

**REPUBLICA DEL ECUADOR
UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
CARRERA DE EDUCACION FISICA DEPORTES Y RECREACION**

TEMA:

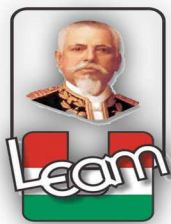
RECOMENDACIONES PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL DIRIGIDA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB ASTILLERO JR DEL CANTON SUCRE. MANABÍ. 2016

Trabajo de grado para obtener el título de Licenciado en Educación Física
Deportes y Recreación.

Autor:

Zambrano Mera Jorge Eduardo

Manta, enero 2017



**REPUBLICA DEL ECUADOR
UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
CARRERA DE EDUCACION FISICA DEPORTES Y RECREACION**

TEMA:
RECOMENDACIONES PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS
BÁSICOS DEL FUTBOL DIRIGIDA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB
ASTILLERO JR DEL CANTON SUCRE. MANABÍ. 2016

Trabajo de grado para obtener el título de Licenciado en Educación Física
Deportes y Recreación.

Autor:
Zambrano Mera Jorge Eduardo

TUTOR:
Lic. Telmo Hidalgo Barreto MG. Sc.

Manta, enero 2017

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Yo Lic. Telmo Hidalgo Barreto MG. Sc. en calidad de Tutor del Trabajo de Grado titulado: **RECOMENDACIONES PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL DIRIGIDA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB ASTILLERO JR DEL CANTON SUCRE. MANABÍ 2016.** Elaborado por el Bachiller Zambrano Mera Jorge Eduardo, con cedula de identidad 131185955-5 egresado de la carrera de Educación Física, Deportes y Recreación, de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" De Manabí, previo a la obtención del Título de Licenciado en Educación Física, Deportes y Recreación, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiado y revisado considero que dicho trabajo apto para su presentación en público, ante el tribunal que la universidad designe.

Lic. Telmo Hidalgo Barreto MG. Sc.

Tutor

Declaración de autoría:

En correspondencia con las orientaciones recibidas he desarrollado el trabajo de tesis **“RECOMENDACIONES PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL DIRIGIDA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB ASTILLERO JR DEL CANTON SUCRE. MANABÍ 2016”**, en el cual plasmo criterios propios acerca de la enseñanza de la pedagogía del futbol, en correspondencia realice una evaluación a los entrenadores del Club Astillero Junior²¹, siendo todos los criterios emitidos de mi plena responsabilidad.

Además de la condición de autoría que declaro, manifiesto que la UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ (ULEAM) puede ser uso del documento para su lectura o publicación según las regulaciones de la Institución, en todos los casos citando la fuente.

Zambrano Mera Jorge Eduardo
Autor

DEDICATORIA

Al todopoderoso por darme el conocimiento y el bienestar para realizar estas recomendaciones, a mi familia por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles, y por brindarme los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, carácter, perseverancia, entre otros, para conseguir mis objetivos. Acompañándome en cada momento para poderme realizar. De tal manera que este proyecto va dedicado a todas las personas que de una forma u otra fueron parte a lo largo de mis estudios. Pero sobre todo se lo dedico a los entrenadores del club Astillero Jr. Para que actualicen o refuercen sus métodos de enseñanza en esta disciplina deportiva.

Zambrano Mera Jorge Eduardo

AGRADECIMIENTOS

A mi Dios por haberme brindado con tanta bondad y misericordia la salud que hoy en día conservo y permitirme llegar hasta este momento de mi vida. A mi familia, mi madre la Mg. Carmen Mera Franco por formarme con buenos principios, hábitos y valores, pero sobre todo por su incansable fuerza para consentirme y ayudarme a lograr los objetivos que me propongo por delante, a mi padre Cayetano Zambrano por ser la imagen de la lucha diaria que tenemos en la vida, a mi hermana Alodya Zambrano por sus consejos y motivación constante, a mi hermana Tania Zambrano por ser pilar esencial en el trayecto de mi carrera universitaria, a mi hermano Christian Zambrano por su apoyo incondicional .

Zambrano Mera Jorge Eduardo

INDICE

INDICE	7
RESUMEN.....	8
CAPITULO 1.....	10
1.1 INTRODUCCIÒN	100
1.2 Problema Científico	133
1.3 Objetivo General	134
1.4 Objetivos específicos	134
1.5 Justificación del problema.....	145
1.6 Campo de estudio.....	155
1.7 Objeto de estudio.....	156
1.8 Variable dependiente	156
1.9 Variable independiente.....	156
CAPITULO II	18
2.2 Recepción y control del balón.....	19
2.3 Golpeo.....	34
2.4 Conducción del balón	36
2.5 Pases	42
2.6 El Tiro	45
2.7 El Futbol Infantil	48
2.8 La Enseñanza del futbol.....	50
MICROCICLO DE LOS FUNDAMENTOS BASICOS DEL FUTBOL.....	68
Capitulo III: Metodología	
3.1 Presentación y discusión de los resultados	84
CAPITULO IV.....	85
4.2 Conclusiones y recomendaciones.....	86
4.3 Recomendaciones.....	87
4.5 Bibliografía.....	91

**REPUBLICA DEL ECUADOR
UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACION
CARRERA DE EDUCACION FISICA DEPORTES Y RECREACION**

RECOMENDACIONES PARA LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS
BÁSICOS DEL FUTBOL DIRIGIDA A LOS ENTRENADORES DEL CLUB
ASTILLERO JR. CANTÓN SUCRE. MANABÍ.

Autor: Zambrano Mera Jorge Eduardo

Fecha: Enero 2017

RESUMEN

La enseñanza de los fundamentos básicos del futbol juega un papel importante en los primeros años de formación de los niños deportistas ya que ellos a temprana edad asimilan con eficiencia cada entrenamiento siempre y cuando se les enseñe de acuerdo a su edad y su nivel de rendimiento futbolístico, siendo así que el perfeccionamiento en la ejecución de todos los fundamentos básicos no tiene que estar limitado solo al desarrollo de los gestos técnicos, sino assimilar dichos fundamentos en las determinadas acciones que se presentan dentro del campo de juego. En otras palabras es hacer uso de todos los recursos naturales permitidas por el reglamento de juego con movimientos más fluidos y eficaces con el mínimo consumo de energía.

Es por ello que las bases metodológicas aplicadas en la enseñanza por los entrenadores cumplen la función más importante en el futbol. Siguiendo las adecuadas recomendaciones metodológicas sobre la enseñanza de los fundamentos básicos del futbol actualizadas se formaran futuros deportistas de elite.

El dominio de los fundamentos básicos y otras acciones técnicas son recursos usados frecuentemente por el niño, es por ello que los elementos principales tales como el pase, la conducción, la recepción entre otros deben de practicarse con el tiempo adecuado que requiere cada borde o superficie del

cuerpo, de lo contrario las situaciones que se producen en el fútbol se verán condicionadas por la técnica que el niño posea para realizarlas con mayor naturalidad, sin dejar atrás que existen deportistas que nacen con mayor capacidades, otros que la adquieren mediante la práctica.

1.1 INTRODUCCIÓN

El fútbol, para muchos un juego, para otros un estilo de vida formando parte del mundo actual, desde su creación fue una atracción importante para el interés de las personas, considerado por mover masas, levantar euforia y pasión en sus simpatizantes sus inicios como cualquier otro deporte fue en busca de pasar los momentos de ocio entre las personas recreándose, al mismo tiempo practicando fútbol y haciendo ejercicios, es por ello que este deporte comenzó en las islas británicas (Inglaterra) a partir del 26 de octubre de 1863 suele fecharse el nacimiento del fútbol, con partidos sin normas ni reglamento de juego, se lo podía practicar en cualquier sitio y con la cantidad de personas que sea, se caracterizaba por ser un deporte de alto contacto con acciones violentas y altamente brutales donde prácticamente el trasladar el balón a la meta contraria de cualquier forma era la acción más significativa del juego.

Durante el siglo XVI comenzó a ser parte de las actividades de recreación y educación física de las diferentes escuelas privadas de Inglaterra, durante los años XVIII y XIX los distintos colegios y escuelas británicas y en particular el director Richard Mulcaster en sus frecuentes partidos fueron fundamentales para eliminar los componentes más violentos y brutales del fútbol para transformarlo en una disciplina deportiva que fuera beneficiosa para los chicos de las escuelas, es por ello que después el juego fue institucionalizado, regulado y empezó a formar parte de una tradición más extendida entre las personas. Los alumnos y profesores antiguos fueron los primeros en escribir las reglas formales del fútbol para la mejor organización del mismo.

La demanda en la práctica del fútbol es cada día mas creciente, considerado como el deporte más popular del mundo puesto que los practican unas 270 millones de personas aproximadamente induce la creación de escuelas de formación para el desarrollo y la evolución del esta disciplina deportiva. Implicando directamente a los entrenadores y sus métodos de enseñanza que utilizan en los entrenamientos para instruir a los aprendices. El fútbol moderno

en la actualidad requiere de una constante actualización de los métodos que implican su enseñanza, mientras más amplios sean los conocimientos adquiridos por los entrenadores mejores serán las estrategias de enseñanzas que utilizaran sus planes. Actualmente en el entrenamiento del fútbol, cada día es de más importancia la pedagogía y los lineamientos metodológicos para orientar correctamente los contenidos de trabajo que se desarrollan en las diferentes etapas de formación, por lo tanto el fútbol como deporte colectivo complejo y competitivo constantemente presenta situaciones de juego complejas que demanda al deportista percibir, analizar y decidir adecuadamente la solución más acertada para dichas ocasiones.

La enseñanza del futbol es un aspecto relevante, sobre todo en los primeros años de vida, es decir en la infancia. Desde el punto de vista deportivo durante mucho tiempo se ha utilizado a entrenadores no profesionales de la pedagogía, quienes de manera empírica desarrollan una metodología de enseñanza la cual carece de principios pedagógicos, esto debido a la nula o poca preparación en el campo de la educación que poseen dichos entrenadores. Es por ello que el aprendizaje del futbol constituye una faceta de suma importancia para el desarrollo de las capacidades del individuo, representando un fundamento y condición importante para el desarrollo físico, intelectual y socio afectivo, asumiendo la repercusión que posee en todas las dimensiones que abarca el ser humano.

De tal forma que las capacidades coordinativas desarrolladas en la práctica del futbol es uno de los cimientos para llegar a formar jugadores de calidad. En la enseñanza del futbol se considera que es necesario establecer un entrenamiento enmarcado al desarrollo exclusivo de cada una de las capacidades contengan bases científicas acorde a la edad y el nivel de destreza de los niños que se van a formar, con métodos didácticos adecuados para el desarrollo de cada uno de los fundamentos básicos del futbol.

La capacidad de enseñar, motivar y comunicar a los atletas es la esencia en la profesión del entrenador, su credibilidad es la precepción de integridad de lo que dice y va hacer, causando entusiasmo de los niños en cada entrenamiento,

consistente y positivo en cada enseñanza el entrenador causara una relación empática entre él y su alumno facilitando sus medios de aprendizaje.

