



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

“ESTUDIO DE LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA DE LOS JUGADORES DE LAS CATEGORÍAS SUB 12, 13 Y 14 DEL CLUB ESPECIALIZADO DE ALTO RENDIMIENTO INDEPENDIENTE DEL VALLE, EN SANGOLQUÍ EN EL AÑO 2016”.

Trabajo de grado previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo

AUTOR:

Cadena Cataña Marlon Rafael

DIRECTOR:

MSc. Yandún Vicente.

Ibarra, 2017

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado participar como Director del Trabajo de Grado con el tema: **"ESTUDIO DE LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA DE LOS JUGADORES DE LAS CATEGORÍAS SUB 12, 13 Y 14 DEL CLUB ESPECIALIZADO DE ALTO RENDIMIENTO INDEPENDIENTE DEL VALLE, EN SANGOLQUÍ EN EL AÑO 2016"**. Trabajo realizado por el señor: Marlon Rafael Cadena Cataña, previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

A ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente. Es lo que puedo certificar en honor a la verdad.



EL DIRECTOR
Msc. Yandún Vicente
C.I. 1001684685

DEDICATORIA

El trabajo de grado lo dedico con todo mi amor y cariño.

A ti Dios que me diste la oportunidad de vida, por regalarme una familia maravillosa y porque hiciste realidad este sueño.

Con mucho cariño principalmente a mis padres, hermana y hermano, Familiares que han estado conmigo en todo momento, gracias por todo mama, hermanos por darme la vida y por creer en mí, aunque hemos pasado momentos difíciles siempre han estado apoyándome y brindándome todo su amor. Los quiero con todo mi corazón.

A mi esposa y a mi hija. Por ayudarme de manera incondicional con su apoyo para culminar mi carrera gracias por su apoyo constante y por brindarme todo su amor y un hogar cálido y enseñarme que la perseverancia, el esfuerzo y la disciplina son el camino para lograr los objetivos.

Marlon Rafael Cadena Cataña

AGRADECIMIENTO

Manifiesto mi profundo y eterno agradecimiento a todo el grupo de personas y docentes, que estuvieron vinculados en la formación de Licenciados en Entrenamiento Deportivo, de la Universidad Técnica del Norte, quienes aunando esfuerzos imparten sus conocimientos para formar profesionales que vayan en beneficio del deporte, de la niñez y la juventud. También dejo constancia de gratitud y estima al grupo de autoridades y personal administrativo, que labora en la carrera de Entrenamiento Deportivo, en los Programas Semipresenciales, por el apoyo incondicional que brinda a todos los estudiantes.

A la mejor Institución de fútbol formativo del Ecuador el Club Especializado de Alto Rendimiento Independiente del Valle a sus directivos y personal que laboran en la misma, de manera cordial al Director Técnico Galo Rodríguez por su apoyo, consejos, conocimientos y gratitud.

Al coordinador Roberto Arroyo por la apertura para realizar el estudio de la investigación en tan prestigiosa institución.

De manera especial mi sentimiento de gratitud y reconocimiento al MSc. Yandún Vicente director del trabajo de grado, quien con su sabiduría y conocimiento científico ha guiado de manera espléndida este trabajo para la conclusión de la carrera. Mil gracias a todos.

Marlon Rafael Cadena Cataña

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág
Aceptación del Director.....	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice de contenidos.....	v
Índice de cuadros	ix
Índice de gráficos.....	x
Resumen	xi
Summary.....	xii
Introducción	xiii
CAPÍTULO I	1
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1 Antecedentes.....	1
1.2 Planteamiento del problema.	3
1.2.1 Formulación del problema.....	5
1.3 Delimitación	5
1.3.1 Unidades de observación.....	5
1.3.2 Delimitación espacial	5
1.3.3 Delimitación temporal	5
1.4 Objetivos.....	5
1.4.1 Objetivo general.....	5
1.4.2 Objetivos específicos	6
1.5 Justificación	6
1.6. Factibilidad.....	8
CAPÍTULO II	10
MARCO TEÓRICO.....	10
2.1 Fundamentación teórica.....	10
2.1.1. Fundamentación filosófica	11
2.1.2 Fundamentación psicológica.....	12
2.1.3 Fundamentación pedagógica.....	13

2.1.4	Fundamentación epistemológica.....	15
2.1.5.	Fundamentación sociológica.....	16
2.1.6.	Fundamentación legal.....	18
2.1.7	El fútbol.....	19
2.1.7.1	Fundamentos del fútbol	21
2.1.8	Principios tácticos de base.....	26
2.1.9	Principios tácticos de evolución.	26
2.1.9.1	Características de los principios tácticos de evolución	27
2.1.10	Fundamentos tácticos ofensivos	29
2.1.10.1	Desmarques	30
2.1.10.2	Ataques	30
2.1.10.3	Contraataques	31
2.1.10.4	Espacios libres.....	31
2.1.10.5	Temporizaciones	33
2.1.10.6	Ritmo de juego.....	33
2.1.10.7	Cambios de ritmo.....	34
2.1.11	Fundamentos táctico defensivos.....	34
2.1.11.1	Marcajes	34
2.1.11.2	Características del marcaje mixto.	36
2.1.11.3	Ventajas del marcaje mixto.	37
2.1.11.4	Inconvenientes del marcaje mixto.	38
2.1.11.5	Formas de contrarrestar el marcaje mixto.....	39
2.1.11.6	Marcaje combinado.....	39
2.1.11.7	Temporizaciones:	40
2.1.11.8	Repliegues:.....	40
2.1.11.9	Desdoblamientos:	41
2.1.11.10	Pressing.....	41
2.1.11.11	Basculaciones.....	42
2.1.12	Formación deportiva	43
2.1.12.1	Etapas de formación.	46
2.2	Posicionamiento teórico personal	53
2.3	Glosario de términos.....	54
2.4	Interrogantes de investigación	57

2.5	Matriz categorial	58
CAPÍTULO III		59
3.	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.	59
3.1.	Tipo de investigación	59
3.1.1	Investigación bibliográfica	59
3.1.2	Investigación de campo	59
3.1.3	Investigación descriptiva	59
3.1.4.	Investigación propositiva.....	59
3.2.	Métodos	60
3.2.1	Método deductivo	60
3.2.2	Método inductivo.....	60
3.2.3	Método descriptivo.....	60
3.2.4.	Método estadístico.....	60
3.2.5	Método analítico.	60
3.2.6	Método sintético.	60
3.3.	Técnicas e instrumentos	61
3.4	Población.....	61
3.5	Muestra.....	61
CAPÍTULO IV.....		62
4.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	62
4.1.	Análisis de la encuesta a los entrenadores.	62
4.2.	Análisis de las fichas de observación.....	70
CAPÍTULO V		73
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		73
5.1.	Conclusiones:	73
5.2.	Recomendaciones:	74
5.3.	Contestación a las interrogantes de investigación.	74
CAPÍTULO VI.....		76
PROPUESTA ALTERNATIVA		76

6.1.	Título.....	76
6.2.	Justificación e importancia	76
6.3.	Fundamentación teórica.....	77
6.3.1	Fundamentos tácticos del fútbol.....	77
6.3.2	Formación deportiva.	80
6.3.3	Guía didáctica de ejercicios tácticos.	84
6.4.	Objetivos.....	85
6.4.1.	Objetivo general.....	85
6.4.2.	Objetivos específicos	85
6.5.	Ubicación sectorial y física.....	85
6.6.	Desarrollo de la propuesta	86
6.7	Impactos	119
6.7.1	Impacto social	119
6.7.2	Impacto deportivo	119
6.7.3	Impacto psicológico	119
6.8	Difusión	120
6.9	Bibliografía:.....	121
Anexos	126
Anexo 1	Árbol de problema	127
Anexo 2	Matriz de coherencia	128
Anexo 3	Matriz categorial	129
Anexo 4	Encuesta.....	130
Anexo 5	Test de observación	132
Anexo 6	Fotografías	137
Anexo 7	Diagrama esquemático de los principios tácticos.....	141
Anexo 8	Certificados.....	143

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro Nro. 1 Formación profesional de los entrenadores.	62
Cuadro Nro. 2 Importancia de los fundamentos tácticos.....	63
Cuadro Nro. 3 Frecuencia del trabajo táctico en los entrenamientos. .	64
Cuadro Nro. 4 Tiempo para el trabajo de los fundamentos tácticos. ...	65
Cuadro Nro. 5 Necesidad de conocer la teoría de los fundamentos. ..	66
Cuadro Nro. 6 Conocimiento de las fases de la formación deportiva. .	67
Cuadro Nro. 7 Conocimiento de las fases de formación deportiva.....	68
Cuadro Nro. 8 Fase más importante en la formación deportiva.. ..	69

ÍNDICE DE GRÁFICO

Gráfico Nro. 1 Formación profesional de los entrenadores.	62
Gráfico Nro. 2 Importancia de los fundamentos tácticos	63
Gráfico Nro. 3 Frecuencia del trabajo táctico en los entrenamientos. .	64
Gráfico Nro. 4 Tiempo para el trabajo de los fundamentos tácticos. ...	65
Gráfico Nro. 5 Necesidad de conocer la teoría de los fundamentos....	66
Gráfico Nro. 6 Conocimiento de las fases de la formación deportiva. .	67
Gráfico Nro. 7 Conocimiento de las fases de formación deportiva.....	68
Gráfico Nro. 8 Fase más importante en la formación deportiva.....	69

RESUMEN

El Trabajo de Investigación tuvo como propósito diagnosticar el grado de conocimientos teóricos-prácticos que tienen los entrenadores de las categorías inferiores del club especializado de alto rendimiento Independiente del Valle sobre el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol. Se planteó: Determinar el tipo de trabajo y los ejercicios que plantean los entrenadores para la enseñanza de los fundamentos tácticos, que sirven como base para situaciones reales de juego y competencia, indagar el criterio de los entrenadores y deportistas sobre la importancia que tienen los fundamentos tácticos y su aprendizaje desde las categorías de formación de los deportistas. El Marco Teórico, permitió simplificar la información científica relacionada con los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos y su incidencia en la formación deportiva de los futbolistas que se encuentran en etapas de formación en el fútbol. La investigación bibliográfica, basada en libros, revistas y artículos científicos, la investigación de campo de tipo exploratoria descriptiva y propositiva se orientó por el diseño no experimental de corte transversal. Para la recolección de datos se aplicó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario, el mismo que fue aplicado a 18 entrenadores de las categorías inferiores del Club, para poder determinar el conocimiento que tienen sobre la importancia de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos en la etapa de formación deportiva y fichas de observación a 90 deportistas, de las diferentes categorías formativas, los resultados determinaron porcentajes significativos en respuestas incorrectas sobre aspectos relacionados con el desarrollo de los fundamentos tácticos y su incidencia en la práctica del fútbol formativo; las fichas de observación aplicados a los deportistas para valorar la ejecución y conocimiento de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos, cuyos resultados no fueron positivos, nos permitió realizar un diagnóstico sobre la problemática existente en la etapa de formación deportiva. Al final el propósito se centró en detallar las variables implícitas y analizar su incidencia, para proponer una solución factible y adecuada: Presentar a los entrenadores del club Independiente del Valle y en general a todos los interesados una guía de trabajo que contenga ejercicios básicos de iniciación a los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol”.

Descriptores: Fundamentos Tácticos Ofensivos y Defensivos, Formación Deportiva, Guía de ejercicios, Ficha de observación.

SUMMARY

The objective of this research was to diagnose the degree of theoretical and practical knowledge that coaches of junior categories have from the "Independiente del Valle" high performance club, about the work of offensive and defensive tactical fundamentals of soccer. It was made, to determine the kind of work and exercises proposed by coaches to teach tactical fundamentals, which are the basis for real game situations and competence, as well as to research the coaches and athletes' criterion about the importance of tactical fundamentals and learning from the low training categories of athletes. The theoretical framework helped simplifying scientific information related to the offensive and defensive tactical fundamentals and their impact on sports training of soccer players who are in early stages of training. The bibliographical research was based on books, magazines and scientific papers, field research and purposeful, exploratory and descriptive kind, it was guided by a non-experimental and cross-sectional design. To collect information, a technical survey was applied to 18 coaches of the junior categories of the Club, in order to determine their knowledge about the importance of offensive and defensive tactical fundamentals on this sporting stage and observation forms for 90 athletes from the different categories of training. As results, a significant percentage determined incorrect answers related to the development of the tactical fundamentals and their impact on soccer training and about the observation forms applied to athletes to assess their performance and knowledge on the offensive and defensive tactical fundamentals, the results were not positive, it allowed to make a diagnosis of this problems in the process of sports training. At the end, the purpose was focused on detailing the implied variables and analyzing their impact. To propose a feasible and appropriate solution for the coaches from "Independiente del Valle" Club and for all stakeholders, a working guide which has basic initiation exercises for the offensive and defensive "tactical fundamentals" of soccer.

KEYWORDS: offensive, defensive, tactical, fundamentals, sports, training



INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo es la base de la preparación de todo deporte, se podría considerarla como una planificación del estado físico y mental futuro. Es decir, todos los deportistas poseen cualidades similares, de hecho, en el fútbol los jugadores tienen símiles capacidades en las extremidades superiores e inferiores por tanto la diferencia radica precisamente en el tipo de entrenamiento que se les brinde.

Cuando se habla de entrenamiento se busca eficiencia en el deporte, ciertamente existe una connotación genética que predetermina a los atletas a ser mejores en una y otra disciplina, además está la motivación y por último el entrenamiento.

En el trabajo de investigación realizado, se presenta al entrenamiento como una necesidad dentro del ámbito de la enseñanza y práctica del deporte, específicamente se trata de los fundamentos tácticos y ofensivos del fútbol.

Durante muchos años en la historia del fútbol se ha podido evidenciar que los equipos de gran trascendencia, ha basado su éxito en la aplicación de la técnica, superando en mucho las destrezas de fuerza y velocidad de equipos no tan destacados. Es por tanto que la problemática se evidencia históricamente, manifestándose como la necesidad de los principios técnicos tácticos defensiva y ofensiva en el entrenamiento de alto rendimiento.

Debido a que el fundamento táctico y ofensivo la base de la táctica para el mejor desempeño en el juego, es su falencia una problemática que supone gran incidencia en la formación deportiva de los jugadores de las categorías de sub 12, 13 y 14 del Club Especializado del Alto Rendimiento Independiente del Valle, del cantón Sangolquí en el año 2016. El estudio abarca 6 capítulos que se presentan de la siguiente manera:

En el Capítulo I: del Problema, se muestra de manera detallada y ajustada a la realidad local, cuál es el problema que presentan los jugadores sobre el dominio de los fundamentos tácticos y la formación deportiva de las categorías sub 12,13 y 14. Se formula de manera clara los objetivos generales y específicos; y, como parte final se manifiesta la justificación del por qué se eligió el tema, los beneficios que brindará y la factibilidad de la investigación.

El Capítulo II: referente al Marco Teórico, se argumenta de manera explícita y apoyándose en un enfoque científico sobre los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol que se debe crear como fundamento para la formación deportiva en las categorías sub 12,13 y 14. Esto permitió reconocer de una mejor manera las variables, sus características y extensión; para el desarrollo del trabajo científico.

En el Capítulo III: contiene la Metodología de trabajo con la cual se establece el tipo y diseño de la investigación; se presenta, de manera detallada la población con la que se va a realizar el diagnóstico de la problemática; al igual, que las técnicas e instrumentos que se va a implementar para la adquisición de datos. Estas son la encuesta y la ficha de observación, para entrenadores y atletas del Club Especializado del Alto Rendimiento Independiente del Valle, respectivamente.

El propósito de este capítulo fue principalmente determinar la metodología a seguir que permita realizar la investigación bajo los procedimientos de método científico y garantizar la obtención de información veraz.

El Capítulo IV: está basado en el análisis e interpretación de resultados obtenidos a través, del cuestionario a entrenadores y directivos con respecto al tipo de juegos y multi-deportes que utilizan los entrenadores para el desarrollo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol y los test aplicados a los jugadores de las categorías sub 12,13 y 14.

Para el análisis e interpretación de resultados se utilizaron gráficos y tablas que permitieron una visualización concreta de los datos obtenidos.

El Capítulo V: trata sobre las conclusiones y recomendaciones, éstas presentan una síntesis del trabajo de los entrenadores para el desarrollo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol, que tipos de juegos utilizan y la importancia de los multideportes deportes en la etapa de preparación deportiva en base, a los resultados se establecen diferentes recomendaciones a los sujetos de estudio y a los organismos deportivos, para mejorar los aspectos en los que se presentan inconvenientes. Las conclusiones del estudio se estipula que los entrenadores requieren de una metodología práctica que les permita desarrollar sus conocimientos y capacidades aplicativas en la táctica ofensiva y defensiva del fútbol. Como recomendación principal, a los entrenadores que revisen la guía propuesta como un elemento didáctico que permita enseñar, aplicar y motivar, los elementos tácticos defensivos y ofensivos.

En el Capítulo VI se encuentra la propuesta la cual presenta su respectiva justificación acompañada del sustento científico pertinente, objetivos, ubicación sectorial y física; además, del desarrollo efectivo de la propuesta: “Guía de talleres para el desarrollo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol, en la etapa de formación deportiva en los jugadores de las categorías sub 12,13 y 14”. Esta guía plantea treinta sesiones de entrenamiento, las cuales poseen una secuencia comprendida en cinco microciclos, la estructura de cada guía está diferenciada por elementos de enseñanza basados en el fundamento básico, estándar y avanzado. De igual manera cada sesión consta de elementos de calentamiento, adecuación y desarrollo de la actividad. Adicionalmente se muestran de manera gráfica elementos estratégicos que permitan el desenvolvimiento de la rutina de mejor manera.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Antecedentes

Inicialmente la táctica del equipo de fútbol se basó en mantener un portero y diez atacantes, quienes procuraban tomar el balón y conseguir una anotación de manera individual, esto mantenía un manejo estático del juego, carecía de estructura y le daba poco sentido a la participación en equipo.

En los años 70 nace la nomenclatura de la estructura del juego, bajo el análisis de la naciente Football Association, en Inglaterra, quienes iniciaron el proceso de diseño táctico. Esta nomenclatura partió de brindarle equilibrio a la zona del campo, dando referencias a las posiciones y desplazamientos de los jugadores, quienes a través de las posiciones o sistemas de juego tales como 1-4-4-2, 1-4-5-1, 1-4-3-3 y otros, comenzaron a identificar su disposición en el campo con un criterio de eficiencia, bajo una mentalidad ofensiva.

En esta época todavía los jugadores y el entrenamiento deportivo carecía de innovación táctica, no se conocía las formas de juego colectivo, el nivel técnico se basó en la capacidad y fuerza física, resistencia y velocidad del jugador. Eran básicamente diez atacantes que individualmente corrían grandes extensiones de un extremo a otro de la cancha con el fin de meter un gol.

Es en el año 1875, cuando se integra un modelo táctico denominado Juego Asociado, el cual consistía en pasar el balón al compañero, con el

fin de lograr penetraciones, convirtiendo al partido en un juego de pases, también esto trajo consigo algunos problemas tales como la confusión desde el punto de vista defensivo ya que también los defensas perseguían el balón, dejaban espacios abiertos y debilitaban la zona defensiva.

Posteriormente en Holanda, se diseñó una distribución que se distingue de la escuela inglesa donde se coloca entre el portero y los seis atacantes, a dos defensas y dos medios (2-2-6).

En el año 1880, los equipos ingleses, mejoraron la táctica en la zona media, formando una distribución de atacantes denominada (2-3-5), a este modelo se lo llamó Piramidal, formación que ha sido dominante hasta la presente fecha. Es debido a este modelo que nace la posición Centrocampista, por su importancia para mejorar la coyuntura central entre los atacantes y las defensas, convirtiéndose en un director de ataque.

En el año de 1925 en Italia, se forma el denominado Cuadrado Mágico, una formación 3-4-3, considerada el primer sistema táctico equilibrado, donde predomina la técnica e inteligencia sobre la fuerza física.

Este sistema fue adoptado por países como Francia, Brasil, Suiza, quienes tuvieron grandes logros en los años 30, 40 y 50, a partir de esta nomenclatura técnica se derivan los sistemas suizos, cerrojo, defensa hombre a hombre, y otros mucho más sutiles tales como el Sistema húngaro 4-2-4, muy utilizado en la década de los años 50.

En esencia la técnica y la dinámica tanto individual y colectiva fueron elementos perfeccionados que permitieron en los años 70 establecer el principio de Fútbol Total, o fútbol de pressing que es el nombre más adecuado para denominar a este sistema que consistía en la práctica de diferentes fases ofensivas con jugadas y combinaciones de ataque, volviendo al juego más dinámico, esto requería de un mayor rendimiento

físico debido al continuo movimiento y una inteligencia táctica innovadora, donde todos atacan y todos defienden.

En la actualidad se pueden observar que todos los equipos de fútbol del mundo usan los métodos tácticos defensivos y ofensivos que fueron características de la historia del fútbol, logrando una tendencia de juego en bloque y polivalencia de sus jugadores.

En la evolución táctica en el fútbol moderno que hoy se juega mediante la integralidad del entrenamiento físico-técnico-táctico y psicológico, con varias corrientes y tendencias de acuerdo a la concepción de juego de cada cultura futbolística, aparecen los principios de juego que fundamentan la táctica actual y se les denomina Principios Tácticos Modernos.

Así se inició la creación y desarrollo de los principios tácticos, entrenadores llenos de iniciativa y con la necesidad de que sus jugadores no improvisaran durante la competencia dándoles a conocer ideas de juego simples las cuales ayudarían a desarrollar la inteligencia del jugador.

1.2 Planteamiento del problema

La problemática de la investigación se centra en el desarrollo de la enseñanza del fútbol, por parte de los entrenadores del Club de Alto Rendimiento “Independiente del Valle”, cuya enseñanza tienen falencias principalmente en el desarrollo e instrucción táctica.

Existen algunos entrenadores cuya experticia en el fútbol, es notable, aunque no posean una instrucción profesional, a través de los años adquirieron ciertos conocimientos muchos de ellos, empíricos y como entusiastas seguidores del deporte, actualmente los transmiten como entrenadores. Sin embargo, sus conocimientos tienen un alcance muy corto y su desarrollo táctico es insuficiente, esto conlleva al siguiente análisis causa - efecto:

Los entrenadores carecen de conocimientos adecuados de la formación táctica, a través de la historia, la formación ofensiva y defensiva ha sido el elemento que ha caracterizado a los equipos con grandes avances y desempeño, sus directivos técnicos han generado y diseñado modelos tácticos que permitieron incrementar la calidad de los deportistas, sin embargo la carencia de esto, observado en algunos de los entrenadores, ha generado un bajo nivel deportivo, incidiendo negativamente sobre el desempeño en la formación, esto se evidencia principalmente cuando la concepción de los jugadores es mejorar físicamente, adquirir destrezas mecánicas sin fundamento ni bases técnicas que avalen sus jugadas, tratando de imitar empíricamente a otros jugadores de gran éxito, sin que esto sea verdaderamente fruto del análisis y desempeño táctico.

Concurrentemente, la enseñanza del fútbol también ha sido empírica, es decir, se ha basado en la práctica experimental, sin teoría, sin análisis, ni elementos de criterio científico, esto ha generado el efecto del deterioro en la enseñanza de las habilidades técnicas. Ha disminuido el nivel de calidad y profundidad de la enseñanza del fútbol, que contenga principios, relacione la técnica con la táctica y se proyecte el fin de una jugada.

Los programas de enseñanza, mediante modelos tácticos han sido desestimados en el fundamento del fútbol, la priorización en la búsqueda de buenos jugadores ha sido la aptitud física y la destreza, muchos entrenadores ven estas características como ideales para conformar un buen atleta del fútbol, han dejado la táctica como un elemento comodín, que se aplique en ciertas jugadas, degenerando la concepción verdadera en la formación, priorizan lo físico y la destreza mecánica, de ahí que muchos jóvenes y niños con deseos y habilidades no poseen una adecuada inducción en el fundamento del deporte y no alcanzan niveles superiores de juego ni adquieren la capacidad para desenvolverse de manera adecuada en la cancha. Desarrollando una brecha en la concepción diferencial de un jugador que asciende y uno que por más esfuerzo y práctica que tenga no logra un desempeño creciente y progresivo.

1.3 Formulación del problema

¿La inadecuada aplicación de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol inciden en la formación deportiva de los jugadores de las categorías sub 12,13 y 14 del Club Independiente del Valle?

1.4 Delimitación

1.4.1 Unidades de observación

- Jugadores de las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Deportivo de alto rendimiento Independiente del Valle.
- Entrenadores
- Asistentes
- Preparadores Físicos

1.4.2 Delimitación espacial

La investigación se realizó en el complejo del Club deportivo de alto rendimiento Independiente del Valle, aplicado a las categorías sub 12, 13 y

1.4.3 Delimitación temporal

El presente trabajo de investigación se lo realizó durante el año 2016.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general

Determinar cuáles son los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol que se trabajan en las categorías sub 12, 13 y 14 en el club especializado y de alto rendimiento Independiente del Valle en el año 2016.

1.5.2 Objetivos específicos

- Preguntar el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol en las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle.
- Identificar los tipos de ejercicios que se deben realizar para el desarrollo de la formación deportiva adecuada en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle.
- Elaborar una propuesta alternativa mediante la elaboración de una guía de talleres para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos.

1.6 Justificación

El fútbol es un deporte colectivo que se desarrolla dentro de un sistema táctico o sistema de juego que permiten el correcto desenvolvimiento y la organización colectiva de los jugadores dentro del campo y garantizan una adecuada ocupación racional del terreno de juego, dada la complejidad del deporte se plantea el reconocimiento e identificación de las características de los principales sistemas de juego, como su proceso evolutivo y de desarrollo, aplicado al fútbol actual.

Los altos niveles de competencia, la importancia, la masificación y el gran interés que genera el deporte actual y sobre todo el fútbol obliga que los clubes y en especial los entrenadores y preparadores físicos busquen las mejores opciones para unificar la preparación física, técnica, táctica, psicológica y afectiva de los deportistas en el nivel que el club se encuentre y así lograr los mejores resultados en el menor tiempo posible, pues la competencia no da mucho tiempo para la recuperación ni tampoco se puede trabajar por separado los diferentes aspectos del entrenamiento deportivo.

Para la investigación se ha conseguido el apoyo del Club Deportivo de alto rendimiento Independiente, categorías sub 12, 13 y 14, pensando en mejorar el proceso de enseñanza y aprendizaje en donde además hay una extensa información relevante en libros, documentos, guías de información, páginas web, internet, revistas, folletos, enciclopedias, manuales didácticos para respaldar científicamente la presente investigación.

El desarrollo de este trabajo de investigación tiene la finalidad de ofrecer a los directores técnicos y a los jugadores una serie de ayudas fundamentales y modernas para su trabajo y al mismo tiempo permita el mejoramiento táctico de aquellos que procuran el aprendizaje del fútbol como deporte competitivo.

Por otro lado, las habilidades que caracterizan el rol de un entrenador deportivo se entienden como la capacidad de transmitir como una de las destrezas principales para asegurar su competencia profesional y lo relevante que implica tener un buen dominio de los conocimientos teóricos – científicos.

El entrenamiento deportivo es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social. Contribuye al accionar educativo con sus fundamentos científicos y sus vínculos interdisciplinarios apoyándose entonces en la filosofía, la psicología, la biología, etc. Tiene una acción determinante en la conservación y desarrollo de la salud en cuanto ayuda al ser humano a ajustar pertinentemente las reacciones y comportamientos a las condiciones del mundo exterior.

Específicamente, en el adolescente, promueve y facilita el alcanzar a comprender su propio cuerpo, sus posibilidades, a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas, de modo que en el futuro pueda escoger las más convenientes para su desarrollo y recreación

personal, mejorando a su vez su calidad de vida por medio del enriquecimiento y disfrute personal y la relación a los demás.

El estudio fundamentó su viabilidad técnica en la necesidad de mejorar la preparación en el deporte en especial el fútbol, cuya evolución ha demostrado una relación muy estrecha en el alto desempeño y la capacidad táctica, es preciso por tanto diferenciar entre la preparación física que genera un tipo de destreza mecánica y la técnica que genera la capacidad inteligente de reacción.

La práctica metodológica permite su factibilidad en que el diagnóstico es posible mediante la recolección de datos de los entrenadores de fútbol, permitiendo encontrar a través del método científico, el fundamento teórico para el diseño de tácticas defensivas y ofensivas aplicables en los jugadores de fútbol de las categorías sub 12, 13 y 14.

De la investigación se benefician los jugadores del Club Especializado de Alto Rendimiento Independiente del Valle, al incidir en el incremento de la cualificación técnica del juego.

