo, de forma que sólo tiene en cuenta alguno de los elementos que intervienen en la competición (fundamentalmente el balón).

- Va de la técnica a la táctica.

Ventajas:

Se puede incidir sobre la mejora de objetivos muy concretos.

La enseñanza puede ser más individualizada.

- Se logra más fácilmente un número elevado de repeticiones

Inconvenientes:

- Este método aísla el objetivo del juego real.
- Un ejercicio analítico sólo incide en una de las múltiples posibilidades con las que se puede manifestar una acción, sea técnica, táctica o física.
- Las mejoras obtenidas no se manifiestan en su totalidad ya que en

la competición se ven condicionadas por la presencia de compañeros y adversarios, que no han sido tenidas en cuenta en el entrenamiento.

Motivación:

Nivel muy bajo respecto al método global, pudiéndose paliar parcialmente a través de motivaciones extrínsecas a la actividad.

Grado de incidencia de los distintos mecanismos que participan en el movimiento:

Mecanismo de percepción

- Mínimo, ya que se presentan situaciones estables que no solicitan con gran intensidad este mecanismo.

Mecanismo de decisión

- Nulo, ya que todo lo que debe realizar el jugador está previsto y es conocido por él antes de iniciar la acción.

Mecanismo de ejecución

- Máximo, ya que se logra un elevado número de repeticiones.

MÉTODO GLOBAL

Está basado en la enseñanza del juego real (11 contra 11), con situaciones del juego en las que intervienen todos sus elementos (balón, compañeros y adversarios).

Características:

- Introducir progresivamente la noción del oponente.
- Introducir la acción y el gesto en una fase de juego completa.

- Realizar el entrenamiento en situaciones próximas a la competición.
- Controlar la evaluación durante el juego.
- Establecer nuevas normas.
- Va de la táctica a la técnica.

Ventajas:

- Se trabajan simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos e incluso psicológicos.
- Al incluir todos los elementos del juego, la mejora obtenida en el entrenamiento se refleja rápidamente en la competición.

Inconvenientes:

- Es muy difícil hacer una enseñanza individualizada.
- Presenta un nivel inferior de concreción que el método analítico, sobre todo en el aspecto técnico.

Motivación:

Elevadísimo nivel de motivación que lleva al niño a involucrarse en la actividad de forma total y plena.

Grado de incidencia de los distintos mecanismos que participan en el movimiento

Mecanismo de percepción

- Máximo, ya que las situaciones y acciones que se van a presentar son imprevisibles, por lo que es necesario percibir correcta y rápidamente las continuas variaciones producidas por el balón, los compañeros y los adversarios.

Mecanismo de decisión (***)

- Máximo, ya que cada vez que se perciben estímulos que modifican las situaciones de juego, se hace necesario realizar un análisis de la misma y decidir cómo se va a intentar resolver.

Mecanismos de ejecución (**)

- Medio, ya que dadas las características de este método se realizan más acciones de las que son propiamente el objetivo del juego, por lo que este mecanismo es solicitado de forma más dispersa que en el método analítico.

MÉTODOS AUTO - ADAPTATIVOS:

Se utiliza cuando los jugadores entienden lo que vamos a trabajar. Es más cercano al método global.

El jugador no se debe limitar a conocer el gesto, sino qué gesto y cuando hacerlo, interviniendo activamente en la toma de decisiones.

(Pág. 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88,89).

2.1.14. TÉCNICA EN EL FÚTBOL

Tamarit, X. (2009)

Según Calvo (2002 cit. por Fonseca, H. en 2006) la técnica en el Fútbol es uno de los aspectos fundamentales e imprescindibles para jugar bien”, Sin embargo, pese a que "realizar ejercicios de técnica es sin duda necesario”, “predicarlos sin tener una referencia al juego no tiene mucho sentido”, ya que “el niño o joven necesita un contexto de juego antes de ejercitarse en la técnica pura' (Wein. 1999 cit. por Pacheco en 2005, cit. por Fonseca. H en 2006). (p.111)

Para Wein (2006 cit. por Fonseca, H, en 2006) “la enseñanza del Fútbol se ha caracterizado por un exceso de protagonismo en la dirección del profesor/ entrenador, ofreciendo frecuentemente prácticas descontextualizadas de las situaciones reales del juego y con falta de significado para el jugador que se aburre por la repetición constante de un gesto y de su escasa transferencia”. Según el autor, “Se procura perfeccionar una habilidad motora específica desvinculada de la situación real del juego”.

También para Graca (1994 cit. por Fonseca, H, en 2006) abordar el juego a partir de técnicas abstractas parece ser “un error sistemático, una vez que en el juego, las habilidades técnicas, casi siempre se realizan en situaciones de entorno imprevisible, dependiendo su ejecución de las configuraciones particulares de cada momento del juego, que imponen el tiempo y el espacio para su aplicación”.

Siendo esta forma abstracta de entrenar la técnica un error como los autores plantean, "en el proceso enseñanza-aprendizaje la técnica y la táctica deben estar situadas en un sólo tiempo, o sea, dos caras de la misma moneda" (Mesquita, 2004 cit. por Fonseca, H en 2006). La técnica en el Fútbol debe ser la adaptación inteligente a las situaciones de Juego, por lo que como dijimos en capítulos anteriores no se trata sólo de enseñar un "saber hacer", sino el “saber sobre ese saber hacer”. Estamos hablando de una adaptación de la técnica a las diferentes situaciones que se puedan dar en el terreno de juego. Adaptación que vendrá dada: por “el saber sobre un saber hacer”, así como por las experiencias vividas, pues según Marina (1995 cit. por Fonseca, H, en 2,006) “aunque sea imposible que el jugador recuerde cada uno de los ejercicios realizados a lo largo de sus largos años de entrenamiento, los músculos se acuerdan (...) los ensayos y los intentos quedan grabados en su «memoria muscular»

Se trata de privilegiar un entrenamiento que cree adaptación de la técnica a distintas posibles situaciones, por lo que debemos privilegiar la incerteza, la aleatoriedad y la variabilidad en la adquisición de habilidades técnicas, así como la libertad de elección de respuesta de los aprendices, en detrimento de entrenamientos abstractos, cerrados y dirigidos por el Entrenador. Según Fonseca, H, (2006) “para que se adquieran patrones flexibles de movimiento que se adapten mejor a las nuevas situaciones o tareas motoras, es necesario proporcionar una cierta libertad en la elección de respuestas durante el proceso de aprendizaje, y animar a los sujetos a explorar sus potencialidades de movimiento, una vez que, cuando se elimina esa libertad volviendo el aprendizaje totalmente dirigido, el énfasis es dado apenas al aspecto invariable de la habilidad, contribuyendo a la formación de patrones de movimiento mecanizados de baja adaptabilidad”.

Además, pretender enseñar un "patrón motor ideal, común a todos los individuos, esto es la «técnica perfecta» parece ser una falacia, dada la variabilidad observada en el desempeño motor”, Brisson&Alain (1996 cit. por Fonseca, H, en 2006).

Según Tamarit, X. (2009) dice “Esta adaptabilidad de la técnica a diferentes situaciones de las que estamos hablando, y que debe darse junto al aspecto táctico, es una característica del Fútbol de calle” (p.112)

La adaptabilidad en el Fútbol de calle se da dentro de un contexto del Juego, sin existencia de ninguna dirección por parte de alguna persona externa (Entrenador) que dé las respuestas a tomar, sino que es el mismo jugador quien tiene que adaptar sus patrones motores a la situación exigida que demanda el Juego con tal de ser eficiente, situación que será distinta en cada momento dada la incerteza y la variabilidad que

acompaña a este deporte. (p.111, 112)

2.1.15. FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL

Enseñar técnicas de fútbol

Para Warren W, Danner G (2004)

Nadie nace con técnicas futbolísticas o de entrenador. Mientras que algunos jugadores poseen una mayor habilidad para el deporte que otros (por ejemplo: mayor velocidad, equilibrio o agilidad), estas ventajas sólo son importantes cuando se dominan las técnicas fundamentales del fútbol. La velocidad y la anticipación pueden situarte en una situación de juego ventajosa, pero no pueden jugar por ti.(p.109).

Según Warren W, Danner, D (2004) dicen “como ocurre en la mayoría de deportes, muchas de las técnicas básicas del fútbol no son naturales; deben aprenderse mediante una enseñanza rigurosa, ejercicios y entrenamiento, tal como apuntó Pelé” (p. 109). Por ejemplo, la forma «natural» de dar una patada a los objetos es con la punta, no con el lateral del pie» sin embargo, controlar la velocidad, la dirección y el efecto del balón en el pase, disparo o regate precisa la superficie lisa del empeine exterior o interior (que a su vez precisa un movimiento en el disparo bastante diferente del que realiza la punta del pie).

Como entrenadores, por supuesto ya sabemos todo lo expuesto; entonces, ¿tenemos razón al asumir que los jugadores saben cuando vienen a nosotros la primera vez? ¿Deberíamos asumir que dominarán esas técnicas (o cualquier otra) si no se las enseñamos? ¿Los jugadores con una habilidad natural pueden desarrollar su potencial sin la enseñanza y el aprendizaje de los fundamentos? Por supuesto que no.

Los dos aspectos más importantes de enseñar son comunicar y usar

ejercicios repetitivos para que la ejecución de las técnicas sea habitual.

Comunicar consiste en encontrar formas de conseguir que los jugadores entiendan lo que necesitan saber para jugar bien. A veces ello implica la demostración y explicación de nuevas técnicas; a veces implica corregir errores. En todos los casos, requiere paciencia y disposición para intentarlo, y volverlo a intentar si en un primer momento los jugadores no consiguen aprender lo que intentas enseñarles.

Aprender es impredecible; ocurre a su propio ritmo, y nunca se sabe con antelación cuándo va a suceder. Lo mejor que cualquier entrenador puede hacer es crear condiciones favorables para aprender en los entrenamientos, ser un profesor más que un espectador y buscar constantemente nuevas formas de demostrar y decir a los jugadores cómo ejecutar las técnicas fundamentales del fútbol (p.109).

Para Warren, W. Danner, D. (2004)

El fútbol es un juego de hábitos. Su naturaleza de elevada velocidad y movimiento constante precisa que los jugadores tomen rápidas decisiones mientras ejecutan técnicas fundamentales. La correcta ejecución de las técnicas requiere una práctica y repetición constante. En este contexto, enseñar consiste en comunicar conceptos de forma correcta, y usar ejercicios y actividades que implican técnicas específicas repetidas una y otra vez hasta que los jugadores ya no tengan que pensar cómo se supone que esas técnicas deben realizarse.(p. 110,111)

Cuatro principios para enseñar y aprender

1. No puedes enseñar a gente que no escucha. Tienes que procurar que toda acción y conversación se detenga y todas las cabezas se giren hacia ti cuando hables al equipo, o cuando te dirijas a un jugador

en particular en un contexto de equipo. (Esto es especialmente importante al entrenar a niños de poca edad, cuyo margen de atención se mide en décimas de segundo. Constantemente les decimos «préstame tus ojos»). De lo contrario te vas a encontrar diciéndoles cosas que no haría falta repetir más de una vez si los jugadores hubiesen escuchado. Tienes que procurar que tus jugadores se concentren, no sólo en lo que hacen, sino también en lo que dices.

2. No puedes enseñar a personas que no quieren aprender. De hecho, no deberías ni tenerlas en tu equipo. Es algo sobre lo que reflexionar al seleccionar la plantilla en las pruebas de pretemporada.

3. Lo contrario de la frase de arriba es igual de importante: nunca debes rendirte con un jugador que quiere aprender. El deseo de aprender es lo que hace posible el aprendizaje.

4. Practicar los fundamentos debería preceder a los ejercicios competitivos. Es difícil competir cuando eres incapaz de realizar las técnicas necesarias para competir.

Cuanto más organizados sean tus entrenamientos, más conseguirás. La organización es un hábito (un aspecto aprendido) no un talento dado por Dios. Nunca hemos conocido a un entrenador con verdadero talento que no estuviera organizado. Planificar tus entrenamientos (y apuntarlos para recordar lo que quieres realizar) da estructura a tus sesiones de entrenamiento. Saber de antemano qué áreas quieres cubrir y cómo piensas enfocarlas te da confianza para empezar; también da confianza a los jugadores el hecho de que sepas lo que haces, a dónde va el equipo y cómo planificas llegar allí.

2.1.16. FUNDAMENTOS TÉCNICOS OFENSIVOS.

Sirven para facilitar la progresión del balón hacia la meta contraria. En este caso, se habla de una maniobra o movimiento ofensivo.

El tiro.

Para Casáis, L. Lago, C. (2010)

Un tiro es toda la acción técnico-táctica ejercida por el jugador sobre el balón con el objetivo de introducirlo en la portería contraria. El remate es la acción culminante de la fase de ataque. Todas las demás acciones que se llevan a cabo durante un partido se encaminan a buscar una óptima situación de tiro(p. 117).

Según Casáis, L. Lagos, C. (2010) comentan que “la técnica ideal de tiro que tenemos que seleccionar debe estar ajustada a cada situación de juego” (p. 117)

El tipo de ejecución técnico-táctica de tiro depende: de la trayectoria del balón, de la distancia de la de la portería y de la posición del portero.

La habilidad y destreza

Para Cantatore, C. (2008).

La habilidad por si misma nos puede servir para resolver una situación compleja con una situación inesperada o, también, como base para una buena ejecución en el resto de acciones técnicas. La habilidad se puede definir como la capacidad del futbolista de dominar el balón por el suelo o por el aire mediante más de dos contactos. Gracias a la habilidad, el futbolista consigue tener el balón en su

poder con el fin de superar a uno o varios adversarios y/o facilitar la acción y movimientos de los compañeros (p. 43,44).

La habilidad se divide en dos tipos:

Estática.El jugador realiza la habilidad en el sitio, sin desplazamiento.

Dinámica.El jugador realiza la habilidad moviéndose, con desplazamiento.

La acción más frecuente y propia de la habilidad es conseguir controlar el balón mediante toques sucesivos sin que éste bote en el suelo. A esta habilidad se la conoce futbolísticamente como realizar dominio de balón. Se puede ejercitar con cualquier superficie de contacto excepto los brazos y manos.

Según Cantatore, C. (2008) manifiesta “que La habilidad se puede realizar con todas las partes del cuerpo, excepto las extremidades superiores y, aunque es una técnica de carácter eminentemente individual, su entrenamiento se puede realizar de manera individual o en grupo” (p.44)

Ante la habilidad, el entrenador debe conseguir que sus jugadores no caigan en la tentación de convertirse en futbolistas de circo. La habilidad debe servir para el beneficio del conjunto y no para el beneficio individual. Evidentemente, un jugador hábil puede sorprender con sus acciones, pero éstas no serán positivas si no buscan un fin colectivo ysólo

pretenden el lucimiento personal.

El jugador habilidoso tiene una serie de cualidades como son una perfecta coordinación de movimientos, un gran dominio del balón, claridad de ideas para decidir la acción a realizar en el momento de la habilidad, claridad de ideas para decidir la acción posterior a la habilidad realizada y suficiente tranquilidad y equilibrio emocional para realizar la habilidad con la presencia de contrarios deseosos de hacerse con la posesión del balón.

El regate

Según Peitersen, B. (2007) dice “la acción de regatear significa moverse con la pelota de un punto a otro, siendo el objetivo del jugador moverse con el balón y conseguir mantenerlo bajo control sin tener que interrumpir su ritmo de avance” (p. 75)

Los regates; y los trucos resultan enormemente atractivos a todos los jugadores.

El juego con el balón es divertido para todos y cada uno tiene la posibilidad de desarrollar sus facultades por completo.

Peitersen, B. (2007).

La mayoría practica ciertos trucos, pero porque les resulta divertido engañar a algunos compañeros. Además, jugando se puede ver enseguida lo importante que es realizar un buen regate o hacer un movimiento engañoso con el cuerpo, bien para poner de relieve una cualidad en el juego o bien para conseguir una buena posición de lanzamiento (p.75)

Pero como el fútbol es, en primer lugar, un juego colectivo, muchos entrenadores intentan convencer a los jugadores que tienen tendencia a regatear para que no lo exploten con frecuencia.