En el futbol como en todos los deportes la actitud es la clave del éxito. En consecuencia, muchos clubes deportivos que se dedican a la promoción de este deporte lo hacen de manera tradicional y en algunos casos se dejan llevar por la experiencia del entrenador más no de sus conocimientos. Ahora bien, siendo la pedagogía una ciencia que estudia lo relacionado con la formación integral del ser humano, determina métodos, técnicas, estrategias, recursos, entre otros que le permiten a todo docente impartir cualquier actividad formativa tomando en cuenta las necesidades e intereses de las personas desde el punto de vista fisiológico, emocional, psicológico, biológico, etc.

En el campo específico del deporte, la pedagogía deportiva busca contribuir con un proceso de enseñanza-aprendizaje basado en las capacidades, destrezas y habilidades de los estudiantes tomando en cuenta para ello, los niveles de maduración biológica, corporal y orgánica. En tal sentido, se hace necesario profundizar sobre los aspectos pedagógicos utilizados para la enseñanza de las habilidades y destrezas en el deporte. En lo que respecta al futbol, y sobre todo en su etapa de iniciación es importante que los entrenadores y directivos de clubes conozcan la importancia de fortalecer el desarrollo integral del niño en esta disciplina deportiva. Cabe destacar que desde el punto de vista tradicional el método más utilizado para la enseñanza del futbol es el global y por repeticiones.

Algunos autores como (Gutierrez, 2011) y (Anaya, 2015), sostienen que es importante que los entrenadores deportivos que no posean formación pedagógica reciban orientaciones y recomendaciones que les permita mejorar su trabajo. Es por ello, que el autor de este proyecto de investigación tomando en cuenta las observaciones realizadas a los entrenadores del Club Astillero Junior ubicado en Bahía de Caráquez ha podido apreciar que algunos entrenadores realizan su labor de manera poca pedagógica, sin criticar sus conocimientos en esta disciplina deportiva. Entre las falencias observadas se pueden mencionar; fallas técnicas, tratamiento general para todos los niños sin

tomar en cuenta sus cualidades físicas y biológicas, ausencia de planificación, y enseñanza por repetición.

En consecuencia se hace necesario señalarle a los entrenadores del club astillero algunos elementos de carácter pedagógicos que le permitan optimizar su práctica profesional, de lo contrario se corre el riesgo de continuar con una metodología tradicional que toma en cuenta la enseñanza del fútbol desde lo competitivo y no de lo formativo. Sobre la base de lo expuesto hasta acá, surge la siguiente interrogante.

1.2 Problema Científico

¿Qué aspectos pedagógicos y metodológicos son necesarios para mejorar con el desempeño profesional de los entrenadores del Club Astillero Junior del Cantón Sucre?

1.3 Objetivo General

Enunciar recomendaciones pedagógicas para la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol dirigida a los entrenadores del Club Astillero Junior del Cantón Sucre.

1.4 Objetivos específicos

- Diagnosticar las necesidades e intereses pedagógicos de los entrenadores de fútbol del Club Astillero Junior del Cantón Sucre.
- Describir las necesidades pedagógicas de los entrenadores de fútbol del Club Astillero Junior del Cantón Sucre.
- Identificar las falencias y necesidades pedagógicas de los entrenadores relacionada con la enseñanza del fútbol.

- Enlistar una serie de recomendaciones pedagógicas para la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol dirigida a los entrenadores del Club Astillero Junior

1.5 Justificación del problema

El deporte de iniciación requiere la constante preparación y actualización de los entrenadores para garantizar un proceso de enseñanza aprendizaje deportivo que vaya acorde con las cualidades y capacidades individuales de los jugadores, siendo el Ecuador un país eminentemente futbolista, la existencia de clubes de todas las categorías y sobre todo a nivel infantil presenta una gran demanda de este tipo de actividad deportiva, razón por la cual se hace evidente fortalecer a los entrenadores que de manera empírica se dedican a esta actividad.

La pedagogía deportiva contribuye de manera significativa a la formación y capacitación de aquellas personas que se dedican a la enseñanza de destrezas y habilidades motrices específicas de un deporte, cabe destacar que el principal aporte de este trabajo de investigación está relacionado con el fortalecimiento de la práctica profesional de los entrenadores de fútbol desde el punto de vista de la pedagogía, en tal sentido los beneficiarios directos serán los entrenadores del Club Astillero y también los 120 niños que forman parte de dicho club, de esta manera se contribuye también con los postulados educativos y normas plasmados en la Ley Orgánica de Educación Intercultural, en la Ley del Deporte, y en la Constitución.

1.6 Campo de estudio

Pedagogía deportiva

1.7 Objeto de estudio

La enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol.

1.8 Variable dependiente

Los entrenadores del Club Astillero Junior.

1.9 Variable independiente

Pedagogía deportiva.

Metodología (señalar tipo, nivel y modalidad de la investigación, enfoque, etapas de la investigación, población y muestra, posibles instrumentos de recolección de datos).

Tipo de investigación: Investigación de campo

Nivel de la Investigación: Descriptivo- proyectivo

Modalidad de la investigación: Proyecto factible.

Enfoque de la Investigación: Cuantitativa

Población: 10 entrenadores de fútbol del Club Astillero Junior del Cantón Sucre

Muestra: Tipo poblacional

Técnicas de recolección de datos:

Encuesta

Observación

Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario

Guía de observación

2. Fundamentos básicos del futbol

Desde el punto de vista deportivo, un fundamento técnico se refiera a aquellas actividades motrices específicas de un deporte, y que realizadas en forma adecuada permiten la eficiencia del movimiento en los jugadores, por lo que gasta menos energía y obtiene mejores resultados. En tal sentido, para el futbol existen actividades motrices específicas como; pases, conducción, recepción, control, tiros, fintas, regates, entre otras. Ahora bien, en el caso específico del futbol, existe amplia bibliografía relacionada con este tema en particular, sin embargo, pocos autores lo desarrollan desde el punto de vista pedagógico.

En este orden de ideas, sostiene (Anaya, 2015) “existe una creciente despreocupación de los entrenadores, por dar a conocer lo que hacen, quizá, por no tener dominio de los aspectos pedagógicos y por la reproducción de modelos técnicos basados solo en la experiencia” (p.10) es decir, se cuenta con una concepción instrumentalista del movimiento, y solo se le enseña a los niños el estereotipo del futbolista famoso. De igual forma, continua expresando el autor arriba citado, que “la demostración y repetición de los fundamentos técnicos, sin una base pedagógica, han sido los procedimientos históricamente más utilizados” (p. 11)

Para, (Bascon, 2011) “Los fundamentos técnicos son acciones que primero se enseñan y luego se entrenan” (p.34). De igual forma, sostiene (Haro, 2006) que los fundamentos técnicos del futbol: “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: Los fundamentos a trabajar son: El pase, conducción, dribling, remate” (p.45)

De igual forma, (Sanz & Fratalrolla, 2009) para la enseñanza de los fundamentos técnicos, debe tomarse en cuenta los aspectos que indican en la siguiente figura:



Ilustración 1 Gestos técnicos básicos del fútbol según (Gutierrez, 2011)

Es por ello que, el trabajo de la técnica en esta etapa está orientado en el perfeccionamiento del gesto y del matiz, siendo un recurso individual la habilidad en unos niños es innata, en otros es adquirida pero el gesto es aprendido (con más o menos facilidad, en función de la habilidad motriz y la capacidad de aprendizaje). La correcta práctica de la misma logra que el niño obtenga la capacidad de resolver las diferentes acciones que se presentan en el juego por medio de un recurso motriz y coordinativo eficaz. Es decir, es el instrumento básico que el niño necesita dominar con fluidez para desenvolverse de forma individual en el campo, de lo contrario es imposible desarrollar cualquier planteamiento táctico, estratégico.

2.2 Recepción y control del balón.

En el desarrollo de la enseñanza del fútbol, el niño recibirá el balón a diferentes alturas, ángulos y velocidades por lo cual deportista debe tener la capacidad de reaccionar rápido para recepcionarlo utilizando las diferentes superficies corporales permisibles por el reglamento de juego y así poder efectuar un pase, patear, rematar, driblar entre otros ayudando a realizar jugadas utilizando un esfuerzo mínimo a una velocidad factible. Un equipo puede controlar el balón si cuenta con buenas técnicas de recepción.

Según (Peña A. C., 2003: 56) destaca que:

Esta ejecución técnica consistente en hacerse con el balón. Tiene como objetivo coger el balón para que no entre en la portería y/o el contrario no lo juegue, tiene dos formas de recepción: blocaje y recepción.

Blocaje: coger el balón con las dos manos llevándolo contra el pecho para que no se escape. Se puede coger saltando dependiendo de que parte del cuerpo coge el balón, las recepciones sin salto las podemos clasificar de esta forma:

Alta: cuando lo cogemos a la altura del pecho.

Media: cuando lo cogemos a la altura de la cintura.

Baja: cuando lo cogemos por debajo de la cintura.

Recepción: coger el balón con las dos manos sin ayudarse con los brazos o el pecho.

Tras cogerlo hay que tratar de proteger el balón llevándolo al pecho. Se puede realizar de dos formas:

1. **Aérea:** coger el balón que viene a la altura de la cara o por encima de la cabeza. Se puede coger saltando o sin saltar.
2. **Lateral:** saltando o tirándose a un lado o al otro. El cuerpo debe estar totalmente estirado.

Es por ello que (Rivas, 2013) añade que existen cinco principios básicos aplicables a todas las formas de recibir el balón:

1. Llevar el cuerpo rápidamente a la posición idónea para detener el balón o hacia la dirección desde la que éste llega.
2. Decidir con rapidez la forma de recibir el balón más apropiado.
3. Antes de recibir el balón, decidir hacia donde pasarlo después.
4. Recibir el balón lo más lejos posible del contrario.
5. Detener el movimiento del balón lo más rápido posible de modo que una vez esté controlado, ser pasado de nuevo de la mejor manera posible.

Sin embargo, existen diferentes medios de recepción del balón, dependiendo que superficie de contacto es de mejor utilidad, estas se clasifican en:

2.2.1 Recepción del balón con los pies y las piernas.

Muslo.- este tipo de recepción es de gran utilidad para controlar y amortiguar el balón en ascenso o descenso, mediante este elemento técnico siempre se

logra obtener el dominio del balón siendo necesaria para adquirir movimientos rápidos y complejos.