En la sociedad, quien demuestra gran afición por este deporte, incidiendo sobre su motivación, cultura, identidad y un apropiamiento de los logros alcanzados por los jugadores que se destacan, básicamente el fútbol es un representante de la sociedad, por lo cual su incentivo y esfuerzos por mejorar las capacidades técnicas inciden directamente sobre sus resultados e indirectamente sobre la actitud de la sociedad hacia el deporte.

1.6. Factibilidad

La investigación posee originalidad e innovación al tratarse del tema táctico ofensivo y defensivo mostrando propuestas desarrolladas para la población de estudio esto es, a los jugadores del Club Independiente del Valle. Dichas técnicas poseen cualidades que se adaptan a los jugadores según sus capacidades y nivel técnico.

La importancia de la investigación radica en el mejoramiento del nivel y calidad futbolística que brindará la aplicación de la investigación. Siendo el entrenamiento táctico una de las carencias en el desarrollo del futbol profesional y lo que generará principalmente la ausencia de triunfos internacionales de primer nivel. Dejando al futbolista ecuatoriano a solo expensas de su capacidad física y no técnica.

El interés por la investigación se basa en la necesidad del desarrollo técnico, como lo han tenido otros grupos futbolísticos a través de los tiempos, normalmente extranjeros. Es preciso señalar que la técnica táctica que muestra la investigación pretende no solo activar el alto rendimiento, sino también motivar a los jugadores para que den más importancia al desarrollo técnico que al desarrollo de la fuerza.

La investigación es factible debido a que la aplicación de esta investigación presenta una apertura por parte de la población investigada, además es una necesidad que se evidencia de forma natural.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Fundamentación teórica

La teoría de la formación deportiva se encamina al desarrollo de patrones sociales, psicológicos, cognitivos y motrices. Se basa en el tiempo necesario para aprender y llegar a un nivel donde la cantidad y dificultad de experiencias puedan encontrarse, con el fin de lograr éxito en la enseñanza.

Según Arias (2009), dice: La formación deportiva se puede entender como: el cúmulo de experiencias y conocimiento que adquiere un deportista durante toda su vida, el niño va desarrollando todas sus capacidades motrices básicas, complejas y sus capacidades físicas, siendo la primera fase la más importante y la que sirve de base para un trabajo posterior, en lo que se refiere al fútbol el deportista deberá adquirir nuevos conocimientos en cada una de las etapas de desarrollo (p. 2)

Esto es imprescindible dentro de un aprendizaje planificado de todos los fundamentos técnicos y tácticos del deporte y es el desarrollo humano en movimiento para empeñarse en utilizar los métodos adecuados para mejorar la enseñanza del deporte.

El autor menciona que, a través de estos elementos básicos en la formación inicial deportiva, el jugador de fútbol aprende según su nivel conforme va avanzando en sus conocimientos de la teoría del fútbol y en sus destrezas cómo va el deportista desarrollando y adquiriendo el aprendizaje.

2.1.1 Fundamentación filosófica

Teoría humanista

El humanismo conlleva un propósito principal que es el estudio del desarrollo de hombre, un fin que se adquiere de forma natural bajo la premisa de conservación.

Según Ross Lleana & Caraballo Maylín, (2013), menciona: **El deporte contribuye a la humanización de la sociedad, mediante la aplicación de principios y valores que orientan y brindan un motivo para el ser, pues no solo se trata de aprender el dominar y a organizar movimientos, es el triunfo de la razón sobre la armonía entre la sociabilidad, cooperación y el desempeño personal. (p. 1)**

Siendo el humanismo parte de la sociedad, que permite regular el comportamiento propio del ser, identificándolo como tal, el autor menciona que no solo el crecimiento humanista es físico, destaca como ampliamente importante los principios que inciden en la vida dentro y fuera de la cancha.

Según Zuleta, Etanislao, (2013), dice que: **El impacto humanista que el fútbol como tal tiene en la educación de los niños y jóvenes es similar a una buena lectura, donde se aprende cosas de la vida, el fútbol tiene grandes enseñanzas, tales como el saber reconocer la victoria y el fracaso, la solidaridad y la presencia ineludible del egoísmo en la humanidad, lecciones que se pueden aprender en el aula, duramente en la vida, pero con gran pasión en el fútbol, de ahí el fútbol es más humanista que la educación formal. (p. 3)**

Bien se habla del fútbol como una escuela, el conocimiento se adquiere con cada circunstancia, evento en la vida, pero la interacción de sentimientos, práctica, empatía e interpersonalidad que se encuentran conjugados en el deporte, son vistos por el autor, tal vez con un poco de exageración o pasión como la llama cuando prioriza al fútbol ante la educación formal.

Es un punto de vista que lleva a concebir que la práctica futbolística mantiene una enseñanza implícita a cerca del ser humano y su comportamiento.

2.1.2. Fundamento psicológico

Teoría cognitiva

El ámbito cognitivo del ser humano se fundamenta principalmente en las funciones del conocimiento que se encuentra relacionadas con el funcionamiento del cerebro, es importante debido a la relación que existe entre la parte psicológica y la capacidad de aprendizaje.

Dentro de las dimensiones del deporte uno de los elementos es la destreza mental del jugador, esa capacidad que le permite reaccionar en la toma de decisiones, concibiendo el movimiento más adecuado de reacción u oposición.

Romero Cripriano (2009), dice: Para brindar una enseñanza desde la perspectiva del entrenamiento, es necesario que los alumnos, jugadores, niños, adolescentes o jóvenes, adquieran aprendizajes significativos, para lo cual se requiere que los técnicos o entrenadores de fútbol hayan adquirido previamente unos conocimientos, competencias y actitudes necesarias para intervenir en la enseñanza y aprendizaje. (p. 12)

El sentido del aprendizaje significativo es que el entrenador brinde un conocimiento en función del conocimiento previo, esto permitiría a los jugadores adquirir destrezas nuevas con mayor precisión y rapidez, dentro del orden cognitivo, esta es la manera en que desarrolla el ser humano su conocimiento, generado un orden psicológico, enlazando conocimientos previos con los nuevos, tratando de encontrar una relación de lo conocido y entendido, con lo adquirido.

Romero Cripriano (2009), dice: **Es necesario concebir a la enseñanza técnica del fútbol, como un proceso didáctico – cognitivo, para concebir esto mediante un modelo, observarlo como distintos momentos en los que el jugador se va a preparar y desarrollar, gestionando la dinámica, motivándolos y presentándoles tareas dentro del espacio de entrenamiento, además de una valoración feed-back. (p. 20)**

A veces los entrenadores observan a la enseñanza del fútbol como práctica, elementos eminentemente mecánicos, y observan al jugador realizar procesos físicos que permitirán adquirir destrezas, sin embargo, es necesario observar a la enseñanza del fútbol como un proceso cognitivo, donde el jugador va a aprender mediante el desarrollo mental de procesos y momentos. Con cada actividad realizada, este cambio de visión permite al entrenador entender el contexto, es decir no se trata solo de movimientos físicos, en realidad es información que ingresa al cerebro y es aprendida en una dispersión espacial y temporal, asimilada como una realidad compleja vivida y que saldrá en el momento oportuno y necesario.

El conocimiento adquirido por los jugadores se adaptará para facilitar las tareas o desempeño en la cancha de juego, la evolución del jugador no es solo física, en realidad, es mayormente mental, y aunque existe modelos de enseñanza de fútbol como habilidades motoras, principalmente la adaptación mental a través del entrenamiento técnico permite resolver las situaciones problemáticas con mejores resultados.

2.1.3. Fundamento pedagógico

Teoría del aprendizaje

Cuando se habla de pedagogía, esto se refiere a la formación y en el caso del fútbol, a entrenadores formadores, cuya conducción se realiza sin tener conocimientos de pedagogía.

Comúnmente no se considera la formación y práctica de fútbol, como un proceso de aprendizaje. Sin duda los niños y adolescentes aprenden cuando realizan un lanzamiento, conducen el balón o realizan un regate, entrenan complejas funciones tácticas destinadas a neutralizar a sus oponentes. Pero en la teoría del aprendizaje, el rol de entrenador es como el de un docente, fundamentado en bases teóricas, relacionando la pedagogía como un mediador entre el sujeto y el aprendizaje.

Hernán Francisco (2013), menciona que: El fin del entrenamiento deportivo de fútbol, en su formación, es el desarrollo integral de la persona, buscar un equilibrio entre sus condiciones psico-físicas y para lograrlo, la teoría del aprendizaje exige una técnica pedagógica para cumplir el rol formativo distinto, con elementos prácticos y operativos. (p. 95)

Esta teoría explica que en el proceso de formación es necesario que el entrenador cumpla un rol pedagógico incorporando elementos que logren cambios en el criterio de la enseñanza del fútbol.

Según Ramírez Wilson (2012), dice: Entre los modelos pedagógicos más creativos, evolutivos y pragmáticos que se abarca en la enseñanza del fútbol, es el sistema táctico, desde los que han sido utilizados en la antigüedad hasta los actuales, su estrategia usada en muchos juegos en el mundo, permiten una aplicación en cualquier equipo en el campo, dependiendo de la necesidad o aplicabilidad requerida. (p. 45)

La enseñanza y práctica de la táctica, actualmente denominada como ofensiva y defensiva, es uno de los modelos pedagógicos que permiten incursionar en el desarrollo de una enseñanza integral del fútbol por parte del entrenador, donde este se convierte en un maestro y no solo estratega, funciona conjuntamente con el proceso de habilidad y capacidad física, brinda al jugador la capacidad de respuesta adecuada y rápida.

Ciertamente la pedagogía en el fútbol, sostenida por la teoría del aprendizaje, aborda un elemento disciplinar como una ciencia que aporta

con información teórica y técnica, una completa evolución desde sus orígenes, cuando fue considerado una competición similar a una campaña de batalla, actualmente los recursos técnicos enseñados por el entrenador deportivo, se suman a los propios del jugador que con su imaginación y destreza resuelve el problema en el instante del juego. Y son estas las variables que se ajustan al momento de diseñar una jugada en el partido.

2.1.4. Fundamento epistemológico

Teoría constructivista

El constructivismo clásico evidencia una de las características del modelo cognitivo, la forma en que el ser humano aprende. Visualiza internamente la técnica aprendida, la decodifica en su mente como un elemento o conocimiento previo y genera nuevas premisas a partir de este.

Según Fernández Soler (2016), menciona que: El constructivismo no es una teoría sobre la docencia. Se fundamenta en un paradigma emergente acerca del conocimiento y el aprendizaje (Reagan, 1999). En síntesis, esta teoría retoma la psicología cognitiva, la filosofía y la antropología para definir el conocimiento como temporal, en desarrollo, contextualizado en la sociedad y la cultura y por tanto, como falible, perfectible y relativo a un contexto. El aprendizaje, por su parte, es un proceso autorregulado (p. 15).

Teoría que parte del siglo XVIII, con las concepciones de Kant, que intenta sintetizar Racionalismo y Asociacionismo, poniendo al mismo nivel las preformaciones innatas y el afinamiento por la experiencia.

El hombre, partiendo de las concepciones propias de la mente ya desde el primer día, construye conocimientos mediante las vivencias; estos conocimientos son cada vez de más nivel y complejidad, son auténticas “construcciones”. En la segunda mitad del siglo XX esta corriente se impone gracias a las aportaciones de Piaget y Vygotsky. Este último sostiene

además que para la madurez y progresión del conocimiento humano son imprescindibles las interacciones de sujeto y medio, pero éste entendido social y culturalmente, no meramente en su fisicidad. La innovación didáctica es el elemento docente que labora con niños/as, es una necesidad que debe responder a la mutabilidad del proceso relacionado con la educación en general y de la práctica deportiva, dicha innovación fue fundamentada con elementos interrelacionados en principios universales como la reflexión, el razonamiento, el entendimiento y el juzgamiento de contenidos teóricos y prácticos.

Fernández Soler (2006) “Poseer un gran conocimiento sobre el juego va a ayudar a prever cuál de las posibles alternativas es la más adecuada según la experiencia adquirida, y así poder disminuir el grado de incertidumbre” (p. 36).

El conocimiento declarativo es el conjunto de atributos y características que se dice de un objeto, un suceso o una idea. Es el concepto que se tiene de algo. Se identifica como “el saber”, “saber decir”, “saber qué”. Este tipo de conocimiento hace referencia al conocimiento que tienen los deportistas de las habilidades y estrategias de juego. Su característica principal es que puede ser verbalizado, ser declarado, de ahí su nombre. El conocimiento procedimental se refiere a cómo realizar las diferentes acciones deportivas, a las reglas que se aplican para solventar los diferentes problemas que surgen en las situaciones deportivas, un procedimiento “es un conjunto de acciones ordenadas, orientadas a la consecución de una meta”.

2.1.5. Fundamento sociológico

Teoría socio crítica

La socio-crítica tiene el propósito de mejorar la sociedad en función de la razón, denunciar la irracionalidad de la historia y en la sociedad, es decir, medir los causales de los problemas que intervienen en el contexto social

mostrando la realidad sobre la cual pesa los problemas de sociedades pasadas carentes de elementos que racionalicen su actuación.

Se diría que la socio-crítica es el motor de la evolución del pensamiento, este elemento se identifica cada sociedad, por ejemplo, dentro de la historia del fútbol se encuentra la irracionalidad concebido desde la perspectiva actual, a las carencias de técnicas tácticas, donde el jugador buscaba sin orientación, posición o ubicación de la estructura de juego, lograr una anotación, de a poco la inteligencia social desarrolló elementos que le permitieron mejorar las cualidades de la táctica; ahora el problema de estudio enfrenta interrogantes que responden a la necesidad de táctica ofensiva y defensiva en la formación del fútbol, se espera una análisis crítico social que permita desenvolver los procedimientos adecuados en la formación de los jugadores.

Camacho (2007), menciona que “Hay una escuela de pensamiento, denominada el positivismo, que reduce el método científico a cuatro pasos: la observación sistemática de los hechos; la generalización de las conclusiones; la confirmación; la aplicación” (p. 21).

Se considera que no existe actividad relacionada a la formación como proceso educativo que esté al margen de las implicaciones del entorno social, así el estudio sobre metodologías y la propuesta de estrategias como elementos de carácter educativo, consideran a los grupos sociales involucrados que, durante el proceso de aprendizaje, desarrollen sus cualidades, valores y actitudes que orienten la formación de entes útiles a la sociedad.

Según Sánchez, J., Yagüe, J., Fernández, R., & Petisco, C. (2014). En la actualidad, una buena preparación técnica y física en determinados deportes, constituye una de las actividades de mayor promoción personal, la misma que se alcanza cuando existe una base firme de trabajo y desarrollo multilateral, en etapas de iniciación deportiva, que garantice la solidez necesaria para una

posible especialización deportiva o la formación de personas integras en su ser y actuar. (p. 187)

El estudio de las diferentes perspectivas en los modelos de organización es el mayor interés para profundizar en el conocimiento de la evolución de la enseñanza y de la escuela. La teoría "socio-crítica" se encuadra entre los modelos "políticos". En estos modelos subyace el paradigma del conflicto, el cual se entiende como un proceso derivado del poder y de la interacción que se produce en el seno de las organizaciones.

Mármol, A. G., & Valenzuela, A. V. (2013). "El deportista es una pieza más de una maquinaria imparable, donde se le trata como un ente pasivo limitado a asimilar técnicas motrices, dando por hecho que así conseguimos rendimiento deportivo; en esa mera receptividad absorbente, el sujeto desaparece y se objetiviza deshumanizándose" (p. 36). El individuo es superado en su autoridad epistemológica por el poder que tiene el deporte como espectáculo competitivo y como estructura autoritaria avalada por la relevancia política, económica y social que se le otorga.

2.1.6. Fundamentación legal

La investigación presenta un fundamento legal en las siguientes expresiones legales.

LEY DEL DEPORTE, EDUCACION FISICA Y RECREACION. Registro Oficial Suplemento 255 de 11-ago.-2010.

Art. 6. Que, al Estado le corresponde proteger, promover y coordinar el deporte y la actividad física como actividades para la formación integral del ser humano preservando principios de universalidad, igualdad, equidad, progresividad, interculturalidad, solidaridad y no discriminación

Fuente: <http://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>

ESTATUTO DE LA FEDERACIÓN ECUATORIANA DE FÚTBOL

Art.6. Fomentar la práctica del fútbol a escala nacional y dentro del espíritu deportivo.

Fuente: <http://ecuafutbol.org/web/estatuto.php>

2.1.7 El fútbol

Es un deporte eminente físico, también denominado balompié, consta de 11 jugadores en cada equipo que impulsan el balón con los pies para introducirlo en la portería, y está conformado por portero, defensa, centrocampista o medios y delanteros, su historia data de épocas muy antiguas, donde se practicaban juegos similares en Japón, Grecia y Roma, sin embargo, su origen es propiamente en Gran Bretaña, cuando se asignaron normas y reglas, muchas de las cuales permanecen hasta la actualidad.

Desde que se creó la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), este deporte ha evolucionado tanto en su práctica mediante competiciones principalmente la Copa del Mundo y en su formación técnica.

Según Sebrelí (2011) “Del mismo modo que lo fue el campo de Olimpo en la antigua Grecia, el Circo en el Imperio Romano, o el Hipódromo en el Imperio Bizantino, el estadio del fútbol, es un espejo de la sociedad actual” (p. 74).

El fútbol ese supuesto deporte del pueblo, lejos de surgir en el seno de las masas populares, es un típico producto de la conservadora y refinada clase alta inglesa. Contradiendo a la mitología folclorista, las expresiones populares son frecuentemente reproducidas, imitadas de modalidades de las clases altas. El fútbol moderno nace, en efecto, en el siglo XIX en los aristocráticos public schools y universidades de Inglaterra. Las reglas fueron impuestas por la Universidad de Cambridge en 1846.

Este deporte, que en España también recibe el nombre de balompié y que en los Estados Unidos se conoce como soccer, tiene como regla más importante que los jugadores, con la excepción del arquero en su área, no pueden tocar la pelota con las manos o los brazos.

Cada vez que la pelota entra en el arco rival, se consigue un gol (una anotación). El equipo ganador es el que marca más goles en el tiempo reglamentario (dos tiempos de 45 minutos), aunque el empate (la igualdad de goles) es un resultado posible.

El campo de juego en el fútbol es rectangular y está cubierto de césped, por lo general natural. Los arcos se encuentran a cada lado del campo, y cada equipo debe defender uno y anotar (hacer goles) en el otro.

Según Galeano (2010): *Voy por el mundo sombrero en mano, y en él los estadios, suplico: Una linda jugadita por amor de Dios. Y cuando el buen fútbol ocurre, agradezco el milagro sin que me importe un rábano cual es el club o el país que me lo ofrece. (p. 1)*

El autor resalta una de las características que hace del fútbol un deporte con mucha afición, que la denominada pasión. La peculiaridad de ese hecho se da debido a las sensaciones que causa en las masas, una mezcla de nacionalismo y amor por el deporte. La riqueza estética que se aprecia durante un partido se da por los inéditos estilos de jugadores con gran experticia y dominio del balón, estos personajes han sido considerados como estrellas, debido al espectáculo de alta calidad que brindan.

Uno de los jugadores más destacados y que en la actualidad el que está considerado como el mejor futbolista del momento y uno de los más grandes de la historia es el argentino Lionel Messi. En el F.C. Barcelona milita actualmente este deportista que tiene entre su palmarés premios tan importantes a nivel mundial como la Bota de Oro, el Balón de Oro y distinciones como ser el máximo goleador de la Liga de Campeones en una

sola temporada o el haber conseguido el mayor número de tantos en un solo partido de la citada Champions.

Cada cuatro años, la FIFA organiza una Copa Mundial que reúne a los mejores seleccionados del mundo, que clasifican al torneo después de superar una etapa eliminatoria.

2.1.7.1 Fundamentos del fútbol

Los fundamentos tácticos fueron analizados como un elemento necesario en el desarrollo formativo del fútbol, desde los años 80's, anterior a esto, el fútbol era considerado más ofensivo con 10 atacantes, fueron países europeos, como Holanda, quienes enriquecieron la táctica, como un medio eficaz para lograr el propósito del partido, meter goles

(Velasco y Lorente, 2013) “El problema de la disciplina táctica, para nosotros uno de los más grandes con los que el entrenador se encuentra a la hora de la competición, se debe solucionar también con la ayuda de la misma competición (...)” (p. 95).

Los principios tácticos o de juego son definidos como ideas fundamentales básicas y esenciales del fútbol, que se han agrupado en un verdadero método de trabajo, que persigue dos finalidades específicas

Preparar al jugador para desenvolverse con éxito ante los numerosos problemas tácticos que a cada instante le presenta el fútbol durante la competencia. Formar en el jugador una mentalidad táctica o de juego que le permita tomar iniciativas o variar planes de juego, de acuerdo al acontecer de un partido, desarrollándose por medio de tres mecanismos (percepción – decisión – ejecución) la inteligencia de juego. Su origen se remonta a finales de la década del 50 y principios de la década del 60, en los mundiales de Suecia (1958) y Chile (1962), cuando hicieron su aparición

los llamados “Principios tácticos Clásicos (de base)” con su clasificación en principios generales, ofensivos y defensivos que hoy en día perduran.

Castillo, Ramis, Cruz & Balaguer (2015), mencionan que: A partir de la década del 70, mundiales de México 1970 y especialmente Alemania 1974 se comenzó a hablar del “Fútbol Total” con su máximo exponente la selección de Holanda, llamada la naranja mecánica liderada por ese gran jugador, como lo fue JOHAN CRUIF y RINUS MICHEL como técnico, quienes marcaron un derrotero importante en la evolución táctica en el fútbol moderno que hoy se juega mediante la integralidad del entrenamiento físico-técnico-táctico y psicológico, con varias corrientes y tendencias de acuerdo a la concepción de juego de cada cultura futbolística. (p. 78)

Es así como aparecieron los principios de juego que fundamentan la táctica actual y se les denomina Principios tácticos Modernos de evolución, el fútbol total es una metodología de juego donde se pretende poner por encima de la táctica por encima del estado físico del jugador, para lograr un juego eficiente, e inteligente, dotado de elementos de análisis, estrategias ofensivas y defensivas integrales al desarrollo psicológico del jugador.

(Diaz, 2011) “Desde la institucionalización del fútbol en 1863, los sistemas de juego han conocido constantes modificaciones a través del tiempo” (p. 6).

Estas modificaciones explican evoluciones, que se instalan en las diferentes corrientes que influenciaron, a lo largo del tiempo, el análisis de juego y, complementariamente las concepciones técnico – tácticas que de ahí derivan.

Los sistemas de juego, desde el punto de vista de la organización posicional, evolucionan hacia la vertiente defensiva. En los inicios del fútbol los preparadores se preocupaban por buscar ventajas numéricas en la fase de ataque, dándole una gran importancia al juego ofensivo de los equipos. A medida que han pasado los años, y con las innovaciones reglamentarias,

sobre todo en lo que a la regla del fuera de juego se refiere, la prioridad ha sido buscar superioridad numérica en las zonas defensivas y las zonas más propicias para hacer gol.

Espar, X. (2004) citado por (Díaz, 2011) define el sistema de juego como: **El conjunto de normas que rigen las acciones individuales y colectivas, con el objetivo de obtener el máximo rendimiento de todo el grupo. Son las normas que nos ayudan a sumar fuerzas colectivamente. Están pensadas en relación con el conjunto integrante del equipo (p. 1).**

El sistema de juego en el fútbol no es sencillo, se consideran elementos como las posiciones y funciones de cada jugador, sus propósitos individuales, la marcación en su zona de juego, con el fin de brindarle movimiento y estrategia diferenciada en cada área del campo.

Una de las teorías diseñadas con este fin es la organización posicional de los equipos que se refiere a la distribución individual de los jugadores en sus posiciones, por ejemplo, las funciones del defensa, medio campo, delanteros, para definirlos y que se desarrollen experticias en cada situación.

Otra de las áreas es la portería, desde sus inicios el fútbol ha diferenciado claramente las funciones de un portero, pero también ha evolucionado, generando tácticas especiales e inclusive jugadas de riego donde el portero tiende a integrarse como uno de los jugadores de cancha.

Grahaigne (1992) citado por (Díaz, 2011, p. 36) utiliza, para analizar el juego, cuatro tipos de instrumentos a partir de una referencia espacial:

- **El espacio de juego efectivo:** está constituido por el conjunto de líneas que delimitan el área de juego reglamentario. Las variables observables son las sucesivas posiciones de los jugadores situados, en un instante

en la periferia de los equipos. Estas posiciones delimitan una superficie poligonal denominada “espacio de juego efectivo”.

- **El espacio de juego directo:** está constituido por dos líneas divergentes que van de cada poste de la portería hasta la extremidad de la línea del medio campo, delimitando una superficie trapezoidal.
- **El espacio de juego ofensivo:** está constituido en todo momento por el eje balón/portería; desde una y otra parte de este eje, se trazan dos líneas imaginarias que establecen dos superficies
- **Interna:** pasillo de juego directo.
- **Externa:** zona de juego indirecto
- **El espacio de juego próximo:** está definido por el volumen posible de manipulación del balón por parte de un determinado jugador. En este sentido, se convierte en el indicador micro cósmico para evaluar y apreciar comportamientos individuales de los jugadores.

Grahaigne (1992) citado por (Díaz, 2011) manifiesta que: “Los espacios vienen establecidos por dos líneas que subdividen en partes iguales los dos medios campos del terreno y que forman cuatro sectores de juego” (p. 12).

El espacio defensivo, el espacio del medio campo defensivo, el espacio de medio campo ofensivo, el espacio ofensivo). El espacio defensivo. El 1/4 del campo (espacio predominantemente defensivo): es una zona ocupada por jugadores de marcada acción defensiva.

Según Casamichana, Castellano Y Hernández, (2014), dice que: **En el espacio donde la disposición táctica en función del balón adversario y de la portería, se interrumpe los enlaces de las acciones ofensivas, el espacio defensivo 2/4, conviven en un equilibrio de**

seguridad y riesgo donde la acción técnico-táctica es una zona de apoyos y soportes para el jugador. (p. 45)

Esta zona, ofensivamente está ocupada por jugadores atacantes, fundamentalmente dedicados a la búsqueda de espacios libres. Defensivamente, es una zona donde se desencadenan las primeras acciones, en el sentido de trabar el proceso ofensivo o retardarlo lo más posible, con el fin de ganar el máximo tiempo para la propia organización defensiva.

El espacio del medio campo ofensivo El 3/4 del campo (espacio del medio campo ofensivo): en esta zona del campo conviven un cierto equilibrio en el riesgo y la seguridad. En primer lugar, existe el riesgo en la búsqueda de desequilibrar la organización defensiva. Es en esta zona donde se desencadenan las primeras acciones con el objetivo de superar el proceso defensivo adversario.

Según Casamichana, Castellano Y Hernández, (2014), dice que: **El espacio ofensivo El 4/4 del campo (espacio predominantemente ofensivo): espacio donde finalizan las grandes combinaciones ofensivas, con la intención de provocar rupturas en la organización defensiva. La distribución espacial tomada para este estudio, parte desde una perspectiva reglamentaria, es decir, cada una de las zonas definidas tiene una significación desde el punto de vista reglamentario distinta, 4 zonas horizontales y 3 zonas verticales. (p. 69)**

Las zonas horizontales están delimitadas por el espacio comprendido entre la línea de fondo y el área de penalti y su prolongación hasta los laterales del campo. La significación de la misma viene dada por la diferenciación de ese espacio con respecto al resto de espacios.

La naturaleza propia de esta zona viene delimitada por dos motivos, por una parte, el comportamiento motor diferenciado del portero con respecto a sus compañeros y adversarios y por otra el valor que tiene en esa zona una violación del reglamento del equipo defensor de ese espacio de juego.

En esta dimensión sólo se cumplen los criterios reglamentarios que se utiliza en la dimensión horizontal para las zonas que quedan en los laterales del área de penalti, no así para las zonas verticales comprendidas entre las dos áreas de penalti, mismas que están delimitadas por la zona de penalti y la línea divisoria central del juego, presentando características de aplicación del fuera de juego, por lo cual es un área de acción especial de juego.

2.1.8 Principios tácticos de base

Los principios tácticos de base se dividen en generales, ofensivos y defensivos y son una suma de frases que según la dinámica del juego pretenden dar una idea general al jugador, frases de fácil comprensión y rápido análisis.

2.1.9 Principios tácticos de evolución

Son llamados de evolución, debido a que su aplicación depende de la evolución del partido, deben ser utilizados según el nivel de posesión del balón, a diferencias de los principios tácticos de base, estos son específicos según la jugada, mientras que los de base son aplicados en todas las circunstancias del partido.