Sin embargo, el fútbol puede funcionar como juego en equipo si cada jugador sabe regatear o engañar a un contrario para dejar al equipo rival en inferioridad numérica en un momento determinado. Incluso cuando un jugador se encuentra bajo presión puede liberarse de una situación difícil gracias a una artimaña.

Y aun siendo los regates y los engaños un motivo de diversión para los jugadores, al entrenador no le resulta siempre fácil ayudarles a perfeccionar sus aptitudes. El sentido del ritmo y del equilibrio son factores decisivos para la correcta realización de estas técnicas. Por ello es muy difícil para el entrenador llevar a cabo las correcciones adecuadas en este campo así como transmitir consejos.

Solo a través de un ejercicio constante y el ensayo de estos trucos, sin olvidar algunos consejos adecuados en este campo, se puede conseguir un buen efecto (p. 75).

La conducción

Para Casáis, L. Lagos, C. (2010).

La conducción del balón es la acción técnico-táctica de desplazamiento controlado del balón en un espacio de juego por parte del jugador. La conducción es una acción técnico-táctica imprescindible no sólo en la progresión hacia la portería adversaria, sino también para temporizar la acción ofensiva posibilitando un movimiento táctico

de los compañeros con el objetivo de crear las condiciones más favorables para la evolución del juego.(p. 118).

Para conseguir un eficaz desplazamiento con el balón es preciso tener en cuenta:

- La conducción del balón es efectuada normalmente con los miembros inferiores, especialmente con los pies; según Casáis, L. Lagos, C. (2010) nos manifiestan que “la parte interna del pie es la que ofrece mayor precisión debido a la gran superficie de contacto que la toca, pero es menos rápida porque es necesario girar hacia fuera la pierna conductora en el momento del toque” (p. 118).
- La conducción del balón con el empeine es bastante rápida porque es más continua, pero se vuelve en cierto modo poco precisa al ser relativamente pequeña el área de contacto con el balón;
- La conducción del balón con la parte externa del pie es rápida y eficiente porque es grande la superficie de contacto con el balón y fácil su adaptación. Estas tres superficies corporales de conducción del balón pueden emplearse durante el mismo desplazamiento;
- El contacto con el balón (Hughes, 1990): cuando existe espacio libre delante del atacante deberá ser ejecutado un menor número de contactos sobre el balón, por tanto, cada contacto deberá permitir que el esférico esté permanentemente delante del atacante que se desplaza a la velocidad máxima. Cuando el atacante sea presionado por el adversario, deberá mantenerlo siempre cerca de los pies (evitar ser desarmado), durante la conducción del balón, contactándolo permanentemente con el fin de protegerlo y poder cambiar de dirección en función de la situación de juego;
- La conducción del balón debe ejecutarse con el pie conductor del lado opuesto al que se encuentra el adversario para evitar que éste pueda desarmarlo (protección del balón)

La Finta

Según Cantatore, C (2008) dice “la finta son ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador, independientemente del balón, con el propósito de engañar, confundir o distraer al contrario de la acción que verdaderamente se pretende hacer” (p. 94)

Los tipos de finta se pueden clasificar en:

- **Simple:** engañar al contrario con un movimiento del cuerpo y dejar pasar el balón en beneficio de un compañero.
- **Clásica:** después de hacer la finta, control y salida en la misma dirección de la que provenía el balón.
- **Orientada:** realizar la finta y luego controlar el balón hacia la posición contraria a la que se encuentra el adversario,
- **Control:** es la que se realiza con un movimiento del cuerpo sin tocar el balón, dejándolo seguir en su trayectoria y acompañándolo en su protección (p. 94).

El Control

Para Cantatore, C. (2008)

Como decía un entrenador de alto nivel, una de las grandes diferencias entre el atletismo y el fútbol radica en que el atleta, cuando llega a la meta, termina; para el futbolista, cuando llega a la meta, es decir, al balón, comienza el problema.(p. 69).

Según Cantatore, C (2008) dice “la velocidad que requiere el fútbol actual obliga al jugador a recibir el balón y situarlo en posición de jugarlo en función de la siguiente acción técnica lo antes posible” (p. 69).

Por ello, la acción técnica más utilizada, en lo que a los controles se

refiere, es el control orientado.

Con el control orientado nos hacemos dueños del balón y orientamos el juego adonde más nos conviene. Además, con el control orientado, realizando finta y/o dribling, podemos engañar al adversario haciéndole creer que orientaremos el balón hacia un lado y saliendo al contrario. Con el control orientado controlamos y orientamos el balón mediante un solo contacto utilizando la superficie de contacto idónea.

Además del control orientado, los otros tipos de controles son:

- **La parada**, con la que se inmoviliza totalmente un balón raso o alto sirviéndonos habitualmente de la planta del pie.
- **La semiparada**, con la que, a balones rasos y rebotados, no se inmoviliza totalmente el balón, dejándolo preparado para otra acción. Se puede utilizar cualquier superficie de contacto.
- **El amortiguamiento**, que, ante cualquier tipo de procedencia del balón, reduce la velocidad del mismo mediante el retroceso de la superficie de contacto. (p. 60,70).

El pase

Según Cantatore, C. (2008) manifiesta que “el pase es el principio del juego la acción técnica que hace del fútbol un deporte de equipo y evita que sea una repetición de individualidades” (p. 57).

El pase se define como la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque.

Esta acción técnica nos permite dar mayor velocidad a nuestro juego, ya que el balón se desplaza siempre más rápido al ser tocado por un jugador que si éste mismo tuviera que trasladarlo de un punto a otro.

También nos permite salvar el obstáculo de un adversario con mayor facilidad que realizando un regate. Y, por supuesto, nos proporciona la posibilidad de realizar dejadas para que un compañero pueda efectuar un tiro a portería sin control previo.

Para Cantatore, C. (2008).

Sin embargo, un error que se comete con cierta frecuencia es obligar a los futbolistas a jugar los partidos con un máximo de toques. Obsesionar al jugador con la obligación de pasar es totalmente equivocado, más si el futbolista es joven. De esta obsesión por la obligación en el pase se ha llegado a la consecuencia de que cada vez hay menos jugadores habilidosos,' menos artistas del regate. No se puede olvidar que el fútbol es un deporte colectivo como resultado de una suma de individualidades (p.5).

El futbolista tiene que estar cómodo en el desarrollo de su función. Su creatividad y su responsabilidad en la toma de decisiones deben ser fomentadas por el entrenador.

Más importante que los movimientos del jugador que posee el balón son los movimientos de los jugadores que son los que ofrecen distintas soluciones al compañero que posee el balón.

Con varios apoyos, el poseedor del balón tendrá distintas opciones: pasar a uno u otro compañero, regatear al contrario, que le será más fácil gracias a la indecisión que provoca en el defensor la duda de no saber qué solución tomará el poseedor del balón, buscar el tiro, etc.

Los tipos de pase se clasifican en función de las siguientes variables:

- **Distancia:** corto, medio y largo.
- **Altura:** alto, medio y raso.
- **Dirección:** adelante, atrás, horizontal y diagonal.
- **Superficie de contacto:** interior, exterior, empeine interior, empeine exterior, puntera, tacón, planta, muslo, tronco y cabeza.
- **Trayectoria:** con efecto sin efecto.
- **Mano:** sólo el portero.

La técnica del pase.

Con el interior:

- Se utiliza para pases a corta distancia.
- El pie de apoyo se coloca a la altura del balón.
- Se utiliza la superficie de máxima seguridad.
- Se acompaña al balón en su trayectoria y no se realiza un golpe seco.
- El balón discurre por raso.

La acción clave • Para evitar que el balón vaya dando botes y lograr que discurra raso por el suelo, es necesario acompañar con el pie su trayectoria en vez de realizar un golpe seco.

Con el empeine interior:

- Se utiliza para pases a media y larga distancia.
- El pie de apoyo se coloca retrasado con respecto a la altura del balón.
- Se golpea suavemente al balón en función de la distancia a la que

queramos que llegue el balón.

- El cuerpo se inclina ligeramente hacia atrás.
- El balón describe una trayectoria por alto y con efecto
- La acción clave
- El cuerpo hay que relajarlo e inclinarlo ligeramente hacia atrás para lograr un pase más preciso.

Con el empeine exterior:

- Se utiliza para pases a corta, media y larga distancia
- Se busca el engaño y/o superar a un adversario.
- El balón puede ir raso, a media altura o alto.
- El pie de apoyo se coloca en función de la altura que queramos conseguir. Cuanto más alto queramos que vaya el balón, más atrás colocaremos el pie de apoyo.
- Al balón se le golpea en su zona lateral exterior.
- Al balón se le golpea con suavidad.

La acción clave. La zona de contacto en la que se produce el golpeo es en la zona lateral exterior del balón (p. 57, 58, 59,60).

2.1.17. FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEFENSIVOS.

Los utilizamos para frenar o detener la progresión de la pelota, ya sea mediante un gesto (técnico) o una conducta o reacción (táctica), con o sin recuperación de balón. Las finalidades recuperar la pelota y lanzar luego un ataque contra la meta contraria.

La interceptación

Para Cantatore, C (2008).

La interceptación es la acción técnica mediante la cual modificamos la trayectoria de un balón lanzado o tocado por un contrario, intentando evitar que llegue a su destino. El tipo de interceptación puede ser reflexivo o irreflexivo (p.108).

Según Cantatore, C (2006) manifiesta que “la interceptación irreflexiva es aquella en la que modificamos la trayectoria del balón mediante un desvío pero sin prever la acción posterior” (p. 108).

Así, con una interceptación irreflexiva puede ocurrir que el balón llegue finalmente a su destino, que quede libre de control o, incluso, que marquemos un gol en propia meta.

La interceptación reflexiva es aquella en la que se prevé la acción posterior, aunque se puede realizar sin un objetivo claro en la segunda acción, como sería en el desvío clásico, en el que nuestro único objetivo es impedir que el balón llegue a su destino.

La interceptación reflexiva se puede realizar modificando la trayectoria del balón y posteriormente realizar un corte, en la que nos hacemos con la posesión del balón, un despeje, un desvío, etc.

La interceptación se puede realizar con todas las superficies de contacto y a balones a ras de suelo, media altura, por alto, con trayectoria ascendente o descendente, etc. (p. 108).

La anticipación o disuasión

Según Casáis, L. Lago, C (2010) manifiestan que “anticipación o disuasión es la acción técnico-táctica que impide recibir el balón a nuestro adversario directo (receptor potencial)” (p. 123).

Para Casáis, L. Lago, C (2010).

Debido a que no siempre podemos elegir en la práctica una estrategia basada en la interceptación, hay que interferir en las trayectorias o líneas de pase mediante otra intención que sería la disuasión la cual perturba dificulta o retrasa la circulación del balón, impidiendo ciertas trayectorias a la recepción del balón por el/los principal/es destinatarios potenciales del móvil (p. 123).

La disuasión para ser total implica el control continuo y permanente sobre el posible receptor (ASB) y, al mismo tiempo, un control visual sobre el balón (ACB) para lo que hay que encontrar una orientación particular que la favorezca. Además debe realizarse continuos desplazamientos para colocarse sobre esas posibles trayectorias del pase.

Carga

Según Cantatore, C (2008) manifiesta que “la carga es una acción física que consiste en apartar al contrario en la disputa del balón mediante el contacto físico de hombro contra hombro respetando las reglas del juego en este apartado” (p. 108).

La carga también se puede realizar de hombro contra espalda si el adversario cubre el balón con su cuerpo.

Para Cantatore, C. (2008).

Para realizar una carga reglamentaria, ésta tiene que realizarse con, al menos, un pie en el suelo, sin violencia ni peligro, con el balón en condiciones de disputarse y con el objetivo de hacerse con su posesión y de hombro a hombro, o de hombro a espalda si el contrario cubre el balón (p.108)

La Entrada

Para Cantatore, C. (2008).

La entrada es la acción que realizamos al ir en busca del contrario que posee el balón, con el fin de arrebatárselo e impedir que progrese en el terreno o mantenga la iniciativa en el juego. La entrada se puede realizar de frente o lateralmente, y la superficie de contacto que se utiliza es el pie (p.108)

Según Cantatore, C (2008) dice “los momentos más efectivos para realizar una entrada son cuando el contrario, después de recibir un balón, todavía no lo ha controlado o cuando va realizando una conducción” (p.108), después del contacto con el balón en la conducción, éste se despega del pie.

Entrada de Frente:

- El contrario conduce el balón y salimos a su encuentro.
- Aguantamos la posición y le serramos su salida hacia el centro obligándole a dirigirse hacia una posición favorable para nosotros.
- Esperamos que el contrario realice un toque al balón para continuar con su conducción.
- Tras robar el balón al contrario, lo envolvemos hacia nuestra posición para alejarlo de los dominios del adversario e iniciar una jugada de ataque.

La acción clave

Según Cantatore, C (2008) dice “esperar a que el contrario, durante la conducción, realice un toque al balón que haga que éste se despegue de su pie y, por tanto pierda momentáneamente el control” (p.109).

Entrada Lateral

Según Cantatore, C. (2008) dice “se utiliza cuando el contrario ha superado ligeramente nuestra posición o se encuentra suficientemente alejado para que sea necesario deslizarnos por el suelo” (p. 110).

- Con este tipo de entrada se busca principalmente realizar un desvío o un despeje.
- El momento de realizar la entrada es aquel en que el contrario, durante la conducción, pierde ligeramente el control del balón.
- El jugador que realiza la entrada se lanza al suelo buscando el balón con la pierna más alejada del contrario mientras que recoge la otra pierna en forma de paso de valla.
- La superficie de contacto a emplear dependerá de la situación, pudiéndose utilizar el empeine, el interior o la puntera si no se llega al balón ninguna de las otras dos superficies.

La acción clave

Para Cantatore, C. (2008).

El jugador que se lanza al suelo para realizar una entrada debe estar bastante seguro de las posibilidades de éxito, ya que, en caso contrario, si no logramos atajar al contrario, quedaremos en una situación muy desfavorable y daremos muchas ventajas al contrario (p. 110).

Entrada lateral con el corte.

- Según Cantatore, C. (2008) dice “se realiza cuando el contrario no ha superado todavía nuestra posición y nos llega lateralmente (p. 111)
- El momento de realizar la entrada es aquel en que el contrario durante la conducción, pierde ligeramente el control del balón.
- El jugador que realiza la entrada inicia un movimiento similar al de la entrada lateral.
- En vez de lanzarse al suelo, el jugador se arrodilla con una pierna y con el interior de la otra se hace con la posesión del balón.
- Tras hacerse con la posesión del balón, se gira el cuerpo hacia el lateral del contrario, llevándose el balón.
- Tras esta acción, el jugador se levanta e inicia una segunda acción.

La acción clave

- Tras hacerse con el balón hay que girar hacia el interior del propio cuerpo, envolviendo el balón y cubriéndolo para evitar que, en una posición tan difícil para nosotros, el adversario nos lo pueda quitar. (p. 108, 109, 110, 111).

2.2. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL

Los fundamentos técnicos son un pilar fundamental para la práctica del fútbol, sin ellos sería imposible llegar a convertirse en un futbolista de alto rendimiento

Tomando en cuenta esta realidad, se cree que los entrenamientos convenientes deberían ser orientados por el modelo cognitivo. Con este modelo se intenta mejorar la interpretación del deportista, lograr los

esquemas motores, su evolución de aprendizaje está centrada en la capacidad para analizar el contexto en el que se desenvuelve, puesto que el futbolista no es un elemento susceptible de ser adiestrado, es una persona con toda su complejidad en un estado de evolución/adaptación constante a su entorno, del que una parte es el fútbol. Dentro del modelo cognitivo, lo que tratamos de conseguir es de conducir el desarrollo deportivo y social de los deportistas de forma asertiva, sustantiva y no arbitraria; es decir, enseñar a partir de lo que conocen los deportistas y ser ellos mismos los constructores de sus propios conocimientos. La principal preocupación de nuestra sociedad es la formación, pretendiendo vincular el proceso educativo con el desarrollo no solo deportivo sino global del país mediante un modelo de entrenamiento que haga frente los retos del nuevo milenio. El deporte en este caso el fútbol actualmente tiene un rol protagónico de gran importancia debido al requerimiento social por realizar actividad física causado por el incremento del interés en los diferentes extractos sociales debido a su incidencia en la calidad de vida.