Por su parte (Alguacil, 2008) aclara que “para el uso del muslo se utiliza la parte anterior del mismo, elevando la rodilla para ofrecer al balón esta superficie de contacto plana y ancha. (p.12)

Así mismo (LA84Foundation, 2008) añade que:

“Haciendo equilibrio, el jugador se alinea con la trayectoria del balón y levanta el muslo, formando un ángulo de 90 grados con el cuerpo. Cuando el balón toca el muslo, la rodilla se deja caer para crear un efecto de amortiguación. El balón debería caer a los pies. (Fig. 4-1)”



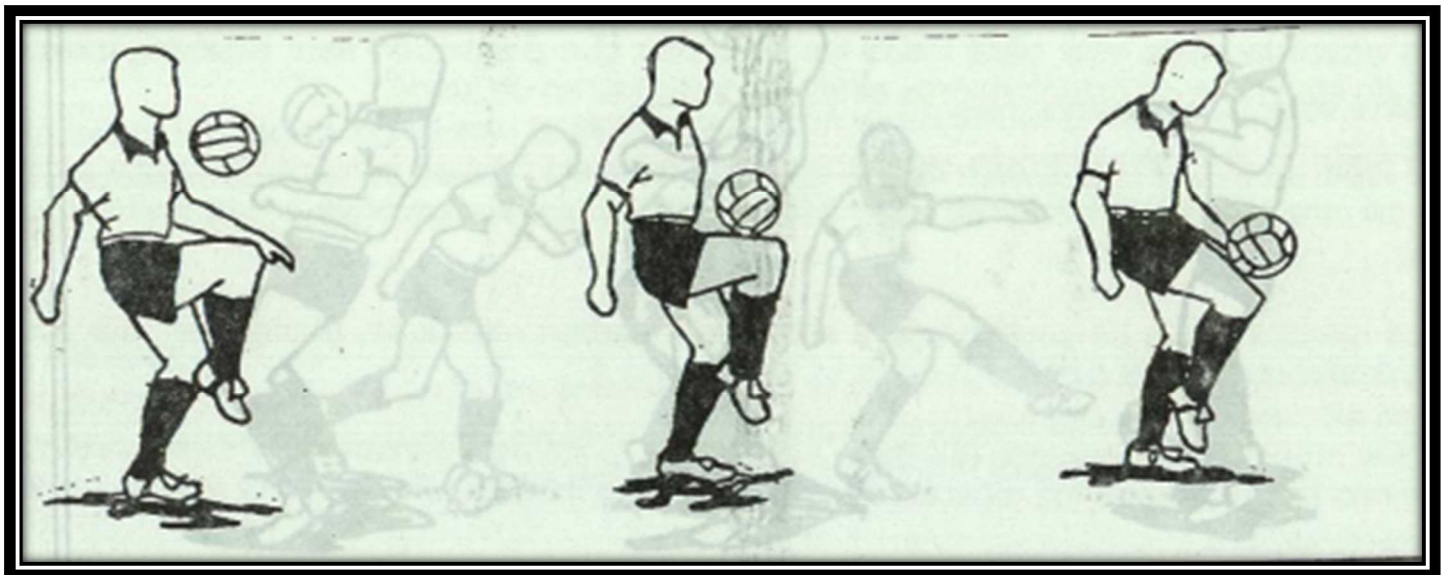
***Ilustración 2 Recepción con las diferentes superficies de contacto
basado en (Varela, 2011)***

De tal forma (Rivas, 2013) basándose en (Peitersen, 2003) define dos aspectos importantes de la recepción que son:

1. La aplicación en balones que no se pueden recibir con el pecho o el pie, se paran o se les quita velocidad a la altura de la cadera o del estómago.
2. La biomecánica del jugador al calcular la trayectoria del balón, dobla la pierna en forma de ángulo y levanta el muslo, de tal manera que se sitúa al lado derecho de dicha trayectoria. EL balón tiene que aterrizar sobre la mitad del muslo. Mientras dure el contacto con la pelota, el muslo ha de estar inclinado hacia abajo, de forma elástica, el balón cae al suelo delante del jugador y puede pasarlo inmediatamente.(p.36)

Ilustración 3 Recepción con el muslo basado en (Vasquez, 1981) (p.59)

Siendo así la recepción con el muslo un el elemento técnico para lograr el dominio del balón en situaciones rápidas del juego la ejecución de este



fundamento debe de hacerse con el pie de apoyo firme, flexionando la pierna de recepción hacia arriba, al hacer contacto con la parte media del muslo esta se hará hacia abajo para amortiguar el golpe del esférico haciendo que pierda

la fuerza con la que venía, facilitando al deportista ejecutar una acción posterior.

Empeine.- este elemento técnico es de utilidad en los balones con ángulos pronunciados, sin perder la mirada en la trayectoria del esférico para la consecuente recepción, teniendo en cuenta el equilibrio del peso en la pierna de apoyo para la respectiva amortiguación con la otra pierna, antes de hacer contacto con el esférico se extiende el tobillo de la pierna de control semejante a la postura de una bailarina de ballet sin perder la relajación en los músculos de la misma pierna, se lograra el dominio del balón con la superficie del empeine. De tal modo que al momento del contacto se retira el pie de control doblando el tobillo y la rodilla, quedando la pelota frente los pies de futbolista.

Es por ello que (LA84Foundation, 2008) destaca que:

“El jugador debe estar en equilibrio y alinearse con la trayectoria del balón. Las puntas de los pies apuntan hacia abajo para que el balón caiga sobre los cordones de la zapatilla deportiva. Cuando se produce el contacto, el jugador retira el pie para amortiguar el balón y se prepara para el movimiento siguiente. De tal forma (Rivas, 2013) basado en (Arpad, 1969) aclara que:



Fig. 4-2. Empeine.

*Ilustración 4 recepción
con el empeine basado en
(LA84Foundation, 2008)*

“Esta técnica se caracteriza por su espectacularidad, a pesar del grado de dificultad. Para su ejecución se requiere una reacción rápida, y cierta sensibilidad hacia el balón. En la realización de la técnica, el balón no debe rebotar en la superficie de contacto. Se utiliza frecuentemente de balones que provienen por alto.”(p.34)

Este medio de recepción en el fútbol es requerido mayormente en los balones de altura media hacia arriba, la pierna de amortiguación se estira calculando la fuerza con la que se dominara el esférico, al hacer contacto con el empeine este pierde parte de su fuerza, inmediatamente la pierna se flexiona hacia atrás acompañado del balón en trayectoria descendiente quitándole toda la fuerza con la que se lo recepto, cae suavemente al piso brindando control para una acción posterior.

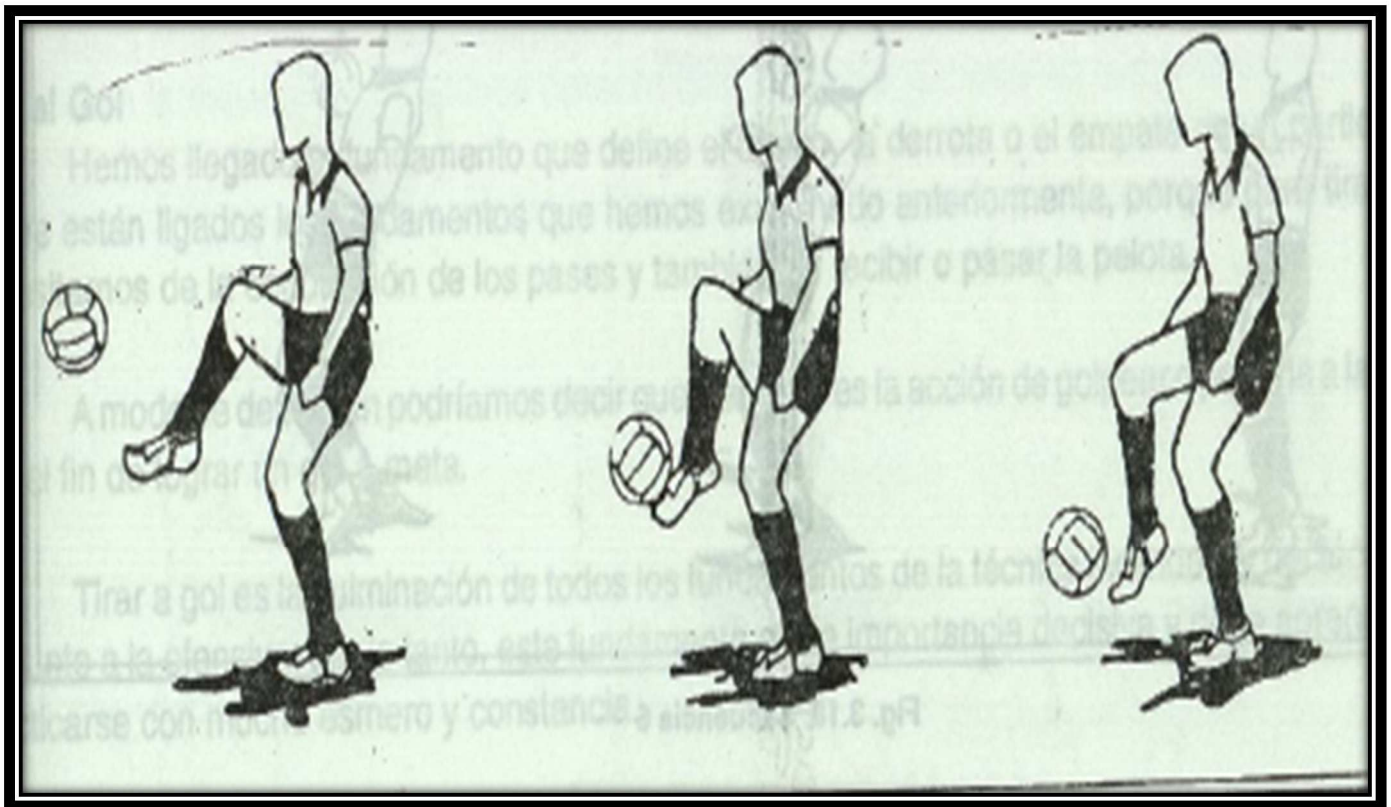


Ilustración 5 Recepción con el Empeine basado en (Vasquez, 1981)

Borde interno.- este tipo de recepción es de utilidad en los balones de media altura sin perder la mirada en la trayectoria del esférico, teniendo en cuenta la posición del cuerpo, ya que es levemente inclinado hacia delante, el pie receptor deberá dominar la pelota amortiguándola con el arco de este borde hacia atrás al instante del contacto, el pie de apoyo mantendrá una semiflexión para brindar un mejor equilibrio y coordinación.

Dicho lo anterior (Rivas, 2013) añade que:

“Esta técnica es propicia para aquellos balones que vienen de frente, ya que se puede parar o ubicar al frente. Por otra parte, facilita el juego rápido y fluido.



Ilustración 6 Recepción con el borde interno del pie basado en (LA84Foundation, 2008)

Además, este tipo de recepción se utiliza de balones que provienen raso y a media altura, o de balones que vienen de un rebote.”(p.34)

Por su parte (LA84Foundation, 2008) define que:

“Con el cuerpo en equilibrio y alineado con la trayectoria del balón, el jugador dirige los dedos del pie seleccionado hacia afuera para que la parte interna del pie mire hacia el balón. El pie debe elevarse levemente del suelo con los dedos hacia arriba. El atleta recibe el balón, sosteniéndola entre el suelo y la parte interna del pie, entre el talón y los dedos. El jugador debe tomar el balón de tal forma que la prepare para el movimiento siguiente. (Fig. 4-4)” (p.119)

Borde externo.- este elemento técnico es poco requerido en las acciones de juego, la mecánica de recepción es compleja, sin embargo existen deportistas que lo dominan sin complicación, lo que hace que el acto se vea como lujo en la cancha. De tal forma (Alain, 1993) citado por (Rivas, 2013) destaca que: “Esta manera de receptar el balón se emplea comúnmente cuando el jugador desea recibir el balón y alejarse junto a él a otra dirección.”(p.35)

Siendo así (Peña A. C., 2003) añade que:

“Esta técnica es útil cuando el balón está pasando de un lado a otro frente al deportista, sin perder la mirada al esférico. En vez de girar su cuerpo de acuerdo a su recorrido, puede controlarlo usando esta técnica. Simplemente se estira el pie a la trayectoria del balón interceptándolo con la parte externa. Considerando que, cuando se coloca el pie de apoyo junto al balón, las puntas de los pies deben orientarse a unos 15-30 grados del objetivo.”(p.43)

Por ello (LA84Foundation, 2008) aclara que:

“El cuerpo debe estar en equilibrio y alineado con la trayectoria del balón. El atleta coloca el pie seleccionado por sobre la pierna de apoyo para que la parte externa del pie mire hacia el balón. El tobillo debe trabarse y el pie debe apuntar levemente hacia el suelo. Cuando llega el balón, queda sujeta entre el suelo y la parte externa del pie. El jugador debe tomar el balón de tal forma que la prepare para el movimiento siguiente. (Fig. 4-5)” (p.119)



Ilustración 7 recepción borde externo del pie basado en (LA84Foundation, 2008)

- Recepción del balón con las partes del cuerpo que está por encima de la cintura.