Según Romero F. (2007), menciona que: **Los principios tácticos de evolución están divididos en principios defensivos y principios ofensivos; según la dinámica general del juego se han subdividido en grupos los cuales llevan como título la fase de juego con un orden lógico y encadenado. Los principios tácticos defensivos se han subdivididos en el grupo de la retardación ya que después de perder la posesión del balón es la acción que se debe realizar, luego se busca en equilibrio en las tareas defensivas (grupo del equilibrio) para luego buscar recuperar la posesión del balón. (p. 8)**

Se dividen en defensivos y ofensivos, cuando el jugador pierde el balón, la lógica de la táctica dice que debe defender y cuando mantiene el balón debe atacar, en cualquiera de las dos condiciones se necesitan acciones eficaces para mejorar la eficiencia del juego. El equilibrio dentro del juego es un elemento que se requiere para mantener a todas las posiciones dentro de su rol en el juego, es decir se necesita que las condiciones de una defensa, por ejemplo, posean las características de este, mientras se realiza la acción táctica, al contrario, si no se tiene equilibrio, la defensa no podrá actuar en la jugada y se verá obligado a jugar con el rol de otra posición, por ejemplo, medio, campo.

Este es uno de los casos que se observan en partidos, donde los jugadores pierden el equilibrio de sus posiciones y la táctica no se puede aplicar, como consecuencia inmediata el equipo pierde su estructura, se observa descontrolado y desorganizado.

Según Romero F. (2007), menciona que: **Los principios tácticos ofensivos están subdivididos en el grupo del control ya que luego de recuperar el balón se debe buscar un dominio en la iniciación de la fase ofensiva, y una movilidad no solo individual sino colectiva (grupo de la movilidad), esta movilidad conducirá a una penetración en las líneas defensivas del rival (grupo de la penetración) y por último el grupo de la improvisación ya que el fútbol por ser un deporte a cíclico el jugador debe estar en condiciones y dispuesto para cambiar de acción en el momento menos esperado. (p. 10)**

En la táctica de evolución ofensiva, el equipo busca una acción de este tipo, a esto se le llama penetración, sin perder la estructura y organización, los jugadores cambian sus roles debido a la necesidad de una rápida acción para lograr la anotación.

2.1.9.1 Características de los principios tácticos de evolución

Según Romero F. (2007, p. 11), caracteriza los principios de evolución:

- Son fundamentales en las etapas de tecnificación, especialización y alto rendimiento (12 años en adelante).
- Acentúan y otorgan un sentido más práctico e interpretativo al juego.
- Desarrollan una concepción táctica más específica hacia el juego (inteligencia de juego).
- La FIFA los ha difundido desde sus programas de capacitación.

Las interrelaciones personales en el fútbol son variadas, esto obliga a tener consideraciones respecto a las tácticas del juego, establecer las relaciones entre los miembros del equipo, considerar el multiculturalismo e interculturalidad, es decir la táctica también considera la estrecha relación con las actitudes de las personas.

“El deporte colectivo del fútbol supone tener en consideración múltiples variables que se desarrollan cada día en el seno de un equipo, que a su vez fluctúan novedosamente a lo largo de una temporada” (González C. G., 2011, pág. 92)

La figura del entrenador es consustancial al funcionamiento del grupo y según Fernández, Burillo & Plaza (2012), “el entrenador tiene que desplegar un amplio abanico de roles dentro de su función de máximo responsable de un equipo, y entre éstas, el autor destaca: sustituto paterno, jefe, líder, amigo, confidente, consejero, protector, creador de relaciones” (p. 32), el entrenador es un buen comunicador, buen motivador, mediador de valores reconocidos por la sociedad y un largo etcétera que confluyen en exigir a un entrenador desenvolverse a través de un modelo de personalidad ideal.

Existe un papel extraordinariamente insoslayable dentro de la figura del entrenador deportivo: ser un buen motivador. En el fútbol, ante situaciones

de premura y urgencia para obtener mayor posibilidad de lograr óptimos resultados, dos aspectos fundamentales deben considerar el entrenador:

“Conocer las características deportivas, físicas y psicológicas de los jugadores, y conocer las contingencias y viabilidad de apostar por una determinada alineación.” (Galeano, 2010).

Estas dos bases van a ser aderezadas con una buena preparación física y grandes dosis de autoconfianza, motivación y disciplina táctica y mental.

El entrenador decide desarrollar las sesiones de entrenamientos durante la semana bajo su propio criterio, sin proceder a organizar una concentración en algún complejo hotelero apartado de su ciudad.

En cuanto a las funciones de un entrenador, éste despliega una dilatada lista de factores a considerar y tareas a realizar. Entre ellas:

- Los principios del juego.
- Los principios tácticos en defensa y en ataque. • Los fundamentos tácticos.
- La elección del sistema de juego y sus variantes (4-4-2; 4-2-3-1; 4-3-3;...) para el partido.
- La lista de posibles convocados para ese partido.
- La posible alineación.
- La preparación de los tres cambios factibles en función de si vas ganando, empatando o perdiendo, así como la consideración del tiempo que quede por jugarse.

2.1.10 Fundamentos tácticos ofensivos

Son todas aquellas acciones tácticas estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando se encuentra en posición del balón.

2.1.10.1 Desmarques

Es uno de los principios de la táctica, una herramienta en la estructuración y funcionamiento de los roles posicionales del jugador, se generan mediante acciones de elución. “Es un movimiento rápido realizado por un atacante hacia el espacio libre, para huir del marcaje de su adversario, con el objetivo de crear situaciones favorables que permitan la finalización o una eficaz circulación del balón.” (Pacheco, 2007, pág. 87)

Es escapar de la vigilancia de un adversario cuando nuestro equipo se apoderó de balón. Por lo tanto, es la acción consecuente de todo jugador al ocupar espacios libres cuando un compañero entra en posesión de balón. Existen tres tipos de desmarques:

Desmarque de ruptura: Es aquel en que el atacante se aleja del poseedor del balón. Es el tipo de desmarque más ofensivo, ya que se realiza en el sentido del campo del adversario (en profundidad) favoreciendo la progresión en el campo.

Desmarque en apoyo: Es cuando se ofrece ayuda a un compañero que se encuentra en posesión del balón, facilitándole la acción. En el desmarque de apoyo, es importante la ayuda de los compañeros de juego.

Desmarque en ruptura: Es cuando se supera la posición del compañero con balón, o bien reduciendo distancia con la portería adversaria desbordando al marcador y buscando progresión. (Pacheco, 2007, p. 112). Este tipo de desmarque se caracteriza por que mejorar la capacidad de ofensiva y detiene al adversario con el propósito de desligarse de este.

2.1.10.2 Ataques

Es parte de la táctica ofensiva, requiere de las acciones del equipo, una progresión de la posición y manejo del equilibrio ofensivo.

Pacheco, Ruiz (2007) “Se considera que un equipo se encuentra en situación de ataque cuando está en posesión del balón, teniendo como objetivos mantenerlo, progresar en el terreno y finalizar, es decir, intentar marcar un gol en la portería adversaria.” (p. 77). Es intentar llegar a la portería adversaria, con balón, una vez puesto este en juego o cuando se ha recuperado. Requiere la acción de todo el equipo, respetando un conjunto de principios como son: penetración, cobertura ofensiva, movilidad y espacio.

2.1.10.3 Contraataques

Es una de las acciones que se realiza de manera táctica y rápida, inicia con la recuperación del balón, es importante la organización de la defensa y la determinación de los espacios que de manera débil o por aprovechamiento de la desorganización deja el oponente.

Según Ardá, Toni; Casal, Claudio (2007): **EL contraataque es un modelo táctico ofensivo que busca llevar el balón de forma rápida a las zonas predominantes de finalización, disminuyendo o desapareciendo la fase de construcción del proceso ofensivo. Se caracteriza por el elevado ritmo de circulación del balón y los jugadores, por su verticalidad, por su simplicidad y por la participación de un reducido número de jugadores. (p. 42)**

Es decir, es robar el balón al adversario e intentar llegar rápidamente a su portería, sorprendiéndole de forma que no pueda replegarse ni organizarse defensivamente y explotando los espacios libres que dejó al adelantarse y además requiere la acción de pocos elementos.

2.1.10.4 Espacios libres

Son aquellos lugares del campo que se encuentran desiertos como consecuencia de la deficiente colocación de los jugadores sobre el terreno

de juego y también por los espacios dejados cuando un equipo ataca de forma desordenada y pierde la ocupación racional del terreno de juego.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008) “Los espacios libres se crean llevando al marcador a lugares erróneos; se ocupan desplazándose un compañero a ese lugar; y se aprovechan, cuando el balón llega en debidas condiciones para ser jugado.” (Pág. 58)

Tácticamente los tres aspectos que componen los espacios libres son: creación, ocupación y aprovechamiento.

Creación. - son aquellos lugares del campo que se encuentran abandonados.

Ocupación. - Es la acción consecuente de un jugador que se desplaza a un lugar abandonado, en estas acciones tiene mucha importancia la anticipación con el fin de sorprender. (Casais, 2006, pág. 32)

Aprovechamiento. - Los espacios libres que se han creado, deben ser debidamente aprovechados para lograr completar la finalidad táctica, y que la acción colectiva sea consecuente y eficaz.

Vigilancia: Son las evoluciones que realizan los jugadores de un equipo cuando no están en posesión del balón, sobre sus adversarios, no manifestando ningún tipo de marcaje.

Se hace vigilancia ocupando zonas que, aunque no tengan presencia de jugadores adversarios, no se deben dejar descubiertas por su importancia. (Casais, 2006, pág. 12)

Paredes: Es la entrega y devolución rápida del balón entre dos o más jugadores de un equipo, mediante un solo contacto y superando al menos a un contrario.

2.1.10.5 Temporizaciones

Dentro del espacio temporal del juego, el manejo de este también está considerado como una táctica, es evidente que el juego tiene un tiempo límite, sin embargo, la temporización se basa en una acción más técnica, se busca tener la ventaja psicológica y de marcador.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008) “Son todas aquellas acciones lentas, hechas con astucia durante el juego, para obtener algún tipo de ventaja, tácticamente hablando, por parte del equipo que las realiza.” (p. 59).

El balón estará en poder del adversario, y se trata de impedir su cómoda progresión y elaboración de la jugada. Conservación del balón/Control del juego: Son las reiteradas acciones que se realizan sin perder el balón, desplegándose y maniobrando el equipo que las manifiesta, sin otra intención aparente que la de disponer de la iniciativa y, lógicamente, del balón.

2.1.10.6 Ritmo de juego

Durante el partido se diferencia este elemento según el nivel de presión que realice un equipo a otro, además las respuestas del oponente ante los cambios generados por dicha presión establecen un ritmo.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008) “Es el principio ofensivo que se manifiesta cuando se mantienen, desde el principio hasta el final del partido, unos esfuerzos y acciones que no sufren durante su desarrollo ningún tipo de cambio aparente en cuanto a su intensidad.” (p. 45)

Cuando se trata de imponer el ritmo de juego y no someterse al que emplea el adversario, éste debe mantenerse uniforme en las diversas

acciones de ataque y defensa. Si en las elaboraciones ofensivas la rapidez es el mayor elemento a tener en cuenta, en las manifestaciones defensivas las presiones para frenar y retrasar las salidas de los adversarios serán esenciales, por lo que conjuntamente el ritmo de juego estará unido.

2.1.10.7 Cambios de ritmo

Una de las tácticas consideradas como psicológicas que parten de la ofensiva, son modificaciones en el manejo del juego, una de ellas es el cambio de ritmo que puede desorientar y debilitar al oponente, mientras intenta habituarse al nuevo ritmo, generando desconfianza de su propia táctica, al no poder dominar la situación.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008): **Otro aspecto unido al ritmo de juego, son los cambios de ritmo, se caracterizan por los diversos movimientos, en cuanto a lentitud y velocidad, de los hombres de un equipo que se encuentran en posesión del balón y de sus diferentes velocidades y trayectorias. (Pág. 45)**

Si durante el partido cualquier equipo, alterna un ritmo de juego rápido con otro lento, se dice que está realizando cambios de ritmo. Esta acción ofensiva se suele utilizar para desorientar al adversario, pudiendo ser: cambios de ritmo individuales y cambios de ritmo colectivos.

2.1.11 Fundamentos táctico defensivos

Son todas aquellas acciones tácticas y estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando no se encuentra en posesión del balón.

2.1.11.1 Marcajes

La presión sobre el oponente también es defensiva y en este caso la marcación consigue la ventaja de anular la posición del balón ya que su fin es recuperarlo.

Pacheco, Rui (2007), define como: **Una acción táctica en la que los defensores se aproximan a los atacantes, buscando colocarse entre éstos, el balón y la portería, con el objetivo de obstruir su progresión, impidiéndoles los pases, la finalización y recuperando la posesión del balón. (p. 90)**

Son aquellas acciones que se realizan los jugadores de un equipo respecto a sus adversarios cuando estos se encuentran en posesión del balón.

Marcaje en zona. - También denominado marcaje individual zonal, es aquel en el que un defensor es responsable de una determinada zona del campo y marcará a cualquier adversario que aparezca en ella.

Marcaje individual. - También denominado marcaje hombre a hombre, es aquel en el que el defensor marca a su adversario directo, acompañándole en todas las zonas del campo.

Marcaje mixto. - Es el utilizado cuando el equipo adversario posee uno o más jugadores de gran calidad, que son marcados individualmente mientras simultáneamente, los restantes defensores del equipo realizan un marcaje en zona.

En el aspecto colectivo se puede realizar el marcaje combinado, coberturas (a compañeros), permutas (con compañeros) y pressing.

Coberturas: Es estar en situación de ayudar a un compañero que puede ser desbordado por el adversario.

Permutas: Es cuando un jugador desbordado procura, lo más rápidamente posible, ocupar el lugar dejado por el compañero que, en su ayuda, sale al encuentro del adversario. Desde un marcaje por zonas, el defensor tiene plena autonomía para salir de ella cuando las circunstancias lo requieran así.

Pacheco, Rui (2007), define como: **Es un tipo de marcaje que como su propio nombre indica está relacionado con el individual y el por zonas y se realiza cuando el defensor sale del radio de acción o zona de trabajo asignada por el entrenador para perseguir al adversario que pasó por ella hasta finalizar la jugada.**

Es decir, es un tipo de marcaje en el que cada jugador, partiendo de su posición en el campo, se empareja con el contrario que entra en su zona y le marca hasta el final de la jugada o hasta que finalice la peligrosidad de la acción que pueda realizar dicho jugador.

Así pues, el que el contrario sea distinto, o pueda serlo, de una acción a otra, y que el marcaje pueda manifestarse en diferentes zonas por el mismo jugador hace que se denomine a este tipo de marcaje como mixto al ser diferente al individual y al de zonas, pero al mismo tiempo se base en los dos.

2.1.11.2 Características del marcaje mixto

Es preciso determinar las características del marcaje mixto ya que permiten mejorar el juego de manera estratégica cuando la superioridad del equipo oponente puede definir el resultado.

- a.- Se trata de anular al atacante más peligroso, en ese momento, en la jugada.
- b.- El que el contrario sea distinto de una acción a otra, durante el transcurso del partido y no sólo se realice el marcaje en un lugar determinado, define claramente el que sea un aspecto de marcaje distinto al individual y al de en zonas.
- c.- Requiere mucha disciplina, sacrificio, inteligencia, iniciativa y sincronización defensiva colectiva, y no tantas cualidades en el jugador.

- d.- El marcaje mixto se realiza para seguir a un contrario que entró en la zona, con balón o sin él, pero que en un momento dado puede constituir un grave peligro para nuestra portería. “Una vez que ha pasado el peligro vuelve a su zona, desentendiéndose del jugador al que siguió” (González A. C., 2000)
- e.- Se utiliza para atajar un lanzamiento del contrario en profundidad fuera de su zona, al encontrarse él más cerca del lugar adonde se ha enviado.
- f.- Se utiliza para marcar rápidamente a un adversario que se encuentra fuera de su zona, pero que representa un inminente peligro de gol. La clave es el peligro de gol no el balón ni un contrario específico.
- g.- Se realiza siempre que el jugador estime oportuno que el abandonar su zona para marcar a un contrario sea eficaz para contrarrestar el juego ofensivo del rival.

2.1.11.3 Ventajas del marcaje mixto

Se puede considerar que las ventajas evidencian una mejor calidad de juego, sin embargo, se explica las cualidades posicionales e individuales de su aplicación

- a.- Ofrece seguridad defensiva y nos ayudará, sobre todo, cuando el equipo contrario entra por medio de un contraataque.
- b.- Le damos la iniciativa al jugador para que en un momento determinado elija lo mejor para su equipo. “Se dota de gran poder de decisión a los jugadores, lo que les hace más participes del juego.” (Castellano Paulis, 2008). Esto se realiza con el fin de un juego más fuerte y unido.
- c.- La referencia defensiva es clara: zona o jugador de mayor peligro para nuestra portería.

- d.- Permitirá que el contrario no encuentre ventaja ante la inferioridad numérica.
- e.- Se impone el componente de la inteligencia por encima de la condición física, aumentando la creatividad en los jugadores ya que no están pendientes de seguir a un jugador determinado. (Castellano Paulis, 2008).
- f.- El marcaje mixto es más agresivo, ya que existe presión al adversario que entra en zona.
- g.- Proporciona seguridad defensiva ya que las rotaciones y velocidad no las contrarrestan como en el marcaje al hombre.

2.1.11.4 Inconvenientes del marcaje mixto

El desarrollo de un marcaje mixto tiene la implicación principal en el sobre esfuerzo de la estructura del equipo y el posible desequilibrio de los roles individuales, generando espacios débiles en la defensa.

- a.- La efectividad defensiva depende casi exclusivamente de la toma de decisiones de los defensores. “Puede faltar entendimiento entre los jugadores pues se precisa disciplina e inteligencia.” (González C. G., 2011). Este elemento provoca que los defensores avancen y recuperen el balón.
- b.- Requiere un fuerte esfuerzo físico y es necesario un gran espíritu de sacrificio para no escatimar esfuerzos, pues exige un desgaste físico importante.
- c.- Al defensor le obliga a trabajar en zonas no habituales pues en muchas ocasiones los jugadores “abandonan sus posiciones naturales”.

(Galeano, 2010). Las posiciones deben encontrarse dentro del esquema inicial, con el fin de obligar a los jugadores a destruir su marcación.

- d.- Puede disminuir la capacidad ofensiva del jugador y del equipo.
- e.- Puede ser un inconveniente confiar esa misión a jugadores no sacrificados o no inteligentes o que no exista reciprocidad en la ayuda por compañeros.

2.1.11.5 Formas de contrarrestar el marcaje mixto

En el aspecto defensivo se ha de considerar si el oponente realiza un marcaje mixto, se aplican las desventajas señaladas, aplicadas inversamente y se consideran los elementos que permitirán a los defensores reforzar las jugadas, aunque se requiere de mucha predicción de la táctica ofensiva del oponente.

- a.- A mayor movilidad y mayor cambio posicional mayores dudas se crearán en los defensores.
- b.- “La utilización de jugadores entre líneas crea gran incertidumbre”. (Casais, 2006). Sin embargo, si existe un refuerzo en las líneas medias, este es fortalecido con el fin de presionar a la ofensiva.
- c.- Con combinaciones cortas o la búsqueda de la espalda de los defensores al ser muy difícil la utilización del fuera de juego.

2.1.11.6 Marcaje combinado

Este tipo de marcaje se manifiesta cuando todos los componentes de un equipo no realizan el mismo tipo de marcaje, es decir, si individualmente se asignan un rol sin este marcaje

La combinación de diferentes roles en la marca se requiere definir la fortaleza o debilidad del oponente para que este sea marcado de manera diferente, Vásquez S. (2012, p. 54). “Las características, ventajas, inconvenientes y formas de contrarrestar este el marcaje combinado serán las mismas que contemplan otros tipos de marcajes al ser éste tipo de marcaje una combinación de varios de los otros” (p. 54).

Un ejemplo sería un equipo que trabaja con un marcaje por zonas excepto un jugador mediocampista que realiza un marcaje individual sobre un medio punta adversario que es el jugador más peligroso y habilidoso del equipo adversario.

2.1.11.7 Temporizaciones

A diferencia de la temporización ofensiva, esa busca una ventaja en el control del equilibrio, organización y restructuración de las posiciones.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008) “Son todas aquellas acciones lentas, hechas con astucia durante el juego, para obtener algún tipo de ventaja, tácticamente hablando, por parte del equipo que las realiza.” (p. 59)

El balón estará en poder del adversario y se trata de impedir su cómoda progresión y elaboración de la jugada.

2.1.11.8 Repliegues

Así como un jugador conoce sus funciones cuando tiene el balón, es preciso considerar sus acciones cuando lo pierde, el repliegue, permite disminuir la inconsistencia, ante una sorpresa del rival.

Según Macías Juan, (2013), menciona que: **Son aquellos movimientos de retroceso que realizan los jugadores de un equipo que perdió la posesión del balón en su acción ofensiva, volviendo lo más rápidamente posible a las zonas o misiones encomendadas por el entrenador, con el fin primordial de organizar su defensa de la forma más adecuada. (p. 36)**

Cualquier jugador puede realizar el repliegue, la línea defensiva debe estar muy atenta, ya que normalmente suceden en la última línea, es muy intenso y genera peligro al portero.

2.1.11.9 Desdoblamientos

El desdoblamiento es una táctica muy común, que permite cerrar o cubrir los espacios que quedaron vulnerables, debido a un avance del oponente.

“Es una acción táctica en la que un defensor va a ayudar a su compañero sustituyéndole en su posición (y función) cuando éste es sobrepasado por un adversario.” Pacheco, Ruiz (2007, p.91)

Es decir, son una serie de acciones que permiten, ante todo, no perder la ocupación racional del terreno de juego, cubriendo u ocupando la espalda del compañero ofensivo cuando pierde el balón, volviendo éste para ocupar el lugar del compañero que le ayudo. Por ejemplo, en el transcurso de un partido, si el defensa lateral es sobrepasado, aparece muchas veces el defensor central para hacer el desdoblamiento.

2.1.11.10 Pressing

Consiste en achicar los espacios, reduciendo las posibilidades de acción del rival, es un tipo de presión en grupo ejerciéndola en las zonas donde comúnmente el contrario es más fuerte o hábil. Ruiz, Laureano (2010) “Es

un movimiento colectivo del equipo, hacia el rival que posee el balón con dos o más jugadores accionando sobre dicho contrario.” (p. 118)

Es decir, es un sistema defensivo, puesto que se practica cuando el rival posee el balón. Es una forma arriesgada y valiente de plantear el encuentro, pero se considera que no se debe emplear siempre. Si se lo usa en cada partido, desaparece el factor sorpresa, alertando a los rivales sobre el propósito, y les da la oportunidad de contrarrestar la acción.

2.1.11.11 Basculaciones

Este recurso táctico, permite al grupo de jugadores, incidir sobre el lado o posición donde se encuentra el balón, conjuntamente sin dejar el área de influencia de su posición, los jugadores se acercan de forma horizontal o vertical hacia el sector donde el balón se encuentra.

Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008) **Aspecto táctico defensivo que consiste en el movimiento de uno o más jugadores, siguiendo la estrategia del equipo que van hacia delante, atrás o hacia las bandas, donde se encuentra el poseedor del balón, con el objetivo de crear una situación de superioridad numérica en la zona donde se encuentra el balón y poder recuperar o intentar que pierda posesión del mismo el equipo adversario. (p. 62)**

Entrada: Que realiza un jugador para apoderarse del balón cuando éste está en la acción posesión del adversario.

Carga: Es la acción que realiza un jugador sobre el adversario empujando hombro con hombro (reglamentariamente) cuando este se encuentra en posesión del balón o intenta apoderarse del mismo.

Ayudas permanentes: “Son aquellas soluciones favorables que se le presentan al jugador que posee el balón” (Galeano, 2010). Este elemento

se encuentra dentro de la estrategia ofensiva y defensiva, debido a que tanto la tenencia del balón como el ataque se pueden valer de ayudas permanentes.

Apoyos: Es acercarse o alejarse (sin obstáculo alguno) del poseedor del balón, “pueden ser laterales, diagonales, en profundidad, desde atrás o desde delante.” (Galeano, 2010). El apoyo puede realizarse dentro de los ámbitos permitidos de la norma, se toma consideración de las sanciones respecto a esta estrategia.

Cambios de orientación: Son aquellos envíos cortos, medios o largos del balón que cambian su trayectoria. Se realizan para aprovechar espacios libres, desorientar al adversario, conseguir amplitud en ataque y buscar la espalda del adversario. (Marziani. F., 2011, p.4). Sin embargo, el cambio de orientación se vuelve peligroso debido a la velocidad que pueda tener el ataque del adversario.

Velocidad en el juego: Son todas las acciones realizadas por los jugadores de un equipo, con golpes de balón precisos y oportunamente orientados.

Progresión en el juego: Se realiza en la actividad de ataque dentro del juego. “Todas aquellas acciones realizadas por un equipo, llevando o enviando el balón” (Marziani. F., 2011, p.4), en sentido perpendicular a la portería adversaria. Esta progresión permite que el balón se mueva con mayor agilidad. La progresión podrá ser más o menos rápida, pero se debe manifestar claramente.

2.1.12 Formación deportiva

La formación es un término eminentemente educativo, en el ámbito deportivo, trata del lazo que posee el educador y el alumno, en el caso del

fútbol, jugador y entrenador. Los componentes a considerar son mayormente pedagógicos y esenciales. Además, se contempla el desarrollo integral del jugador, como ser humano, es decir incluyendo los valores, conducta social e interpersonal.

Según Gunter, (2007), dice que: La Formación Deportiva, como proceso integral y multifactorial, se encarga de dotar a niños y jóvenes, de una serie de capacidades, desde el punto de vista físico, funcional, motriz, intelectual y moral, que les permiten a éstos, realizar de forma exitosa la práctica de una modalidad deportiva, con predicciones bastantes favorables de cara al futuro, además de dotarle de todas las herramienta necesarias para afrontar las cargas de entrenamiento posteriores. (p. 35)

Estas características denotan por sí mismas, la duración del mencionado proceso, el cual se inicia con la participación del niño desde edades tempranas en las actividades lúdicas y posteriormente en las clases de Educación Física, hasta llegar al llamado Deporte de Rendimiento, manteniéndose en todas las fases como invariante, la presencia de un pedagogo como regente de toda la actividad.

La presencia de todas las fases dentro del proceso de Formación Deportiva, se convierte en el elemento que le imprime el carácter cíclico al mismo, pues al finalizar cada fase precedente, se encuentran creadas las bases para acceder al desarrollo ulterior de la siguiente, sin las cuales el niño presenta muchas deficiencias y la dificultad de asimilar nuevas experiencias.

Así se observa como las actividades lúdicas en las primeras edades contribuyen a la formación inicial de algunas habilidades motrices básicas, teniendo a su vez una incidencia cautelosa en el desarrollo físico del infante. Ya en las primeras etapas de la Educación Física Escolar, estos aspectos se van afianzando, al tiempo que se inicia la formación de las habilidades motrices deportivas, todo ello con una mayor exigencia desde

el punto de vista físico y funcional, en correspondencia con la evolución psicobiológica del estudiante.

Según (Piñar López, 2007): El significado etimológico de “formación”, del latín formatio, es “proceso que consiste en dar forma a algo o a alguien. Por lo que la formación deportiva se entiende como un proceso continuo, ininterrumpido, con una duración similar y paralela al desarrollo evolutivo del jugador en el que se contemplan el desarrollo de las capacidades necesarias para poder una respuesta eficaz ante las situaciones presentadas en el continuo del juego (p.39)

La formación de un jugador resulta un proceso complejo que se ve afectado por numerosos factores metodológicos, psicológicos, fisiológicos, genéticos, etc., que pretenden conseguir un jugador completo, asegurando el desarrollo de todas aquellas habilidades o capacidades que influyen en su rendimiento (Cárdenas, 2007, p. 45).

Una formación adecuada debería dotar al jugador de capacidades tácticas, técnicas, psicológicas y físicas, adecuadas a cada momento de desarrollo del jugador.

En la formación deportiva los elementos humanos en el desarrollo del aprendizaje se convierten en aliados de la enseñanza. Piñar López, (2007) señala que “la adquisición de una de estas capacidades sin el sostén de otros aspectos formativos supone una atrofia en la evolución del deportista” (p. 41). El hecho de que todos los aspectos formativos estén imbricados y tratados de forma conjunta llevará al niño a un grado de maduración deportiva óptima.

Esto supone que los entrenadores deberán conocer perfectamente este deporte para identificar los contenidos tanto individuales como colectivos, el tipo de situaciones que se generan para poder representarlas en los entrenamientos y, concluyentemente, cualquier aspecto del juego que deba

tomarse en cuenta para la planificación del proceso general, o el diseño particular de las tareas

Además, como cualquier planificación, la que se refiere a la mejora de las capacidades para jugar, debe partir de un conocimiento previo de nivel de partida de aquellos que serán los protagonistas y, sobre todo, del establecimiento de objetivos a conseguir. Esta definición de objetivos, que servirá para concretar las metas que se deben alcanzar, deben centrarse sobre aquello que, con el paso del tiempo, deberán conseguir los jugadores (Pinar, M., 2007, p. 45)

Este proceso ha de ser coherente y pedagógico, por lo que será necesario desarrollar una serie de etapas que corresponderán a momentos de comportamientos diferentes. Se trata, por consiguiente, de crear las condiciones necesarias para que los niños lleguen a desarrollar e interpretar correctamente un juego evolucionado cuando sean adultos. Así que habrá que plantear una programación general de los diferentes escalones del aprendizaje.