Para contribuir dichos afanes nos corresponden enfrentar con una actitud activa, positiva y propositiva en los requerimientos de los integrantes de la institución deportiva. Considerando que es momento de optar por otras opciones existentes en el entrenamiento y desarrollo de la condición física y por ende el desarrollo de sus capacidades físicas que deben ser exploradas por los entrenadores que reconocen en el joven un papel activo y protagónico que promueven aprendizajes significativos.

2.2. GLOSARIO DE TÉRMINOS

- **Actitud:** Manera de comportarse u obrar una persona ante cierto hecho o situación.

- **Agonista:** musculo que actúa y se contrae en un movimiento
- **Ahínco:** empeño grande con que se hace alguna cosa.
- **Anarquismo:** Doctrina política que pretende la desaparición del estado y de sus organismos e instituciones representativas y defiende la libertad del individuo por encima de cualquier autoridad.
- **Anhelo:** deseo vehemente de conseguir alguna cosa.
- **Antagonista:** musculo opositor al movimiento que se extiende mientras que el agonista se contrae
- **Aprendizaje:** podemos definir el aprendizaje como un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia
- **Asentamiento:** colocación de una cosa en un lugar de manera que permanezca firme y segura.
- **Asignatura:** cada una de las materias que forman parte de un plan académico de estudio.
- **Automatizar:** Convertir en automáticos o indeliberados [determinados movimientos o actos humanos]
- **Autonomía:** Estado y condición de la persona o del grupo de personas que no dependen de otros en determinados aspectos: podremos trabajar con total autonomía, sin dar cuentas a nadie.
- **Cognitivo:** Es aquello que pertenece o que está relacionado al conocimiento.

- **Conductismo:** Doctrina psicológica, fundada por J. B. Watson, cuyo método se basa en la observación objetiva de la conducta del ser que se estudia.
- **Configuración:** conjunto de características que tiene un ordenador, programa, periférico, etc. con respecto al sistema en el que funciona y a los gustos y necesidades del usuario.
- **Conocimiento:** éste, a su vez, es el cúmulo de información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje o a la experiencia.
- **Contexto:**Conjunto de circunstancias que rodean o condicionan un hecho.
- **Contextualizar:** situar dentro de un entorno físico o de situación u hecho concreto.
- **Contracción muscular:** estrechar un musculo provocando el movimiento de un Segmento corporal.
- **Coordinación motriz:** la capacidad de realizar un movimiento de forma controlada y ajustada a los requerimientos que lo han originado.
- **Cualidades físicas:** factores que determinan la condición física y orientan a la clasificación de una actividad deportiva de individuo.
- **Déficit:** situación en la que falta o hay escasez de una cosa necesaria
- **Deísmo:**Doctrina que afirma la existencia de un Dios personal, creador del universo, pero niega la religión revelada y no admite el culto externo.

- **Desarrollo:** es un proceso por el cual cada ser humano tiene que vivir para ir creando una madurez adecuada a su edad. Es una secuencia de cambios tanto del pensamiento como sentimientos y sobre todo el más notorio es el físico, dándose estos cambios se llega a una madurez tanto intelectual, social como muscular y de esta manera el individuo se va desarrollando en todas sus dimensiones.
- **Didáctica:** es la disciplina pedagógica, de carácter práctico normativo, que tiene por objeto la técnica de la enseñanza.
- **Edad biológica:** es la que se corresponde con el estado funcional de nuestros órganos comparados con patrones estándar para una edad. Es por tanto un concepto fisiológico. Su conocimiento sería más informativo sobre nuestro envejecimiento real.
- **Edad cronológica:** es la edad del individuo en función del tiempo transcurrido desde el nacimiento, es por tanto la edad en años.
- **Educando:** que recibe educación, especialmente referido a quien se educa en un colegio.
- **Enseñanza:** sistema y método empleados para enseñar:
- **Ente:** Lo que es, existe o puede existir.
- **Esquema corporal:** mapa mental del cuerpo con todas sus partes.
- **Esquemas:** representación gráfica y simbólica de algo
- **Estimulación:** trabajo orientado a la actividad motriz y el juego

- **Estrategia.** Es el arte de proyectar y dirigir la planificación de un equipo o de un deportista para toda una temporada o más.
- **Evolución:** desarrollo gradual, crecimiento o avance de las cosas o de los organismos
- **Existencialismo:** Corriente filosófica que concede prioridad a la existencia del ser humano sobre la esencia y trata de fundar el conocimiento de toda realidad sobre la experiencia inmediata de la existencia propia.
- **Facial:** perteneciente al rostro.
- **Falacia:**Engaño o mentira con que se intenta dañar a otro
- **Fundamentación técnica:** Establecimiento o aseguramiento de algo
- **Fusionar:** Producir una fusión o unión.
- **Habilidades:** capacidad de hacer algo correctamente, con facilidad, destreza, inteligencia.
- **Hábito:** Facilidad adquirida por la práctica de un ejercicio.
- **Hipótesis:** Afirmación que se considera lo suficientemente fiable o creíble como para basar sobre ella una tesis o teoría demostrada o confirmada con datos reales.
- **Inferencias:** Acción de inferir (sacar una conclusión).
- **Interdisciplinario:** Propio o relativo a varias disciplinas científicas.

- **Internalización:** Mecanismo psicológico por el cual el individuo interioriza una norma o pauta social hasta el punto de considerarla como parte integrante de su personalidad.
- **Irrenunciable.** Sin posibilidad de renuncia.
- **Maduración:** Proceso de desarrollo intelectual y físico de la persona en relación con sus condicionantes hereditarios, el contexto social en el que vive y sus circunstancias personales. madurez.
- **Maestro:** persona que enseña un arte, una ciencia, o un oficio, especialmente la que imparte el primer ciclo de enseñanza, o tiene título para hacerlo.
- **Métodos:** modo estructurado y ordenado de obtener un resultado, descubrir la verdad y sistematizar los conocimientos.
- **Metodología del entrenamiento deportivo** consiste en las reglas que deben cumplirse dentro de la organización en la práctica de un deporte. Existen dos tipos de metodologías en este campo: **pluridisciplinar e integrada.**
- **Metodología pluridisciplinar** es la que considera que el mejor rendimiento deportivo puede obtenerse a partir de la suma de los diferentes elementos que intervienen tales como la técnica, la táctica, y los aspectos físicos, psicológicos y visuales. Los fines se consiguen a partir de ejercicios claros y seguros.
- **Metodología integrada** se encuentra basada en la práctica deportiva, y considera que las habilidades técnico-tácticas, físicas, psicológicas y visuales están íntimamente ligadas. En esa metodología se busca

integración y combinación entre todos los elementos, pero se presta una mayor atención a la técnica y la táctica.

- **Moral:** conjunto de facultades y valores de una persona o una colectividad que se consideran éticamente aceptables:
- **Motricidad:** “Acción del sistema nervioso central que determina la contracción muscular”.
- **Neuronas:** Célula del sistema nervioso formada por un núcleo del que parten una serie de ramificaciones llamadas dendritas, que son receptoras de los estímulos, y una prolongación única y más larga llamada axón, que se encarga de enviar los estímulos nerviosos.
- **Nominalismo:** Doctrina filosófica que niega la existencia real de los conceptos universales en la realidad o en la mente y los considera como meros nombres o términos.
- **Objetivo:** finalidad de una acción
- **Ocio:** tiempo libre, sin actividad laboral, que se dedica al descanso o a realizar otro tipo de actividades:
- **Organización:** acción y resultado de organizar u organizarse.
- **Paradigma:** Ejemplo o modelo de algo.
- **Pedagógica:** expuesto con claridad y sencillez, de manera que sirve para educar o enseñar
- **Perjudicial.:** que perjudica o puede perjudicar.

- **Personalidad:** conjunto de las características y diferencias individuales que distingue a una persona de otra
- **Polifacética:** que ofrece varias facetas o aspectos
- **Precisión:** exactitud puntualidad de una acción
- **Procedimiento:** Método de ejecutar algunas cosas.
- **Proceso deportivo:** proceso de enseñanza - aprendizaje seguido por un individuo para la adquisición del conocimiento y la ejecución práctica del deporte.
- **Proceso:** conjunto de las fases sucesivas de un fenómeno natural o de una operación artificial
- **Psíquico:** de la psique o mente humana
- **Sacrificio:** abnegación, renuncia o privación que se hace en favor de algo o de alguien
- **Sinapsis:** Las sinapsis son las conexiones funcionales entre las células nerviosas.
- **Sistema:** es un "conjunto de elementos o partes que interactúan entre sí a fin de alcanzar un objetivo concreto.
- **Sistémico:** de la totalidad de un sistema o relativo a ella:

2.4 Preguntas y directrices

¿Cuáles son los procedimientos que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el nacional de la ciudad de Quito en el año 2012 - 2013?

¿Cómo evaluar los fundamentos técnicos de fútbol que manejan los entrenadores para el entrenamiento en las categorías sub 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito en el año 2012 – 2013?

2.5. Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADORES
Constituye la secuencia de acciones, actividades o procedimientos que permitirán que los deportistas atraviesen por experiencias significativas indispensables para generar aprendizaje	Estrategias Metodológicas	Métodos de Enseñanza del Fútbol Métodos del Entrenamiento	Método Global Método Analítico Método Sistemico Métodos Generales de enseñanza Métodos Deductivos Métodos Inductivos Métodos Inductivos Activos(basados en el jugador) Método Analítico Método Global Métodos Auto - Adaptativos
Es el aprendizaje de todas aquellas acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón	Fundamentos Técnicos del fútbol	Técnica Individual Técnica Colectiva Fundamentos defensivos	El control La conducción El regate La habilidad y destreza Golpeo de cabeza El tiro La finta • El pase • Relevo • Acciones combinativas -La interceptación -La anticipación -La carga -La entrada

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Investigación

Se enmarco en los llamados proyectos factibles además se trató de un diseño no experimental en razón de que no busco comprobar o explicar ningún fenómeno o situación sino más bien describirlo.

La presente investigación se enmarco en el paradigma cuantitativo y cualitativo por cuanto se manejó datos y se hizo el análisis e interpretación de los mismos.

3.1.1. Investigación Bibliográfica

Este tipo de investigación bibliográfica permitió la recopilación de información mediante el manejo de libros, documentos, artículos, textos, fotografías, etc. Todos estos documentos ayudaron al desarrollo del marco teórico para que el trabajo de investigación tenga la dirección deseada de acuerdo a las categorías, formuladas en la matriz categorial.

3.1.2. Investigación de Campo

Fue una investigación de campo, por cuanto la información que se recopilo del fenómeno o situación a investigar se la consiguió en el lugar

que se produce, es decir en las Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito.

3.1.3. Investigación Descriptiva

Permitio el análisis y descripción de la realidad presentada en cuanto a hechos, personas y situaciones, aportando para la recolección de los datos sobre la base teórica planteada, resumió la información de manera cuidadosa y así poder exponer los resultado, a fin de extraer generalizaciones significativas y que contribuyo a la solución al problema planteado ¿Cuál es el proceso metodológico que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el Nacional en el Distrito Metropolitano de Quito?

3.1.4. Investigación Propositiva

Permitio elaborar un modelo de investigación estratégica cuya finalidad fue convertir en una herramienta práctica para el desarrollo, fortalecimiento y mantenimiento de estándares de calidad, con el fin de mejorar los procesos de entrenamiento de los fundamentos técnicos del futbol, así como también apporto con ideas innovadoras enfocadas en solucionar un problema a nivel local y nacional.

3.2. Métodos

3.2.1. Métodos Empíricos

3.2.1.1. Observación Científica

Permitió observar atentamente el problema que se investigó, se tomó información lo que permitió registrar su análisis.

3.2.1.2. Recolección de información

Permitió recoger datos, utilizando una gran diversidad de técnicas y herramientas para desarrollar el presente estudio.

3.2.2. Métodos Teóricos

3.2.2.1. Científico

Se constituye el método general que se aplicó a la investigación, y se utilizó un conjunto de estrategias, procedimientos lógicos, estadísticos, para aplicar un proceso ordenado coherente y sistemático, para llegar a la comprobación y demostración de la verdad.

Este método aprobo el análisis del caso particular de la institución que se constituye en el universo de la investigación

3.2.2.2. Histórico – Lógico

Mediante la ayuda de este método se pudo realizar la construcción de los antecedentes del problema en la investigación.

3.2.2.3. Inductivo y Deductivo

Se utilizó en la elaboración del marco teórico y el análisis de resultados del diagnóstico

Posibilitando descubrir, analizar y sistematizar los resultados obtenidos para hacer generalizaciones del problema descrito, se utilizó en la interpretación de resultados, conclusiones y recomendaciones enfocadas a la solución al problema descrito

3.2.2.4. Analítico sintético

Permitió desglosar la información y descomponerla en sus partes, logrando una idea amplia y clara del problema, permitiendo la determinación de sus causas y efectos, sirvió para demostrar el tamaño exacto de la población y establecer conclusiones valederas así como recomendaciones útiles para el proceso investigativo

3.2.2.5. Descriptivo

Se utilizó para declarar el problema tal como se presentó en la realidad en las Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional, permitiendo una visión contextual del problema y del lugar de investigación en tiempo y espacio, también se empleó para explicar de forma detalla el proceso metodológico del entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol

3.2.2.6. Estadísticos

Se recurrió al análisis cuantitativo y porcentual de la información en el cálculo, en el campo de investigación puesto que posterior a la recopilación, agrupación y tabulación de datos se procedió a resumir la información a través de tablas, gráficos y en forma escrita, para lo cual se estructuró en la síntesis de la investigación es decir las conclusiones.

3.3. Técnicas e instrumentos

Para realizar el presente trabajo de investigación la técnica que se utilizó fue la encuesta a los entrenadores, monitores y deportistas acerca del conocimiento de los fundamentos técnicos.

Población

3.4. POBLACIÓN

La población fueron 25 entre entrenadores y monitores y 184 deportistas de las categorías 14 y 16 años de las escuelas de fútbol del club el nacional.

ESCUELA	DIRECCIÓN	Deportistas	Entrenadores
Fausto Correa	La Av. Ciudadela del Ejército y Av. Amaruñan y Tnte. Ortiz	30	1
Luis Escalante	Av. Rodrigo de Chávez y 5 de Junio	60	3
José Villafuerte	San Bartolo Av. Maldonado y Catarama	70	5
Vinicio Ron	San Carlos Av. Occidental Parque Ingles Av. Machala Y Anda Aguirre	60	5
Gonzalo Benavides	Carapungo calle principal S-N	30	4
Carlos Ron	Complejo de Tumbaco	50	5
Luis Granda	El Pintado Av. Mariscal Sucre y Michelena	40	2
TOTAL		340	25

3.5. Muestra

Tomando en cuenta que la población de la presente investigación fue superior a 150 se procedió a realizar el cálculo Muestral, aplicando la siguiente fórmula:

$$n = \frac{PQ \cdot N}{N - 1 \frac{E^2}{K^2} + PQ}$$

Dónde:

n= Tamaño de la muestra

PQ= Varianza media población (0,25)

N= Población

E= Margen de error admisible en la muestra (0,05)

K= Coeficiente de corrección de error, valor constante 2

$$n = \frac{0,25 * 340}{340 - 1 \frac{0,05^2}{2^2} + 0,25}$$

$$n = 184$$

El número de deportistas que fueron sometidos a la encuesta 184

Fracción Muestral

$$m = \frac{n}{N} E$$

$$m = \frac{184}{340} E$$

$$m = 0,50$$

<i>ESCUELAS DE FÚTBOL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL</i>		
ESCUELAS	DEPORTISTAS	FRACCIÓN MUESTRAL
Fausto Correa	30	16
Luis Escalante	60	32
José Villafuerte	70	38
Vinicio Ron	60	32
Gonzalo Benavides	30	16
Carlos Ron	50	28
Luis Granda	40	22
TOTAL	340	184

CAPITULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.