Pecho.- este elemento técnico es un método adecuado para lograr un mejor control orientado en balones altos o con bote aéreo, como todo tipo de recepción, es de suma importancia tener el cuerpo en dirección al esférico,



adoptando una posición cómoda manteniendo un buen equilibrio para la recepción del mismo, al instante de hacer contacto con el pecho el tronco se inclina levemente hacia atrás para amortiguarlo, siendo así inmediatamente el tronco se inclina hacia adelante para hacer caer el balón permitiendo una jugada posterior.

Ilustración 8 recepción con el pecho basado en (CONADE, 2006)

De este modo (Arpad, 1969) citado por (Rivas, 2013) destaca que: “Es otra de las técnicas eficientes, ya que la superficie de contacto es amplia y relativamente blanda. Se utiliza de balones provenientes de gran altura – frecuentemente”. (p.36)

De tal forma (CONADE, 2006) define agrega que: “Este control se utiliza preferentemente en balones altos y también con bote aéreo. Esta técnica posee 2 variantes:

1. **La recepción en “seco “:** aquella que no tiene el jugador que apresurarse a realizar una segunda jugada y al contrario, la recepción orientada es aquella que realiza el jugador bajando el balón al césped lo más rápido posible y a su perfil adecuado para ejecutar una segunda acción fluida y precisa.
2. **La técnica de la recepción orientada con el pecho se describe así:** pies separados (40-50 cms.), rodillas semiflexionadas, el pecho se bota ligeramente al frente, brazos flexionados a la altura del pecho, al momento de contacto con el balón se mete el pecho a su posición normal, las caderas retroceden, las rodillas se extienden y los brazos se colocan paralelos lateralmente cubriendo el balón.

Girando el tronco al momento del contacto hacia el perfil que pretendemos ocupar (derecho o izquierdo), la técnica de recepción en “seco” se utiliza menos por la lentitud con la que se realiza la jugada, es la misma mecánica con la diferencia de que al momento del contacto el control se realiza hacia arriba del pecho y las piernas se estiran, por ello se realiza cuando no hay rival cercano y se cuenta con tiempo suficiente.” (p.6)

Del mismo modo (LA84Foundation, 2008) resalta que:

“El pecho y el cuerpo deben alinearse con la trayectoria del balón. Usando sus brazos para mantener el equilibrio, él se inclina hacia atrás para que el pecho quede debajo del balón. Cuando el balón hace contacto con el pecho, las rodillas se flexionan levemente para absorber la fuerza del balón. Este movimiento permite que el jugador amortigüe la fuerza del balón para que caiga a sus pies. (Fig. 4-6)”(p.119)



Ilustración 9recepción con el pecho basado en (LA84Foundation, 2008)

Es por ello que (

“El control será prácticamente la primera acción del jugador a la hora de recibir el balón, por ello es una acción tan importante, y por ello debemos poner la máxima atención en mejorar todo tipo de controles (a balones rasos, aéreos, y a media altura) y con toda clase de superficies (interior, exterior, pecho, muslo...). De la eficacia de esta acción dependerá en gran medida la buena ejecución de las acciones posteriores (conducciones, tiros,

pases...), y sobre todo, la consecución de un tiempo y un espacio que permita al jugador maniobrar con garantías de éxito. Es la acción de dominar el balón y prepararlo para ser jugado”. (p.43)

Así mismo (Peña M. A., Fútbol Castellano, 2011) aclara que:

“El control del balón a la ejecución técnica de dominio del balón proveniente de un compañero (pase) o de un rival (interceptación). El jugador, para poder jugarlo con posterioridad, ha de intentar dominar el balón. El jugador ha de tener la capacidad de recoger y dominar el balón rápidamente creando el tiempo y espacio necesarios”. (p.95)

TIPO DE CONTROL	CARACTERÍSTICAS	PARTE DEL CUERPO
PARADA	El balón se para totalmente. Se para con la planta del pie. No se utiliza demasiado porque paraliza mucho el juego.	Planta del pie
SEMI-PARADA	El balón no se para totalmente. Se puede realizar con varias partes de la pierna. Le da mayor viveza al juego. Facilita una orientación adecuada.	Planta del pie Parte interior Parte exterior
AMORTIGUAMIENTO	Disminuye la velocidad del balón. Es una acción contraria al golpeo. Se puede realizar con cualquier parte del cuerpo. El balón se domina gracias al mayor contacto entre el mismo y la parte de contacto, disminuyendo la velocidad.	Pie; parte interior Muslo Pecho Cabeza
CONTROL ORIENTADO	Control y orientación del balón al mismo tiempo mediante un único contacto. Le da mayor viveza al juego. Dependiendo de la trayectoria del balón y la acción que queramos realizar, se realiza con la parte de contacto más adecuada.	Pie; planta, parte interior, parte exterior Muslo Pecho Cabeza Recursos

Ilustración 10. Figura 2 tipos de control basado en (Rivas, 2013)

De modo similar (Anaya, 2015) argumenta los tipos de control como:

La parada: consiste en colocar el pie por encima del balón, inmovilizándolo, cuando éste ha entrado en contacto con el suelo. La pierna de apoyo debe estar bien flexionada para conseguir el máximo equilibrio. Esta forma de control está, actualmente, poco utilizada.

La semiparada: movimiento muy parecido al anterior, pero el balón no está totalmente inmovilizado puesto que va a ser inmediatamente utilizado.

El amortiguamiento: esencialmente es un control a balones aéreos. Importante es no esperar el balón y si anticipar para ganar tiempo y asegurarse el dominio de modo rápido. Si se realiza con el pie debe utilizarse el empeine, elevando la pierna de contacto buscando el balón que cae. Este gesto técnico si se utiliza frecuentemente en el fútbol actual ya que permite al jugador ganar tiempo en el dominio del balón.

El control orientado: En los amortiguamientos estamos realizando controles que no permiten un encadenamiento instantáneo de la jugada, de ahí que lo ideal sea asociar en un solo gesto el dominio y la orientación del balón, bien sea para eliminar algún adversario o bien para proseguir su propia acción individual.

Este gesto es más difícil de ejecutar que el amortiguamiento puesto que exige una cierta delicadeza en el toque del balón y una gran precisión en la orientación que se le vaya a dar. (p.17)

2.3- Golpeo

Con respecto a esta acción técnica, el golpeo con el balón en el fútbol son accedidas por todas las superficies de contacto permitidas por el reglamento de juego, considerado unos de los recursos más utilizados por sus cualidades básicas de esta disciplina deportiva, asiente llegar en menor tiempo a la portería rival por medio de pases cortos o largos impulsando el balón.

Por lo que se refiere a esto (Varela, 2011) destaca que:

“El golpeo es la toma de contacto que tiene el jugador en algunas partes de su cuerpo (pie y cabeza normalmente) con el balón de forma más o menos violenta que realiza un jugador cuando toma contacto con la superficie del balón, irá en función a la finalidad de la jugada. Es decir, cuando un jugador golpea el balón, tiene que tener claro que quiere conseguir. Un tiro, un pase, una conducción.” (p.1)

Por lo tanto (TAMEK, 2015) añade que:

“Es todo toque o lanzamiento que se da al balón de forma más o menos intensa o el contacto que se propina al balón, de forma consciente, aplicándole una dirección, altura (trayectoria) y velocidad determinadas. Si el golpeo o toque se realiza de forma suave, se empleará para conducir, pasar en corto, hacer un autopase, etc, mientras que si el toque o golpeo es potente, se empleará para despejar, pasar en largo, tirar a gol, etc.” (p.67)

Por otra parte (Toledo, 2008) define que:

“Los golpesos son los contactos que el jugador tiene en una parte de su cuerpo con el balón. Los golpesos serán más o menos fuertes según la situación de juego en la que nos encontremos.” (p.99)

Dado que el golpeo del balón goza de diferentes cualidades en su empleo el recurso técnico depende de la circunstancia del juego haciendo uso de las

diferentes superficies de contacto con el balón permitidas por el reglamento de juego, cuando un jugador golpea el balón tiene que pensar rápido, tener claro que quiere conseguir, un tiro, pase, regate, una conducción entre otros.



Ilustración 11. El golpeo del balón

2.4.- Conducción del balón

Siendo parte elemental de los fundamentos básicos del fútbol, la conducción se da por el traslado del balón en la superficie del campo a ras del suelo, mediante ella se puede cambiar la dirección o la velocidad al atacar contra golpeando al rival, sin más que aducir se mencionaran algunas definiciones de este elemento técnico.

Por su parte (Rivas, 2013) expresa que:

“Por conducción se puede entender como la rodadura y avance del balón utilizando cualquier parte del pie, y sobre el terreno de juego. Además, se puede concebir como la maniobra de avanzar con el balón en los pies, en otras palabras es la acción de dominar y desplazarse con el balón al ras del suelo, mediante una sucesión de toques con cualquier parte del pie.” (p.49)

De tal forma (SICCAD, 2009) define que:

“La conducción, es un elemento técnico imprescindible en el juego individual aunque se reconoce que según las evoluciones tácticas del fútbol, está perdiendo importancia, esto puede ser debido a que da lentitud al juego, a que se produce mayor grado de fatiga o que se exponga al jugador a lesiones y tiene como resultado la reorganización del equipo contrario.”(p.9)

Tipo	Objetivo	Superficie de contacto
Conducción de velocidad	Se realiza una rápida conducción, haciendo contacto con el balón pocas veces.	Empeine: parte exterior, total, mixto (usando las dos partes)
Conducción para mantener el balón.	Tiene como objetivo realizar una conducción de seguridad al trasladar el balón.	Parte interior Empeine, parte interior, parte exterior, Total.
Conducción para proteger el balón.	Su enfoque total está en preservar el balón.	Planta del pie. Parte interior. Empeine.