2.1.12.1 Etapas de formación

a) Etapa de iniciación deportiva

En todos los deportes la iniciación es un aspecto irremplazable, ya que permite como factor principal, la estimulación a edades tempranas, introducción a los fundamentos básicos del juego y permite sentar conocimientos previos o bases para el mejoramiento continuo en el futuro del jugador.

Según Sarria D. (2013), menciona que: La utilización del fútbol como uno de los deportes motivo de clase en las escuelas primarias, permite estimular el interés de los niños o niñas en edades tempranas, creando premisas en la introducción de los fundamentos del juego y permitiendo el perfeccionamiento en la búsqueda de

formas cualitativas y cuantitativamente superiores insertando otros modelos de iniciación deportiva para enfrentar el proceso de enseñanza. (p. 45)

Las formas cuantitativas y cualitativas se refieren a los resultados físico – técnicos, los cuales demuestran evaluativamente avances en la capacidad de resistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad; y destrezas en el manejo del balón, conocimiento de las tácticas, capacidad de aplicación.

b) Formación motriz básica

La formación motriz, implica el desarrollo de los músculos en relación al movimiento que estos permiten, tanto en flexibilidad como en la fuerza, la motricidad es un elemento que desarrollo aspectos cognitivos y del aprendizaje, debido a su incidencia sobre la madurez mental en los primeros años de educación, de manera que afecta a su gnosis.

Las principales características, según González & Fernández (2015, p. 14), son:

- Adquirir el conocimiento del propio cuerpo y su capacidad de movimiento y las nociones básicas para la percepción y adecuación a factores espaciales, temporales.
- Aprender las habilidades motrices básicas en la acción del propio cuerpo y en el manejo de objetos, permitirá que el niño adquiera la habilidad de resolver circunstancias complejas del deporte.
- Favorecer el desarrollo natural de las capacidades físicas y la maduración psicológica, y desarrollar la motivación hacia la actividad física.

c) Formación multideportiva básica

Consiste en el desarrollo de diferentes disciplinas, que brindan a los jugadores, “diferentes capacidades físicas, técnicas, colectivas y de

cooperación”, González & Fernández (2015, p. 22). Esto infiere dentro del aprendizaje inicial, formando la técnica colectiva e individual.

Las principales características, según González & Fernández (2015, p. 22), son:

- Juegos múltiples en las prácticas deportivas. De 9 a 12 años, los niños; y 11, las niñas.
- Adquirir el conocimiento básico parcial y global del mayor número de deportes mediante prácticas pre-deportivas.
- Conocer las reglas básicas para su práctica y aplicar los principios generales y específicos que rigen los juegos deportivos colectivos de cooperación – oposición.
- Conseguir hábitos higiénicos–deportivos.
- Participar en competiciones y juegos físicos y pre deportivos.
- Consolidación, mejora y ampliación de la forma básica. Pocos deportes, limitados según preferencias, aptitudes y menos actividades diversas. Hasta los 14 años (niños) y 13 (niñas).
- Adquirir las habilidades coordinativas generales y específicas de los deportes practicados de forma global.
- Desarrollar las capacidades físicas que son acordes con las edades. “Se considera como un elemento propio de la edad el Desarrollo de la Fuerza”. (Casais, 2006). Partiendo de la premisa que los jugadores corresponden a la misma etapa o edad.
- Ampliar el conocimiento de las reglas de juego, así como el manejo y la aplicación de los principios que rigen los deportes colectivos.

- Aprender los gestos básicos en los deportes colectivos y adquirir nociones elementales sobre táctica individual y colectiva.
- Competir formalmente en dos a tres deportes complementarios y compatibles.

d) Perfeccionamiento básico

Es el desarrollo de destrezas básicas para el juego en la cancha, existen elementos actitudinales que se necesitan, tales como la predisposición, al fútbol, así como cualidades físicas, conocimiento del juego y motivación.

Las principales características, según González & Fernández (2015, p. 32), son:

- Un deporte de tendencia básica por preferencias, aptitudes u otro complementario. Hasta los 16 años (varones) y 15 años (chicas).
- Fase de especialización genérica cuando el deporte preferencial sea individual de bajo componente táctico. Sin embargo (Casais, 2006), menciona que “la fase de especialización se genera en los inicios de la etapa deportiva cuando el atleta ha logrado superar su barrera de iniciación”. Esto lo menciona el autor sin considerar el elemento táctico como parte de la especialización.
- Mejorar las habilidades motrices específicas e iniciar la mejora generalizada de las cualidades físicas.
- Consolidar el aprendizaje de los medios colectivos básicos anteriores y ampliar el conocimiento de otros nuevos.
- Adquirir nociones teóricas sobre algunos factores implícitos en el juego deportivo.

- Perfeccionar el conocimiento de las reglas de juego e iniciar el conocimiento y aplicación de nociones estratégicas individuales y colectivas. Según (Díaz, 2011) “el conocimiento de las reglas no es parte de la etapa de desarrollo, sino de la etapa básica de conocimiento”. Por tanto, las reglas deben ser enseñadas en esta etapa.
- Competir formalmente en el deporte preferencial y realizar prácticas competitivas en un deporte complementario.

e) Etapa de especialización

Es una etapa donde se aplica lo aprendido y se desarrolla la técnica y tácticas mediante el repaso de las mismas en juegos equipo contra equipo.

Las principales características, según González & Fernández (2015, p. 32), son:

- Especialización en los deportes individuales con reducido componente táctico.
- Incrementar la capacidad física general.
- Ampliar el bagaje y el perfeccionamiento de la aplicación de los gestos básicos.
- Profundizar en el conocimiento del reglamento del juego y ampliar el conocimiento teórico de factores tácticos y de condición física.
- Mejorar la aplicación de nociones estratégicas individuales y colectivas

Son variados los sistemas formativos, sin embargo, coinciden en que deben mantener una estructura que permita el perfeccionamiento de las destrezas conjuntamente con lo físico

Según (Piñar Lòpez, 2007) **Con el fin de sistematizar el proceso formativo siguiendo un desarrollo paralelo a la evolución del niño, son varios los autores que han desarrollado programas estructurados a largo plazo, en los que se distinguen diferentes etapas de formación**

que, debidamente diseñadas, promueven una enseñanza progresiva acorde a las necesidades e intereses de los niños en particular y de los deportistas en general. (p. 47)

Tradicionalmente, las propuestas de planificación del proceso de formación del jugador de fútbol realizadas, se basan en una estructuración del proceso de fases cronológicas, donde se propone una secuenciación de objetivos y contenidos y en el mejor de los casos se realizan adaptaciones dependiendo del desarrollo biológico del niño o del nivel de juego

Este autor critica este tipo de planificaciones argumentando que existe una desvinculación manifiesta entre los objetivos y contenidos desarrollados y la forma de jugar en competición, además de un déficit en la formación táctica colectiva y en la enseñanza de los contenidos desde un punto de vista conceptual.

(Sánchez & Javier, 2013) “El juego debe ser un recurso omnipresente en la formación deportiva infantil, no solo para estimular fielmente los preceptos básicos en disciplinas como el fútbol”. (p. 96).

Un juego es una actividad que se utiliza para la diversión y el disfrute de los participantes; en muchas ocasiones, incluso como herramienta educativa. Los juegos normalmente se diferencian del trabajo, pero en muchos casos estos no tienen una diferencia demasiado clara. También un juego es considerado un ejercicio recreativo sometido a reglas.

La primera referencia sobre juegos que existe es del año 3000 A.C. Los juegos son considerados como parte de una experiencia humana y están presentes en todas las culturas. Probablemente, las cosquillas, combinadas con la risa, sean una de las primeras actividades lúdicas del ser humano, al tiempo que una de las primeras actividades comunicativas previas a la aparición del lenguaje.

Según (Pinedo Otaola, 2008) **Los técnicos como elementos clave de este proceso de intervención serán quienes deberán estimular del modo más eficaz posible el interés del jugador por progresar en su formación. Su objetivo prioritario será la búsqueda del máximo rendimiento deportivo, a través del compromiso con la planificación y la exigencia en el desarrollo de ésta. El técnico deberá huir de las rutinas diarias o semanales que puedan ocasionar la pérdida de ilusión o la falta de motivación interna que pueda tener el jugador, procurando en todo momento incitar a la mejora continua. (...)** (p. 164)

El jugador deberá comprender que la competición es un elemento clave en su formación deportiva, ya que ésta aporta aspectos que el entrenamiento no puede alcanzar, aspectos como la incertidumbre, el miedo a fallar, la “espontaneidad” del juego, es decir aspectos que en determinadas situaciones no pueda controlar y que le puedan condicionar su rendimiento en un momento determinado del juego.

El jugador debe saber que no es suficiente entrenar bien y que será a través de la competición donde podrá adquirir cotas mayores de rendimiento. Por contra, a través del entrenamiento se busca el desarrollo eficaz de la planificación, teniendo siempre presente que no buscamos “campeones de entrenamiento” sino jugadores autónomos que gracias al aprendizaje adquirido sean capaces de afrontar retos sin miedo a las consecuencias. Si aceptamos la idea de que un buen rendimiento en la competición tiende a lograr buenos resultados, siempre se intenta que nuestros equipos demuestren un estilo de juego que nos permita conseguir el dominio de este.

Para ello se centra en dos aspectos que se entiende como fundamentales. Por una parte, el gusto por el jugador polivalente, que se resume en un jugador eficaz técnicamente, no dependiente del entrenador y a su vez creativo. Por otra ser fieles a la idea de juego apoyada en conceptos basados en el uso del espacio como son: la amplitud, el juego interior y la profundidad.

2.2 Posicionamiento teórico personal

La investigación se posiciona en la teoría psicológica, debido a que la aplicación de las tácticas ofensivas y defensivas, establecen un modelo de enseñanza psicológica, partiendo de la concepción donde se piensa que lo físico y a habilidad vista como destreza individual, son los elementos principales. La concepción tradicional del trabajo colectivo se encuentra malversada y poco identificada como lo que verdaderamente es, sin embargo, el fundamento psicológico diferencia que la táctica contribuye mayormente al propósito de un equipo exitoso y eficiente.

Es preciso considerar desde la perspectiva psicológica que el desarrollo de un aprendizaje significativo de las tácticas ofensivas y defensivas, requieren de un trabajo previo, a lo que se le denomina proceso formativo.

Siendo conocedores de la realidad deportiva ecuatoriana en la formación de deportistas en la especialidad de fútbol y sabiendo que en la etapa de iniciación deportiva el aprendizaje lo realizan los niños, en su gran mayoría, es importante analizar el desarrollo de la técnica del fútbol en etapa de iniciación en superficies de diversos tipos.

Con este estudio demuestra cual es la técnica óptima para el desarrollo de las habilidades motrices en todas las etapas de aprendizaje. El objetivo es determinar la influencia del entrenamiento y el nivel de aprendizaje logrado luego de aplicar un programa de enseñanza aprendizaje.

Con el propósito de comprobar y valorar el comportamiento del aprendizaje de las habilidades técnicas del fútbol de los atletas en cada una de las etapas del estudio.

La importancia del trabajo en jugadas a balón parado es mostrada jornada a jornada en las diferentes ligas del mundo; cada vez son más los goles que se anotan de tal manera. Este aspecto parece haber sido

olvidado por los entrenadores de niños y jóvenes, como si éste fuera un trabajo propio para los equipos de élite.

En la táctica fija en fase ofensiva y defensiva existe una relación directa entre las mismas; por ello el entrenamiento de las transiciones debe ser fundamental, se deben entrenar permanentemente, ya que en estas jugadas que producen muchos goles.

Aquí se debe reiterar que el aspecto defensivo y ofensivo, si bien son esferas separadas que se rigen por principios diferentes, están entrelazados, se retroalimentan, son parte del todo. Específicamente las jugadas ofensivas a balón parado deben terminar en jugada de gol o detrás de la línea de meta, se debe dar por sorpresa y con mucha inteligencia. Su equipo debe saber qué movimientos realizar, previamente planeados y entrenados a conciencia en busca de la coordinación de todas las líneas.

Este modelo de aprendizaje implica una relación con el funcionamiento del cerebro del jugador, es decir, el trabajo táctico no solo es necesario en el juego, sino que es parte de la lógica de juego ofensivo y defensivo del jugador, este se acopla de forma natural y psicológica. Los equipos que dedican su trabajo orientado hacia la resistencia física y modelos mecánicos tácticos, no generan un juego inteligente.

2.3 Glosario de términos

Anticipación: Movimiento del jugador defensor anticipándose a la jugada del jugador ofensivo, impidiendo la recepción del balón.

Bagaje: Conjunto de cosas o de conocimientos que alguien posee, en el caso del fútbol los conocimientos y movimientos que poseen los jugadores.

Basculación: Se dice de los movimientos que realizan los componentes de un equipo, o de una línea específica, que consisten en orientarse y

moverse hacia la banda donde el contrario está jugando el balón, con el objetivo de reducir los espacios libres para el rival, e intentar recuperar el balón.

Cobertura: Es un principio táctico defensivo, y consiste en estar en situación de ayudar a un compañero que puede ser desbordado por el adversario. Existen 2 clases de cobertura: La que implica la vigilancia de un espacio y la que cubre a un compañero en acción.

Desmarque: Es un principio estructural del fútbol que consiste en desplazarse de la posición ocupada para recibir un pase y al tiempo librarse de la marca de un adversario. La forma de ejecutarlo es diferente en cada caso, por ejemplo, amagar una acción distinta a la que se pretende con objeto de intentar eludir al rival o salirse de su marca con el objetivo de estar libre para recibir el balón.

Especialización: Se refiere a que muchas veces enseñamos a nuestros niños, una función o puesto dentro del terreno de juego en "servicio del equipo".

Estrategia: Son todas aquellas acciones que se pueden desarrollar en un partido, tratando de aprovechar o neutralizar toda clase de lanzamiento a balón parado (lanzamientos, formación de barreras, estrategia ofensiva y defensiva).

Interceptación: Acción técnica defensiva por medio de la cual, a un balón lanzado, golpeado o tocado en último lugar por un contrario es modificada su trayectoria evitando o no el fin perseguido por su lanzador.

Longevidad deportiva: Las reflexiones sobre la longevidad van habitualmente ligadas al reconocimiento de la brevedad humana e incluyen discusiones sobre métodos para extenderla más allá del límite tenido como normal, en el caso del deporte prolongar la participación de un atleta por

períodos prolongados de tiempo y con la consecución de logros y triunfos significativos.

Marcaje: Es una acción táctica defensiva individual y/o colectiva que realizan los jugadores del equipo que no tiene posesión del balón con la intención de recuperar el mismo, dificultar el progreso de la ofensiva y evitar la definición al arco.

Modelos técnicos deportivos: Patrones motores temporo - espaciales eficientes. Definen cómo deben realizarse los gestos técnicos para conseguir el máximo rendimiento.

Permuta: Es cuando un jugador desbordado por un rival, procura, lo más rápidamente posible, ocupar el lugar o función defensiva dejado por el compañero que, en su ayuda, sale al encuentro del adversario.

Principios defensivos: Son todas aquellas acciones tácticas y estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando no se encuentra en posesión del balón.

Principios ofensivos: Son todas aquellas acciones tácticas estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando se encuentra en posición del balón.

Reglamento: Especifica qué superficies, quienes y en qué forma. No siempre las manos del portero pueden tocar el balón. No todos los gestos "técnicos" los están permitidos (retención del balón con las rodillas).

Repliegue: Los movimientos lo más rápido posible para volver a tener la posición defensiva oportuna después de perder la posesión del balón.

Superficies de contacto. Partes del cuerpo con las que se pueden tocar el balón en las acciones.

Táctica en el fútbol: Proceso que busca dar soluciones inmediatas, por medio de acciones de ataque y defensa, a las situaciones cambiantes que acontecen durante un partido de fútbol, debidas a las actuaciones del contrario, con un objetivo.

Técnica en el fútbol: Son todos los movimientos basados en modelos técnicos deportivos que realiza el jugador de fútbol con el balón, utilizando las superficies de contacto que permite el reglamento y que garantizan la eficiencia.

Temporización: Acción que ejecuta el jugador más próximo al rival con balón con el fin de retrasar el mayor tiempo posible el avance del equipo contrario para dar tiempo a tus compañeros a posicionarse defensivamente después de perder la posesión del balón.

2.4 Interrogantes de investigación

- ¿Poseen conocimiento que los entrenadores para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol en las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle?
- ¿Son adecuados los ejercicios que realizan para el desarrollo de la formación deportiva en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle?
- ¿Cómo ayudaría a los entrenadores del Club Independiente el Valle, la elaboración de una guía de ejercicios para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol para las categorías formativas?

2.5 Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍA	DIMENSIÓN	INDICADOR
<p>El concepto de fundamentos del fútbol - son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo. Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores.</p>	Fundamentos del fútbol	<p>Fundamentos tácticos ofensivos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desmarques • Ataque • Contraataque • Espacio libre • Cambios de Orientación • Pared
<p>Es el “proceso que consiste en dar forma a algo o a alguien. Por lo que la formación deportiva se entiende como un proceso continuo, ininterrumpido, con una duración similar y paralela al desarrollo evolutivo del jugador</p>	Formación deportiva.	Etapas de formación	<ul style="list-style-type: none"> • Marcaje • Cobertura • Permuta • Repliegue • Desdoblamiento • Anticipación • Basculación <ul style="list-style-type: none"> • Iniciación • Especialización • Alto rendimiento

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

3.1.1 Investigación bibliográfica

La investigación es de tipo bibliográfica porque se fundamenta en la teoría científica, respecto al fundamento táctico del fútbol, pedagógico, epistemológico.

3.1.2 Investigación de campo

Investigación de campo por que la recolección de datos se realizó en el lugar donde se realiza el objeto de estudio

3.1.3. Investigación descriptiva

Investigación de tipo descriptivo debido al análisis cualitativo y cuantitativo que se realizó respecto a los datos recolectados.

3.1.4. Investigación propositiva

Investigación propositiva ya que se desarrolló una guía de talleres para el entrenamiento táctico ofensivo y defensivo en el proceso de formación de los jugadores de las categorías sub 12, 13 y 14, del club especializado de alto rendimiento Independiente del Valle.

3.2. Métodos

Método es el camino planeado o la estrategia que debe seguirse para descubrir o determinar las propiedades del objeto de estudio, en consecuencia, se revisará la literatura que abarque contenidos relacionados con la investigación.

3.2.1 Método deductivo. Con este método se logró demostrar, mediante la lógica la veracidad de las conclusiones a las que llegó nuestro estudio, de manera especial para establecer conclusiones y recomendaciones.

3.2.2 Método inductivo. Se partió de una observación de hechos particulares de los entrenadores.

3.2.3 Método descriptivo. Por cuanto se determinó la situación de los entrenadores.

3.2.4. Método estadístico. Se utilizó un conjunto de técnicas para recolectar, presentar, analizar e interpretar los datos, es decir que se aplicó la estadística descriptiva para presentar la información.

3.2.5 Método analítico. Mediante el análisis se realizó en análisis estadístico de la información recolectada, permitiendo observar la naturaleza del problema a través de las preguntas planteadas

3.2.6 Método sintético. Permitted integrar de formar concluyente los elementos tomados de la operación analítica, para generar conclusiones y recomendaciones.

3.3. Técnicas e instrumentos

La encuesta. - Se realizó una encuesta a los entrenadores del Club Independiente del Valle, con el fin de determinar la realidad del problema investigado.

El cuestionario. - Se manejó la escala de preguntas tipo Likert, con un lenguaje comprensible a fin de que el sujeto tenga la oportunidad de escoger la mejor opción, contestarla y obtener de él su mejor decisión a ser tomada en cuenta para el análisis posterior.

La Ficha de Observación. - Las fichas de observación permitieron determinar las características del juego táctico de los jugadores de las categorías de sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle.

Son el complemento del diario de campo, de la entrevista y son el primer acercamiento del investigador a su universo de trabajo.

3.4 Población

La población elegida para la presente investigación fueron 90 jugadores de las categorías sub 12, 13 y 14 años, 6 entrenadores, 6 asistentes y 6 entrenadores físicos, del Club Independiente del Valle, siendo la población total de 108 personas.

3.5 Muestra

La muestra fue igual a la población de total de 108 personas

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS RECOLECTADOS EN LA ENCUESTA A LOS ENTRENADORES

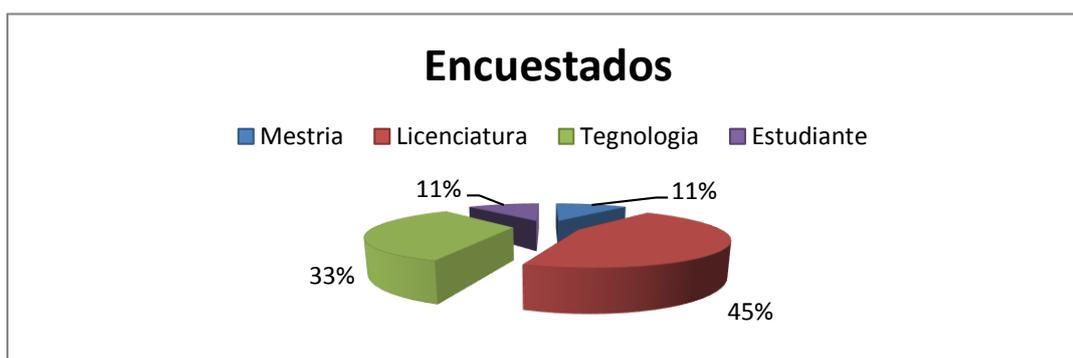
Pregunta 1. ¿Indique cuál es su formación profesional académica para ser entrenador de fútbol?

Cuadro No. 1 Formación profesional de los entrenadores

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Maestría	30	33%
Licenciatura	41	45%
Tecnología	10	11%
Estudiante	10	11%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores de fútbol

Gráfico No. 1 Formación Profesional de los entrenadores



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

Menos de la mitad de los entrenadores poseen una formación profesional de licenciatura, pocos poseen una maestría y muy pocos tienen título de tecnólogo, son estudiantes, esto evidencia que la formación académica es medianamente profesional sin embargo existe un parte de los entrenadores que requieren mejorar su capacidad profesional.

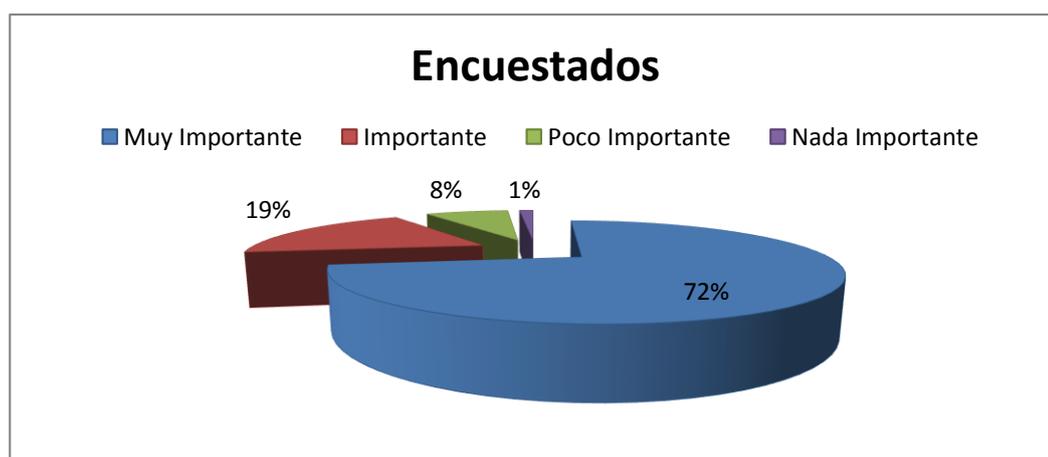
Pregunta 2 Indique el grado de importancia que tiene la enseñanza de los fundamentos tácticos del fútbol en las categorías de 12 y 13 años del club Independiente del Valle.

Cuadro No. 2 Importancia de los fundamentos tácticos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy importante	65	72%
Importante	17	19%
Poco Importante	7	8%
Nada Importante	1	1%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores de fútbol

Gráfico No. 2 Importancia sobre los fundamentos tácticos



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

Más de la mitad de los encuestados manifiestan que el fundamento táctico tiene mucha importancia, pocos son los que manifiestan que son importantes muy pocos manifiestan que son poco importantes y casi ninguno que no son importantes, esto permite evidenciar que hay entrenadores que le restan importancia al entrenamiento táctico en la formación deportiva el fútbol.

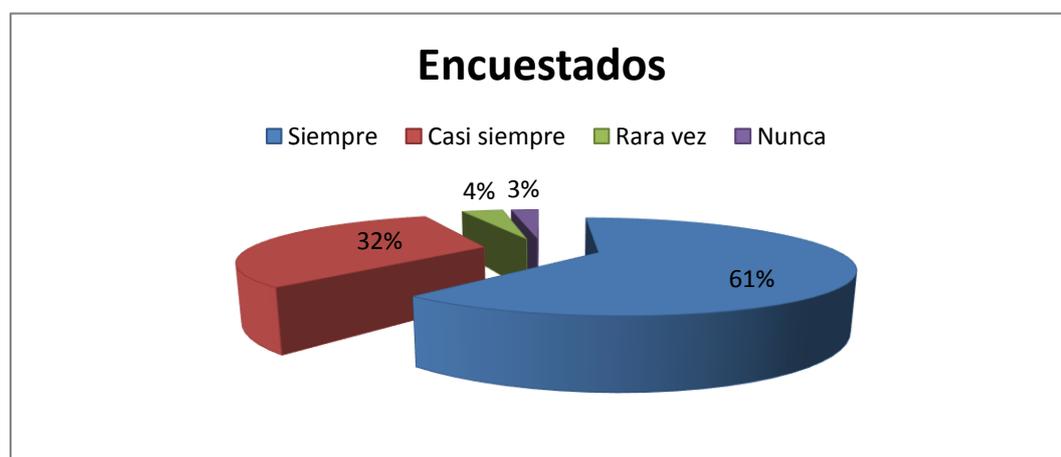
Pregunta 3 En las sesiones de entrenamiento señale con qué frecuencia trabaja los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol.

Cuadro No. 3. Frecuencia del trabajo táctico en los entrenamientos

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	55	61%
Casi Siempre	29	32%
Rara Vez	44	4%
Nunca	3	3%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores de fútbol

Gráfico No. 3. Frecuencia del trabajo táctico en los entrenamientos



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

Más de la mitad de los entrenadores si realizan entrenamiento táctico en la formación deportiva, pocos lo realizan casi siempre y muy poca rara vez y nunca, esto evidencia que hay entrenadores que no realizan actividades de formación táctica y que su entrenamiento carece de esta formación generando jugadores sin destrezas en esta área.

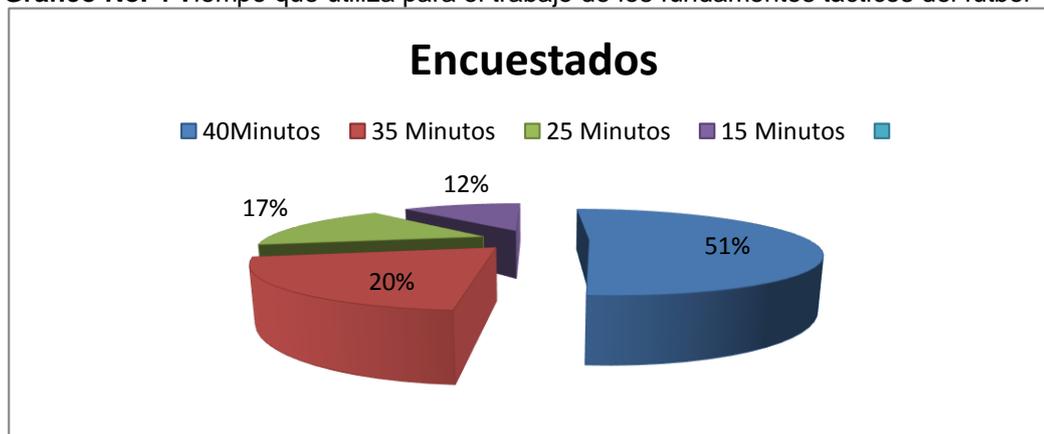
Pregunta Nro. 4 En la planificación de la sesión de entrenamiento señale el tiempo que dedica a la preparación de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos con los deportistas.