4.1 Encuesta aplicada a los entrenadores, monitores y deportistas de las Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional.

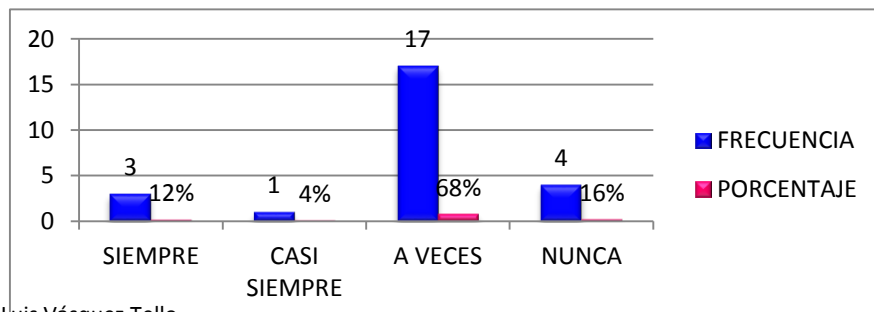
Pregunta 1 ¿Utiliza fotos, dibujos o videos para ilustrar los fundamentos técnicos a enseñar?

Cuadro N° 1

PREGUNTA 1	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	3	12%
CASI SIEMPRE	1	4%
A VECES	17	68%
NUNCA	4	16%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico N° 1



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En razón de las técnicas que el profesor utiliza para transmitir los conocimientos, se puede apreciar que más de la mayoría le resta importancia a los medios audiovisuales frente a la enseñanza de las técnicas deportivas, podría ser por que no se cuenta con los recursos económicos necesarios o porque piensan que no es fundamental a la hora del aprendizaje.

Para William, E. Warren y George, D (2004). Las proyecciones en pantalla de partidos y videos son herramientas excelentes para enseñar; pueden usarse para demostrar técnicas y corregir errores.

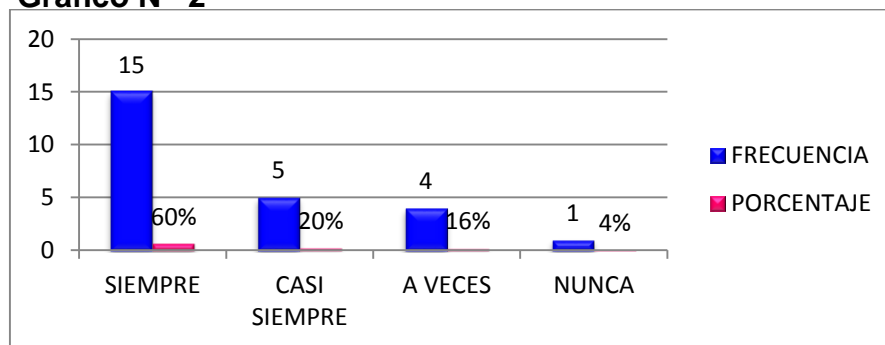
Pregunta 2 ¿Piensa usted que es adecuado ordenar y disponer las actividades con los deportistas?

Cuadro N° 2

PREGUNTA 2	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	15	60%
CASI SIEMPRE	5	20%
A VECES	4	16%
NUNCA	1	4%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico N° 2



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: La enseñanza actual se caracteriza por una interacción de las experiencias adquiridas para potencializar al deportista a que genere su propio conocimiento, sin embargo mayoritariamente se puede apreciar que no piensan de esa manera y más bien son ellos los que organizan el trabajo diario o semanal, típico comportamiento de una enseñanza tradicional conductista

Dosil, J (2004). El incremento de los trabajos sobre la relación entrenador-deportistas, en los que la comunicación desempeña un papel fundamental, dejan constancia de que son los entrenadores comprensivos, más humanos, flexibles, cercanos, comunicativos, democráticos... los que alcanzan mejores resultados y los que llegan a ser líderes del equipo o grupo.

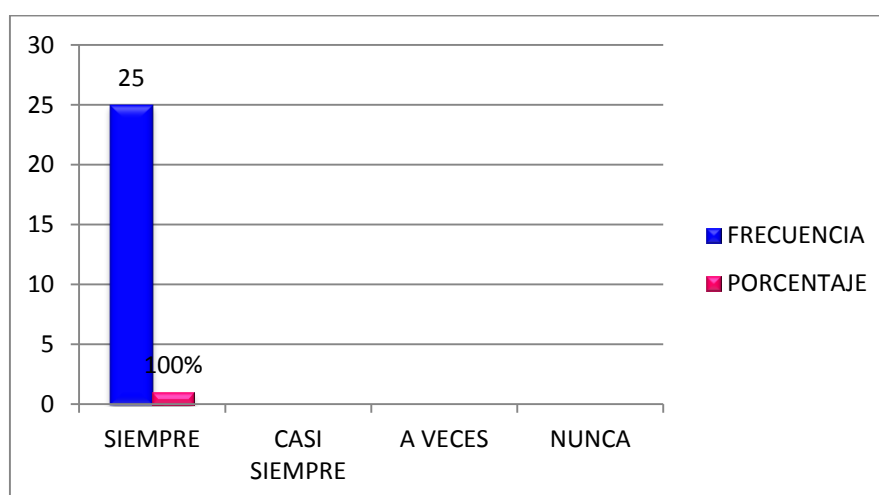
Pregunta 3 ¿Demuestra y explica la habilidad a trabajar?

Cuadro N° 3

PREGUNTA 3	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	25	100%
CASI SIEMPRE	0	0%
A VECES	0	0%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico N° 3



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: La presentación del movimiento terminado o del ejercicio realizado de forma eficiente, permite que el deportista imite un gesto técnico de calidad. Y corresponde al método global

Para William, E y George, D (2004) Los jugadores jóvenes que todavía se encuentran en los primeros estadios de su desarrollo como futbolistas deberían entender desde el principio que hay una forma correcta y otra incorrecta para ejecutar los fundamentos; el desarrollo de sus técnicas de juego requiere que los jugadores vean estas técnicas, demostradas correctamente por alguien que las ejecute debidamente.

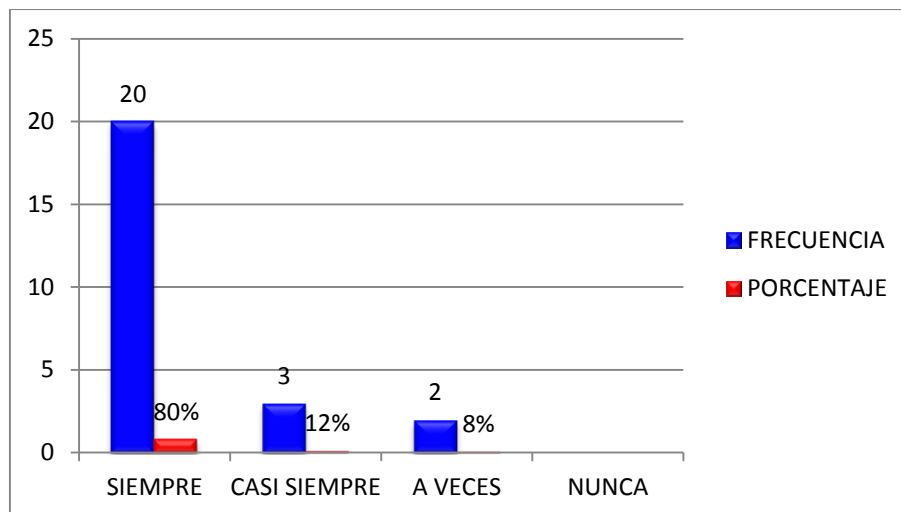
Pregunta 4 ¿Usted le da oportunidad para que se expresen sus deportistas en las prácticas como en la competencia?

Cuadro N° 4

PREGUNTA 4	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	20	80%
CASI SIEMPRE	3	12%
A VECES	2	8%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo el Nacional

Gráfico N° 4



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Frente a esta interrogante casi por unanimidad manifiestan afirmativamente que les permiten expresarse a sus deportistas sin embargo no significa que ellos sean partícipes de su preparación más bien se considera como una interrelación conductual del entrenador y el deportista.

Dosil, J (2004) La comunicación es un proceso en el que las personas que están implicadas deben participar activamente. Tanto los entrenadores como los deportistas tienen que aprender a entender las reacciones mutuas.

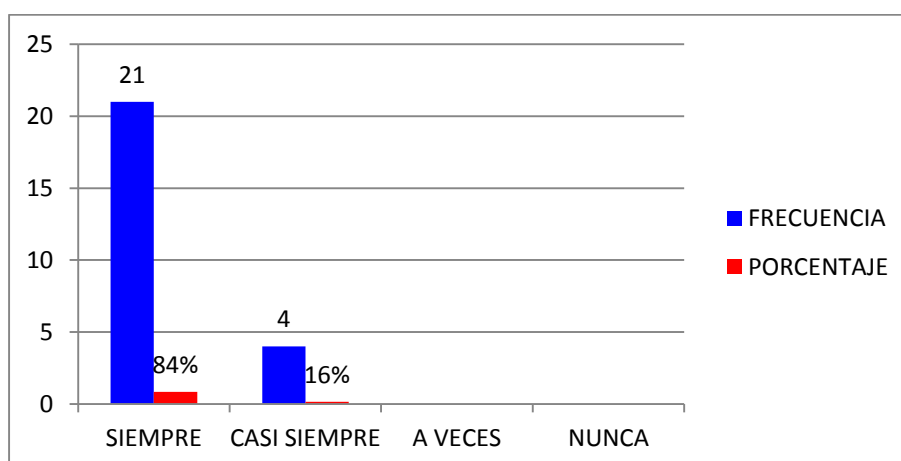
Pregunta 5 ¿Entrena los fundamentos técnicos del fútbol con sus deportistas?

Cuadro 5

PREGUNTA 5	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	21	84%
CASI SIEMPRE	4	16%
A VECES	0	0%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 5



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Casi la totalidad de los entrenadores trabajan en los entrenamientos los fundamentos técnicos con sus deportistas.

Para Alessandro del Freo. (2007) En efecto, los jugadores deben comprender que sus habilidades naturales sólo les pueden llevar hasta cierto nivel, pero solamente con el aprendizaje de técnicas y mecanismos de movimientos se revalorizarán todas las cualidades indispensables para la completa formación del jugador.

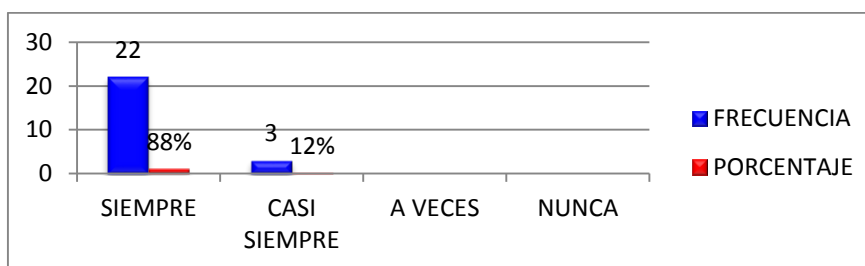
Pregunta 6 ¿Está pendiente del rendimiento académico de sus deportistas?

Cuadro 6

PREGUNTA 6	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	22	88%
CASI SIEMPRE	3	12%
A VECES	0	0%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol Del Deportivo El Nacional

Grafico 6



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Los entrenadores responden que mayoritariamente se preocupan de sus deportistas en relación a su rendimiento académico, lo q llama mucho la atención por cuanto se considera que el futbolista no posee un nivel académico adecuado, y en muchos de los casos se dedican por completo al futbol y dejan de lado sus estudios

Para William, E y George, D (2004) Controlar los cursos de los jugadores, su progreso académico y su conducta en clase. Esto debe ser un proceso de todo un año, sin importar si estás implicado activamente con los jugadores antes o después de la temporada.

Estos jugadores deben entender que, al igual que se espera de ellos que trabajen fuerte para desarrollar sus técnicas futbolísticas en los entrenamientos y por su cuenta, también deben desarrollar buenos hábitos de estudio para consolidarse como estudiantes deportistas, y no simplemente deportistas.

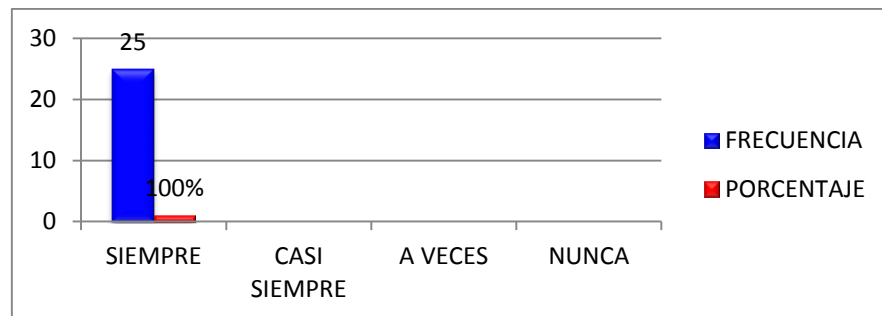
Pregunta 7 ¿Planifica las sesiones diarias de entrenamiento?

Cuadro 7

PREGUNTA 7	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	25	100%
CASI SIEMPRE		0%
A VECES		0%
NUNCA		0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 7



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Frente a esta interrogante por unanimidad responden que si planifican sin embargo no se ve reflejada esta afirmación en los resultados deportivos, entonces alguien está falseando a la verdad.

Para Weineck, J (2005) “La planificación del entrenamiento es un procedimiento destinado a conseguir un objetivo de entrenamiento, que tiene en cuenta el estado de rendimiento individual y se inscribe en un proceso de entrenamiento a largo plazo, previsor, sistemático y orientado en función de las experiencias prácticas del entrenamiento y de los avances en las ciencias del deporte”.

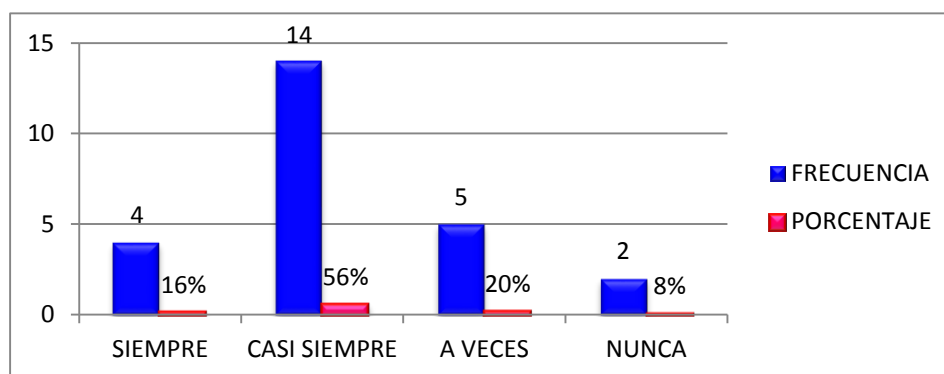
Pregunta 8 ¿Realiza test de habilidades técnicas del fútbol a sus deportistas?

Cuadro 8

PREGUNTA 8	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	4	16%
CASI SIEMPRE	14	56%
A VECES	5	20%
NUNCA	2	8%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 8



Interpretación: Se desea saber si los entrenadores realizan test de habilidades técnicas y la mayoría se pronuncia por que si lo hacen sin embargo de aquello no existen evidencias que corroboren esta afirmación.

Para Benedek, J (2006) Los distintos test sirven para el control del rendimiento. Se recomienda controlar las cualidades técnicas y físicas en intervalos de tiempo regulares por medio del empleo de formas de test. Pero los resultados de los test solamente tienen un sentido, si el jugador participa de forma regular en los entrenamientos y si está dispuesto a someterse a una progresión continua de las cargas de esfuerzo y a un entrenamiento individual adicional.