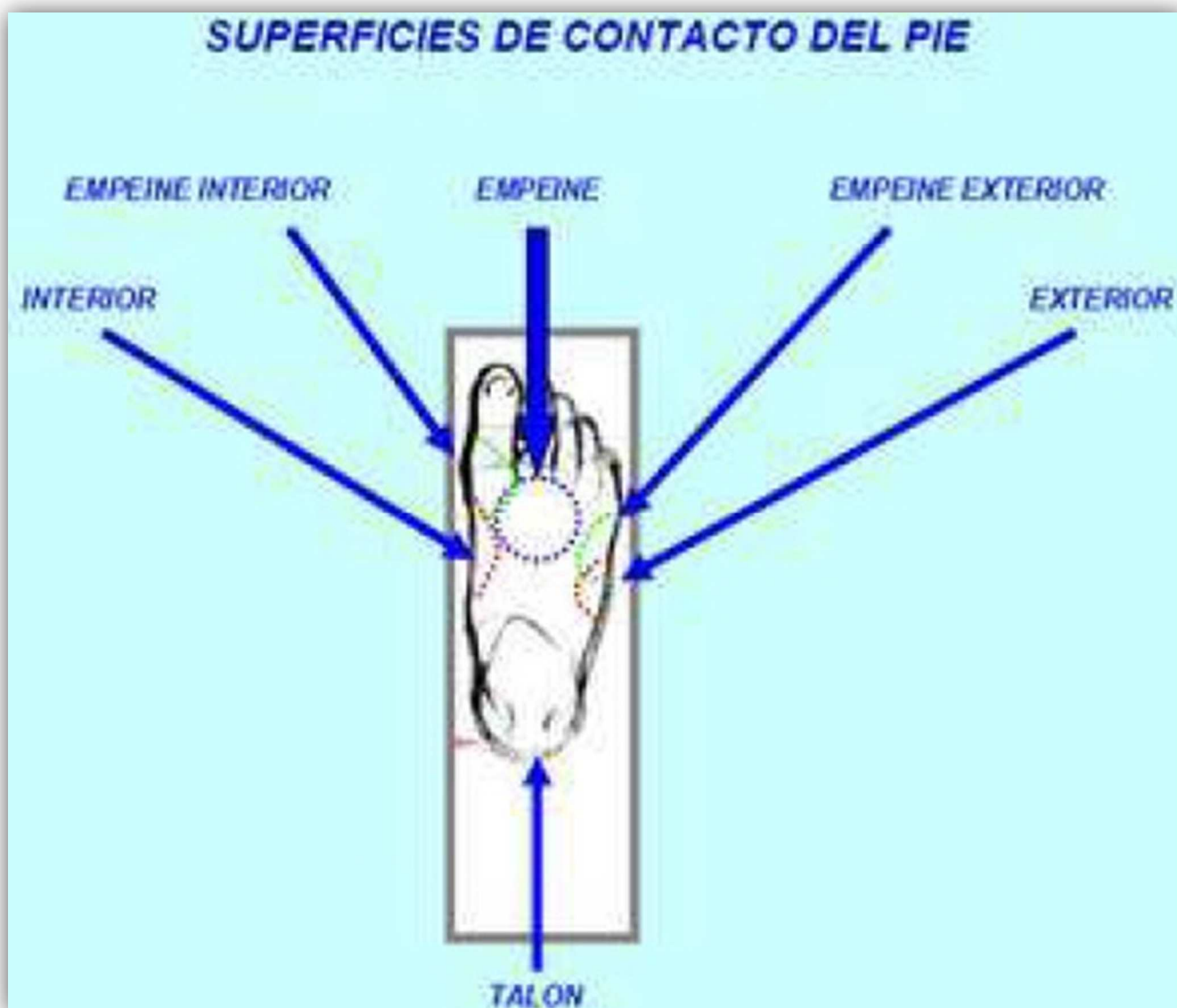


Figura 12 Superficies de contacto del pie según (Alguacil, 2008) (p.65)

Al respecto, teniendo en cuenta estas citas la conducción es la acción de trasladar el balón a diferentes velocidades dominándolo con las diferentes superficies de contacto permitidas por el reglamento de juego, se lo consideraba como el fundamento técnico más importante por el hecho de quien conquistaba el balón se desplazaba con el hasta la meta contraria, para anotar el gol, sin embargo el futbol moderno lo replegó a segundo plano con el

requerimiento del pase, descubriendo su importancia en las acciones con velocidad que se dan en el juego.

Mientras tanto, según la superficie de contacto entre el jugador y el balón, se argumentan diferentes ejecuciones básicas. Por ello se ampliara de forma contextual las más importantes como:

La parte externa del pie: en este gesto técnico la postura del cuerpo se inclina hacia fuera, al momento de trasladar el balón el pie conductor se dirige hacia adentro, mientras tanto la rodilla se aproxima al eje longitudinal del cuerpo. El pie queda un poco flojo y se lo tiene que girar hacia dentro desde el tobillo del mismo.

De tal forma (LA84Foundation, 2008) define también que:

“El cuerpo debe estar en equilibrio y alineado con la trayectoria del balón. El atleta coloca el pie seleccionado por sobre la pierna de apoyo para que la parte externa del pie mire hacia el balón. El tobillo debe trabarse y el pie debe apuntar levemente hacia el suelo. Cuando llega el balón, queda sujeta entre el suelo y la parte externa del pie. El jugador debe tomar el balón de tal forma que la prepare para el movimiento siguiente.”(p.117)

Sin embargo (Rivas, 2013) basándose en (Albún, 2013) aclara que:

“Es un recurso poco utilizado por el jugador, dado que su técnica tiene un grado de dificultad, además que no brinda tanta seguridad y precisión en el pase, no obstante, es una muy estética, la superficie de contacto comprende toda la cara externa del pie, es decir; desde el dedo “pequeño”, parte exterior del tobillo, hasta el hueso calcáneo. Normalmente, esta técnica es utilizada para realizar pases cortos o hacer devoluciones en el juego de pared.” (p.27)

Todavía cabe señalar que en esta acción técnica, se compromete el control orientado en la conducción del balón dificultando su traslado, de tal forma que su ejecución es escasa en las acciones que la implican en el juego, por ello incide en los pases cortos o devolviendo un pase en pared.

Parte interna del pie: en cuanto a este gesto técnico para su desarrollo se utiliza el interior del pie. Mientras tanto en la conducción la punta del pie que maneja el balón gira hacia fuera. El traslado es ejecutado de manera correcta cuando se mantiene el balón bajo control con un movimiento armónico, ininterrumpido y sin forzar el impulso.

Para ello, (Bush, 1971) citado por (Rivas, 2013) nos aclara que:

“Esta técnica se puede utilizar cuando el contrario corre paralelamente al conductor del balón y este necesita protegerlo. Además, en esta técnica el balón debe ir a una determinada distancia del pie, de tal forma, que el mismo siempre se logre mantener controlado. Esta forma de conducir en relación a la anterior es más lenta.” (p.32)

De tal manera (Benarroch, 2010) define que:

“El pie golpea el balón lateralmente en el centro y le imprime una ligera rotación y después la pierna continúa el recorrido extendiendo la rodilla. Los errores más comunes que se producen al realizar el golpeo en la conducción con el empeine interior son dejar el cuerpo muy atrás, colocarse de frente al balón y tener la pierna de apoyo muy alejada.” (p.21)

En efecto, se debe tener presente que el pie que haga contacto con el balón debe de perder toda rigidez para lograr una excelente recepción, este gesto también se lo ejecuta como una acción técnica de corrección para lograr trasladar el balón a alta velocidad con el borde externo.

Conducción con el empeine: en esta acción técnica, la ejecución se emplea empujando o trasladando el balón con el empeine total del pie lo que provoca que la acción sea más compleja que las anteriores. Es importante la amplitud en la flexión del pie a más de 90 grados golpeando la zona media del balón inclinando el cuerpo hacia delante para evitar la elevación del balón.

Por ello (Rivas, 2013) destaca que:

“Este tipo de técnica es la más difícil de ejecutar, ya que el balón se debe empujar hacia delante con el pie extendido hacia abajo, es decir, con la superficie del cordón del zapato. La seguridad de este tipo de conducción no es muy precisa, pues la superficie de contacto con el balón no es muy amplia.”

Dicho lo anterior (Jimenez, 2007) citando a (Geronazzo, 1975) afirma que:

“El jugador utiliza este tipo de técnica en situaciones de juego, donde posea espacio por delante y los rivales no están muy cerca, ya que el toque del balón es largo. Por otro lado, esta técnica favorece una carrera más continua – durante los movimientos casi no se gira - , lo que permite un desplazamiento relativamente más rápido.” (p.84)

Siendo así, el toque en la conducción con el empeine es minino ya que su ejecución es mayormente violenta, se emplea en espacios amplios o despejados del terreno de juego donde el jugador tiene libertad de trasladar el balón a una velocidad alta. Sin embargo el control y la dirección del balón es mucho más complejo al momento de conducirlo.

Conducción con la punta del pie: El uso de este medio técnico es rudimentario, esto se debe a que se pierde casi toda la precisión en la conducción al momento de hacer contacto con el balón, en esta superficie del pie. Debido al juego moderno este medio técnico se lo aplica como último

recurso.

Conducción con la planta del pie: en este tipo de conducción ocurre algo semejante a la punta del pie, su ejecución es poco común, sin embargo se usa cuando el balón queda atrás, para perfilarse en jugadas de emergencia, o para dar una mejor postura al trasladarlo protegiéndolo con el cuerpo.

2.5. Pases

Esta ejecución técnica se realiza con cualquier parte del cuerpo permitida por el reglamento de juego, aproximadamente el 80% del juego consiste en dar y recibir pases, es el elemento técnico básico que se lo utiliza en las situaciones ofensivas como defensivas, ya que las acciones de juego son variadas, por lo tanto siendo uno de los elementos técnico más requerido debe de brindársele mayor tiempo de enseñanza y perfeccionamiento, el niño debe de saber emplear las diversas partes del pie, muslo, pecho, entre otros. Su ejecución requiere por lo general de un compañero, estableciendo una relación entre dos o más componentes del equipo mediante la transmisión del balón desarrollando un juego en conjunto. Ahora bien (LA84Foundation, 2008) define que “Las técnicas para realizar pases son fundamentales para el buen juego. El alcance del juego se ve limitado si un jugador no es capaz de acertar un pase a un compañero, patear el balón con efecto alrededor de los adversarios, o pasar el balón por encima de una barrera de defensores.”(p.130)

En el proceso de enseñanza de este elemento técnico se lo ejecuta de acuerdo a las condiciones que se presentan en las acciones de juego como:

De acuerdo a la distancia:

Pases cortos

Pases largos

Pases medianos

De acuerdo a la altura:

Pase a ras del suelo

Pase a media altura

Pase por elevación

De acuerdo a la superficie de contacto:

Con la parte interna de pie

Con la parte externa del pie

Con el empeine

Con la punta

Con el taco

De tal modo, los pases constan de diversas características para su adecuada ejecución así como lo define (Peña A. C., 2003) en el siguiente cuadro.

Ahora bien, el tipo de pase que se ha de realizar dependerá directamente de la situación de juego, dirección, orientación, velocidad, exactitud entre otras, que se pretenden dar al balón de fútbol. Es por ello que los entrenadores deben dedicar mayor tiempo de práctica en este elemento técnico para lograr obtener el dominio fluido.