Cuadro No. 4 Tiempo que utiliza para el trabajo de los fundamentos tácticos del fútbol

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
40 minutos	46	51%
35 minutos	18	20%
25 minutos	15	17%
15 minutos	11	12%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores.

Gráfico No. 4 Tiempo que utiliza para el trabajo de los fundamentos tácticos del fútbol



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

La mitad de los entrenadores dedican cuarenta minutos para el trabajo del fundamento táctico, casi la cuarta parte dedica treinta y cinco minutos, pocos dedican veinticinco minutos y muy pocos dedican quince minutos, considerando que el tiempo adecuado es de cuarenta minutos se puede deducir que la mitad de los entrenadores realizan un entrenamiento táctico en un tiempo adecuado, mientras que la otra mitad, no lo realizan, requiriendo incrementar los tiempos de actividades tácticas en el proceso formativo.

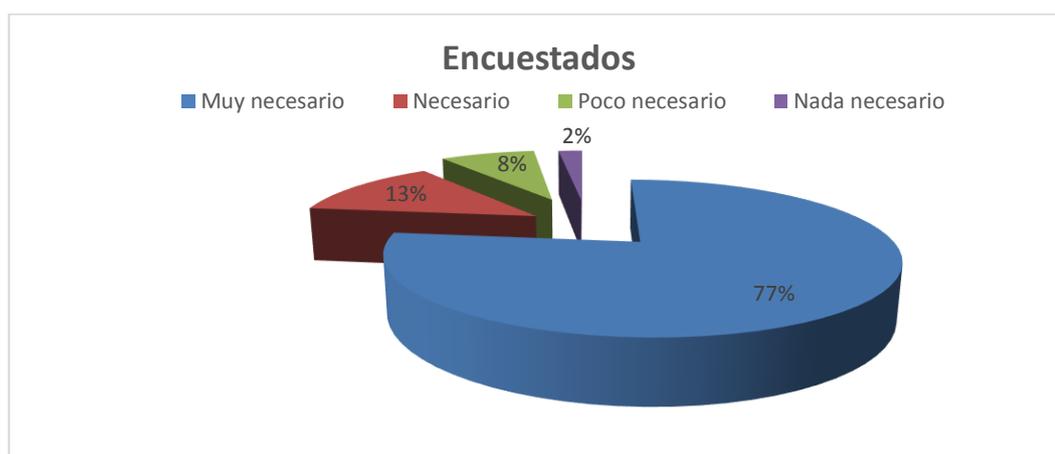
Pregunta Nro. 5 ¿Según su criterio indique que necesidad tienen los deportistas de sub 12, 13 y 14 años de conocer la teoría y práctica de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol?

Cuadro No. 5. Necesidad de conocer la teoría de los fundamentos tácticos del fútbol

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Muy necesario	69	77%
Necesario	12	13%
Poco necesario	7	8%
Nada necesario	2	2%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores.

Gráfico No. 5. Necesidad de conocer la teoría de los fundamentos tácticos del fútbol



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

La mayoría de los entrenadores consideran que es muy necesario el desarrollo de la teoría de fundamentos tácticos del fútbol en los deportistas, pocos son quienes lo consideran necesario, muy pocos consideran poco y nada necesario, esto muestra el nivel de importancia que los entrenadores conciben respecto a la táctica, sin embargo, son menos de la mitad de los entrenadores que desconocen esta necesidad en los jugadores de fútbol.

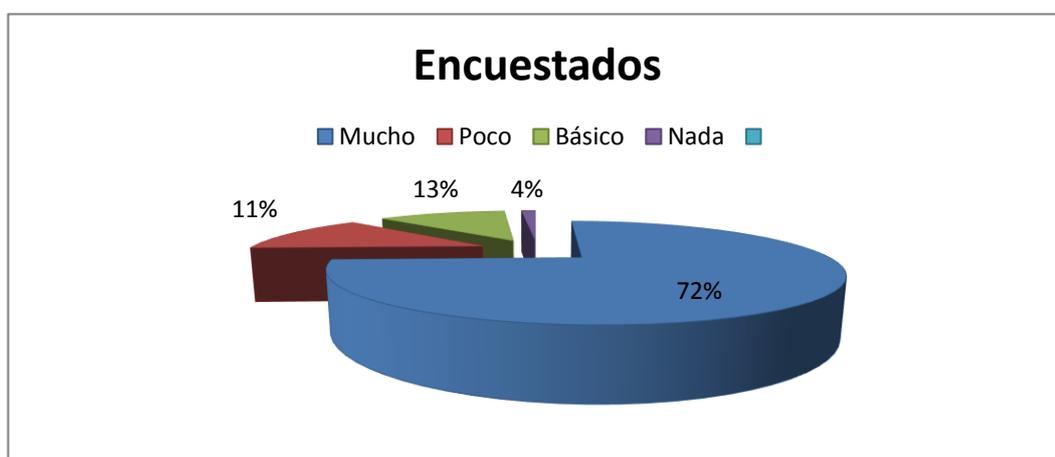
Pregunta Nro. 6 ¿Señale cuanto conoce acerca de las fases que componen la formación deportiva?

Cuadro No. 6 Conocimiento sobre las fases de la formación deportiva

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Mucho	65	72%
Poco	10	11%
Básico	12	13%
Nada	4	4%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores.

Gráfico No. 6. Conocimiento sobre las fases de la formación deportiva



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

Más de la mitad de los entrenadores, conocen a cerca del as fases de la formación deportiva, menos de la cuarta parte conocen de manera básica y muy pocos afirman conocer poco o nada de este tema, esto evidencia la necesidad de instrucción que requieren los entrenadores a cerca de las fases formativas, sin embargo, se debe considerar que son pocos aquellos que nada conocen, es decir no es muy significativa esta necesidad.

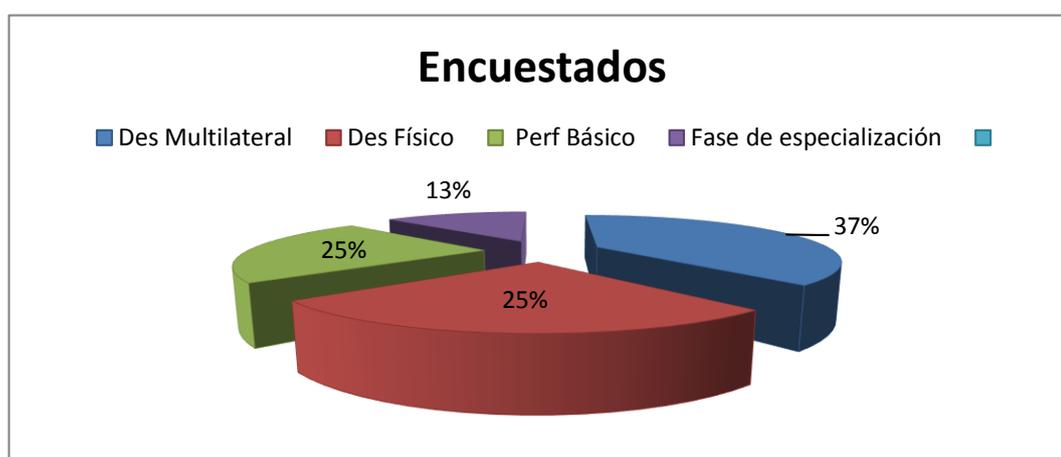
Pregunta Nro. 7 ¿Señale según su criterio cuales son las fases de la formación deportiva de un futbolista?

Cuadro No. 7 Conocimiento de las fases de formación deportiva.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Desarrollo multilateral	33	37%
Desarrollo físico	23	25%
Perfeccionamiento básico	23	25%
Fase de especialización	12	13%
TOTAL	90	100%

Fuente: Encuesta a los entrenadores.

Gráfico No. 7 Conocimiento de las fases de formación deportiva



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

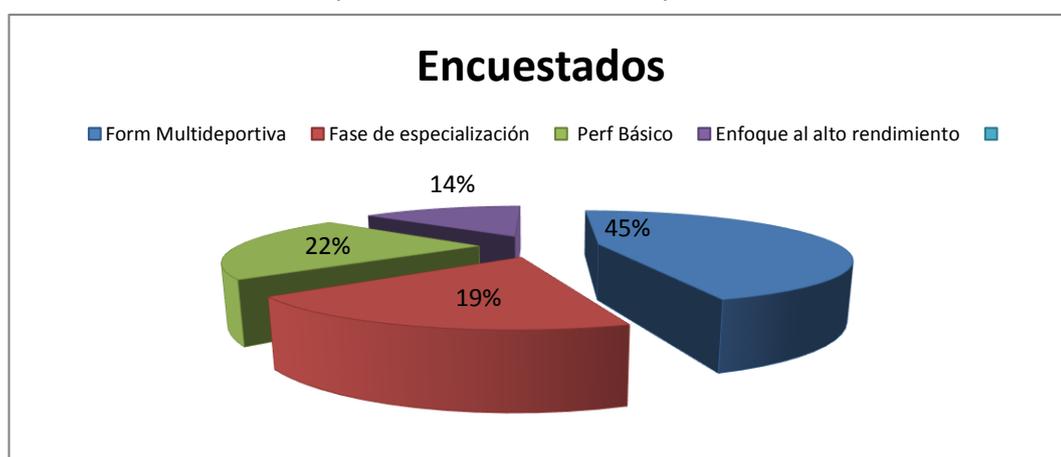
Menos de la mitad afirman conocer el desarrollo multilateral, la cuarta parte de los entrenadores manifiestan que conocen el desarrollo físico, otra cuarta parte afirman conocer el perfeccionamiento básico y pocos la fase de especialización, esto evidencia los diferentes niveles y proporción de conocimiento de las fases formativas, acentuando su entrenamiento según lo que más conocen, sin que esto implique una relación directa con el desarrollo táctico.

Pregunta Nro. 8 ¿De las siguientes fases de la formación deportiva señale según su criterio cuales son las más importantes?

Cuadro No. 8 Fase más importante en la formación deportiva.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Formación multideportiva	41	45%
Enfoque al alto rendimiento	13	14%
Perfeccionamiento básico	17	19%
Fase de especialización	20	22%
TOTAL	90	100%

Gráfico No. 8 Fase más importante en la formación deportiva.



Elaborado por el Autor: Marlon Cadena.

Interpretación:

Menos de la mitad piensan que la formación multideportiva posee mayor importancia, casi la cuarta parte consideran que la fase de especialización posee mayor importancia, menos de la cuarta parte consideran que la fase de especialización es la más importante y muy pocos consideran que es el perfeccionamiento básico el más importante. Esto evidencia la diferencia de criterios muy alejados a cerca de la formación deportiva en los entrenadores.

4.2 Análisis de las fichas de observación aplicadas a jugadores

Análisis de los resultados obtenidos en la observación de campo a los deportistas de la categoría sub 12 del Club de Alto Rendimiento Independiente del Valle.

Cuadro No. 9 Análisis de la investigación

VALORACIÓN	FUNDAMENTOS TACTICOS OFENSIVOS								Total %	
	Alcanzado		Proceso de aprendizaje		Iniciación		Domina			
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%
Desmarque	0	0%	2	7%	28	93%	0	0%	30	100%
Temporización	0	0%	0	0%	30	100%	0	0%	30	100%
Pared	0	0%	4	13%	26	87%	0	0%	30	100%
Desdoble	0	0%	10	33%	20	67%	0	0%	30	100%

Elaborado por: Marlon Cadena

En la recolección de datos efectuada a todos los deportistas que fueron sujetos de la investigación, podemos verificar que un alto porcentaje de ellos no conocen los fundamentos tácticos ofensivos tanto en teoría como en la práctica y tan solo un número reducido conoce brevemente, razón por la cual se justifica la propuesta planteada en la presente investigación, la misma que servirá como guía y manual para los entrenadores, los mismos que tendrán la oportunidad de trabajar con los deportistas en las categorías formativas, incrementando los conocimientos sobre aspectos deportivos y los fundamentos necesarios para un mejor desenvolvimiento de los jugadores en situaciones reales de juego en el momento de la competencia.

Análisis de los resultados obtenidos en la observación de campo a los deportistas de la categoría sub 13 del Club de Alto Rendimiento Independiente del Valle.

Cuadro No. 10. Análisis de la Investigación

VALORACIÓN	FUNDAMENTOS TACTICOS OFENSIVOS								Total %	
	Alcanzado		Proceso de aprendizaje		Iniciación		Domina			
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%
Desmarque	0	0%	13	43%	17	57%	0	0%	30	100%
Temporización	0	0%	0	43%	30	57%	0	0%	30	100%
Pared	0	0%	15	50%	15	50%	0	0%	30	100%
Desdoble	0	0%	15	50%	15	50%	0	0%	30	100%

Elaborado por: Marlon Cadena

De la observación realizada y de los datos recolectados en esta categoría, podemos encontrar un pequeño incremento, en cuanto a los conocimientos que tienen los jugadores sobre los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol, sin embargo también es evidente que un número significativo de deportistas, que corresponde a la mayoría desconocen dichos fundamentos, razón por la cual en el campo de juego no los pueden ejecutar con facilidad, siendo un grave problema al momento de enfrentar situaciones de competencia,

Análisis de los resultados obtenidos en la observación de campo a los deportistas de la categoría sub 14 del Club de Alto Rendimiento Independiente del Valle.

Cuadro No. 11. Análisis de la Investigación

VALORACIÓN	FUNDAMENTOS TACTICOS OFENSIVOS								Total %	
	Alcanzado		Proceso de aprendizaje		Iniciación		Domina			
	f	%	f	%	f	%	F	%	f	%
Desmarque	0	0%	5	17%	25	83%	0	0%	30	100%
Temporización	0	0%	9	30%	21	70%	0	0%	30	100%
Pared	0	0%	10	33%	20	67%	0	0%	30	100%
Desdoble	0	0%	11	37%	19	63%	0	0%	30	100%

Elaborado por: Marlon Cadena

De los datos recolectados en la investigación y de la observación de campo, se encuentra que un porcentaje significativo de jugadores correspondiente a la gran mayoría, desconoce y no comprende los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol y tan solo una minoría los entiende, a pesar de tener dificultad, esto demuestra la falta de trabajo en estas categorías por parte de los entrenadores, resultando importante e imprescindible que se incrementen este tipo de trabajos en las sesiones diarias de entrenamiento.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Diagnosticar el nivel de conocimiento que poseen los entrenadores a cerca de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos, es escaso, su aplicación en el aspecto formativo no concuerda bajo un mismo proceso de etapas, debido a la diferencia de criterios que existen a cerca de las necesidades de dichas etapas.
- Identificar los tipos de ejercicios aplicados por los entrenadores en las categorías sub 12, 13 y 14, que no están orientados hacia un modelo táctico, al contrario, siguen rutinas de desarrollo físico y mecánico, carenes de las bases formativas que les permitan desarrollar procesos de actuación rápida a los jugadores.
- Valorar la propuesta permite la instrucción a cerca del desarrollo táctico es diferente entre los entrenadores, siendo su percepción a cerca de la formación táctica de igual manera diferente, generando actividades que no concuerdan con el propósito de la táctica ofensiva y defensiva.

5.2. Recomendaciones

- Al determinar en el diagnóstico, la necesidad de mejorar los conocimientos de los entrenadores se recomienda homologar sus requerimientos técnicos acerca de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos, para motivar la obtención de un título profesional, con el fin de mejorar sus conocimientos y capacidades.
- Que los ejercicios que realizan los entrenadores, que se identificaron con una falta de orientación hacia el modelo táctico, sean modificados mediante modelos de aplicación práctica para el desarrollo de la formación deportiva adecuada en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle.
- A los entrenadores considerar que la valoración de la guía como una base técnica en la aplicación de actividades tácticas ofensivas y defensivas sea aplicada en la formación de las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle.

5.3. Contestación a las interrogantes

¿Poseen conocimiento que los entrenadores para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol en las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle?

Los conocimientos que poseen son de entrenamiento deportivo y de fútbol, y son pocos los conocimientos a acerca de la aplicación técnica táctica ofensiva defensiva.

¿Son adecuados los ejercicios que realizan para el desarrollo de la formación deportiva en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle?

Los ejercicios desarrollados en la formación deportiva carecen de muchos principios ofensivos y defensivos.

¿Cómo ayudaría a los entrenadores del Club Independiente el Valle, la elaboración de una guía de ejercicios para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol para las categorías formativas?

Permitiría reforzar los conocimientos que poseen y orientarlos adecuadamente hacia un desarrollo de la táctica ofensivo y defensiva en su entrenamiento formal.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1. Título

“GUÍA DE EJERCICIOS DE LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS, PARA IMPLEMENTAR EN LAS CATEGORÍAS FORMATIVAS DEL CLUB INDEPENDIENTE”.

6.2. Justificación e importancia

La importancia del entrenador, en la formación deportiva, se encuentra relacionada con su formación y capacidad para aplicar sus conocimientos a través de actividades y ejercicios.

Este hecho es muy evidente a través de la historia, donde se pueden diferenciar equipos que se han destacado por su técnica y táctica, elementos que dominan los factores de éxito en la cancha.

Por ello un entrenador de la pieza clave de éxito de los jugadores, de quienes se espera capacidades idóneas, motivación y una fijación especial por el desarrollo futbolístico, pero las preocupaciones por un desempeño individual y físico han dejado la importancia de la táctica llevando a esos elementos también importantes, muy por encima de la práctica esencial.

Todas estas posibilidades están incluidas en la esencia única del deporte. El entrenador carga sobre sus hombros la gran responsabilidad de

convertir estas características en una parte íntima de la experiencia futbolística de cada joven deportista.

6.3. Fundamentación teórica

6.3.1 Fundamentos tácticos del fútbol

Los sistemas de juego, desde el punto de vista de la organización posicional, evolucionan hacia la vertiente defensiva. En los inicios del fútbol los preparadores se preocupaban por buscar ventajas numéricas en la fase de ataque, dándole una gran importancia al juego ofensivo de los equipos. A medida que han pasado los años, y con las innovaciones reglamentarias, sobre todo en lo que a la regla del fuera de juego se refiere, la prioridad ha sido buscar superioridad numérica en las zonas defensivas y las zonas más propicias para hacer gol.

(Diaz, 2011) “Desde la institucionalización del fútbol en 1863, los sistemas de juego han conocido constantes modificaciones a través del tiempo” (p. 6).

Los sistemas de juegos es lo que se denomina táctica, es decir el sistema de juego utiliza la táctica como una herramienta mediante la cual el jugador puede actuar dependiente la circunstancia en que se encuentre o que el sistema le obligue a cumplir.

(Sebreli, 2011) “Del mismo modo que lo fue el campo de Olimpo en la antigua Grecia, el Circo en el Imperio Romano, o el Hipódromo en el Imperio Bizantino, el estadio del fútbol, es un espejo de la sociedad actual”. (p. 78)

Este deporte, que en España también recibe el nombre de balompié y que en los Estados Unidos se conoce como soccer, tiene como regla más importante que los jugadores, con la excepción del arquero en su área, no pueden tocar la pelota con las manos o los brazos.

El origen del fútbol tuvo lugar en Inglaterra. La Football Association desarrolló, en 1863, la mayoría de las reglas que, aún hoy, rigen este deporte. En la actualidad, la Federación Internationale de Football Association (cuya sigla es FIFA) es el organismo que se encarga de regir el fútbol a nivel mundial.

Según Sebreli, (2011): Los fundamentos son los principios sobre los que se basa el juego del fútbol, los mismos que se desarrollan en el transcurso de un partido. Son aquellas situaciones subyacentes al juego que se condensan y se ponen en práctica a través de las acciones, independientemente de las técnicas y tácticas utilizadas por los jugadores. (p. 56)

Los fundamentos del juego no son necesariamente reglas inflexibles, pero sí son axiomas o verdades relacionadas con este deporte por su naturaleza colectiva.

Se podría afirmar que los fundamentos son principios genéricos, simples, que si es que se llegan a conocer a profundidad y se utilizan de forma adecuada generan un rendimiento óptimo en el balompié. Por ejemplo, se tiene como fundamentos la unidad funcional

Según Sebreli, (2011): Es aquel fundamento que encierra todos aquellos aspectos que se desarrollan en un partido y que tienden a lograr un fin, un objetivo principal que es ganar. Esta unidad funcional depende de la suma y encadenamiento de acciones que puede producir la capacidad técnica de los jugadores. (p. 69)

Para entender mejor este concepto es bueno distinguir entre las nociones de puesto, posición y función, tres aspectos que suponen la colocación acertada y correcta de los jugadores en el terreno de juego, de acuerdo a sus capacidades.

Según Sebreli, (2011): El principio de la UNIDAD FUNCIONAL significa que todo el campo es apto para atacar y defender. En la actualidad se entiende que no

es el puesto en sí, sino más bien la situación creada de acuerdo a las circunstancias de un partido lo que obliga a un jugador a ocupar los espacios y participar en las diferentes alternativas que ofrece el desarrollo de un partido. (p. 36)

Es decir, en ciertas circunstancias no existen los puestos fijos para determinados jugadores sino más bien una ocupación de los espacios, tanto en defensa como en ataque.

El escalonamiento

Es una forma pasiva o de base en que se distribuye a los jugadores de un equipo, tanto a la hora de defender como de atacar. Según Sebreli, (2011), “Se divide en líneas y su propósito es el orden del conjunto a la hora de pasar del ataque a la defensa o viceversa.” (p. 12) Este esquema posicional no implica necesariamente la manera de funcionar de un equipo, sino que representa la ubicación conveniente de los jugadores que lo integran. Es el punto de partida y la referencia en el campo.

El desplazamiento por líneas

Es la movilidad que ponen en práctica los jugadores tanto para el ataque como la defensa. Según Sebreli, (2011, p. 36) Es una ida y vuelta funcional antes que posicional. Es decir, todos los jugadores de cada una de las líneas deben moverse cuando el equipo está en posesión de la pelota y estar a disposición en materia defensiva cuando el equipo pierda la posesión del balón. Los principios tácticos entran en juego en cuanto el jugador entiende cómo colocarse en espacios abiertos. Para él, el partido es de suma importancia y todas sus decisiones se basan en atacar para marcar goles.

Principios ofensivos

Son acciones tácticas estratégicas que puede desarrollar un equipo cuando se encuentra con el dominio de balón.

Desmarque: Es la acción consecuente de todo jugador al ocupar espacios libres cuando un compañero entra en posesión del balón (Escapar de la vigilancia de un adversario cuando nuestro equipo tiene el dominio del balón).

Desmarque en apoyo: Cuando se ofrece ayuda a un compañero que se encuentra en posesión del balón, facilitándole la acción.

Desmarque en ruptura: Es cuando se supera la posición del compañero con balón, o bien reduciendo distancia con la portería adversaria desbordando al marcado y buscando progresión.

Ataques: Es intentar llegar a la portería adversaria, con el balón dominado (ya sea una vez puesto en juego o que se haya recuperado).

6.3.2 Formación deportiva

Principalmente, la formación deportiva tiene que ver con los procesos que se realizan de manera evolucionada, con el fin de conseguir que un jugador aprenda. Existen muchos modelos de formación deportiva sin embargo su relevancia se encuentra en función de los propósitos que el entrenador desee.

Según (Gunter, 2007): **La Formación Deportiva, como proceso integral y multifactorial, se encarga de dotar a niños y jóvenes, de una serie de capacidades, desde el punto de vista físico, funcional, motriz, intelectual y moral, que les permiten a éstos, realizar de forma exitosa la práctica de una modalidad deportiva, con predicciones bastantes favorables de cara al futuro, además de dotarle de todas las herramientas necesarias para afrontar las cargas de entrenamiento posteriores. (p. 35-36)**

Estas características denotan por sí mismas, la duración del mencionado proceso, el cual se inicia con la participación del niño desde edades

tempranas en las actividades lúdicas y posteriormente en las clases de Educación Física, hasta llegar al llamado Deporte de Rendimiento, manteniéndose en todas las fases como invariante, la presencia de un pedagogo como regente de toda la actividad.

La presencia de todas las fases dentro del proceso de Formación Deportiva, se convierte en el elemento que le imprime el carácter cíclico al mismo, pues al finalizar cada fase precedente, se encuentran creadas las bases para acceder al desarrollo ulterior de la siguiente, sin las cuales el niño presenta muchas deficiencias y la dificultad de asimilar nuevas experiencias.

La Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, centra su objeto de estudio precisamente en las particularidades científico – metodológicas inherentes al complejo proceso de Formación Deportiva, el cual se caracteriza por ser un proceso perspectivo o a largo plazo en el cual se distinguen varias etapas o estadios con características muy bien marcadas propias de cada una de ellas.

Consecuentemente con este planteamiento, abordar el tratamiento de una de las variables o indicadores que de hecho posee un alto grado de incidencia en el Proceso de Formación Deportiva, al estar presente en cada una de sus etapas y siendo en ocasiones la condición determinante para orientar acertadamente este proceso.

En el proceso de iniciación en la formación de un deportista, existen una serie de etapas presididas por la adquisición de una gama de elementos o modelos técnicos junto con el desarrollo de aspectos de tipo condicional, táctico y psicológico, de manera adaptada a la particular situación biológica del individuo.

Este progresivo aprendizaje le permitirá al deportista avanzar de forma programada, racional y pedagógica. Durante la iniciación deportiva se

produce un primer contacto del practicante con la especialidad elegida, representando un punto de arranque hacia su formación deportiva. Sin duda el futuro deportivo estará condicionado, entre otras cuestiones, por el bagaje experimental de esta primera aproximación.

6.3.2.1 Iniciación deportiva

En la etapa de la iniciación deportiva, se concibe como las denominadas categorías inferiores del deporte. Se pretende describir y reflexionar sobre algunos aspectos importantes asociados a este proceso del individuo, en la línea que permite, según el juicio profesional, situar y establecer un eficaz y coherente enfoque metodológico dirigido hacia una adecuada iniciación deportiva.

Peter Tschiene (2012), menciona que: **Es preciso meditar sobre la gran cantidad de casos de jóvenes deportistas, con una aparente y brillante proyección de futuro que, por una gran diversidad de motivos, provocan abandonos prematuros o que no llegan a alcanzar las metas previstas. (p. 23)**

Al margen de otras consideraciones, tampoco se puede minimizar ni ocultar errores de cálculo de los profesores, entrenadores o responsables técnicos, quizás por no conocer lo suficientemente bien las peculiaridades y rasgos de los deportistas, o bien por no respetar de manera apropiada las diferentes fases de formación, buscando rendimientos prematuros. Un error en la actuación

En la actualidad ya se dispone de una información mucho más rigurosa sobre las respuestas fisiológicas y conductas psicopedagógicas de los jóvenes, lo cual permite actuar metodológicamente con una menor carga empírica y un mayor rigor científico. Sin embargo, todavía es preciso investigar con mayor profundidad en las repercusiones que la práctica deportiva regular tiene en las etapas de formación, ya que probablemente sea una de las áreas peor documentadas.

Un error en la actuación metodológica que afecte a un deportista mayor, ya formado, tiene unas repercusiones negativas en su rendimiento que fácilmente se manifiestan, ya que la relación causa-efecto puede ser inmediata; pero en el caso de los deportistas pertenecientes a las categorías inferiores, las consecuencias pueden ser mucho más graves, no solamente hipotecando su futuro deportivo o cuestionándolo, sino poniendo en riesgo su salud.

El proceso de formación deportiva es largo y complejo, ya que requiere manejar y considerar gran cantidad de factores de diversos ámbitos.

Especialización deportiva

La Metodología del Entrenamiento Deportivo constituye de manera incuestionable, el núcleo de la actividad deportiva, que como todo proceso se encuentra inmerso en una constante evolución, para la cual resulta indispensable la presencia de un fuerte soporte científico, que lo nutra de la novedad y actualidad en cuanto al componente cognitivo se refiere, de forma tal que éste proporcione altos índices de calidad e integralidad, tributando de esta forma al perfeccionamiento o idoneidad del proceso de preparación deportiva.

A través de la especialización Metodología del Entrenamiento Deportivo se busca perfeccionar los conocimientos que los participantes han adquirido en el área del deporte, y con ello formar un profesional altamente competitivo orientado hacia la formación humanista, integral, permanente y de calidad del talento humano, que le permitan el logro de metas deportivas, desarrollar talentos deportivos.

Del mismo modo, el egresado de este programa será un ciudadano integral con condiciones excelentes, dotado de competencias profesionales y personales que lo faculten para el cabal cumplimiento de las funciones para las cuales ha sido formado: como promotor comunitario, líder,

investigador, con valores firmemente arraigados de identidad nacional, cooperación, solidaridad, responsabilidad, los cuales pueda demostrar en el quehacer diario de allí la necesidad de formar recurso humano altamente capacitado y formado, con bases sólidas en conocimientos, habilidades y destrezas que le permitan hacer frente a los desafíos constantes que impone la praxis profesional, y a su vez se traduce en un aumento progresivo de la producción intelectual y coadyuva al desarrollo integral del deportista.