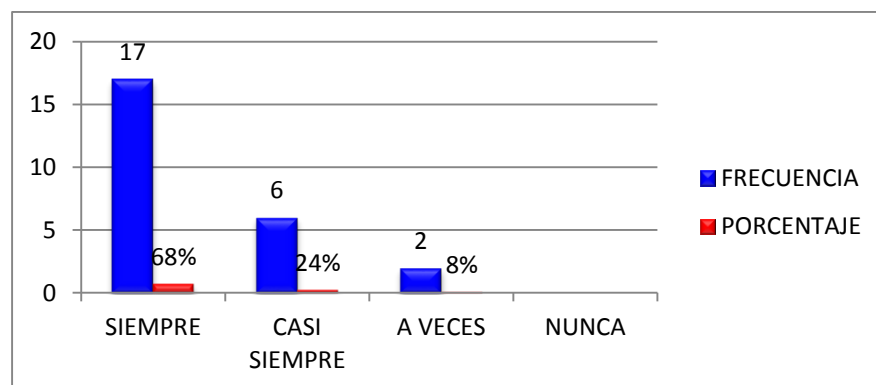
Pregunta 9 ¿Averigua para asegurarse que el grupo comprende cómo funcionan los ejercicios?

Cuadro 9

PREGUNTA 9	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	17	68%
CASI SIEMPRE	6	24%
A VECES	2	8%
NUNCA		0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 9



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Se plantea la interrogante en relación a si se consulta a sus deportistas si entienden la forma de hacer los ejercicios sobre lo cual casi un 70% de la población responden afirmativamente

Para William, E y George, D (2004) Si quieres saber si los jugadores te entienden, pregúntales sobre el tema en cuestión. Siempre debes animar a los jugadores a que hagan preguntas siempre que no entiendan algo, sin importar lo insignificante o trivial que pueda parecerles. Responder a las preguntas nunca es una pérdida de tiempo. Lo difícil es conseguir que los jugadores las hagan.

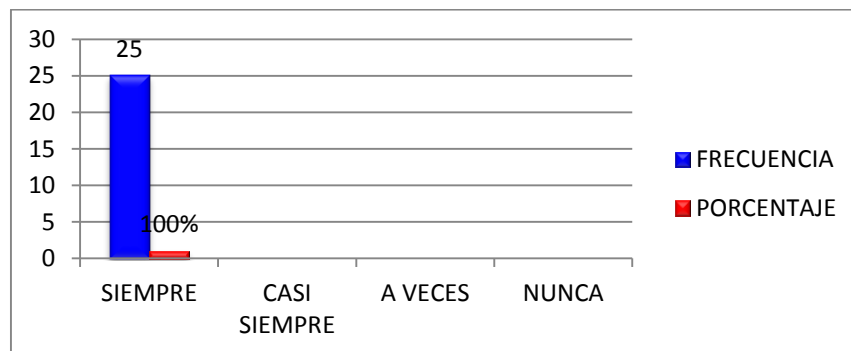
Pregunta 10 ¿Detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?

Cuadro 10

PREGUNTA 10	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	25	100%
CASI SIEMPRE	0	0%
A VECES	0	0%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico10



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Se les consulta si corrigen errores permanentemente al enseñar los fundamentos técnicos, sobre lo cual responden por unanimidad que los entrenadores estén siempre pendientes de los errores que puedan cometer los deportistas.

Para William, E y George, D (2004) Dos aspectos de los ejercicios hacen que sean un vínculo ideal para enseñar. Primero, los segmentos individuales del ejercicio tienen una duración relativa, así que puedes intentar mejorar en técnicas específicas o áreas, y segundo, la repetición de movimientos específicos y aislados fomenta la técnica y permite la corrección de errores de forma que los partidos de entrenamiento no puedan aportar con tanta eficacia o efectividad.

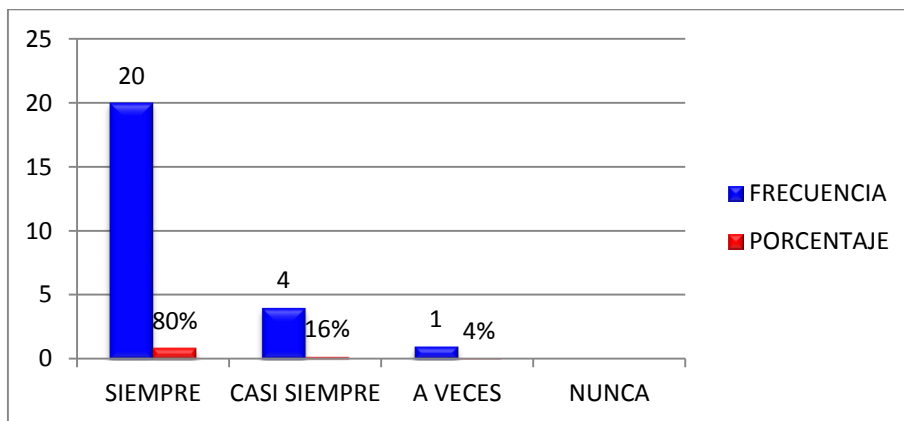
Pregunta 11 ¿Usted asiste a cursos para estar actualizado y de esta manera enseñar mejor a sus deportistas?

Cuadro 11

PREGUNTA 11	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	20	80%
CASI SIEMPRE	4	16%
A VECES	1	4%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 11



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Cerca de la totalidad asiste a cursos de actualización para de esta manera obtener mayores conocimientos y realizar una enseñanza adecuada con sus deportistas, menos de la mitad no lo hace.

Para Rui, P (2004) Una de las características de los buenos entrenadores es el deseo y la capacidad de actualizarse, de saber siempre más, lo que pasa por una formación continua a través de la participación en debates y coloquios de entrenadores, de la lectura de revistas de la especialidad, de la observación y el intercambio de experiencias de métodos de entrenamiento.

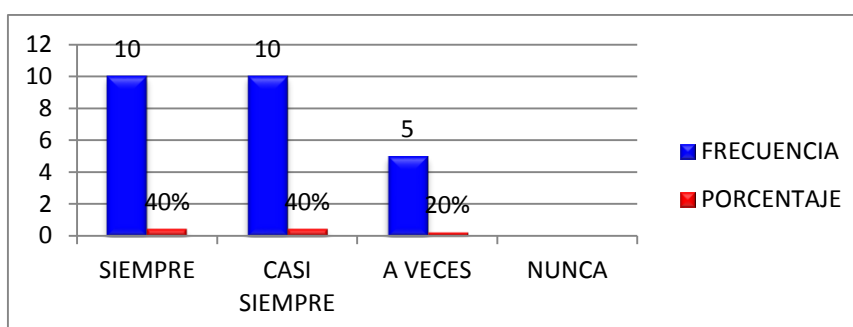
Pregunta 12 ¿Usted utiliza el método global para trabajar con sus deportistas?

Cuadro 12

PREGUNTA 12	FRECUENCIA	%
SIEMPRE	10	40%
CASI SIEMPRE	10	40%
A VECES	5	20%
NUNCA	0	0%
TOTAL	25	100

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional

Gráfico 12



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En el trabajo realizado la mitad de los profesores utilizan siempre, casi siempre el método global en las prácticas con sus dirigidos y menos de la mitad a veces o nunca no lo utilizan.

Para Benedek, J (2006) Para conseguir éxitos en el fútbol de masas y en el desarrollo de la cantera, tenemos que encontrar aquellos métodos, competencias y posibilidades que favorezcan la promoción de jóvenes futbolistas. El fútbol de cantera tiene ámbitos con metas y tareas diferentes hallándose, sin embargo interrelacionados. Las influencias del entorno y las posibilidades de carácter condicional para una actividad futbolística desempeñan un papel importante en el acercamiento de las jóvenes generaciones al deporte del fútbol y en el desarrollo de las capacidades de juego y rendimiento.

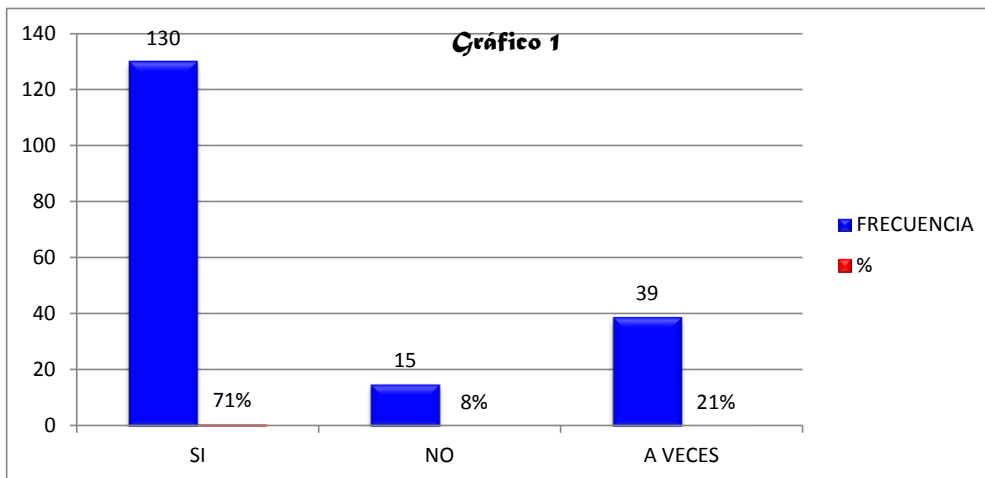
ENCUESTA DEPORTISTAS

1. ¿ El entrenador detiene la práctica y corrige errores comunes cuando es necesario?

Cuadro 1

PREGUNTA 1	FRECUENCIA	%
SI	130	71%
NO	15	8%
A VECES	39	21%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En el cuadro uno se observa que cerca de la totalidad de los entrenadores y monitores si detienen las prácticas y corrigen los errores, y a veces paralizan la práctica para corregir y menos de la mitad a veces lo hacen.

Para Cantarero, C (2008) Corrijamos continuamente los defectos del jugador, pero nunca nos enfademos con él. Al contrario: ¡animémosle!

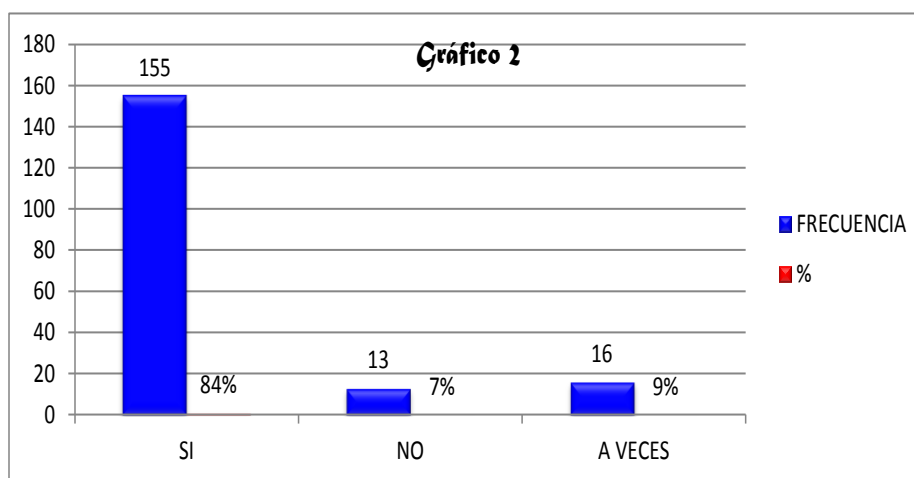
En primer lugar debemos ser maestro y después amigo. Intentemos conjugar ambos aspectos, pero siempre dando preferencia a la faceta de maestro.

2. ¿ Tu entrenador desarrolla un menú de ejercicios para dirigir cada semana de entrenamiento?

Cuadro 2

PREGUNTA 2	FRECUENCIA	%
SI	155	84%
NO	13	7%
A VECES	16	9%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: La totalidad de los encuestados manifestaron que sus entrenadores y monitores si realizan un conjunto de ejercicios para el entrenamiento durante la semana, y otros a veces lo cumplen.

Para Cantarero, C (2008) Debemos enriquecer el aprendizaje motor y la técnica del deportista enseñándole gran variedad y cantidad de ejercicios, movimientos de distintos deportes, etc.

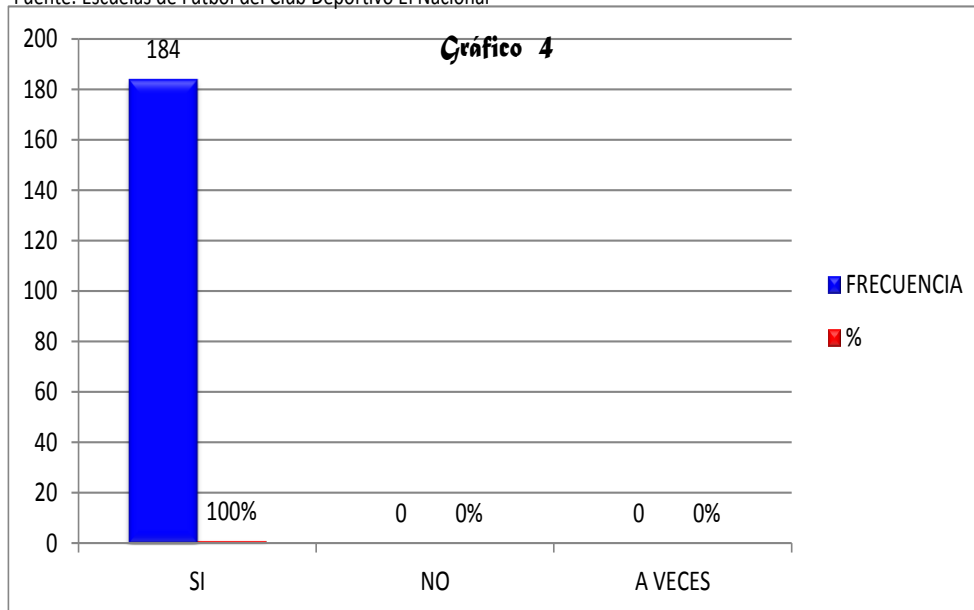
Con ello el deportista obtendrá un aprendizaje más rico y mayor coordinación.

4. ¿Los entrenadores utilizan materiales como conos, platillos, estacas, chalecos, balones, aros, cuerdas, etc.?

Cuadro 4

PREGUNTA 4	FRECUENCIA	%
SI	184	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En la pregunta tres la totalidad de los consultados exteriorizaron que si se efectúa el calentamiento en cada sesión de entrenamiento.

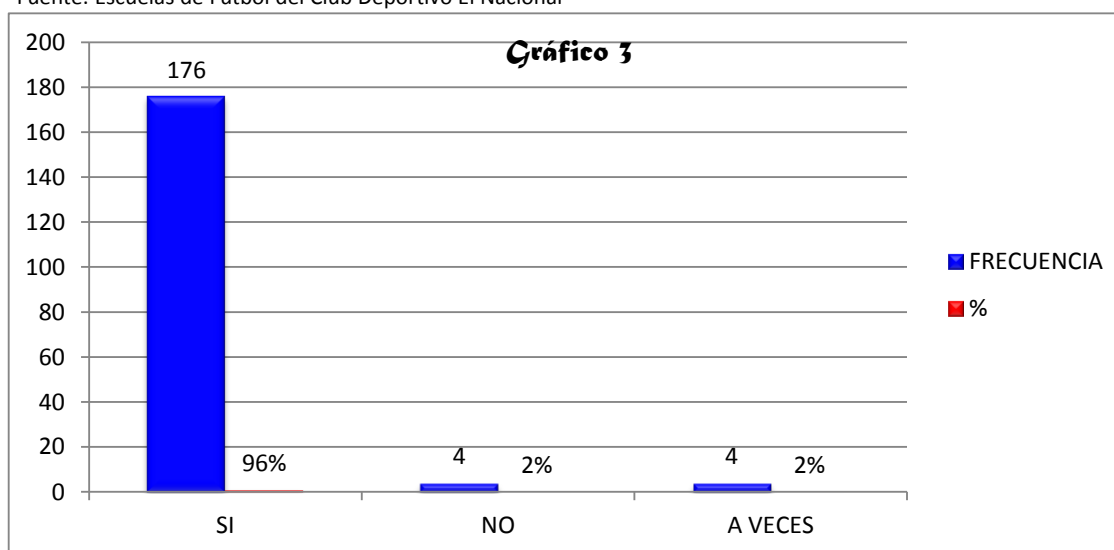
Para Cantarero, C (2008) Gracias al calentamiento obtenemos un aumento de la fuerza de las contracciones musculares; además mejora la coordinación, previene las lesiones y beneficia los procesos metabólicos celulares y el intercambio de oxígeno entre la sangre y los tejidos con la elevación de la temperatura.