TIPO DE PASE	PARTE DEL CUERPO	OPCIONES
CORTO (0 < 10 m)	PIE	Parte interior Parte exterior Empelne
	CABEZA	Parte anterior Parte posterior Parte superior
	RECURSOS	Tacón Puntera Pecho Muslo
MEDIO (10 < 20 m)	PIE	Parte interior Empelne; parte interior / parte exterior / total
	CABEZA	Parte anterior Parte posterior Parte superior
	RECURSOS	Tacón Puntera
LARGO (+ 20 m)	PIE	Parte interior Empelne; parte interior / parte exterior / total
	RECURSOS	Puntera Tijera Volea

Figura 2 tipos de pases basados en (Gutierrez, 2011)

2.6. El tiro

Este elemento técnico consta de cualquier envío del balón sobre la portería rival con la intención de realizar la acción suprema del fútbol, el gol. De tal manera que esta ejecución consta de la situación del juego y la trayectoria del esférico, lo cual dependerá de:

- La orientación del balón
- La distancia de la portería
- La posición del portero

Ahora bien, este fundamento técnico depende de acuerdo a la superficie de contacto según el golpe, la altura del balón y de la dirección que se le da, es por ello que (Gutierrez, 2011) los clasifica del siguiente modo:

DE ACUERDO A LA SUPERFICIE DE GOLPEO:

Remate con el empeine.

Remate con el empeine interno.

Remate con el empeine externo

Remate con la punta del pie.

Remate con la rodilla

Remate con el taco.

Remate con la cabeza.

Remate con la punta.

De acuerdo a la altura del balón.

Remate a ras del suelo.

Remate a media altura.

Remate de altura.

Remate de semivolea o contrabote.

Remate de volea.

Remate de media vuelta.

De acuerdo a la dirección del balón.

Remate en línea recta.

Remate cruzados o en diagonal.

Remate con efecto.

De tal forma que (Peña A. C., 2003) clasifica los tipos de tiros a base de la distancia y la superficie de contacto con las que se lo realiza:

TIPO DE REMATE	PARTE DE CUERPO	OPCIONES
CERCANO (0 < 10 m)	PIE	Parte interior Parte exterior Empeine; Parte interior / parte exterior / total
	CABEZA	Parte anterior Parte posterior Parte superior
	RECURSOS	Tacón Puntera Volea
MEDIO (10 < 20 m)	PIE	Parte interior Empeine; Parte interior / parte exterior / total
	CABEZA	Parte anterior Parte posterior Parte superior
	RECURSOS	Tacón Puntera Volea ...
LEJANO (+ 20 m)	PIE	Parte interior Empeine; Parte interior / parte exterior / total
	RECURSOS	Puntera Tijera Volea

Figura 3. Tipos de remates según la distancia basado en (Peña A. C., 2003)

2.7.- Futbol infantil

En las primeras etapas de crecimiento, los niños desarrollan una serie de condiciones y cualidades que son ideales para generar la movilidad, coordinación de sus movimientos entre otros, en la edad inicial la mayoría de ellos están preparados entrenar cualquier disciplina deportiva, del tal forma el futbol dada a su popularidad global influye estimulando sus capacidades adquiridas durante las etapas precedentes a esta, sin embargo existen capacidades innatas que intervienen claramente en el desempeño individual del niño.

De tal forma (González & Contreras, 2015) añaden que:

“En el desarrollo deportivo existe una estrecha relación entre el proceso evolutivo-madurativo y la capacidad de adquisición del movimiento, con el aprendizaje de los diferentes elementos técnico-tácticos individuales y colectivos (habilidades específicas de cada deporte) y con las destrezas o competencias motoras que inciden de manera evidente en el aprendizaje, desarrollo y perfeccionamiento deportivo de una o varias especialidades deportivas”. (p.23)

Ahora bien, (Rivera, 1994) aclara que:

“El proceso de la formación del niño en el futbol, 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” (p.89).

Es por ello que el fútbol es un deporte fundamental para el desarrollo integral de los niños ya que interviene como un método de adaptación social y, con la intervención de las personas indicadas desde el plano de la formación, es una gran fuente de valores. Siendo así, los niños a partir de los 5 años comienzan a desarrollar habilidades como el movimiento y la coordinación, puesto que estos son ideales para el entrenamiento. El fútbol es una actividad que aporta beneficios para la salud y el desarrollo emocional de los que lo practican.

Tabla 1 de juegos o deportes de los niños segun su edad basado en (Aranguiz, 2007)

JUEGO O DEPORTE	EDAD
Juegos simples	Entre 4 y 8 años
Juegos pre-deportivos genéricos	Entre 7 y 10 años
Juegos pre-deportivos específicos	Entre 8 y 10 años
Deportes reducidos	Entre 8 y 10 años

De este modo (Aranguiz, 2007) aclara que el fútbol es un deporte completo para la iniciación de una actividad deportiva caracterizada por ventajas como:

Ventajas psicológicas para los niños que practican fútbol:

- Los niños adquieren valores: la práctica del fútbol potencia el espíritu de superación y sacrificio, genera autoestima en el niño, le aporta disciplina, capacidad de trabajar en grupo y de esforzarse.
- Desarrollo de capacidades emocionales y de aprendizaje: los niños potencian su capacidad lógica para pensar en la jugada más adecuada, ayuda a los niños a socializar, a aprender a perder y a tolerar la frustración.

Ventajas físicas de practicar fútbol en la infancia:

- Aumenta la potencia muscular en las piernas y ayuda a los niños a tener más potencia en los saltos.
- Estimula la coordinación motora: los niños controlan mejor su cuerpo y ganan en equilibrio, fuerza y buena postura.

- Aumenta la densidad ósea en el fémur.
- Oxigena la sangre.
- Mejora la visión periférica: los niños han de poner atención en no sólo en lo que tienen delante sino en lo que ocurre a su alrededor.
- Mejora la capacidad cardiovascular.

Desarrollando y fortaleciendo la estructura corporal tanto como el funcionamiento orgánico de los niños en su iniciación al fútbol. (p.465)

2.8 Enseñanza del fútbol

La enseñanza envuelve un conjunto de saberes que busca tener impacto en el proceso educativo en las diferentes dimensiones que este tenga, se considera que es una ciencia de carácter psicosocial que tiene de por medio el objeto de estudio de la educación con el fin de conocerla, analizarla y perfeccionarla, Ahora bien, en el proceso de enseñanza-aprendizaje del fútbol se deben de contemplar los diferentes aspectos que son de importancia para la identificación del propósito de dicha acción pedagógica, encaminadas a fortalecer el aspecto educativo de los dirigidos desde el comienzo de los entrenamientos, teniendo como fin el rendimiento deportivo y por siguiente la adquisición, mantenimiento y perfeccionamiento de los diferentes componentes que integran dicho proceso. Es por ello que (Marín, 2013) aclara que unos de estos aspectos “consiste en definir si el objetivo es asumir el fútbol desde un enfoque formativo o, por el contrario, llevar a cabo un proceso de aprendizaje del fútbol desde un enfoque competitivo.”(p.1)

Por su parte, (Cano, 2008), sostiene que:

“La enseñanza de la iniciación al fútbol estaba caracterizada como norma general en unidades de trabajo marcadas por un objetivo claro (adquisición mecánica de comportamientos estereotipados); el cual lo

conseguían partiendo de principios tales como: de lo simple a lo complejo, y de lo fácil a lo difícil”. (p.2)

Es por ello que en la enseñanza de esta disciplina deportiva se caracteriza por tener acciones que primero deben de enseñarse para después poder entrenarlas, consta de dos aspectos primordiales como la fusión de los movimientos parciales y los elementos técnicos del fútbol, acciones fundamentales para la enseñanza-aprendizaje del mismo.

La especialización deportiva temprana es un error. Antes de los 10 años, el niño, ni por desarrollo orgánico, ni por estructura psicológica puede ser lanzado a una especialización deportiva. Muy al contrario, hay que enriquecer su campo de experiencias con formas jugadas y sobre todo, darle las máximas opciones electivas de cara a su futuro en el campo del deporte. (Rivera, 1994)

En este periodo el alumno tiene mayor noción sobre los aspectos técnicos-tácticos sobre el deporte el cual practica para así poder iniciar la competencia deportiva y a esto se le suma diferentes factores como el inicio de la pubertad, el interés por mejorar sus habilidades del fútbol así como la búsqueda de competencia tanto de forma individual como en grupo, puesto que toma actitudes de líder y el control pleno de sus movimientos corporales.

Es muy esencial en la enseñanza-aprendizaje del fútbol que este sea adaptado a los niños, por esta razón nace la duda de cuál sería el fútbol adecuado para el desarrollo de los jugadores por lo que (Wein, 1995) define que: *“para el niño pequeño, el fútbol de los adultos es demasiado grande, demasiado difícil y complejo porque exige un nivel de capacidades físicas, y*

mentales que los niños todavía no poseen “ la enseñanza del fútbol debe ser acoplado a la edad del niño para muchos entrenadores internacionales el fútbol 7 es el más propicio en las fases de aprendizaje inicial, muchas son las cualidades que posee este tipo de fútbol que benefician a la enseñanza de los jugadores

De tal forma que esto concuerda en muchas encuestas realizadas por el autor (Pacheco, 2004) destacando que “el futbol en reducidas dimensiones del campo del número de jugadores deberá ser utilizado la fase de iniciación en las grandes etapas pedagógicas de aprendizaje. Los entrenadores de la Federación alemana de fútbol, para solucionar las sobrevivencias físicas y psíquicas del Fútbol 11, adoptaron como obligatorio en todos los estados el Fútbol 7 en las primeras fases de aprendizaje del juego.

Etapas en el entrenamiento de futbol

Sumando a lo anterior se plantea un entrenamiento o clase de futbol de 3 fases en la realización de ejercicios o del entrenamiento de futbol debería estar antecedido de conductas pedagógicas por parte del profesor o entrenador

Para poder lograr este objetivo (Anaya, 2015) establece tres pasos y el orden solicitado para aplicarlo:

Primera Etapa:

Etapa de Enseñanza-Organización-Cumplimiento del sistema de ejercicios.

En esta etapa el entrenador explica el sistema de ejercicios a realizar tanto de manera teórica así como práctica, lo puede hacer con la ayuda de uno de sus alumnos si lo necesita, de esta forma el alumno construye en su mente como se deben hacer los movimientos de la forma correcta. Agregando a esto el profesor tiene que indicar como se van a organizar para realizar la actividad sea en grupo o de manera individual así como también el tiempo de duración de cada uno de los ejercicios, para que la primera fase se desarrolle correctamente.

La importancia se basa en que las repeticiones de los ejercicios ayuden a mejorar la técnica así como los dominios y uso del balón.

Segunda Etapa:

Etapa de complementación

Aquí el jugador combina la búsqueda de experiencia con el éxito del juego. El entrenador cumple un papel motivador desde un punto de vista técnico con el objetivo del éxito del juego. Siendo así (Rivas, 2013) define “que el jugador experimenta cuales son las mejores formas de proceder, según su imaginación y capacidad motriz. Referente al entrenador, él juega un rol de “motivador” y orientador técnico, al inducir al jugador al éxito a través de frases estimulantes lanzando interrogantes o simplemente dando indicaciones técnicas generales.” (p.667).

Tercera etapa:

Etapas de reciprocidad y transformación

El entrenador hace ver a sus alumnos cuales fueron sus errores así como sus aciertos para así hacer mejoras técnicas en el modelo de juego. (Rivas, 2013) Nos señala que: “La corrección individual es más efectiva si se realiza en situaciones de juego. Se pueden ofrecer alternativas que estén orientadas en dichas situaciones, permitiendo que el jugador pueda efectuar varias repeticiones, sin que las correcciones sean molestas para el desarrollo del juego. “

Es muy importante en la enseñanza didáctica del futbol en los niños, potenciar el desarrollo psicomotor y esto se logra mediante el desarrollo cognitivo con respecto a la edad de interés que comprende los 11 años donde tiene como característica la integración social y a esto el desarrollo motor.