6.3.3 Guía didáctica de ejercicios tácticos

La guía es un documento didáctico que permite direccionar las actividades con un fundamento preciso, por tanto, es útil para el desarrollo de un aprendizaje.

Según Tirúa (2011): Por eso, si las guías son confeccionadas, por los profesores que conocen la realidad de sus alumnos, deberían nombrar situaciones locales o regionales o incluso particulares del curso. Es increíble lo que refuerza la motivación y compromiso del alumno por desarrollarla. Esto no quiere decir, que en algunas ocasiones también es positivo que el alumno conozca otras realidades, ya que le permiten tener puntos de referencia para comparar y elementos que le ayudarán a formar su nivel crítico. (p. 6)

Las guías en el proceso enseñanza aprendizaje son una herramienta más para el uso del alumno que como su nombre lo indica apoyan, conducen, muestran un camino, orientan, encauzan, tutelan, entrenan, etc. Como vemos muchos sinónimos, en cada sinónimo vemos un matiz distinto. Cada palabra es parecida, pero el objetivo es diferente. Existen diversos tipos de guías y por lo tanto responden a objetivos distintos, los cuales el docente debe tener muy claros al escoger este medio.

Se hace necesario focalizar muy bien y concretamente lo que pretendemos. Por ejemplo, si queremos conseguir mejorar el aprendizaje

individual, haremos una guía de refuerzo y aplicación; si queremos ayudar a alumnos a conseguir autonomía, produciremos guías de autoaprendizaje, si vamos a asistir a un museo, elaboramos una guía de visita, etc. En la guía debe estar escrito el objetivo, para que el alumno tenga claro lo que se espera de él. Además, el profesor debe verbalizar este propósito varias veces para así conducir mejor el desarrollo y fijar instrucciones en los alumnos.

6.4. Objetivos

6.4.1. Objetivo general

Elaborar una guía de ejercicios básicos de iniciación para el entrenamiento de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos de los jugadores de las categorías de 12, 13 y 14 años, del Club Independiente del Valle.

6.4.2. Objetivos específicos

- Seleccionar ejercicios básicos de iniciación a los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol.
- Aplicar un modelo formativo adecuado en cada taller, para conseguir continuidad y sistematización en el proceso de enseñanza
- Socializar con los entrenadores del club Independiente una guía de ejercicios básicos para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos en las categorías de 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle.

6.5. Ubicación sectorial y física

Club de Alto Rendimiento Especializado Independiente del Valle (conocido también como Independiente del Valle, o simplemente

Independiente), anteriormente llamado Club Social y Deportivo Independiente José Terán, es un equipo de fútbol ecuatoriano, cuya sede está en la ciudad de Sangolquí, provincia de Pichincha. Fue fundado el 1 de marzo de 1958 y actualmente participa en la Serie A de Ecuador y por ello es considerado patrimonio de los sangolquileños y rumiñahuenses, en el año 2013 fue Subcampeón nacional, siendo el segundo club subcampeón de Ecuador que no ha sido de Guayas. Es un club que da relevancia a sus divisiones formativas para tener nuevos jugadores en su plantilla principal.



6.6. Desarrollo de la propuesta

Presentación

El entrenador que intenta enseñar al fútbol debe partir de los conocimientos y experiencias previos que posee el deportista. Por ejemplo, en la institución deportiva de fútbol formativo, se observa que en el primer día el responsable técnico plantea una actividad consistente en poner a jugar a 100 jugadores que han acudido a ella por primera vez y se los mirara a cada uno sus calidades físicas técnicas en un partido de fútbol 11 vs 11 en un tiempo de 25 minutos. Sin duda es ese momento cuando se evalúan las cualidades necesarias y se realizan algunos cuestionamientos

tales como ¿Qué debe realizarse frente a esta circunstancia ofensiva?, ¿qué actividad se propondría para disminuir el problema de la defensa? ¿Qué considera como actividad para el desarrollo de la táctica?

La guía propuesta establece respuestas a esos cuestionamientos, puesto que plasma diferente actividad de desarrollo táctico básica y aplicable al fútbol formativo.

Se plantean 30 actividades, las cuales están estructuradas en fases de Sesión de Entrenamiento, Calentamiento, Parte Principal Físico, Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos y parte Final

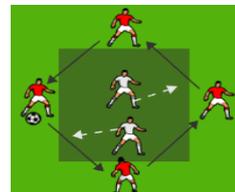
Las organizaciones de las sesiones de entrenamiento están distribuidas sistemáticamente en micro ciclos, número de sesiones y días. Así como el control de tiempo para cada actividad.

Taller de Entrenamiento 1

Día: lunes **Micro ciclo:** 1 **Categoría:** sub 13 **Sesión:** # 1
Hora: 8:30 am

Calentamiento

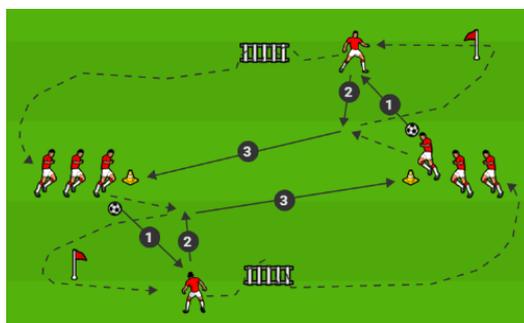
En un rondo de 10x10m jugamos 4 por fuera y 2 por dentro los 2 de adentro quitan en parejas y los 4 de afuera a 1 toque posesión del balón, Tiempo 10'



Parte Principal: Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Relevos y Desdobles

Este ejercicio en 2 columnas frente con frente a una distancia de 15m, 1 jugador a los extremos, El jugador que está en la primera columna da el pase al jugador del extremo el mismo que rebota al que dio el primer pase y el mismo realiza el Desdoblamiento y el Relevo este da el pase al jugador de la otra columna y continua con la estación de coordinación y se coloca en la parte de atrás de la otra columna



Variantes: El nivel de intensidad

Materiales: Balones, conos, escaleras, chalecos

Tiempo: 4' con 1' de pausa Total 20 minutos

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo 30'

Parte Final

E1 Apoyado en una pared, con una pierna flexionada hacia el frente y la otra estirada

E2 Apoyado un pie sobre una vereda y la otra totalmente estirada

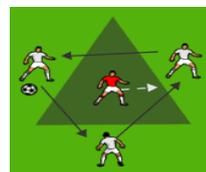


Taller de Entrenamiento 2

Día Martes Micro ciclo 1 Categoría: sub 13 Sesión #2
Hora 8:30am

Calentamiento

En un triángulo de 5x5m jugamos 3vs1 los 3 jugadores por fuera a un toque hace posesión del balón y el de adentro quita, si quita entra el jugador al que quito. Tiempo 10'

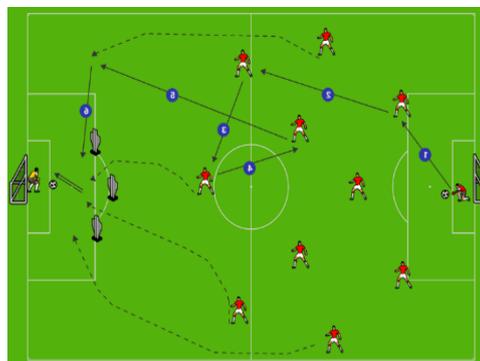


Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Desdobles y Definición

Este ejercicio se lo realiza con todo el equipo 1 portero 4 defensas 2 volante central 1 enganches 2 volantes 1 delantero sistema de juego 1-4-3-3

El portero saca con un pase ras de piso con el centra, el central da un pase el volante derecho el mismo da el pase al delantero y el mismo da el pase al enganche el que da el pase en profundidad al marcador derecho que realiza el Desdobra por fuera y ocupa la posición de volante para recibir el pase. El volante llega a zona 3 y da el centro hacia el delantero y el volante izquierdo que hace el cierre de pase y concreta en gol



Variantes: Con oposición de jugadores por los dos perfiles las salidas.

Materiales: Balones, conos, escaleras, chalecos, siluetas

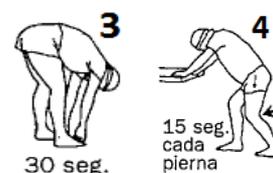
Tiempo: 9' con 1 de pausa total 20'

Fútbol Correctivo 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 30'

Parte Final

E3 Flexionamos el cuerpo hacia delante hasta que las manos toquen los pies, Sin doblar las rodillas

E4 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna



Taller de Entrenamiento 3

Día: miércoles **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 1 **Sesión:** # 3
Hora: 8:30am

Calentamiento

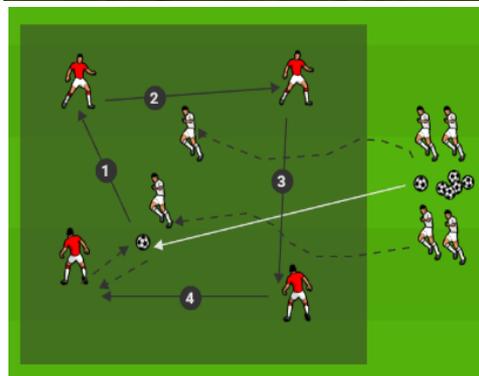
En dos columnas los jugadores realizamos movimientos articulares tren superior e inferior, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Presión y Desmarques

En este ejercicio se juega 4vs2 En un rondo de 15x15m la condición es que los 4 jugadores realicen la posesión del balón a 1 o 2 toque, y los 2 jugadores Presionen y corten las líneas de pase mientras los 4 jugadores realizan el Desmarque y la movilidad por dentro del rondo si realizan 8 pases seguidos continúan los 4 jugadores dentro, si quita la pareja entra las otras que están esperando y sale la pareja a la que quitaron. Y el balón ingresa desde uno de los extremos lanzado por el DT



Variantes: 1 y 2 toques,

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas, siluetas

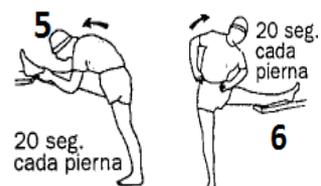
Tiempo: Tiempo 4' con pausa de 1 Tiempo total 20'

Fútbol Correctivo: 11 vs 11 Tiempo: 1 tiempo de 35'

Parte Final

E3 Levantamos una pierna a 90 grados, de frente tocamos con las manos la punta de los pies

E4 Levantamos una pierna a 90 grados, lateralmente tocamos con la mano la punta de los pies



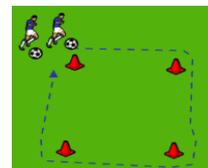
Taller de Entrenamiento 4

Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 1 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30am

Calentamiento

Con todos los jugadores con un balón cada uno, trote suave por el contorno de 40x45m el principio suave y después vamos aumentando la intensidad, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo Progresiones Zona 2 a Zona 1 con Definición

En este Trabajo se realiza un 4vs3 con 3 apoyos por fuera del ronda de 40x35m estos juegan a 2 toques y los de afuera a 1 toque cuando realizan 5 pases por dentro del rondo inmediatamente salen a definir con un pase a un compañero que esta por fuera del rondo "1 volante central" quedando 5 jugadores y también les están esperando 3 defensas para impedir que realicen el gol haciendo una superioridad numérica de 5vs3, y los 5 jugadores realizan la posesión del balón durante 10" para poder hacer el gol en el menor tiempo posible



Variantes: 1 y 2 toques,

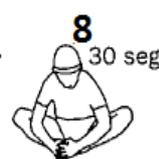
Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas, siluetas

Tiempo: Tiempo 10' con 2 de pausa
Tiempo total 25'

Fútbol Correctivo: 11 vs 11 Tiempo: 1 tiempo de 20'

Parte Final

E7 Realizamos una sentadilla profunda con las manos tocando el piso



E8 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna

Taller de Entrenamiento 5

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 1 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

Entre dos jugadores, técnica con balón, golpeo de cabeza, empeine, borde interno y externo, pie derecho e izquierdo, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Marcaje hombre a hombre

En este trabajo de tres colores 5vs5 en dos rondós de 40x40m unidos se colocan los 5 jugadores en cada rondo y los 5 restante ingresan a presión a cualquiera de los rondós si recupero el balón pasan rápido al otro rondo y el equipo que perdió el balón pasa a velocidad a marcar para que no le hagan 8 pases seguidos y que continúen quitando el balón, la transición es inmediata y la posesión del balón

Variantes: 3 o 3 toques el pase a ras de piso y a media altura

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas

Tiempo: Tiempo 4' 1 de pausa Tiempo total 20'

Fútbol Correctivo: 11vs11, Tiempo 1 periodo de 15'



Parte Final

E9 Sentado con él un pie estirado y el otro flexionado, giramos con las manos en forma circular el pie en flexión



E10 Sentado con el 1 pie estirado y el otro flexionado sobre el otro, giro el tronco al lado contrario

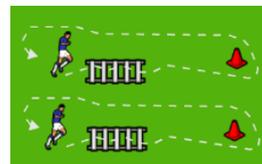
Taller de Entrenamiento 6

Día: lunes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 2 Sesión: # 1

Hora: 8:30 AM

Calentamiento

En dos columnas los jugadores realizan en una escalera coordinación y después trote hasta el cono y regresa al fin de la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Marcación y Ataque

En este trabajo jugamos 1vs1 con 1 portero, un jugador se coloca a 5 metros de la portería y realiza un pase a media altura para que el otro jugador que está ubicado en la línea media del campo de juego controle en balón perfectamente y salga al ataque a definir y el otro jugador sale a marcar e impedir que realice el gol.



Variantes: Pase a media altura y altura

Materiales: Balones, conos, chalecos, siluetas

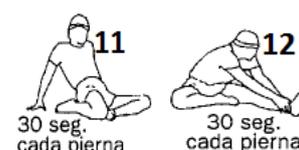
Tiempo: 9' por 1 de pausa. Tiempo total 20'

Fútbol Correctivo: 11 vs 11 Tiempo: 1 tiempo de 20'



Parte Final

E11 Sentados en el suelo, un pie flexionamos hacia tras y la otra hacia delante, las manos colocamos en el suelo detrás nuestro



E12 flexionamos un pie hacia dentro y la otra totalmente estirada con las manos nos tocamos la punta del pie extendida

Taller de Entrenamiento 7

Día: martes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 2 **Sesión:** # 2

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un rondo de 15x15m los jugadores con 1 balón cada uno condicen sin tocarse entre ellos y realizando movimientos articulares. Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Conservación del balón y ataque

En este trabajo de 4vs2 en un rondo de 15x15m a una distancia de la portería de 30m. Los 4 jugadores realizan dentro del rondo conservación del balón y 2 jugadores quitan y a la orden de DT salen realizando un pase al mismo compañero que se desdobra por fuera y llega a la banda y realiza el centro a los 3 jugadores que atacan y los 2 que estaban quitando salen a impedir el gol. Las parejas van con distintos colores



Variantes: Esto se lo realiza a la Derecha e Izquierda y Frontal

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas siluetas

Tiempo: 10 minutos por 2 de pausa. Total 22 minutos

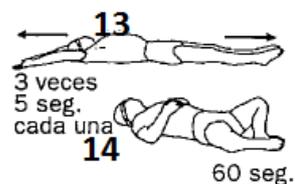
Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 20'



Parte Final

E13 nos acostamos totalmente en el suelo y nos estiramos totalmente los pies y cabeza

E14 nos recostamos en el suelo y recogemos los pies hacia dentro



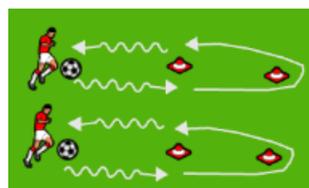
Taller de Entrenamiento 8

Día: miércoles **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 2 **Sesión:** # 3

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas cada uno con un balón conducimos hasta 1 como y dejamos el balón gasta correr ida y vuelta tras del cono y otra bes conducimos el balón y nos ponemos tras la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Posesión del balón y Paredes''

Este trabajo de 7vs4 en un rondo de 18x14m, juega 2 centrales, 1 volante central, 2 volantes y 2 enganches, dentro del rondo se juega 4vs1 y la rotación del balón se lo realiza por las bandas y cuando se juega por dentro se realiza la pared, los 4 jugadores que van por dentro cortan las líneas y recuperan el balón

Variantes: 1 y 2 toques y la intensidad

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas

Tiempo: 8' por 2 de pausa, total 20'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'



Parte Final

E15 nos hincamos y sacamos un pie para delante y el otro hacia tras sin tocar el suelo y las manos en el suelo



E16 Acostados con las manos atas de la cabeza y las piernas recogidas el mismo tiempo colocamos a los lados

Taller de Entrenamiento 9

Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 2 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30 am

Calentamiento

Futbol tenis de 2vs2, obligatorio que los dos jugadores toquen el balón sin dejar caer para poder pasar a los contrarios, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Basculación en Zona 2

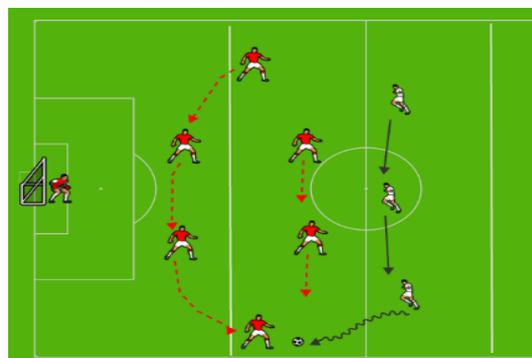
Este trabajo se lo realiza con los 4 defensiva y con los 2 volante central los que van a bascular en forma semicírculo los 4 defensas u los 2 volantes en línea, la marca total hasta la banda y cerrando toda la línea para no dejar pasar el balón a la portería realizando 4-2 vs 3 que atacan a portería, todo esto en zona 2



Variantes: Los Ataques por derecha e izquierda

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas

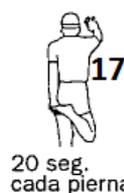
Tiempo: 10' por 2' de pausa. Total 22'



Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 15'

Parte Final

N17 De pie nos cogemos el pie derecho con la mano izquierda por la parte de atrás de cuerpo



20 seg.
cada pierna

N18 Realizamos pasos largos a una distancia de 15m ida y vuelta



30 seg.
cada pierna

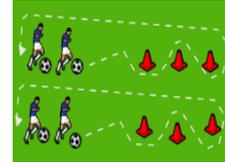
Taller de Entrenamiento 10

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 2 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas los jugadores con balón conducción vertical y después por obstáculos de conos y después se colocan al final de la columna Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Cambios de Orientación con Definición

Este trabajo se lo realiza cuando se está en posición del balón todo el equipo y comienza con el marcador derecho y el da el pase 'Cambio de frente' al volante izquierdo que este está al ras de la línea. Realizando la transición inmediata de ataque en conducción del balón sea el volante o el delantero y acompaña todo el equipo, el equipo con esta acción encuentra el lado débil del equipo contrario



Variantes: zona 2 y zona 3

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas

Tiempo: 8' con 2 de pausa, Total 20'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 20'

Parte Final

N19 trote suave por el contorno de la cancha libre



N20 trote suave por el contorno de la cancha sin calzado

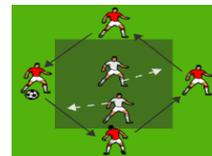
Taller de Entrenamiento 11

Día: lunes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 3 Sesión: # 1

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un rondo de 10x10m jugamos 4 por fuera y 2 por dentro los 2 de adentro quitan en parejas y los 4 de afuera a 1 toque posesión del balón, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos Ejercicio de contraataque y posesión del balón

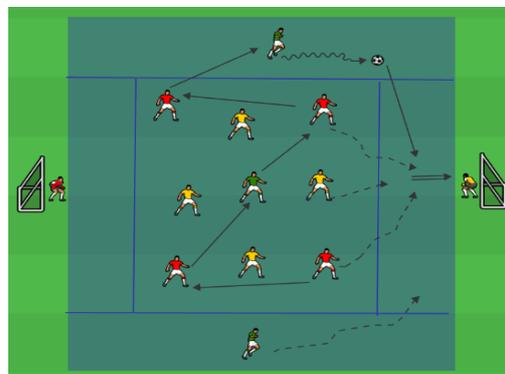
En un rondo de 30x40m 4vs4 jugadores+2 comodines por las bandas y +1 comodín por dentro, los 4 jugadores +1 comodín realiza la posesión del balón para parar al ataque tiene que hacer 6 pases, si los otros 4 jugadores recuperan rápidamente tienen la opción de dar el pase a cualquiera de los extremos que están por fuera libremente en su zona y atacar al gol haciendo un 7vs4 en contraataque a la portería y culminar en gol



Variantes: Con más oposición y con definición

Materiales: Balones, conos, chalecos, cintas

Tiempo: 13' 2 de pausa. Total 30'



Parte Final

E1 Apoyado en una pared, con una pierna flexionada hacia el frente y la otra estirada



E2 Apoyado un pie sobre una vereda y la otra totalmente estirada

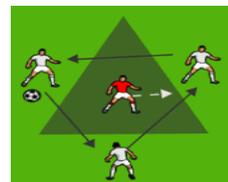
Taller de Entrenamiento 12

Día: martes Categoría: sub 13 Micro ciclo 3 Sesión # 2

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un triángulo de 5x5m jugamos 3vs1 los 3 jugadores por fuera a un toque hace posesión del balón y el de adentro quita, si quita entra el jugador al que quito. Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de ataque y marcación 1 vs 1

Este trabajo es en zona 2 de 30x25m se juega 5vs5+2 comodines alado de la portería +1comodin por dentro y se realiza la posesión del balón en la zona 2 jugando 5vs6 jugadores cuando se cumple 6 toques de cualquier equipo dan el pase al jugador que va salir al ataque y va entrar en zona 1 que está esperando el marcador alado de su portería y se va dar el duelo del 1vs1 para tratar de terminar en gol

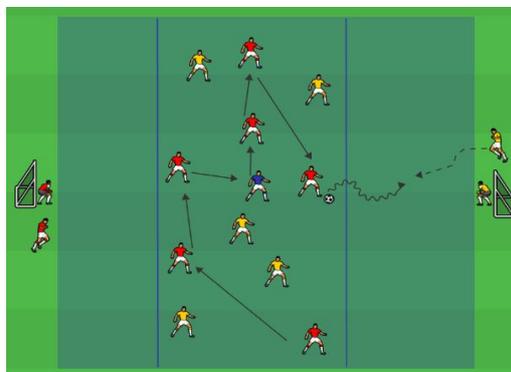


Variantes: 1 y 2 toques dentro de la zona 2

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' 1 de pausa, Total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 20'



Parte Final

E3 Flexionamos el cuerpo hacia delante hasta que las manos toquen los pies, Sin doblar las rodillas



E4 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna



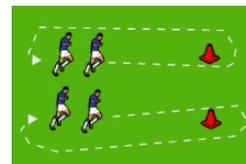
Taller de Entrenamiento 13

Día: miércoles Categoría: sub 13 Micro ciclo: 3 Sesión: # 3

Hora: 8:30am

Calentamiento

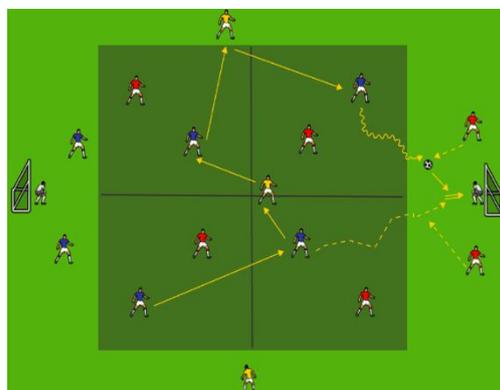
En dos columnas los jugadores realizamos movimientos articulares tren superior e inferior Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Apoyos y Definición

En este trabajo se busca la movilidad de los jugadores en un rondo de 40x30 metros divididos en 4 rondos pequeños en cada uno 2vs2. Con un apoyo por dentro libre y dos por fuera cuando el balón rota por los tres cuadrantes mínimo el balón sale por fuera y ataca la portería a definir, y de cada equipo están esperando dos defensas para impedir el gol esto se lo realiza a cualquier portería y quedando 4vs2 en ofensiva



Variantes: 1 y 2 toques por dentro de cada rondo

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 13' con 2 de pausa total 30'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 35'

Parte Final

E3 Levantamos una pierna a 90 grados, de frente tocamos con las manos la punta de los pies



20 seg.
cada pierna



20 seg.
cada pierna

E4 Levantamos una pierna a 90 grados, lateralmente tocamos con la mano la punta de los pies

Taller de Entrenamiento 14

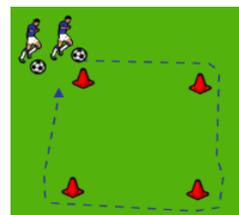
Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 3 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30am

Calentamiento

Con todos los jugadores con un balón cada uno, trote suave por el contorno de 40x45m el principio suave y después vamos aumentando la intensidad

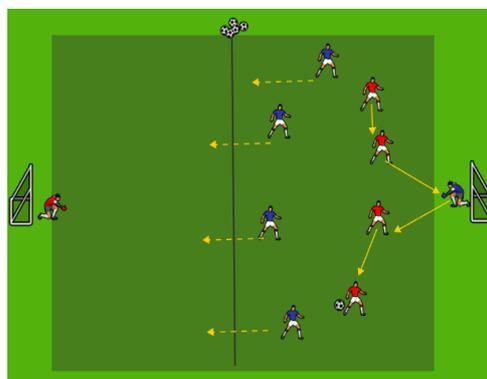
Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Repliegues en zona 2

Este trabajo en un rondo de 40x70m en 2 zonas, se ubican dos equipos de 4 jugadores con arquero. El ejercicio consiste en que el equipo llegue al gol con posesión del balón para lo cual todos sus jugadores tienen que estar pasando la mitad de cancha en ataque. Cuando quite el balón el otro equipo, todos los jugadores del equipo tienen que volver a su campo antes que la pelota cruce la mitad de cancha se hagan dos pases en defensa. El equipo que recupera la pelota no puede jugar directo, tiene que jugar con su arquero antes de comenzar el ataque, y puede ir a concretar el gol



Variantes: 1 y 2 toques

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 30'

Parte Final

E7 Realizamos una sentadilla profunda con las manos tocando el piso

E8 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna



Taller de Entrenamiento 15

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 3 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

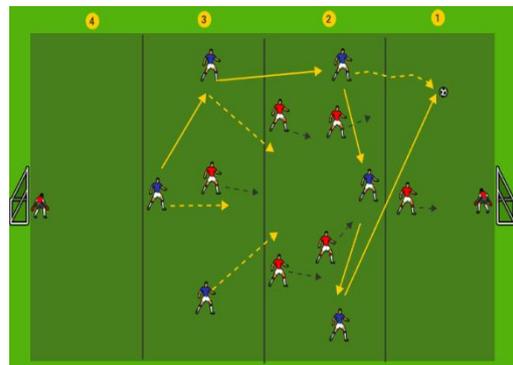
Entre dos jugadores, técnica con balón, golpeo de cabeza, empeine, borde interno y externo, pie derecho e izquierdo, Tiempo 10 minutos



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo Repliegues en zona 1 – 2 – 3 – 4

En un rondo de 40x70m aproximadamente dividido en 4 zonas, 1-2-3-4, se ubican dos equipos de 6 jugadores y un arquero. Un equipo tiene que llegar al gol con posesión del balón, si pérdida del balón, el equipo que recupera tiene que dar un pase antes de iniciar el ataque, tiempo en el que el equipo sin balón tiene que replegarse y ocupar las zonas del terreno de acuerdo al tipo de repliegue:



Variantes: REPLIEGUE

AVANZADO: 3 jugadores en Zona 1 y 3 jugadores en Zona 2

REPLIEGUE MEDIO: 3 jugadores en Zona 2 y 3 en Zona 3

REPLIEGUE INTENSIVO: 3 jugadores en Zona 3 y 3 en Zona 4

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 13' con 2 de pausa total 15'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 2

Parte Final

E9 Sentado con él un pie estirado y el otro flexionado, giramos con las manos en forma circular el pie en flexión



E10 Sentado con el 1 pie estirado y el otro flexionado sobre el otro, giro el tronco al lado contrario

Taller de Entrenamiento 16

Día: lunes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 4 Sesión: # 1

Hora: 8:30 AM

Calentamiento

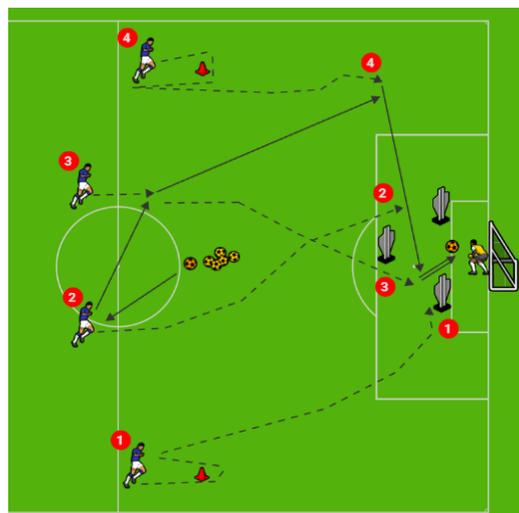
En dos columnas los jugadores realizan en una escalera coordinación y después trote hasta el cono y regresa al fin de la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Amplitud y Sierre Ofensivo