3. ¿Cada sesión de entrenamiento empieza con un calentamiento?

Cuadro 3

PREGUNTA 3	FRECUENCIA	%
SI	176	96%
NO	4	2%
A VECES	4	2%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

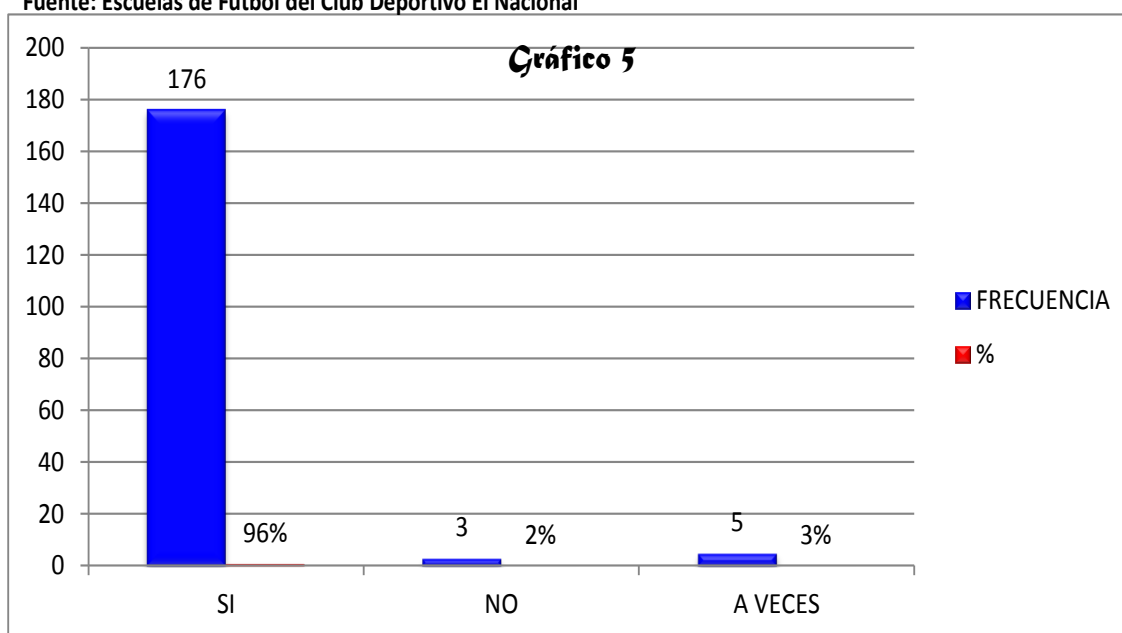
Interpretación: En la interrogación cuatro la totalidad de los consultados revelaron que los entrenadores y monitores si utilizan materiales como conos, platillos, estacas, chalecos, balones, aros, cuerdas. **Para Bauer, G (2001)** Se puede entrenar de forma más variable y, con ello más eficazmente, si se emplea una mayor cantidad de material. Gracias a la variedad de ejercicios que se puede conseguir con ayuda del material de entrenamiento moderno, éste será más ameno y variable para los jugadores.

5. ¿ Tu entrenador demuestra los ejercicios a realizar?

Cuadro 5

PREGUNTA 5	FRECUENCIA	%
SI	176	96%
NO	3	2%
A VECES	5	3%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En la propuesta cinco la totalidad de los consultados expusieron que los entrenadores y monitores si exponen los ejercicios a realizar.

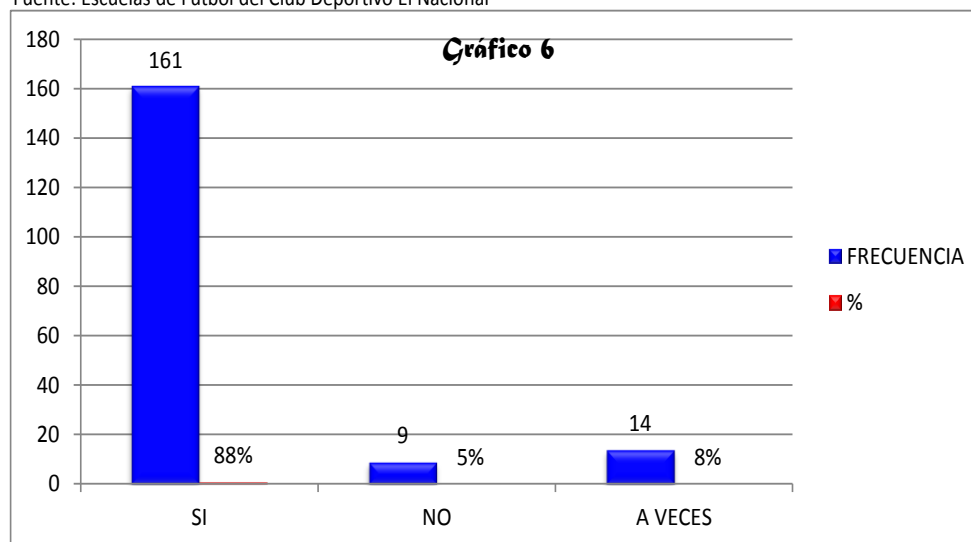
Para Cantarero, C (2008) El método a seguir debe ser demostrar primeramente el ejercicio que se va a realizar para posteriormente ordenar su ejecución y, sobre ésta, corregir los posibles defectos en el gesto del deportista.

6. ¿Tu entrenador dialoga a cerca de los triunfos y las derrotas y como enfrentarlos?

Cuadro 6

PREGUNTA 6	FRECUENCIA	%
SI	161	88%
NO	9	5%
A VECES	14	8%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En la consulta seis la totalidad de los alumnos declararon que los entrenadores y monitores si dialogan a cerca de los triunfos y las derrotas y como enfrentarlos.

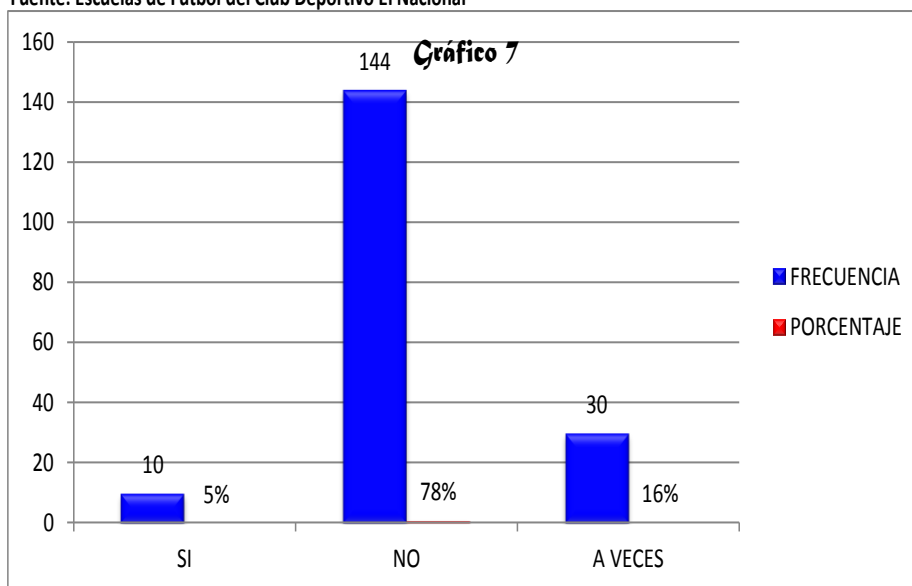
Ares, A., Chicharro, F (2008) nos dicen; es el entrenador quien debe enseñar a sus jugadores cómo se deben afrontar las situaciones cuando algo sale mal. Es importante que sea deportivo y humilde tras una victoria y reconocer la justicia en la derrota.

7. ¿Tu entrenador les muestra videos, imágenes, revistas de fútbol antes del entrenamiento o partido?

Cuadro 7

PREGUNTA 7	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	5%
NO	144	78%
A VECES	30	16%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: En la pregunta siete cerca de la totalidad contestaron que sus entrenadores y monitores no les muestran videos, imágenes, revistas de fútbol, antes del entrenamiento o partidos y menos de la mitad manifestaron que a veces lo hacen.

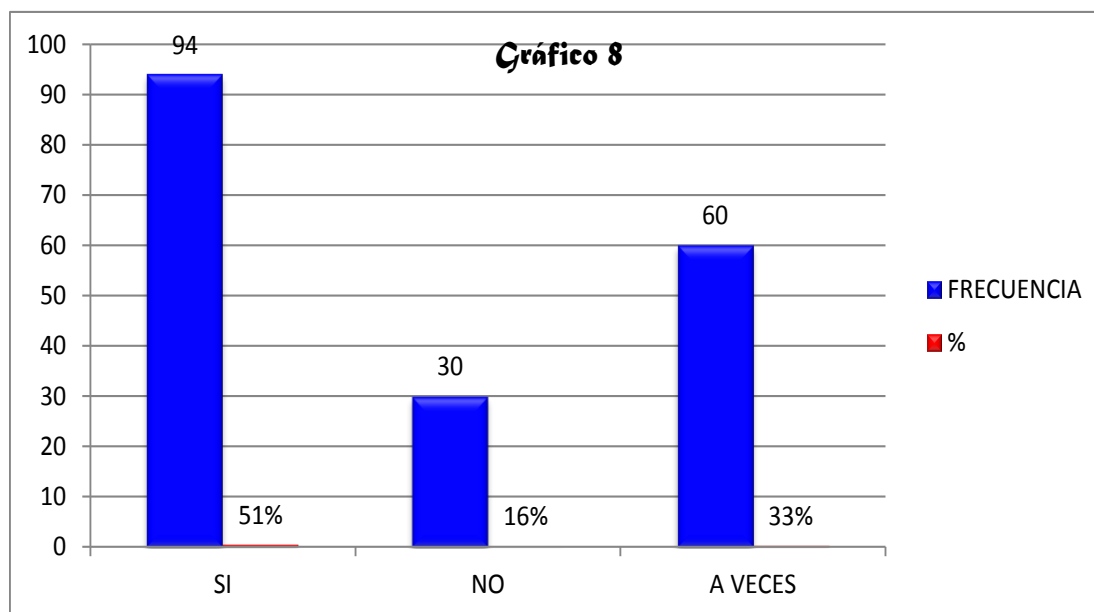
William, E., Danner, D. (2004) Las proyecciones en pantalla de partidos y videos son herramientas excelentes para enseñar; pueden usarse para demostrar técnicas y corregir errores.

8. ¿Antes de empezar cada sesión los ejercicios son explicados con claridad?

Cuadro 8

PREGUNTA 8	FRECUENCIA	%
SI	94	51%
NO	30	16%
A VECES	60	33%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Las respuestas logradas en la pregunta ocho fueron desiguales donde la mitad de los encuestados revelaron que los entrenadores y monitores si explican los ejercicios, menos de la mitad manifestaron que a veces lo hacen.

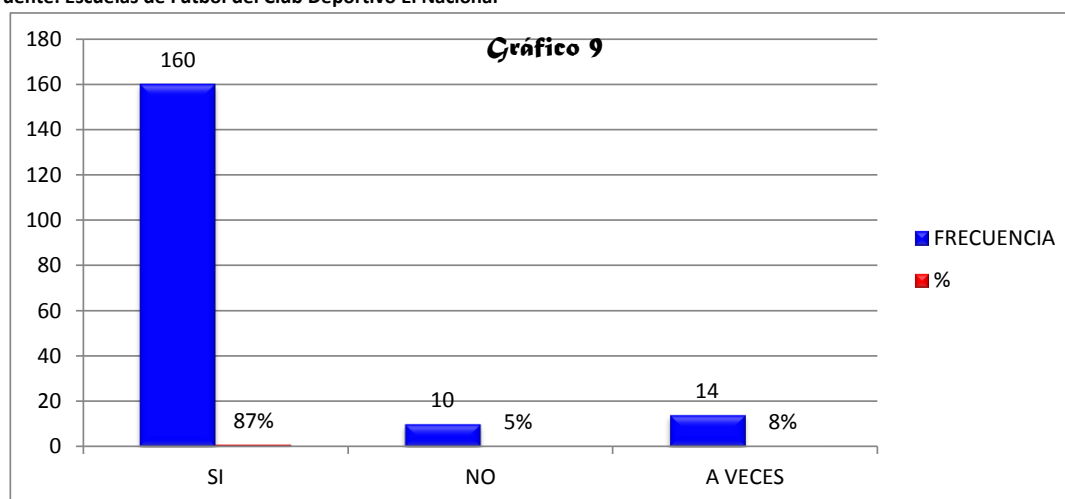
William, E., Danner, D. (2004) Comunicar consiste en encontrar formas de conseguir que los jugadores entiendan lo que necesitan saber para jugar bien. A veces ello implica la demostración y explicación de nuevas técnicas.

9. ¿ Crees que el entrenador utiliza la metodología adecuada para los entrenamientos de los fundamentos tecnicos?

Cuadro 9

PREGUNTA 9	FRECUENCIA	%
SI	160	87%
NO	10	5%
A VECES	14	8%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Sobre si los entrenadores utilizan la metodología adecuada la totalidad de los encuestados manifestaron que sí la utilizan y menos de la mitad manifestaron que a veces.

Iranzo, L., Pérez, N., Civera, R. (2009) Para el entrenamiento de los fundamentos técnicos siempre tendremos presente:

- Ir de lo fácil a lo difícil.
- De parado a movimiento, incrementando la velocidad de ejecución.
- Sin oposición, con oposición (pasiva y real).
- Corregir los defectos observados.
- Descomponer el gesto técnico para mejorar corregir.
- Mandar por convencimiento. No gritos y amenazas. Sé justo y racional en tus decisiones y así gozaras del respeto y consideración de tus jugadores.

- Sé tenaz y paciente ya que la ejecución técnica es difícil y los pones “torpes”.

- En todos los entrenamientos dedica una parte del tiempo a trabajos de habilidad técnica, por ser precisa para todas las acciones.

- La práctica del fútbol es la forma ideal de mejorar técnicamente y afirmar el nivel alcanzado.

- Inculca en la mente del jugador que para lograr un buen nivel de fútbol siempre debe tener presente:

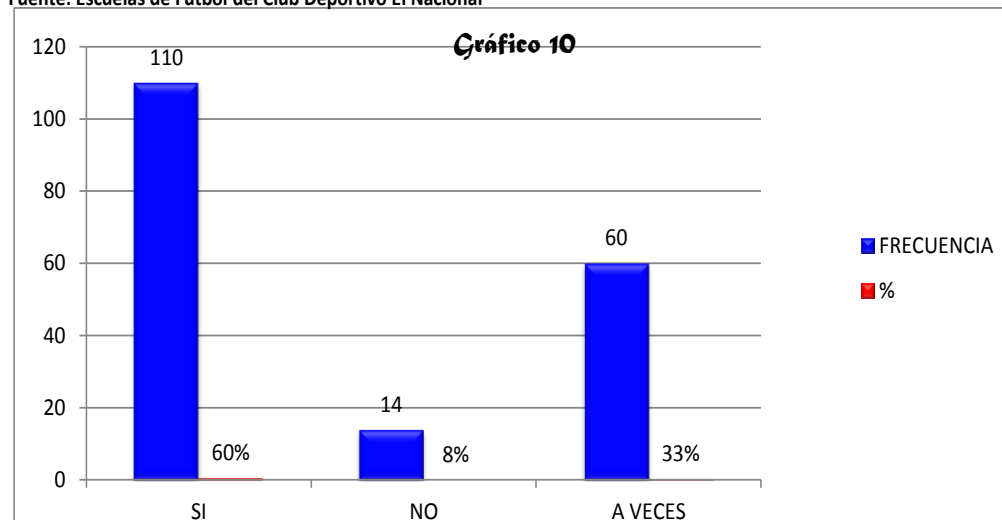
1. Pensar lo que hará, antes de recibir el balón.
2. Controlar el balón, salvo que juegue a un toque.
3. Pasar a un compañero, salvo que sea más positivo otra acción técnica.
4. Apoyar (táctica).