Para que tanto el entrenador como el alumno tenga éxito en la enseñanza del futbol deben tener claro que esto no es un proceso a corto plazo sino a largo plazo y nos basamos en los siguientes aspectos tomados de (Pacheco, 2004) donde nos establece cuales son las medidas que debe adoptar un entrenador

Progresión en el rendimiento deportivo de los jóvenes, de acuerdo con su desarrollo integral y armónico, ayudándoles a compaginar las exigencias de su vida deportiva, escolar, social y familiar.

Reducido abandono y aumento visible del gusto por el entrenamiento y la competición entre los jóvenes entrenadores.

Capacidad para detectar y desarrollar talentos para el fútbol.

Número de jóvenes jugadores por él entrenados que consiguieron elevados niveles de rendimiento deportivo, a medio y a largo plazo.

Capacidad para establecer, con los jóvenes que entrena, relaciones de amistad que perduren a lo largo del tiempo.

Saber lo que se pretende y cuáles son los caminos a seguir, en una correcta filosofía de intervención como educador/entrenador de jóvenes.

Procurar la actualización y la mejora del nivel, en función como educador/entrenador.

El entrenador debe de poseer amplios conocimientos tácticos para poder aplicarlos a sus alumnos. (Pacheco, 2004) destaca que: *“ para formar jóvenes futbolísticas es una actividad pedagógica muy atractiva, que exige por parte de todos los que dirigen una cualificación adecuada y un elevado sentido de responsabilidad para con el practicante el sistema deportivo y la sociedad”*.(p.65) mientras que para (Ruiz, 1998) define que *“será un buen entrenador quien tenga condiciones innatas para serlo y quien está dispuesto a aprender toda su vida y a perfeccionarse, tal y como lo hacen los grandes deportistas, pues entrenar y hacer entrenar es una tarea difícil y muy compleja”*

Por lo tanto, el trabajo del profesor es programar ejercicios que ayuden a desarrollar las cualidades técnicas del alumno así como competencias para que mejoren sus cualidades de juego colectivo y el estímulo a mejorar su rendimiento.

Estilos en la enseñanza del fútbol

A esto dos enfoques didácticos se les suma como estilo de enseñanza Mosston (Bascon, 2011), considera que los estilos de enseñanza muestran cómo se es la relación profesor-alumno en el proceso de toma de decisiones o el rol que desempeña cada uno en el proceso de enseñanza- aprendizaje, en base a lo cual, (Bascon, 2011) plantea la siguiente clasificación:

Estilos Tradicionales: En este estilo el profesor o guía tiene el poder máximo el programa que actividades se realizan y como estas van a influir en el aprendizaje, el alumno solo capta lo que el profesor le indica siendo este el protagonista.

Mando directo: El profesor señala que actividades se realizan, esto ayudan a la calidad del ejercicio.

Variaciones en el mando directo: en este el alumno modifica el ritmo a sus características y tener un contacto más directo con el maestro.

Asignación de trabajos: el alumno plantea los ejercicios a su modo después del que profesor haya dado la explicación y de esta manera este se va liberando de dirigir directamente al aprendiz

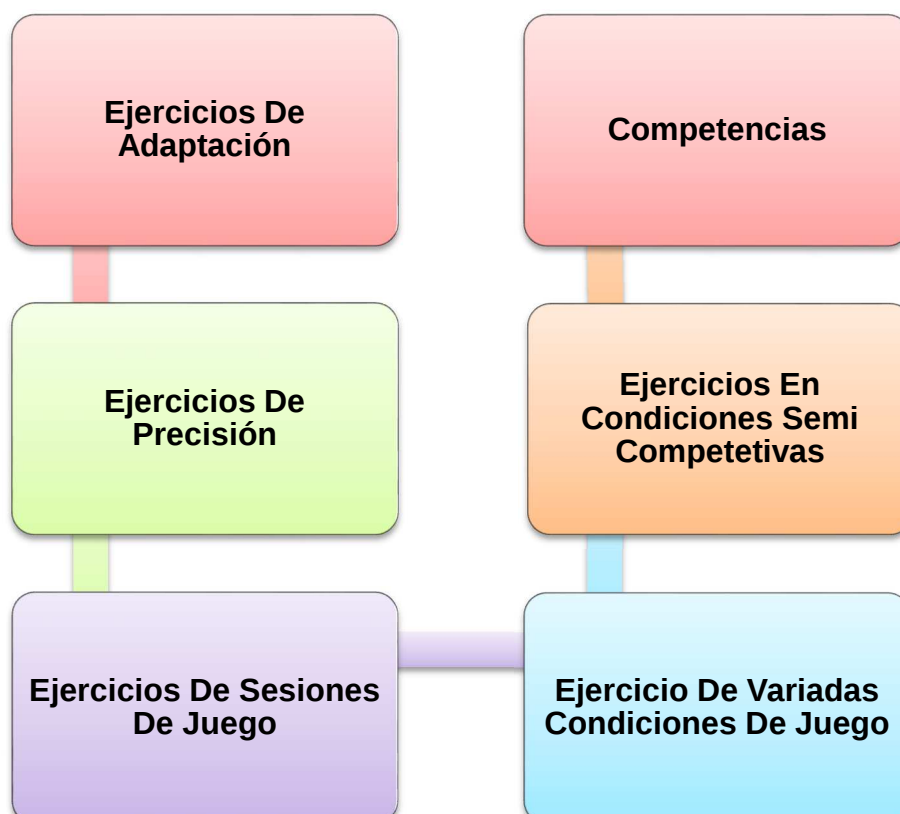
Estilos Individualizadores: El profesor y el alumno se complementan ya que las actividades a realizar son de acuerdo a lo que el alumno requiere

Esto se logra clasificando grupos para la enseñanza didáctica del fútbol que ayuden para el aprendizaje del deporte, estos se realizan en relación de la edad, el nivel de capacidades, exigencias y necesidades de los alumnos.

Estilos Cognitivos: Se basa en un autoaprendizaje donde el maestro se muestra como un guía. Es importante recalcar cuando el joven gusta del fútbol este estará en las condiciones físicas y mentales adecuadas solicitadas para un excelente jugador sin embargo para que esto sea posible necesita de la ayuda de un entrenador para que pueda tener una técnica y táctica adecuada.

Forma de ejercicios en la enseñanza del fútbol en los niños.

Para poder obtener diferentes resultados, el entrenador debe aplicar formas de ejercicios con los cuales pueden obtener un entrenamiento positivo. Este sistema de ejercicios va a habilitar al alumno, para que él esté listo para las competencias. Se aplican diferentes ejercicios, para el entrenamiento del fútbol:



Ejercicios de adaptación

El objetivo de estos ejercicios es adaptar al jugador con los distintos elementos del juego para así poder relacionarlos con el ámbito competitivo y con las técnicas de fútbol.

Ahora bien, (Vasquez, 1981) expresa que de esta forma los deportistas se van acostumbrando más rápidamente a los implementos de ejercitación y el ambiente competitivo futuro y van asimilando los elementos básicos de la técnica de fútbol. De esta manera los movimientos de los jugadores, durante los ejercicios de juego y los que crean el hábito de maniobrar con el balón, no son impedidos a causa de las exigencias, como ocurre en otras formas de ejercitación.

Ejercicios de precisión

Ahora bien, el entrenador se dedica en lo esencial de los ejercicios, estudiando cuantas repeticiones del mismo son mejores sin tener la presión en el momento del adversario.

Sin embargo, los ejercicios de precisión exigen ejecución de exacta valoración objetiva de las destrezas individuales de los jugadores y constante corrección de errores. Debido a que los jugadores practican sin la influencia de la atmosfera competitiva, tienen suficiente tiempo para analizar y corregir sus errores, por esto, estos ejercicios se aplican fundamentalmente, en el entrenamiento de la técnica y la táctica. (Vasquez, 1981)

Ejercicios de las fases de juego

El niño elige cuales son los adecuados a diferencia de los de precisión que son ordenados por el entrenador.

Este tipo de ejercicios motivan al jugador a buscar soluciones cuando está al frente del adversario o está en problemas. Frecuentemente es utilizada en los entrenamientos. Esta fase se complementa con la de precisión; porque este utiliza los conocimientos ya aprendidos para poder utilizarlos con el adversario de la forma que crea que es correcta.

Ejercicios en variadas condiciones de juego.

En esta etapa se practican una serie de ejercicios sin aplicar los reglamentos para motivar al desarrollo del juego, de manera que estos jueguen con libertad sin ningún tipo de presión. Este tipo de ejercicio se considera en las etapas de inicio de aprendizaje donde el jugador tiene escasos conocimientos sobre los reglamentos del juego como offside, tiempo de juego, número de jugadores, terreno de juego, etc.

Los Ejercicios en condiciones semicompetitivas.

El entrenador interviene en momentos de pausa de un partido de entrenamiento con el fin de llamar la atención sobre los errores que se cometen y también recalcar los momentos importantes.

Siendo así, el objetivo de este tipo de entrenamiento es optimizar los componentes tácticos y técnicos que son enseñados durante la práctica.

Las competencias

En las competencias están claras las reglas del juego, el entrenador o profesor no puede intervenir en el juego, el único que puede hacerlo es el árbitro, él aplicara el reglamento durante el juego si hay equivocaciones por parte de los jugadores.

El entrenador solo puede intervenir antes y en el momento de receso del partido. Aprovechando de forma adecuada el tiempo de receso para poder corregir errores y organizar un partido más ordenado. Las competencias sirven para verificar las capacidades que tienen el jugador para poder mejorar los errores cometidos y así poder desarrollar jugadores con capacidades innatas.

Enfoques didácticos en la enseñanza del futbol.

En el proceso de la enseñanza del futbol existen diferentes enfoques didácticos usados como herramientas en la práctica deportiva, de tal forma que (Rivas, 2013) señala que la enseñanza del fútbol se puede enfocar partiendo de dos premisas didácticas:

1. Recreativo – formativo:

Este enfoque está consignado al desarrollo integral y se relaciona con la instrucción del deporte del futbol puesto que es un medio para conseguir y lograr el crecimiento no solo a nivel técnico-táctico sino también en el área psicosocial y psicofísico del niño en etapa de aprendizaje.

2. Deporte competitivo:

Lo que importa de este punto de vista es que el niño desarrolle sus cualidades futbolísticas con el objetivo de mejorar el juego del fútbol así mismo como su rendimiento. Este enfoque tiene el fin de implantar conocimientos y nociones básicas sobre la competencia.

De tal manera, que el niño capta la información y la procesa de la forma correcta para poder aplicarla en su vida profesional desarrollando el conocimiento de su alumno en todos los ámbitos como en lo personal así como en la competencia. Estos dos enfoques se complementan y están proporcionalmente relacionados indiferentemente de la escuela, colegio y club deportivo donde ambos sean aplicados.