Con 4 jugadores los posicionamos en media cancha como esta en grafico el DT da el pase al jugador 2 y el mismo controla y da el pase al jugador 3 el mismo realiza un control orientado y da el pase al jugador 4 el mismo que realiza una entrada y salida antes de ir a carrera a receptor el balón y realizar un centro los jugadores 3y2 realizan un cruce para definir y en jugador número 1 realiza el cierre ofensivo para sumar 3 jugadores para realizar el gol



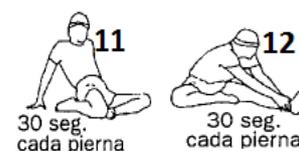
Variantes

Tiempo: 4' con 1 de pausa total 20'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 25'

Parte Final

E11 Sentados en el suelo, un pie flexionamos hacia tras y la otra hacia delante, las manos colocamos en el suelo detrás nuestro



E12 flexionamos un pie hacia dentro y la otra totalmente estirada con las manos nos tocamos la punta del pie extendida

Taller de Entrenamiento 17

Día: martes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 4 Sesión: # 2

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un rondo de 15x15m los jugadores con 1 balón cada uno condicen sin tocarse entre ellos y realizando movimientos articulares, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Ritmo de juego y de Posesión del Balón

En un rondo de 45x45 m 9vs9 + 1 comodín jugadores a dos toques el equipo que este en posesión del balón realiza un juego rápido sin permitir que el otro equipo gane la posesión del balón y la pito del DT, los jugadores que están en posesión del balón realizan un juego rápido a portería para concretar en gol en 10'' con el comodín incluido quedando 10vs9 si en ese transcurso pierde el balón o no hay gol, el balón se lo entregara al otro equipo



Variantes: Récor, sumatoria

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

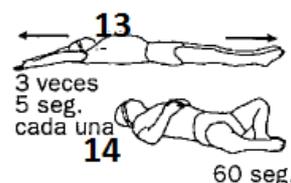
Tiempo: 10' con 5 de pausa total 30'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 15'

Parte Final

E13 nos acostamos totalmente en el suelo y nos estiramos totalmente los pies y cabeza

E14 nos recostamos en el suelo y recogemos los pies hacia dentro



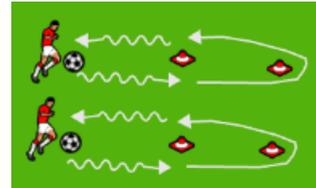
Taller de Entrenamiento 18

Día: miércoles **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 4 **Sesión:** # 3

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas cada uno con un balón conducimos hasta 1 como y dejamos el balón gasta correr ida y vuelta tras del cono y otra bes conducimos el balón y nos ponemos tras la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Traslado y Ocupación de Espacios Libres

En un espacio grande se colocan tres rondós de 15x15m separados en forma de triángulo con una separación de 10 metros de rondo en rondo se juega 4vs1 y se realiza posición del balón al pito del DT los jugadores corren al otro rondo a ocupar la posesión vacía



Variantes: 1 Pito carrera lado derecho 2 Pitos carrera lado izquierda

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 15'



Parte Final

E15 nos hincamos y sacamos un pie para delante y el otro hacia tras sin tocar el suelo y las manos en el suelo



E16 Acostados con las manos atas de la cabeza y las piernas recogidas el mismo tiempo colocamos a los lados

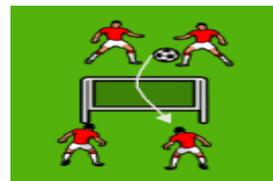
Taller de Entrenamiento 19

Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 4 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30 am

Calentamiento

Futbol tenis de 2vs2, obligatorio que los dos jugadores toquen el balón sin dejar caer para poder pasar a los contrarios, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Marca Personal y Transiciones

En un rondo de 35x20 m con porterías se realiza un 4vs4 con marcas personales definidas el equipo que posee el balón tiene 5 pases para realiza la transición de defensa ataque o viceversa y la posesión del balón para poder marcar el gol la misma que esta sin portero



Variantes: Con portero

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 5' con de pausa total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'



Parte Final

N17 De pie nos cogemos el pie derecho con la mano izquierda por la parte de atrás de cuerpo

N18 Realizamos pasos largos a una distancia de 15m ida y vuelta



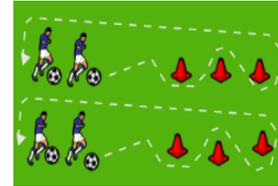
Taller de Entrenamiento 20

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 4 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas los jugadores con balón conducción vertical y después por obstáculos de conos y después se colocan al final de la columna Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Paredes y Contraataque y Apoyos

En un ronde de 10 x 10 dentro del están 2 jugadores y por fuera 3 jugadores. Al pito ingresan a quitar el balón, cuando estén en posesión del balón los 3 jugadores realizan una pared y rápido el pase al delantero que está esperando para realizar el contraataque con uno de los compañeros que sirve de apoyo que salen de 1 los 3 que entraron a quitar el balón en el rondo



Variantes: Con oposición

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 25'

Parte Final

N19 trote suave por el contorno de la cancha libre

N20 trote suave por el contorno de la cancha sin calzado



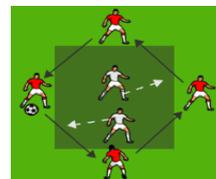
Taller de Entrenamiento 21

Día: lunes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 5 Sesión: # 1

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un rondo de 10x10m jugamos 4 por fuera y 2 por dentro los 2 de adentro quitan en parejas y los 4 de afuera a 1 toque posesión del balón, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Posesión del balón y precisión

Trabajo en 2 canchas, 4 equipos

En la cancha 1, juego libre, hay que derrumbar los conos para anotar gol a una distancia de 2 metros

En la cancha 2, está dividido en 3 zonas. Nunca puede quedar una zona vacía y tampoco pueden estar más de 3 jugadores. Tienen libertad de moverse en cada zona, pero cumpliendo esas reglas. Se busca que termine en duelo 3v3. Tengo dos arcos en realizar el gol, esto se lo realiza a la misma vez los 2 ejercicios



Variantes: 1 o 2 toques Tiempo 10 minutos 2 de pausa

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'

Parte Final

E1 Apoyado en una pared, con una pierna flexionada hacia el frente y la otra estirada

E2 Apoyado un pie sobre una vereda y la otra totalmente estirada



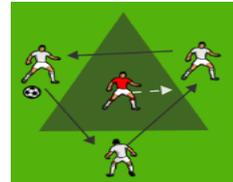
Taller de Entrenamiento 22

Día: martes Categoría: sub 13 Micro ciclo 5 Sesión # 2

Hora: 8:30am

Calentamiento

En un triángulo de 5x5m jugamos 3vs1 los 3 jugadores por fuera a un toque hace posesión del balón y el de adentro quita, si quita entra el jugador al que quito. Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

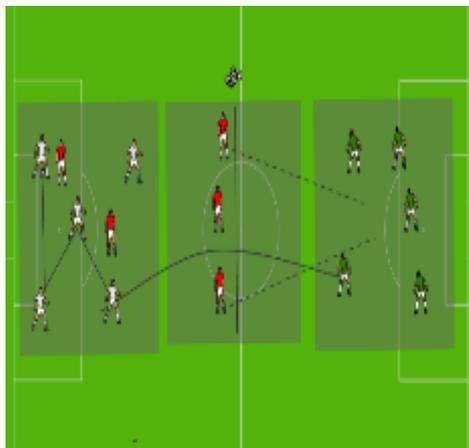
22 Trabajo Cambio de frente

3 cuadrados de 15x15m separados 1m entre sí.

Juegan 3 equipos de 5

En un cuadrado trabajan 5vs2, el otro equipo espera en el otro cuadrado y los 3 jugadores restantes están en la mitad de los cuadrados.

Si el equipo en posesión del balón hace 5 pases ya puede hacer un cambio de frente al otro cuadrado, evitando que los 3 jugadores del medio intercepten el pase.



Si lo logran el pase sigue quitando el mismo equipo. Si no lo logra el pase el equipo que perdió la pelota pasa a quitar.

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 20' con 2 de pausa total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 15'

Parte Final

E3 Flexionamos el cuerpo hacia delante hasta que las manos toquen los pies, Sin doblar las rodillas



30 seg.

E4 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna



15 seg.
cada
pierna

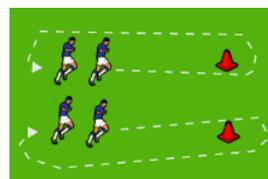
Taller de Entrenamiento 23

Día: miércoles **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 5 **Sesión:** # 3

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas los jugadores realizamos movimientos articulares tren superior e inferior Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de sistematización Ofensiva y Presión.

Trabajamos 8vs6. Pasan al ataque laterales, volantes defensivos y ofensivos, extremos y centro delantero. Se hace énfasis en los movimientos de desmarque, desdoblamiento y movimiento diagonal.

Cuando pierden la pelota presionamos para que el equipo defensivo no salga por los costados.



Variantes: más jugadores a la defensa

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

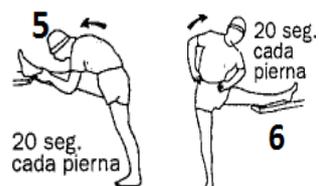
Tiempo: 5' con 1 de pausa total 18'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 15'

Parte Final

E3 Levantamos una pierna a 90 grados, de frente tocamos con las manos la punta de los pies

E4 Levantamos una pierna a 90 grados, lateralmente tocamos con la mano la punta de los pies



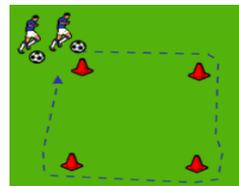
Taller de Entrenamiento 24

Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 5 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30am

Calentamiento

Con todos los jugadores con un balón cada uno, trote suave por el contorno de 40x45m el principio suave y después vamos aumentando la intensidad, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo Amplitud y Profundidad Fútbol 11v11

Se delimitan cuadrados en las esquinas de 5x5m cada uno. Dentro de ese cuadrado jugamos 1vs1. Los dos equipos 11vs11 tratar de jugar con una dinámica de 1,2 y 3 contactos para que haya más ocasiones de gol



- Llegar a la esquina cuenta como gol.
- Si hago gol luego de llegar a la esquina vale doble.

Variantes: quitar los 4 cuadrados

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 15'

Parte Final

E7 Realizamos una sentadilla profunda con las manos tocando el piso



E8 Sosteniéndose con las manos, semi flexiono las rodillas de manera alterna



Taller de Entrenamiento 25

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 5 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

Entre dos jugadores, técnica con balón, golpeo de cabeza, empeine, borde interno y externo, pie derecho e izquierdo, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo Conservación y Amplitud

En un rondo de 6vs6 + 4 apoyos Doble área Jugamos 6vs6 por dentro y cada equipo tiene 4 apoyos ofensivos, dos a los costados dando amplitud y dos en la línea de fondo dando profundidad

Para poder marcar el último pase tiene que venir de un apoyo y tenemos que rematar de primera.

Variantes: solo podemos quedar con 2 apoyos por fuera

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 5' con 1 de pausa total 18'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'



Parte Final

E9 Sentado con él un pie estirado y el otro flexionado, giramos con las manos en forma circular el pie en flexión



15 veces en cada dirección

E10 Sentado con el 1 pie estirado y el otro flexionado sobre el otro, giro el tronco al lado contrario



15 seg. cada lado

Taller de Entrenamiento 26

Día: lunes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 6 Sesión: # 1

Hora: 8:30 AM

Calentamiento

En dos columnas los jugadores realizan en una escalera coordinación y después trote hasta el cono y regresa al fin de la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

26 Trabajo Línea de Pase

En un rondo 15x15m se jugamos 6v2 los 6 jugadotes son apoyos por fuera y los 2 por dentro si los dos jugadores quitan rapidamente dan el pase al jugador que espera para realizar el 1vs1 para realizar el gol a porteria



Variantes: sumar en la definición 2vs2

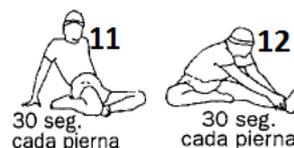
Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 1 de pausa total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'

Parte Final

E11 Sentados en el suelo, un pie flexionamos hacia tras y la otra hacia delante, las manos colocamos en el suelo detrás nuestro



E12 flexionamos un pie hacia dentro y la otra totalmente estirada con las manos nos tocamos la punta del pie extendida

Taller de Entrenamiento 27

Día: martes Categoría: sub 13 Micro ciclo: 6 Sesión: # 2

Hora: 8:30am

Calentamiento

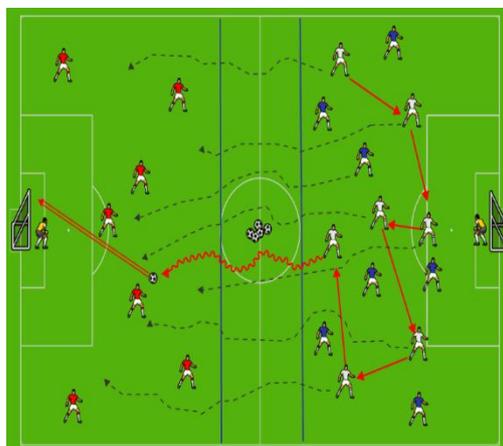
En un rondo de 15x15m los jugadores con 1 balón cada uno condicen sin tocarse entre ellos y realizando movimientos articulares, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Presión Tras Pérdida

Trabajo de presión tras pérdida 7vs7vs7 3 equipos, 1 equipo en posesión ataca a un arco e intenta anotar el gol. Si lo logra pasa a atacar al otro arco. Si pierde la pelota realiza la presión tras pérdida para que el equipo rival no logre pasar a la zona del medio con pelota dominada en la zona ya no le pueden quiera el balón y puede organizarse para atacar el otro equipo. Si este si pasa a la zona del medio se convierte en equipo atacante la otra portería.



Variantes: sumar más jugadores

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

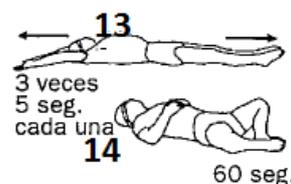
Tiempo: 20' con 2 de pausa total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 2 periodos de 15'

Parte Final

E13 nos acostamos totalmente en el suelo y nos estiramos totalmente los pies y cabeza

E14 nos recostamos en el suelo y recogemos los pies hacia dentro



3 veces
5 seg.
cada una

60 seg.

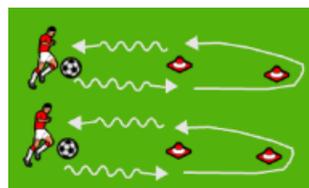
Taller de Entrenamiento 28

Día: miércoles **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 6 **Sesión:** # 3

Hora: 8:30am

Calentamiento

En dos columnas cada uno con un balón conducimos hasta 1 como y dejamos el balón gasta correr ida y vuelta tras del cono y otra bes conducimos el balón y nos ponemos tras la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo de Amplitud y Definición

Espacio 30x30m más dos cuadrados a los costados de 5x5m 7vs7

Un equipo en posesión de la pelota, cuando el otro equipo la recupera tiene que pasar a su arquero y este rápidamente abrir la cancha a los jugadores que están en los cuadrados. Si consigue hacer bien el pase al jugador del cuadrado tiene que conducir y meter centro. El otro jugador de cuadrado cierra la jugada y se incorporan 2 jugadores a definir y 1 jugador a defender.



Variantes: 1 o 2 toques dentro del cuadrado

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa total 22'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 20'

Parte Final

E15 nos hincamos y sacamos un pie para delante y el otro hacia tras sin tocar el suelo y las manos en el suelo



20 seg.
cada pierna

E16 Acostados con las manos atas de la cabeza y las piernas recogidas el mismo tiempo colocamos a los lados



25 seg.
cada lado

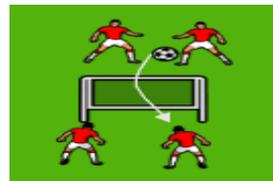
Taller de Entrenamiento 29

Día: jueves **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 6 **Sesión:** # 4

Hora: 8:30 am

Calentamiento

Futbol tenis de 2vs2, obligatorio que los dos jugadores toquen el balón sin dejar caer para poder pasar a los contrarios, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

29 Trabajo de Preciso Tras Pérdida

En dos rondo de 15x15m jugamos 6vs2

Los 6 jugadores realizan la posesión del balón a 1 toque y los 2 jugadores de adentro quitan, si los 2 jugadores quitan el balón tienes que tratar de hacer 3 pases libremente seguidos y cuenta como punto y los 6 jugadores rápido a recuperar el balón y continuar la posición del balón el DT puede mandar el balón a los 6 jugadores o a las 2 jugadoras que quitan



Variantes: sumar o restar jugadores

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 1' con 1 de pausa por pareja total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 15'

Parte Final

N17 De pie nos cogemos el pie derecho con la mano izquierda por la parte de atrás de cuerpo



20 seg.
cada pierna

N18 Realizamos pasos largos a una distancia de 15m ida y vuelta



30 seg.
cada pierna

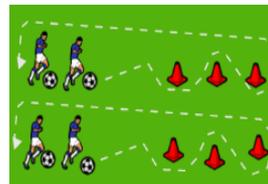
Taller de Entrenamiento 30

Día: viernes **Categoría:** sub 13 **Micro ciclo:** 6 **Sesión:** # 5

Hora: 8:30am

Calentamiento

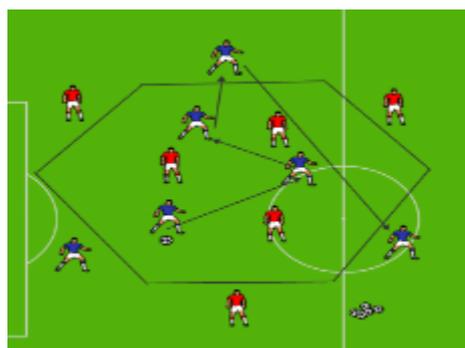
En dos columnas los jugadores con balón conducción vertical y después por obstáculos de conos y después se colocan al final de la columna, Tiempo 10'



Parte Principal Técnico Tácticos Ofensivos y Defensivos

Trabajo Conservación del balón e Intercepción del pase

Dentro del hexágono jugamos 3v3 y cada equipo tiene 3 apoyos por fuera. Los apoyos se ubican saltando un espacio. Los Jugamos que están en posesión del balón por dentro juegan libre y los de adentro a 1 toque, si recuperan los 3 jugadores de adentro el balón pasan hacer la posición ellos, Alternamos los jugadores de apoyo con los de adentro.



Variantes: sumar o restar jugadores

Materiales: Balones, conos, platos, chalecos, cintas

Tiempo: 10' con 2 de pausa por pareja total 24'

Fútbol Correctivo: 11vs11 Tiempo: 1 periodos de 25'

Parte Final

N19 trote suave por el contorno de la cancha libre



N20 trote suave por el contorno de la cancha sin calzado

MATERIALES DE ENTRENAMIENTO



Balones



Zapatos



Conos



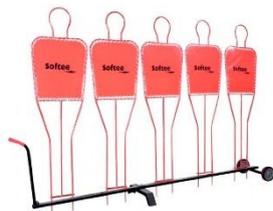
Platos



Cintas



Escaletas



Siluetas



Vallas

6.7 Impactos

6.7.1 Impacto social

La investigación genera un impacto en la sociedad de forma directa mediante el sustento que brinda un mejor aprendizaje y su desarrollo como atletas o futuros representantes del deporte en ámbitos internacionales. Siendo de gran importancia el desarrollo táctico en la etapa formativa, esto implica mejores niveles de calidad de juego, además implica un impacto indirecto en el fomento y motivación de nuevos deportistas que buscan mejorar su calidad o nivel de juego y observan en el desarrollo táctico una solución.

6.7.2 Impacto deportivo

El deporte se verá afectado positivamente debido al mejoramiento y eficiencia en el desempeño del juego, no es suficiente que el atleta o jugador mejore, también la técnica debe mejorar y esto mediante el incentivo y fomento del desarrollo táctico en el entrenamiento formativo.

6.7.3 Impacto psicológico

Tanto los entrenadores como los jugadores dispondrán de un modelo eficiente de manejo táctico del entrenamiento y permitirán que la reacción psicológica ante circunstancias de respuesta inmediata que se presenten en la cancha, sean abordadas de mejor manera.

El desarrollo táctico es un compromiso con la forma de pensar y manera de actuar del jugador y el entrenador. Este involucra nuevos caminos de solución para lograr el objetivo del partido, ganarlo. Siendo el desarrollo táctico una fuente de confianza en el nivel de desempeño se puede

concebir que un partido se lo gana inicialmente en la mente y después en la cancha.

6.8 Difusión

La investigación, así como su parte propositiva, fue socializada a los entrenadores del Club Independiente del Valle, mediante una charla explicativa y práctica, donde se puso a prueba algunas de las sesiones, como un medio de demostración y comprobación de la eficiencia de las actividades orientadas al mejoramiento táctico.

6.9 Bibliografía

- Ardá, Toni; Casal, Claudio (2007). El fútbol de contrataque. Chile: Ed. Suzaeta
- Arias, (2009). Tecnología en el fútbol. 2da. Edición, México: Ed. Walver
- Brines Javier (2013), Los 3 tipos de marcaje defensivo en el fútbol.
Disponibile en <http://www.futbolbaseenestadopuro.com/los-3-tipos-de-marcaje-defensivo-en-el-futbol/>
- Cabero, A. J. (2007). LA INTERACCIÓN EN EL APRENDIZAJE EN RED: USO DE HERRAMIENTAS, ELEMENTOS DE ANÁLISIS Y POSIBILIDADES EDUCATIVAS. Revistas UNED, 98-99.
- Camacho, D. (2007). FUNDAMENTOS DE SOCIOLOGÍA. SAN JOSE COSTA RICA: Editorial Universidad Estatal a Distancia San José de Costa Rica.
- Cárdenas (2007). Formación y entrenamiento deportivo multidisciplinar. México. Ed. Carsento.
- Casais, L. y. (2006). Análisis de los procedimientos ofensivos que llevan al gol en el fútbol en la liga española durante la temporada 2004-2005., (pág. Actas del I Congreso Internacional de Ciencias del Deporte.). Pontevedra.
- Casamichana, Castellano Y Hernández, (2014). El fútbol táctico y sistemas defensivos. Cucuta: Ed. Salvador.
- Castellano Paulis, J. (2008). Análisis de las posesiones de balón en fútbol: Frecuencia, duración y transición. Revista Motricidad, European Journal of Human Movement, 21, 179-196.
- Castillo Fernández, Yago Ramis Laloux, Jaume Cruz i Feliu, Isabel Balaguer Solá (2015). Formación de entrenadores de fútbol base en el Proyecto PAPA. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4975231>
- Castillo, Ramis, Cruz & Balaguer (2015). Historia de las técnicas del fútbol. México D.F.: Ed. Brounike
- Cervera, Juan Mercé; Ródenas, Luis; Monforte, Carlos (2008). Tácticas del fútbol Mediterráneo. Madrid: Ed. Mc Graw Hill.

- Cirpiano, (2009). El fútbol en la táctica ofensiva. Buenos Aires; Ed. Zuzaeta.
- Contreras Fernando, (2002), Principios tácticos del fútbol, disponible en http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/prin_tac/prin_tac.htm
- Correa Mario (2014). La pedagogía del fútbol. Disponible en: http://diariodecuyo.com.ar/home/new_noticia.php?noticia_id=623454
- Díaz, R. &. (2011). Estudio y análisis de los sistemas de juego en fútbol. Estudio y análisis de los sistemas de juego en fútbol (págs. 3-13). La Plata: XIV Seminario Internacional y II Latinoamericano de Praxiología Motriz: Educación Física y contextos críticos.
- Espar, X. (2004). Rendimiento del Fútbol controlado. Chile: Ed. Educar.
- Estanislao Zuleta, Robinho, (2013), Humanismo y Goles, disponible en: <https://humanismoygoles.wordpress.com/2013/10/09/sobre-el-futbol/>
- Estero, J. L. A. (2008). El proceso de formación deportiva en la iniciación a los deportes colectivos fundamentado en las características del deportista experto. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (13), 28-32.
- Fernández Soler (2016). El deporte, fútbol y sombras del ayer. Chile: Ed. Cassana
- Fernández, Burillo & Plaza (2012). Journal of Sport And Health. Disponible en <http://slideshowes.com/doc/973738/vol.-3--1---journal-of-sport-and-health-research>
- Galeano, E. (2010). El fútbol a sol y sombra. Madrid España: Siglo XXI de España Editores S.A.
- González & Fernández (2015). Características del fútbol de ataque. Madrid: Ed. Suzaeta
- González Francisco, Fernández Tomás (2015) El deporte como medio para fomentar los valores educativos. La enseñanza del fútbol en la iniciación. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5386731>

- González, A. C. (2000). Didáctica de la Educación Física (2000 ed., Vol. II). España: GRAO.
- González, C. G. (2011). Aspectos tácticos y psicopedagógicos a tener en cuenta en el desarrollo deportivo de un partido de fútbol de relevancia institucional. *Journal of Sport and Health Research*, 93.
- Graca, A. y. (1999). La enseñanza de los juegos deportivos. Barcelona: Paidotribo.
- Grahaigne (1992). Fundamentos del fútbol táctico. México. Ed. Edinweint.
- Gunter, T. y. (2007). Teoría y metodología de la competición deportiva. Barcelona: Paidotribo.
- Hernán Francisco (2013), El fútbol como herramienta pedagógica. Disponible en <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:2CjFDy2a3qIJ:revinut.udea.edu.co/index.php/viref/article/download/15780/13689+&cd=5&hl=es&ct=clnk&gl=es>
- Macías Juan (2013). Movimientos en el fútbol. Colombia: Ed. Jarvin.
- Mármol, A. G., & Valenzuela, A. V. (2013). Análisis de la idea de deporte educativo. *E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte*, 9(1).
- Martínez Domínguez (2012). Pedagogía y metodología en la enseñanza del fútbol. Disponible en <http://es.slideshare.net/wilson9090/pedagoga-y-metodologa-en-la-enseanza-del-fútbol>
- Martínez Domínguez, L. M. (2013). Teoría de la Educación para Maestros (2013 ed.). Las Rosas, Madrid, España: Biblioteca Online SL.
- Marziain Fabián (2011). Enseñar a enseñar el fútbol. Disponible en <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/34953>
- Méndez, J. (2013). Módulo Didáctica Especial del Deporte. Ibarra, Imbabura, Ecuador.
- Pacheco, R. (2007). Movimientos del fútbol táctico. Perú: Ed. Cassana
- Pinar María, (2005). El contexto de la pedagogía en los procesos de formación deportiva desde una perspectiva ciudadana. Disponible en

<http://repositoriodigital.academica.mx/jspui/handle/987654321/3969>

56

Pinedo Otaola, J. (2008). www.euskomedia.org. Recuperado el 30 de abril de 2015, de www.euskomedia.org:

<http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/ikas/15/15163170.pdf>

Piñar López, M. (2007). Incidencia del cambio de un conjunto de reglas de juego sobre algunas de las variables que determinan el proceso de formación de los jugadores de mini basket (9-11 años). Granada: Editorial de la Universidad de Granada.

Ramírez Wilson (2012). Modelos pedagógicos del fútbol. Bogotá: Ed. Sn Pedro.

Riso, W. (2006). Terapia Cognitiva fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico (Vol. 1). Bogotá, Colombia: Norma S.A.

Romero Cipriano, (2005), Un modelo de entrenamiento en el fútbol desde una visión didáctica. Disponible en:

<http://www.efdeportes.com/efd80/fútbol.htm>

Romero F. (2007). Fases del juego táctico. México: Ed. Martínez. S.A.

Ross Lleana & Caraballo Maylín, (2013), El pensamiento humanista de Ernesto Guevara de la Serna en el deporte, disponible en

<http://www.efdeportes.com/efd181/el-pensamiento-de-ernesto-guevara-en-el-deporte.htm>

Ruiz, Laureano, (2010). Fútbol Colectivo. España: Ed. Mc Graw Hill.