10. ¿Tu entrenador aporta información sencilla y precisa sobre cómo puede mejorarse el rendimiento?

Cuadro 10

PREGUNTA 10	FRECUENCIA	%
SI	110	60%
NO	14	8%
A VECES	60	33%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



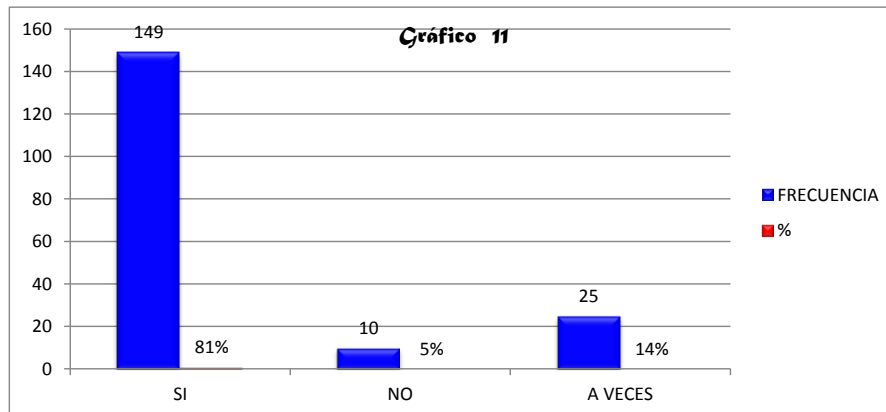
Autor: Luis Vásquez Tello

11. ¿Tu entrenador proporciona feedback positivo frecuente (como por ejemplo, "¡Buen trabajo!"?

Cuadro 11

PREGUNTA 11	FRECUENCIA	%
SI	149	81%
NO	10	5%
A VECES	25	14%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Las respuestas obtenidas en la pregunta diez por los alumnos fueron que la mitad de los entrenadores y monitores si aportan una información sencilla y precisa para mejorar el rendimiento y menos de la mitad a veces.

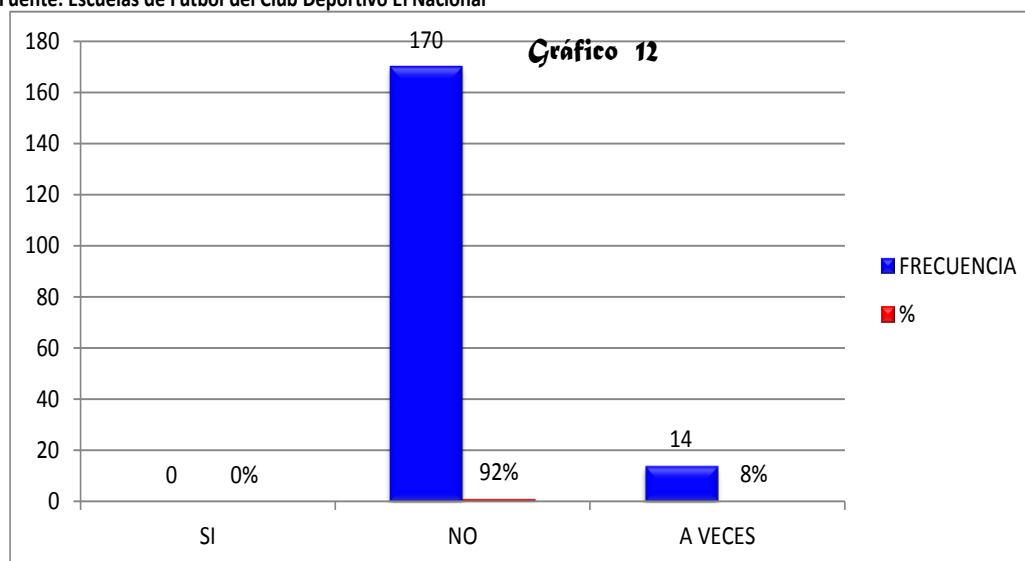
Fle, O., Tena, M., Solana, J. (2009) Hay que ofrecerles Información, no solo por y para evitar sus errores, sino también como elemento motivador, hay que destacar los logros; les proporcionara confianza en sí mismos, motivándoles en las tareas.

12. ¿ Te sientes comodo al entrenar en una cancha alquilada ?

Cuadro 12

PREGUNTA 12	FRECUENCIA	%
SI	0	0%
NO	170	92%
A VECES	14	8%
TOTAL	184	100%

Fuente: Escuelas de Fútbol del Club Deportivo El Nacional



Autor: Luis Vásquez Tello

Interpretación: Cerca de la totalidad de los encuestados estuvieron de acuerdo que sus entrenadores y monitores si les proporcionan feedback antes durante y después de los entrenamientos o partidos y menos de la mitad indicaron que a veces lo hacen.

Fle, O., Tena, M., Solana, J. (2009) Sin motivación es difícil que el jugador o el alumno se involucren en el trabajo, en el aprendizaje y en el desarrollo de los entrenamientos.

La motivación viene dada por una serie de necesidades que el niño o joven quiere conseguir, para encontrarse a gusto. Siempre hay algo que le motive a ir a entrenar, a jugar al fútbol, a aprender.

El entrenador es el encargado de encontrar esa motivación, conocer realmente a sus jugadores para saber encontrar la tecla que haga que se encienda la luz del rendimiento y de la participación.

Interpretación: La respuesta en relación que si los alumnos están cómodos o no al entrenar en canchas alquiladas la contestación fue que en su totalidad se sienten incómodos.

Fle, O., Tena, M., Solana, J. (2009) El deportista necesita también en los entrenamientos un ambiente íntimo y familiar que le dé seguridad y confianza. Es recomendable no cambiar frecuentemente el lugar de entrenamiento ni el formador que imparte las clases.

El deportista de la escuela formativa exige relaciones tan estables como en su familia. Además, los entrenamientos deberían desarrollarse siempre en instalaciones deportivas seguras (con campos de juego sin piedras y desniveles sorprendentes), aplicando reglas de juego que eviten situaciones peligrosas y violentas.

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

En conclusión, la importancia que sin duda asume la enseñanza del fútbol en la actualidad, exige por parte del club, que se le preste una mayor atención a las escuelas de fútbol para niños y jóvenes, por medio de una excelente coordinación a través de la implementación de un modelo de formación e iniciación, con programas, medios y métodos de entrenamiento adecuados, como los siguientes:

- Modelos actuales de entrenamiento, con coherencia lógica de desarrollo, cuyos resultados deben ser satisfactorios, los mismos que deben ser actualizados y mejorados.
- Estilos de enseñanza propios, con programas adecuados, que contribuyan a un mejor aprendizaje del juego.
- Guía innovadora para los entrenadores, la misma que contribuya a una mejor y más eficaz formación de los jóvenes futbolistas.

5.2 Recomendaciones

Es fundamental que comprendamos, de una forma clara, que el fútbol infantil y juvenil es una academia en la cual se forman jugadores de fútbol los cuales pasaran a formar, las categorías formativas de la institución, por lo cual se recomienda:

- Formar académicamente a los futbolistas para que más tarde puedan integrarse en la vida activa de la sociedad.
- La escuela de fútbol debe crear proyectos que fortalezcan las capacidades técnicas y psico-emocionales.
- Promover a los futbolistas mediante la participación en torneos locales, interprovinciales e internacionales, para que más tarde puedan integrarse en los equipos de sénior.
- Concientizar a los entrenadores, monitores, padres de familia y dirigentes que en la formación no interesa ganar sino competir.
- Se recomienda que en las fases iniciales de aprendizaje en las que los jóvenes jugadores tienen dificultades para controlar el balón, es aconsejable que el juego sea aprendido en un espacio más reducido (60 x 45,40 x 20 metros) y con menor número (5,7) de jugadores, que les permita tener una mejor lectura de juego y más éxito en las diferentes acciones de juego, ya que les proporcionará mayor placer y diversión por la mayor frecuencia con que se contactan con el balón y obtienen situaciones de gol.
- Se invita a los dirigentes de las escuelas de fútbol del club deportivo el nacional proveer de medios audiovisuales a los

entrenadores y monitores para que puedan realizar mejor su trabajo, porque los únicos beneficiados serán los deportistas.

- Se recomienda en lo técnico que los entrenamientos hay que realizarlos lo más parecidos posible a las exigencias que se dan en los partidos.
- Es importante que la institución cuente con instalaciones propias para los entrenamientos de todas sus escuelas.

CAPITULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1 TÍTULO DE LA PROPUESTA

“GUÍA DIDÁCTICA INTERACTIVA PARA EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LAS CATEGORÍAS 14-16 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO ‘EL NACIONAL’ DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012-2013”

6.2 JUSTIFICACIÓN

De la investigación realizada se pudo identificar los nudos críticos de la formación metodológica de los entrenadores, como son escasos profesionales; deficientes conocimientos de estrategias de aprendizaje, razón por la cual los profesores y entrenadores no llegan a aplicarlos; insuficientes conocimientos metodológicos para el aprendizaje de los fundamentos del futbol.

La política estatal incentiva la solución de este tipo de fenómenos, sin embargo la influencia alcanzará a un sector en donde se evidencio el problema, y será la tarea de instancias superiores como el Ministerio del Deporte masificar este programa, es así que el programa metodológico para el aprendizaje de los fundamentos deberá incidir al menos en las escuelas de

fútbol del Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito, puesto que para su elaboración se contará con todos los factores necesarios para su aplicación, en calidad de coordinador general de una de estas escuelas.

6.3 FUNDAMENTACIÓN

El interés creado por la presentación de este programa es ya una demanda de todos los formadores de las diferentes escuelas del Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito.

Se pretende que se desarrolle de forma metodológica los métodos y estrategitas más adecuadas para el aprendizaje de los fundamentos del futbol.

Hasta ahora la gran mayoría de los procesos de formación deportiva ha sido fundamentada únicamente en la experiencia de los entrenadores y monitores, por lo cual sus resultados no son los esperados, lo que dificulta la aplicación de una táctica adecuada en el transcurso de un partido.

Con base en una adecuada metodología, el programa constara de métodos y estrategias que aseguren la consolidación de una técnica eficiente que le permita aplicar una táctica adecuada en el trascurso de los partidos de futbol.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo General

- Favorecer al proceso metodológico para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol

6.4.2 Específicos

- Incitar a los entrenadores de las escuelas de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” para que utilicen la guía didáctica interactiva.
- Proponer algunas estrategias o técnica que permitan un mejor aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol.
- Asegurar una aplicación táctica de calidad a través del dominio de la técnica.

6.5. UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA

- **País:** Ecuador
- **Provincia:** Pichincha
- **Ciudad:** Quito
- **Cantón:** Quito
- **Institución:** Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito
- **Beneficiarios:** Deportistas y Entrenadores de las Escuelas de Fútbol
- **Infraestructura:** Alquiladas y Propia



Figura 1.- Deportistas del Club Nacional



Figura 2.- Instalaciones del Complejo “Los Sauces” - Tumbaco

6.6. DESARROLLO DE LA PROPUESTA

El presente Programa Metodológico se pondrá a disposición de los entrenadores de las escuelas de fútbol del Club Deportivo “El Nacional”, y de las demás escuelas de la provincia de Pichincha.

Como estrategias de difusión el investigador utilizó las:

- **Videos demostrativos**
- **Talleres**

Con la finalidad de contribuir con el proceso metodológica y con el objetivo de que el Programa Metodológico se utilice permanentemente dentro del proceso de aprendizaje de los fundamentos del fútbol, se planteó una serie de métodos que el profesor y entrenador debe utilizar de acuerdo con las necesidades del futbolista que practica

Estrategias de Evaluación

- Fichas de observación
- Torneos y Campeonatos de Futbol

Criterios para evaluar:

Se elaborara criterios de evaluación para la ficha de observación

Se analizara la técnica y la táctica en los encuentros de futbol.

6.6.1. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

El presente Programa Metodológico consiste de un conjunto de métodos estrategias, debidamente seleccionadas para un adecuado aprendizaje de los fundamentos técnicos del futbol en las escuelas de futbol del Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito.

6.6.2. ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA.

El Programa Metodológico para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del futbol, ha sido estructura de la siguiente manera:



En la pantalla inicial cuenta con un video de presentación de la “Guía Metodológica”, y un botón (Siguiente) para la misma.



En esta pantalla, haciendo clic en el botón “Menú”, se ingresará al contenido de la Guía.



El contenido mostrará los Fundamentos Técnicos del fútbol, los métodos, videos, un macro ciclo desarrollado para realizar un entrenamiento planificado y sesiones de entrenamiento.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL

En este parte del programa, se encontrará fundamentación teórica de la técnica individual y técnica colectiva, así como la técnica defensiva.



1.1

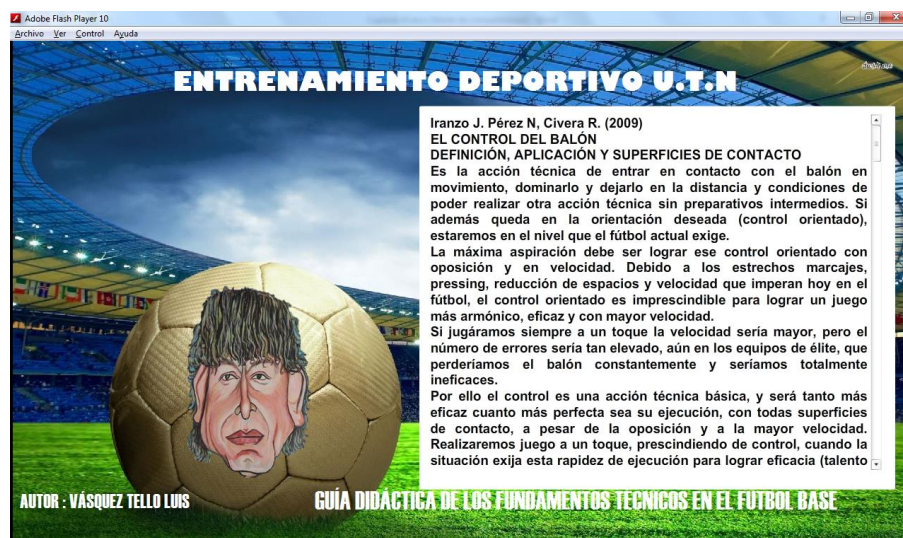
1.2 TECNICA INDIVIDUAL

En esta pantalla se indican todos los fundamentos de la técnica individual, como es el control, conducción, regate, habilidad, golpeo de cabeza, golpeo con el pie, tiro y finta



1.3 EL CONTROL

Cuando escogemos uno fundamento, nos aparecerá sus características y definiciones



1.4 TÉCNICA COLECTIVA

En esta pantalla se muestra los fundamentos de la técnica colectiva



1.5 TÉCNICA DEFENSIVA

En esta pantalla se muestra los fundamentos de la técnica defensiva



MÉTODOS

Se mostrará los métodos de entrenamiento en el futbol y los métodos de enseñanza



1.6 MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL



1.7 MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL



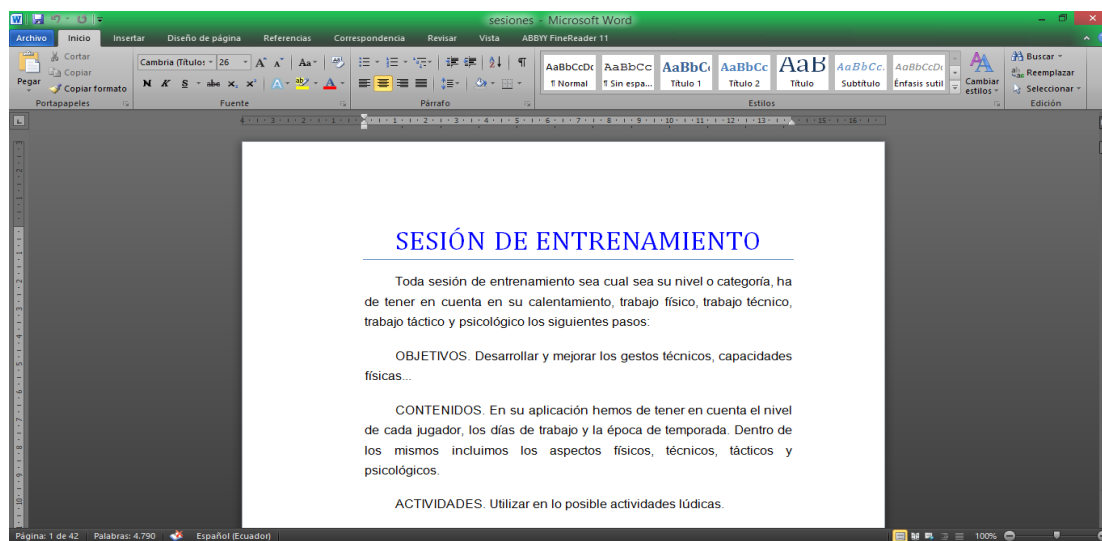
VIDEOS

También se muestran videos de los diferentes fundamentos del fútbol



SESIONES

En esta opción se muestra sesiones de entrenamiento desarrolladas.