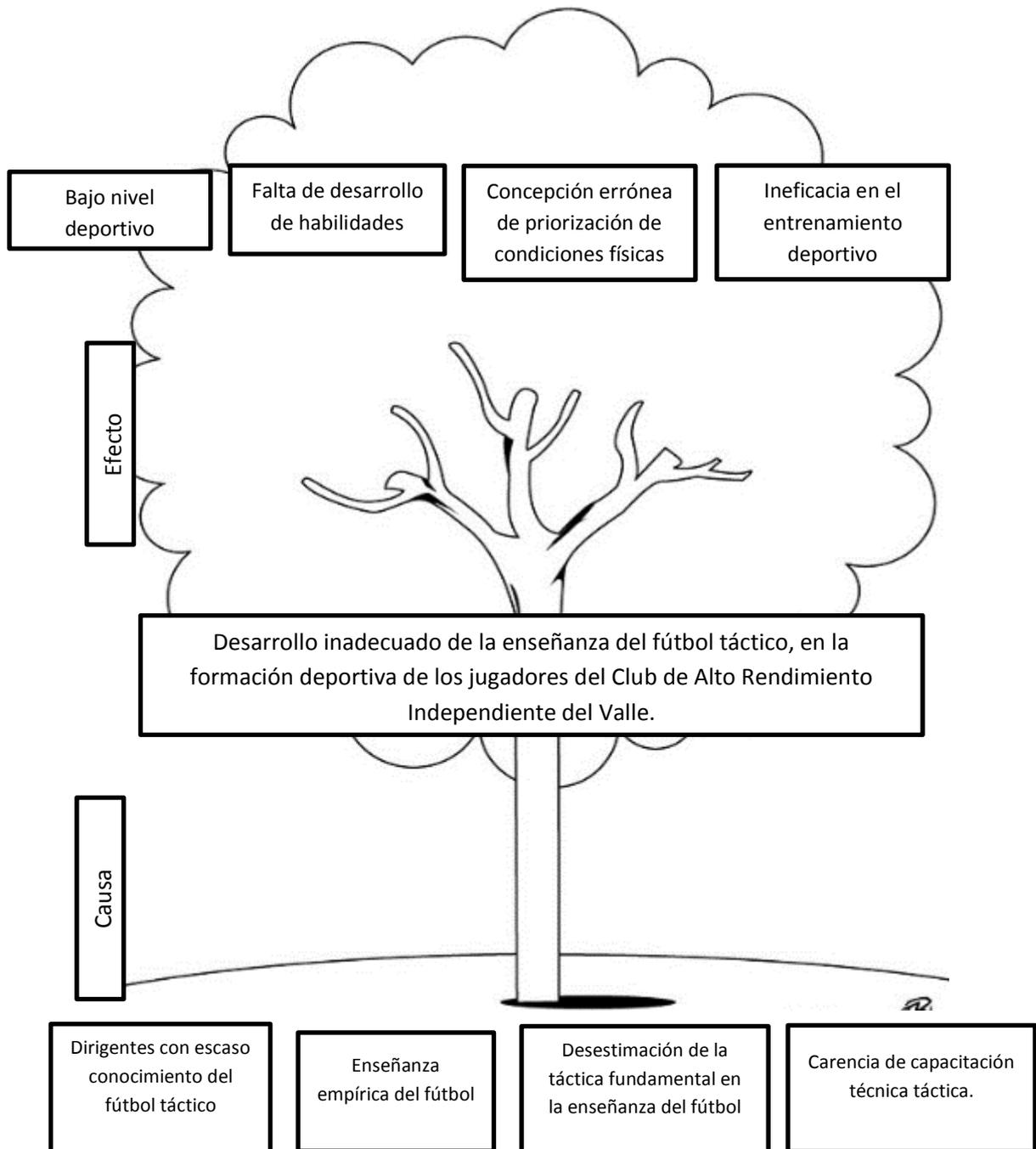
Sánchez Espinoza, F. (2013). "Incidencia de los juegos pre-deportivos en los fundamentos técnicos del fútbol en la categoría sub 12 de la Unidad Educativa Jefferson de la Ciudad de Riobamba". Trabajo de Investigación Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, Universidad Técnica de Ambato, Centro de Estudio de Posgrado, Ambato.

Sánchez, & Javier. (2013). Estudio del nivel de diversión generado por la aplicación de un programa de entrenamiento técnico y otro táctico en futbolistas jóvenes. (I. e. impresa, Ed.) Cuadernos de psicología del deporte, 13, 95,96.

- Sánchez, J., Yagüe, J., Fernández, R. , & Petisco, C. (2014). Efectos de un entrenamiento con juegos reducidos sobre la técnica y la condición física de jóvenes futbolistas. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. doi: 10.5232/ricyde,
- Sarria D. (2013), Etapas de la enseñanza y formación deportiva. México: Ed. Carsent
- Sebreli (2011). Historia del fútbol. Argentina: Ed. Sacrit
- Sebreli, J. J. (2011). La era del fútbol. Argentina: Penguin Random House Grupo editorial Argentina.
- Soler Fernández, E. (2006). Constructivismo, Innovación y Enseñanza Efectiva (2006 ed.). Caracas, Venezuela: Equinoccio. pág. 36
- Tirúa. (2011). www.fundacionarauco.cl. Recuperado el 21 de mayo de 2015, de www.fundacionarauco.cl:
http://www.fundacionarauco.cl/_file/file_3881_gu%C3%ADas%20did%C3%A1cticas.pdf
- Tschiene, P. (2012). Teoría y metodología de la competición deportiva. Ed. Paidotribo. México.
- Vázquez Santiago (2012), Mil 10 ejercicios de defensa del fútbol. Disponible en
https://books.google.com.ec/books?id=SZJC7iTPyJMC&pg=PA117&lpg=PA117&dq=%22Marcaje+Mixto%22&source=bl&ots=VwYTdlLTpe&sig=cHoZPAvDocCvNJ2r225rueF0jb4&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwj4ntGxz4nPAhXDNj4KHW_GAkAQ6AEI ODAH#v=onepage&q=%22Marcaje%20Mixto%22&f=false
- Velasco y Lorente, J. (2013). Entrenamiento de base en fútbol sala. Barcelona, Catalonia, España: Paidotribo.
- Zuleta, Etanislao (2013). Combinaciones de fútbol en Colombia. Bogotá: Ed. Buenaventura

Anexos

Anexo 1 Árbol de problemas



Elaborado por: Marlon Cadena

Anexo 2 Matriz de coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
¿La inadecuada aplicación de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol inciden en la formación deportiva de los jugadores de las categorías sub 12,13 y 14 del Club Independiente del Valle?	Determinar cuáles son los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol que se trabajan en las categorías sub 12, 13 y 14 en el club especializado y de alto rendimiento Independiente del Valle en el año 2016.
INTERROGANTES:	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
¿Poseen conocimiento que los entrenadores para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol en las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle?	Preguntar el nivel de conocimiento que tienen los entrenadores para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol en las categorías sub 12, 13 y 14 del Club Independiente del Valle.
¿Son adecuados los ejercicios que realizan para el desarrollo de la formación deportiva en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle?	Identificar los tipos de ejercicios que se deben realizar para el desarrollo de la formación deportiva adecuada en las categorías sub 12, 13 y 14 del club Independiente del Valle.
¿Cómo ayudaría a los entrenadores del Club Independiente el Valle, la elaboración de una guía de ejercicios para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol para las categorías formativas?	Elaborar una propuesta alternativa mediante la elaboración de una guía de talleres para el trabajo de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos.

Elaborado por: Marlon Cadena.

Anexo 3 Matriz categorial

CONCEPTO	CATEGORÍA	DIMENSIÓN	INDICADOR
<p>El concepto de fundamentos del fútbol - son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo. Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores.</p>	Fundamentos del fútbol	Fundamentos tácticos ofensivos	<ul style="list-style-type: none"> • Desmarques • Ataque • Contraataque • Espacio libre • Cambios de Orientación • Pared
		Fundamentos tácticos defensivos	<ul style="list-style-type: none"> • Marcaje • Cobertura • Permuta • Repliegue • Desdoblamiento • Anticipación • Basculación
<p>Es el “proceso que consiste en dar forma a algo o a alguien. Por lo que la formación deportiva se entiende como un proceso continuo, ininterrumpido, con una duración similar y paralela al desarrollo evolutivo del jugador</p>	Formación deportiva.	Etapas de formación	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo multilateral • Desarrollo físico • Perfeccionamiento básico • Fase de especialización

Elaborado por: Marlon Cadena.

Anexo 4 Encuesta dirigida a entrenadores



Universidad Técnica Del Norte Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Estimado (a) entrenador (a): La presente encuesta tiene como objetivo: Diagnosticar los conocimientos teórico-prácticos que poseen los entrenadores de las categorías sub 12, 13 y 14 años, sobre los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos y su incidencia en la formación deportiva. Sus respuestas serán de mucho valor para alcanzar los objetivos propuestos en este estudio.

Para responder, seleccione la respuesta que mejor refleje su criterio o conteste de acuerdo a lo solicitado. Le encaremos responda con absoluta sinceridad y precisión las preguntas.

CUESTIONARIO:

Ponga una X en el casillero que corresponda.

1. ¿Indique cuál es su formación profesional académica para ser entrenador de fútbol?

Maestría	Licenciatura	Tecnología	Estudiante

2. Indique el grado de importancia que tiene la enseñanza de los fundamentos tácticos del fútbol en las categorías de 12 y 13 años del club Independiente del Valle.

Muy importante	Importante	Poco importante	Nada importante

3. En las sesiones de entrenamiento señale con qué frecuencia trabaja los fundamentos tácticos ofensivos del fútbol.

45 minutos	35 minutos	25 minutos	15 minutos

4. En la planificación de la sesión de entrenamiento señale el tiempo que dedica a la preparación de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos con los deportistas.

Siempre	Casi siempre	Rara vez	Nunca

5. ¿Según su criterio indique que necesidad tienen los deportistas de sub 12, 13 y 14 años de conocer la teoría y práctica de los fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del fútbol?

Mucho	Poco	Básico	Nada

6. ¿Señale cuanto conoce acerca de las fases que componen la formación deportiva?

Mucho	Poco	Básico	Nada

7. Señale según su criterio cuales son las fases de la formación deportiva de un futbolista

Formación multideportiva	Perfeccionamiento básico	Primera fase de especialización	Enfoque al alto rendimiento

8. ¿De las siguientes fases de la formación deportiva señale según su criterio cuales son las más importantes?

Desarrollo multilateral	Desarrollo físico	Perfeccionamiento básico	Fase de especialización

Anexo 5 Test de observación



Universidad Técnica Del Norte
Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología
Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

	DESTREZAS NÓMINA	Basculación	Repliegue	Cobertura	Marcaje	Desmarque	Temporización	Anticipación	Relevos	Evaluación		
										I	P	A
	(I) Inicio: (P) Proceso de aprendizaje: (A) Alcanzado									I	P	A
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												

Diagrama de los Principios Tácticos de Base

GENERALES	DEFENSIVOS	OFENSIVOS
1 - Hacer lo más fácil		1 - Abrir la cancha
2 - Acompañar la jugada	1 - Seguridad ante todo	2 - Ganar la línea de fondo
3 - Movilidad constante	2 - Saber ubicarse	3 - Dominio del 2 x 1
4 - Jugar a lo ancho y a lo largo	3 - Saber retroceder	4 - Dominio de la pared
5 - Visión periférica	4 - Marcación es sinónimo de anticipación e interceptación	5 - Jugar sin balón ocupando espacios
6 - Dominar la idea de bloque	5 - Cooperación con el compañero eludido	6 - Hambre de gol
7 - Dominar la idea de cambio de juego	6 - Salir jugando	7 - Rematar y seguir la jugada
8 - Entregar y correr a un espacio	7 - Jugar con el arquero	8 - Dominio de los fundamentos técnicos

Elaborado por: Cadena Marlon.

Lista de jugadores referente a la categoría 12 años



Universidad Técnica del Norte

Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología
Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

NOMINA	DESTREZAS	Basculación	Repliegue	Cobertura	Marcaje	Desmarque	Temporización	Pared	Desdoble	EVALUACION			
										(I) Inicio; (P) Proceso de aprendizaje; (A) Alcanzado; (D) Domina	I	P	A
1	ANGULO NILSON	I	I	I	I	I	I	I	I				
2	BURBANO JORDY	P	I	P	I	I	I	I	I				
3	CABEZAS ROBERTO	I	I	I	P	I	I	I	I				
4	CASTILLO JHONY	P	I	I	I	I	I	P	I				
5	DELGADO LIUHD	P	I	I	I	P	I	I	I				
6	DELGADO PATRICKSON	P	I	P	I	I	I	P	I				
7	ERIQUE YELTZIN	I	I	I	I	I	I	I	I				
8	GARZON IAN	I	I	P	P	I	I	P	I				
9	HERRERA ORLANDO	P	I	I	P	I	I	I	I				
10	JIMENEZ JOSE	P	I	I	I	I	I	P	I				
11	MARISCAL CARLOS	P	I	I	P	I	I	I	P				
12	MEDINA YAIMAR	I	I	I	I	I	I	I	I				
13	MOREIRA ISAAC	P	I	I	I	I	I	I	P				
14	OCAMPO KEVIN	I	I	I	P	I	I	I	I				
15	OCHOA YOURI	I	I	I	I	I	I	I	P				
16	PALACIOS ANIBAL	P	I	I	I	P	I	I	P				
17	PATA EMERSON	P	I	I	P	I	I	I	P				
18	REVELO JOFFRE	P	I	I	P	I	I	I	I				
19	SUAREZ OLIVER	I	I	I	I	I	I	I	I				
20	VERA DIXON	P	I	I	P	I	I	I	P				
21	VERGARA JEFFRY	I	I	I	I	I	I	I	I				
22	ANGULO NILSON	P	I	I	I	I	I	I	I				
23	QUÍÑONEZ MAURICIO	I	I	I	I	I	I	I	P				
24	REZABALA JORDAN	I	I	I	P	I	I	I	I				
25	SILVA YELIVER	I	I	I	I	I	I	I	P				
26	VALDIVIESO BRYAN	I	I	I	I	I	I	I	I				
27	VALENCIA MAYKEL	I	I	I	I	I	I	I	I				
28	VALENCIA JUAN	P	I	I	P	I	I	I	I				
29	QUÍÑONEZ MAURICIO	P	I	I	I	I	I	I	P				
30	REZABALA JORDAN	I	I	I	P	I	I	I	P				

Elaborado por: Marlon Cadena



Universidad Técnica del Norte
Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología
Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Lista de jugadores referente a la categoría 13 años

NOMINA	DESTREZAS	Basculación	Repliegue	Cobertura	Marcaje	Desmarque	Temporización	Pared	Desdoble	EVALUACION		
										I	P	A
	(I) Inicio; (P) Proceso de aprendizaje; (A) Alcanzado											
1	ACOSTA NEICER ALDHAIR	P	I	P	I	P	I	I	P			
2	AGUIRRE MARCOS	P	P	I	I	P	I	I	P			
3	AYOVI VANNER JOSUE	P	I	P	I	P	I	P	P			
4	ARIAS CESAR AUGUSTO	P	I	I	P	I	P	P	P			
5	DELGADO HANSSEL SAID	P	I	I	I	P	I	I	P			
6	ESPINALES FERNANDO	P	I	I	I	I	P	P	P			
7	ESPINALES FERNANDO	I	I	I	P	P	I	I	P			
8	CAICEDO SIMON ALFREDO	P	I	I	I	I	P	P	I			
9	CAICEDO GEUSSEPHE	P	P	I	I	P	I	I	P			
10	CASTRO SAUL HENRY	I	I	I	I	I	I	I	I			
11	CEDENO LUIS FERNANDO	P	I	I	P	I	P	P	I			
12	CHALA ANDRES ESTEBAN	P	I	P	I	I	I	I	P			
13	CHAVEZ JOHANNER	I	I	I	I	I	P	I	P			
14	GALVEZ SEBASTIAN	P	P	I	P	P	I	P	I			
15	LOPEZ JOAN ONOFRE	P	I	I	I	I	P	P	I			
16	MIRANDA ANGEL ADONIS	I	P	I	P	P	I	P	P			
17	MONTESDEOCA JOSE LUIS	P	P	P	P	I	I	I	I			
18	OVANDO DIDIER ALDAIR	I	P	P	I	I	I	I	P			
19	ORELLANA STEPHANO	I	P	I	I	I	P	P	P			
20	ORMAZA ARIEL VALENTIN	P	P	I	I	P	P	I	I			
21	ORTIZ DELINGER GADIER	I	P	I	P	I	I	I	I			
22	PARDO JEFFERSON	I	I	P	P	I	P	P	I			
23	QUEZADA JORGE ALDHIRY	P	I	P	I	I	P	I	I			
24	ROJAS JHONNYER JARED	I	I	I	I	P	P	P	P			
25	ROMERO GEORGINTON	P	P	I	I	I	I	I	I			
26	TORRES ROBERT	P	I	I	I	P	P	P	P			
27	TORRES JUAN DIEGO	P	I	P	P	I	I	I	I			
28	TORRES JEREMY VINICIO	P	I	P	P	P	P	P	I			
29	VITEUCA JEAMPIERRE	P	I	P	I	I	I	P	I			
30	ACOSTA NEICER ALDHAIR	P	P	I	P	P	I	P	P			

Elaborado por: Marlon Cadena



Universidad Técnica del Norte
Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología
Licenciatura en Entrenamiento Deportivo

Lista de jugadores referente a la categoría 14 años

NOMINA	DESTREZAS	Basculación	Repliegue	Cobertura	Marcaje	Desmarque	Temporización	Pared	Desdoble	EVALUACION			
										I	P	A	
(I) Inicio; (P) Proceso de aprendizaje; (A) Alcanzado											I	P	A
1	BRANDA VILINGTON	P	P	I	I	I	I	P	I				
2	CARRIELIMBER	I	I	P	I	P	I	I	P				
3	CHAVEZ JEAN	P	I	P	P	I	I	P	I				
4	CUERO JIMMY	I	I	I	I	I	P	P	I				
5	ESPINOZA EMERSON	I	I	P	I	I	I	P	I				
6	GUIZADO ANDERSON	I	I	I	P	I	I	I	I				
7	LEITON DARLIN	P	I	I	I	I	I	I	P				
8	MOROCHO JONATHAN	P	I	P	I	I	I	P	I				
9	NOVOA KEVIN	I	I	I	I	P	I	I	I				
10	OCHOA VICTOR	I	P	I	P	I	I	I	P				
11	OVANDO DENILSON	I	I	I	I	I	I	I	I				
12	PICO JHON	P	I	I	I	I	P	I	I				
13	PINTO LUIS	I	I	I	P	I	I	I	I				
14	SANCHEZ CARLOS	I	P	I	I	I	I	I	I				
15	SANCHEZ JESUS	I	I	I	I	I	I	I	P				
16	VERA KEVIN	I	I	I	I	I	P	P	I				
17	CAICEDO LUIS	P	I	P	I	P	I	I	I				
18	CEDENO GERMAN	P	I	I	I	I	I	P	I				
19	CHAVEZ ANTHONY	I	I	I	I	I	P	I	I				
20	ESPINOSA EDWIN	P	I	I	I	I	P	I	I				
21	GORDON ENZO	I	I	P	I	I	P	I	P				
22	LUCIO JAVIER	I	P	I	I	I	I	I	P				
23	MENA ANDRES	I	I	P	I	I	I	P	I				
24	MOHOR JORDAN	P	I	I	I	I	I	I	P				
25	MOREIRA BRYAN	P	I	I	I	P	I	I	I				
26	MOREIRA JUAN	I	P	I	I	I	P	P	I				
27	PERALTA ANGELO	I	P	I	P	I	I	P	P				
28	POROZO JACKSON	P	I	I	P	I	I	I	P				
29	PLATA GONZALO	I	P	I	I	P	I	P	P				
30	ESPINOSA EDWIN	I	P	P	I	I	P	I	I				

Elaborado por: Marlon Cadena

Anexo 6 Fotografías



Aplicación de táctica deportiva defensiva



Aplicación de táctica deportiva defensiva



Aplicación de táctica deportiva ofensiva



Aplicación de inicio de sesión



Aplicación de táctica deportiva ofensiva



Aplicación de sesión de entrenamiento



Aplicación de inicio de sesión



Aplicación de sesión de entrenamiento



Aplicación de sesión de entrenamiento



Aplicación de vinculación

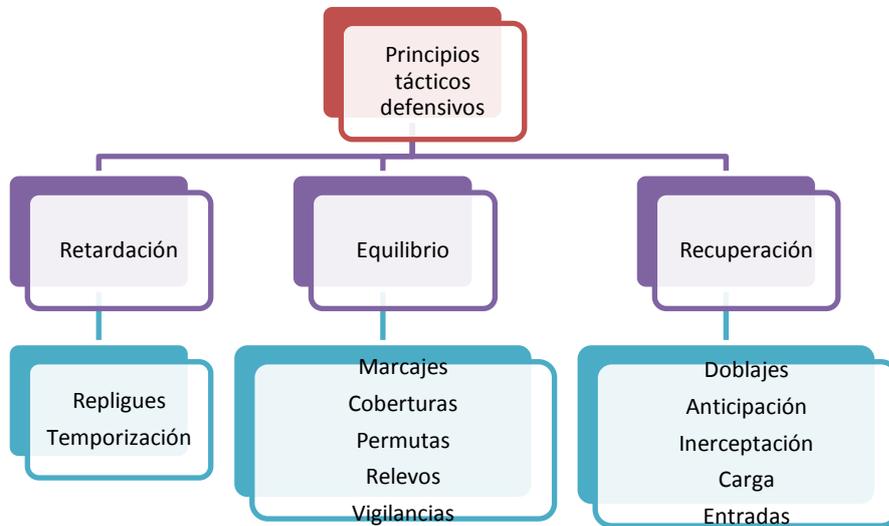


Aplicación vinculación



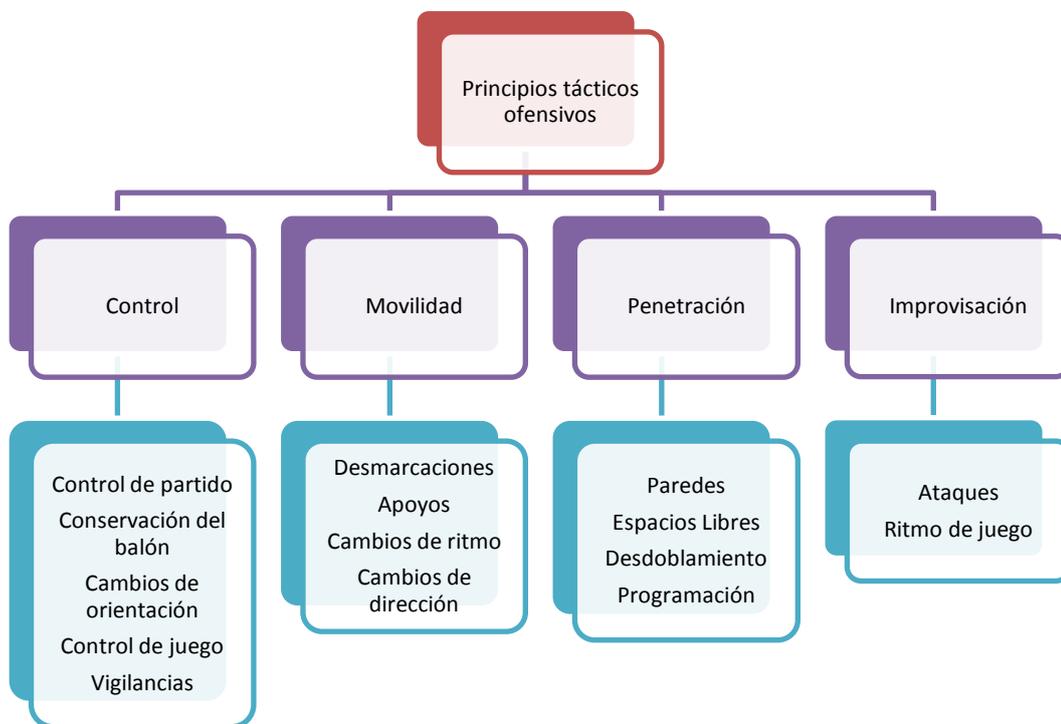
Aplicación vinculación

Anexo 7 Diagrama esquemático de los principios tácticos de evolución y sus grupos



Fuente: Romero F. (2007, p. 3)

Diagrama esquemático de los principios tácticos ofensivos



Fuente: Romero F. (2007, p. 3)

Anexo 8 Certificados



INDEPENDIENTE DEL VALLE

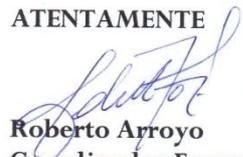
Sangolquí, 18 Enero 2016

CERTIFICADO

Por medio de la presente **CERTIFICO** que el señor **Cadena Cataña Marlon Rafael** con CI. 171622357-1 realizo encuestas de evaluación con el personal de nuestra institución como son Cuerpo Técnico, y jugadores.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizando al interesado hacer uso del presente documento, como mejor le convenga a sus intereses.

ATENTAMENTE


Roberto Arroyo
Coordinador Formativas
Club Independiente del Valle

Club Deportivo Especializado
de Alto Rendimiento
"INDEPENDIENTE DEL VALLE"



INDEPENDIENTE DEL VALLE

Sangolquí, 18 Enero 2016

CERTIFICADO

Por medio de la presente **CERTIFICO** que el señor **Cadena Cataña Marlon Rafael** con CI. 171622357-1 realizo la entrega de las fichas de observación para su respectivo análisis con el personal de nuestra institución como son Cuerpo Técnico, administración y jugadores.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizando al interesado hacer uso del presente documento, como mejor le convenga a sus intereses.

ATENTAMENTE


Roberto Arroyo
Coordinador Formativas
Club Independiente del Valle

Club Deportivo Especializado
de Alto Rendimiento
"INDEPENDIENTE DEL VALLE"

Centro de Alto Rendimiento Independiente del Valle, calle F s/n y calle I; la Balvina; Barrio Chillo Jijón
Sangolquí - Ecuador
Teléfono: (593) 2093403
www.independientedelvalle.com.ec



INDEPENDIENTE DEL VALLE

Sangolquí, 18 Enero 2016

CERTIFICADO

Por medio de la presente **CERTIFICO** que el señor **Cadena Cataña Marlon Rafael** con CI. 171622357-1 realizo la sociabilización de propuesta de tesis con el personal de nuestra institución como son Cuerpo Técnico y jugadores.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizando al interesado hacer uso del presente documento, como mejor le convenga a sus intereses.

ATENTAMENTE


Club Deportivo Especializado
de Alto Rendimiento
"INDEPENDIENTE DEL VALLE"
Roberto Arroyo
Coordinador Formativas
Club Independiente del Valle

Centro de Alto Rendimiento Independiente del Valle, calle F s/n y calle I; la Balvina; Barrio Chillo Jijón
Sangolquí - Ecuador
Teléfono: (593) 2093403
www.independientedelvalle.com.ec

Urkund Analysis Result

Analysed Document: tesis urkund 31-03-2017.docx (D26934011)
Submitted: 2017-03-31 20:01:00
Submitted By: marlonmcc10@hotmail.com
Significance: 5 %

Sources included in the report:

TESIS DE GRADO Marlon Cadena.docx (D19195649)
TESIS-Alexandra Delgado.docx (D23866450)
EDUCACIÓN FISICA ENSAYOS BLACA.docx (D11277868)
http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/prin_tac/prin_tac.htm
<http://docplayer.es/10334306-Universidad-tecnica-del-norte.html>
<http://www.buenastareas.com/ensayos/Modulo-De-Futbol/5730396.html>
http://ened.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/FuTBOL_N2/CAPITULO_8.pdf

Instances where selected sources appear:

21



**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:	1716223571		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Marlon Rafael Cadena Cataña		
DIRECCIÓN:	Cayambe, calles Pintag y Atahualpa		
EMAIL:	marlonmcc10@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:	022138610	TELÉFONO MÓVIL	0998167006

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"ESTUDIO DE LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA DE LOS JUGADORES DE LAS CATEGORÍAS SUB 12, 13 Y 14 DEL CLUB ESPECIALIZADO DE ALTO RENDIMIENTO INDEPENDIENTE DEL VALLE EN SANGOLQUI EN EL AÑO 2016"
AUTOR (ES):	Marlon Rafael Cadena Cataña
FECHA: AAAAMMDD	2017/04/12
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en Entrenamiento Deportivo
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Vicente Yandún



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Yo, Marlon Rafael Cadena Cataña, con cédula de identidad Nro. 1716223571 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 titulado: **"ESTUDIO DE LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA FORMACIÓN DEPORTIVA DE LOS JUGADORES DE LAS CATEGORÍAS SUB 12, 13 Y 14 DEL CLUB ESPECIALIZADO DE ALTO RENDIMIENTO INDEPENDIENTE DEL VALLE EN SANGOLQUI EN EL AÑO 2016"** que ha sido desarrollada para optar por el Título de Licenciado en 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 11 días del mes de abril de 2017

(Firma) 
Nombre: Marlon Rafael Cadena Cataña
Cédula: 1716223571

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Marlon Rafael Cadena Cataña, con cédula de identidad Nro. 1716223571, 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 11 días del mes de abril de 2017

EL AUTOR:


(Firma)
Nombre: Marlon Rafael Cadena Cataña
C.C. 1716223571