6.7. IMPACTO

6.7.1. IMPACTO PEDAGÓGICO

La guía didáctica interactiva podrá ser utilizada por técnicos deportivos con los entrenamientos propuestos, esta guía facilitara en la evaluación, garantizándola con baremos acordes a las capacidades físicas y beneficiando la educación en una manera técnica y científica.

Todos los objetivos educativos, pueden, con más o menos facilidad, con más o menos éxitos, ser evaluados. El ámbito cognitivos, la adquisición de conocimientos, de habilidades y las aptitudes intelectuales: el saber y el saber hacer. El ámbito afectivo, el desarrollo de actitudes en relación al contenido pedagógico, con relación al grupo: el saber ser, ver, sentir y reaccionar. El ámbito psicomotriz, en el enriquecimiento de las conductas motoras: las habilidades motoras. El ámbito social, en el relacionamiento permanente en todos los niveles: cooperar y competir

6.7.2. IMPACTO SOCIAL

El presente trabajo investigativo se orientó a los entrenadores de las escuelas de futbol del Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito, que tuvo como objetivo el alcanzar una adecuada técnica que le permita desempeñarse eficientemente en un partido de fútbol.

De acuerdo con la investigación realizada se detectó grandes vacíos en la formación de los entrenadores, observándose una técnica inadecuada de los fundamentos técnicos del futbol.

Es por ello que fue preocupación primordial colaborar en su formación con este documento convertido en un Programa Metodológico y que es un instrumento de trabajo.

El presente Programa Metodológico, por considerarse un documento didáctico, pedagógico y metodológico, sirve de gran ayuda a todas las personas que se encuentren vinculadas con la preparación de futbolistas, esto es: monitores, entrenadores, profesores de educación física, y dirigentes deportivos.

6.8.DIFUSIÓN

El Programa Metodológico para el aprendizaje de los fundamentos Técnicos del futbol se aplicará inicialmente en la Escuelas de futbol del Club Deportivo El Nacional, por ser el investigador coordinador de las respectivas escuelas.

También, se entregara un informe de la presente investigación a la Universidad Técnica del Norte, así como también a las diferentes escuelas de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” de la ciudad de Quito

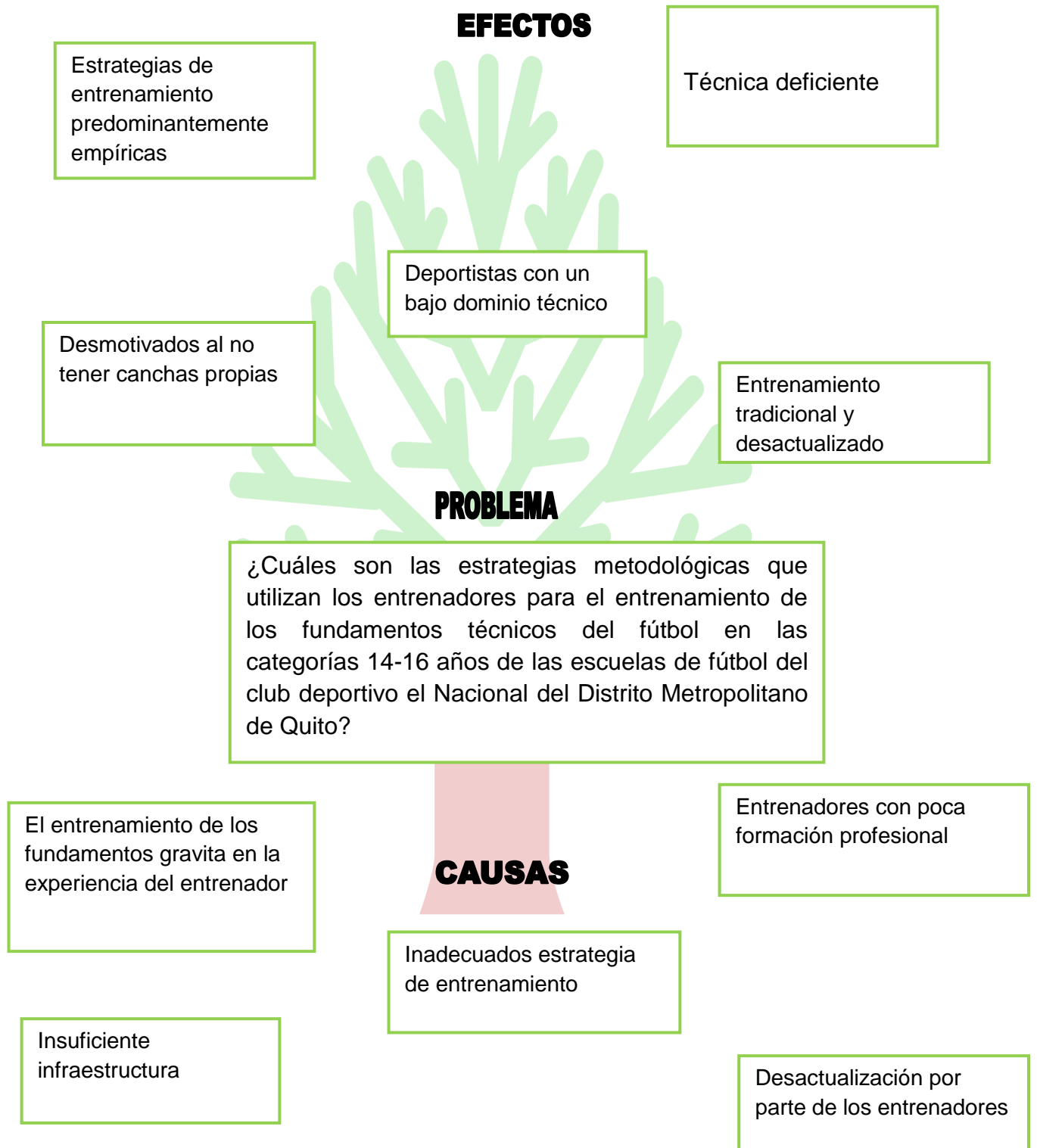
BIBLIOGRAFÍA

1. (DIETRICH Martin, NICOLAUS Jürgen, OSTROWSKI Christine, ROST Klaus (2004), Metodología, General Del Entrenamiento Infantil Y Juvenil, Editorial Paidotribo
2. ARDA Toni, CASAL Claudio(2007) Metodología En La Enseñanza Del Fútbol Editorial Paidotribo España
3. ARES Aitor, CHICHARRO Francisco (2008) Manual Para El Entrenamiento Del Portero De Futbol Base Editorial Paidotribo España
4. BEADE Feal Francisco. (2010), Aplicaciones Prácticas Desde La Preparación Física Instituto Monza Ediciones Barcelona
5. BERNAL Cesar Augusto (2006) Metodología De La Investigación Editorial Pearson Educación de México.
6. BRÜGGEMANN Detlev (2004). FUTBOL: El Entrenamiento Para Niños Y Jóvenes. Editorial Paidotribo
7. CANTATORE Carlos (2008), Escuela De Fútbol: Del Aprendizaje A La Alta Competición, 5^{ta} Edición Actualizada Ediciones Tutor, S, A.
8. CASÁIS MARTÍNEZ/ LAGO Peña Luis Carlos (2010), El Diseño De Tareas En El Entrenamiento De La Técnica En El Fútbol. Orientación Metodologica. Instituto Monza Ediciones
9. CEJUELA Anta Roberto, CHINCHILLA Mira Juan José, CORTELL Tormo Juan Manuel, José Antonio Pérez Turpin (2010) Nuevas Tendencias En Entrenamiento Deportivo
10. DIETRICH Martin, CARL Klaus, LEHNERTZ Klaus (2007) Manual De Metodología Del Entrenamiento Deportivo. Editorial Paidotribo, Barcelona España.
11. FERMOSO Paciano (2007) Teoría de la Educación, Editorial universidad Estatal a Distancia, San jose, Costa Rica.
12. FERREIRO Gravie Ramón (2003), Estrategias Didácticas Del Aprendizaje Cooperativo

13. FLE Óscar, TENA Manuel, SOLANA Jesús (2009) Metodología de la Enseñanza y del Entrenamiento Deportivo en el Fútbol.
Edita: Escuela Aragonesa de Entrenadores de Fútbol España. 1ª Edición: Septiembre 2009. Imprime: Kronos.
14. GÓMEZ Piqueras Pedro (2011) La Preparación Física Del Fútbol Contextualización En El Fútbol. Editorial MCSports (Moreno & Conde S.L)
15. MARTIN Dietrich, NICOLAUS Jürgen, OSTROWSKI Christine, ROST Klaus (2004) Metodología General Del Entrenamiento Infantil Y Juvenil. Editorial Paidotribo Barcelona - España
16. PACHECO Rui (2007) La Enseñanza Y El Entrenamiento Del Futbol 7
17. PEIRÓ Salvador (2009) Valores Educativos Y Convivencia Editorial Club Universitario (ALICANTE/ESPAÑA).
18. PEITERSEN Birger (2007) Fútbol: Técnica Del Fútbol: El ABC Del Entrenamiento Juvenil Editorial Paidotribo
19. TAMARIT Xavier (2009), ¿Qué es la “Periodización Táctica”?
20. VEGAS Haro Gustavo, ROMERO RODRIGUEZ Rubén, PINO ORTEGA José (2012) Metodología De La Enseñanza En El Futbol Basada En La Implicación Cognitiva Editorial Wanceulen Deportiva España
21. WARREN William, DANNER George (2004) Futbol: Guía De Supervivencia Del Entrenador De Futbol. Editorial Paidotribo España.

ANEXOS

ÁRBOL DE PROBLEMAS



ANEXO 2

Matriz De Coherencia

<p>Formulación del Problema</p> <p>¿Cuáles son las estrategias metodológicas que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el Nacional en el Distrito Metropolitano de Quito?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar las estrategias metodológicas que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el Nacional de la Ciudad de Quito en el año 2012-2013.</p>
<p>Preguntas y directrices</p> <p>¿Cuáles son los procedimientos que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el nacional de la ciudad de Quito en el año 2012 - 2013?</p> <p>¿Cómo evaluar los fundamentos técnicos de fútbol que manejan los entrenadores para el entrenamiento en las categorías sub 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito en el año 2012 – 2013?</p>	<p>Objetivos Específicos</p> <p>Identificar los procedimientos que utilizan los entrenadores para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en las categorías 14-16 años de las escuelas de fútbol del club deportivo el nacional de la ciudad de Quito.</p> <p>Evaluar los fundamentos técnicos de fútbol que manejan los entrenadores para el entrenamiento en las categorías sub 14-16 años de las escuelas de fútbol del Club Deportivo El Nacional del Distrito Metropolitano de Quito.</p>

ANEXO 3

Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORIAS	DIMENSIÓN	INDICADORES
Constituye la secuencia de acciones, actividades o procedimientos que permitirán que los deportistas atraviesen por experiencias significativas indispensables para generar aprendizaje	Estrategias Metodológicas	Métodos de Enseñanza del Fútbol Métodos del Entrenamiento	Método Global Método Analítico Método Sistemico Métodos Generales de enseñanza Métodos Deductivos Métodos Inductivos Métodos Inductivos Activos(basados en el jugador) Método Analítico Método Global Métodos Auto - Adaptativos
Es el aprendizaje de todas aquellas acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón	Fundamentos Técnicos del fútbol	Técnica Individual Técnica Colectiva Fundamentos defensivos	El control La conducción El regate La habilidad y destreza Golpeo de cabeza El tiro La finta El pase Relevo Acciones combinativas -La interceptación -La anticipación -La carga -La entrada



CLUB DEPORTIVO "EL NACIONAL"
BI TRICAMPEÓN ECUATORIANO
ESCUELA DE FÚTBOL



Quito, 26 de octubre del 2012

Oficio N° 066

Doctor

Gabriel Echeverría Vaca.

COORDINADOR PRÁCTICA PRE-PROFESIONAL FECYT

Presente.-

De mi consideración:

En referencia al oficio 004- DPP - FECYT con fecha del 25 de octubre del presente, me dirijo a usted con el fin de comunicarle que la Escuela de fútbol del Club Deportivo El Nacional Carlos Ron, autoriza para que, el señor estudiante LUIS ERNESTO VÁSQUEZ TELLO, con C.I. 0800693798, pueda realizar las practicas pre-profesionales en la Especialidad de Entrenamiento deportivo, a partir del 12 de noviembre/2012, los días lunes, miércoles y viernes de 15h00 a 18h00, hasta que culminar las 160 horas de practica.

Por la atención que se digne dar a la presente, anticipo mis agradecimientos.

Atentamente

Deporte y Disciplina




Jaime Sanchez
Coronel de Estado Mayor Conjunto (s.p.)
DIRECTOR DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO "EL NACIONAL"



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	0800693798		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Vásquez Tello Luis Ernesto		
DIRECCIÓN:	Carcelén (Quito – Ecuador)		
EMAIL:	Colorado_vastell45@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:	3444331	TELÉFONO MÓVIL:	0990758966

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	ESTUDIO DE LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LAS CATEGORIAS 14-16 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012/2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA.
AUTOR (ES):	Luis Ernesto Vásquez Tello
FECHA: AAAAMMDD	2014/11/13
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	/ PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en la especialidad de Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Fabián Yopez

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Luis Ernesto Vásquez Tello, con cédula de identidad Nro. 0800693798, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 20 días del mes de Noviembre de 2014

EL AUTOR:

(Firma) 
Nombre: Luis Vásquez Tello
C.C.: 0800693798



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, Luis Ernesto Vásquez Tello, con cédula de identidad Nro. 0800693798, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: **ESTUDIO DE LAS ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS DEPORTISTAS DE LAS CATEGORIAS 14-16 AÑOS DE LAS ESCUELAS DE FÚTBOL DEL CLUB DEPORTIVO EL NACIONAL DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO AÑO 2012/2013 Y PROPUESTA ALTERNATIVA**, que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciado en la especialidad de Entrenamiento Deportivo en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 20 días del mes de noviembre del 2014

EL AUTOR:

(Firma) 

Nombre: Luis Vásquez Tello
C.C.: 0800693798

v