Métodos de enseñanzas del fútbol

Es de suma importancia considerar cuáles serán los métodos en la enseñanza y aprendizaje del fútbol. Para poder desarrollar las cualidades innatas del niño jugador para que un futuro nos ofrezcan un espectáculo de calidad en el fútbol profesional.

En primer lugar hemos hay hacer hincapié en (Cratty, 1983) *“el mejor método de aprendizaje es el entrenamiento y que las mejoras van a depender de la calidad y forma de estos entrenamientos, de ahí la importancia de que éstos sean variados”* La evolución de un alumno va a resultar como este realice sus entrenamientos y es aquí donde el entrenador influye para que este mejore su habilidad. En base a esto nos afirma (Haro, 2006) *“la metodología de la*

enseñanza engloba los estilos de enseñanza, estrategias en la práctica; técnicas de enseñanza e intervenciones didácticas”.

Al igual que en la mayoría de los deportes entre los métodos de la enseñanza del fútbol citado en (Blanco, 2014) tenemos:



Figura 4 métodos de enseñanza segun (Blanco, 2014)

En este método el principal factor es el entrenador. Él transmitirá sus conocimientos a sus alumnos de acuerdo al nivel de capacidad de ellos.

Este se basa en que el entrenador va ser la voz de mando y el alumno solo debe seguir su guía. Este asignara el sistema de ejercicios sin dejar libertad a que el jugador considere cuales son los apropiados para él.

Para complementar lo referido se hace referencia a (Pereni, 2002) que lo subdivide en tres subgrupos:

- a) *Método de la asignación de tareas*
- b) *Método mixto (global-analítico-global)*
- c) *Método prescriptivo*

El mismo autor indica que el método deductivo pone de relieve la figura del entrenador, que se convierte en el protagonista de la sesión de los entrenamientos; tiene que explicar los diferentes ejercicios; mientras que el atleta llevara a cabo con total obediencia todo lo que se les indique.

Método inductivo

El jugador busca las soluciones de este modo el actúa directamente en su evolución. El entrenador va a guiar al alumno mostrándole que le ayudara en su aprendizaje eliminando los obstáculos que se le puedan presentar así mismo disminuir errores. La misión del entrenador será potenciar las cualidades del jugador. De igual manera que en el método deductivo (Pereni, 2002) subdivide en tres subgrupos al método inductivo:

- a) *Método de exploración libre*
- b) *Método de descubrimiento guiado*
- c) *Método del “problemsolving” (Sotgiu; 1989).*

Método Global

Este método integra varios aspectos que van desde lo personal (competencias, superación, creatividad, imaginación) hasta lo que es lo técnico-táctico. Esta más basado en las necesidades del jugador para la competencias de la vida real ahora bien (Blázquez, 1995) define que dentro de esto métodos se avanza desde posturas centradas en el aprendizaje descontextualizado de la realidad del jugador, a prestar atención al progreso realizado por el debutante y el esfuerzo del mismo, así como a tener presente la importancia de los aspectos motivacionales dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje. (p.43)

Así mismo el autor (Rivas, 2013) explica que el jugador se enfrenta ante una situación-problema y decide resolverla, escogiendo aquella acción que crea más conveniente, en lugar de utilizar, de forma obligada y dirigida, aquella que ha determinado el entrenador. Por tanto, el método global incide simultáneamente en aspectos técnicos, tácticos, y físicos, lo que permite, durante un juego, desarrollarlos todos en forma conjunta, aunque sea de una manera genérica (Aranguiz, 2007). (p.32)

(Haro, 2006) *Señala que los métodos activos también pueden ser llamados de otras formas:*

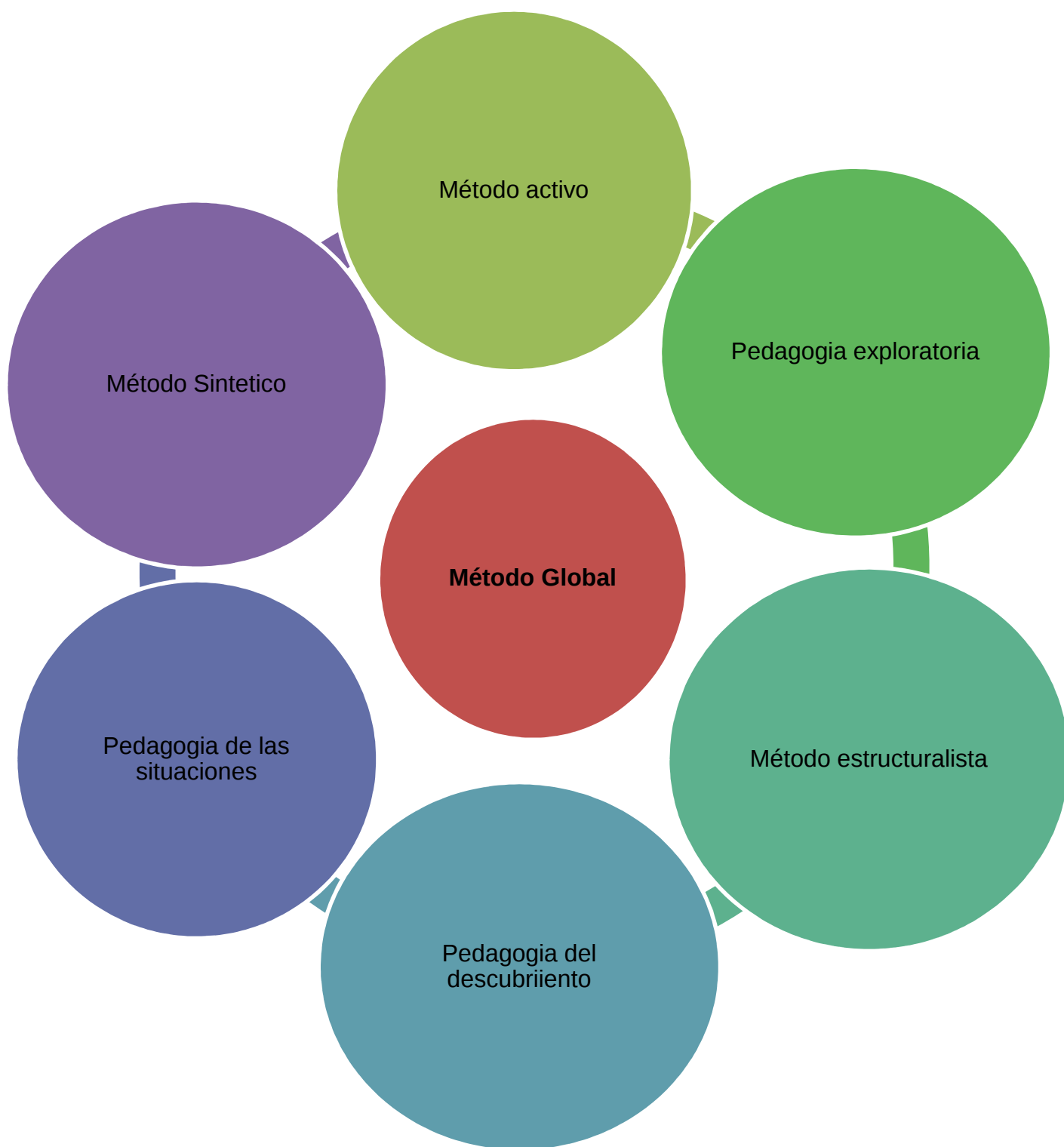
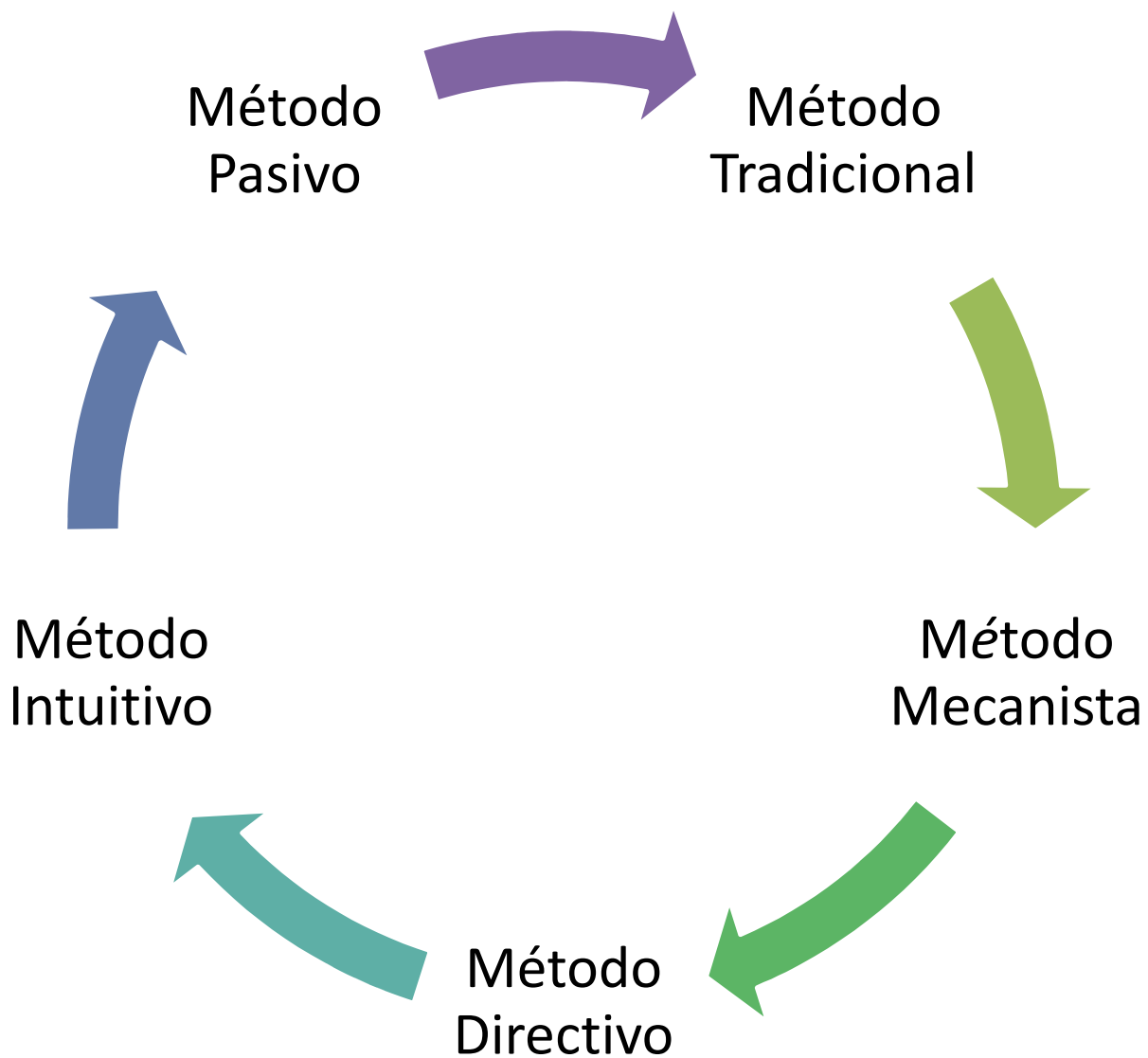


Ilustración 14. Nombres como se conocen a los métodos activos. Adaptado de (Haro, 2006)

De tal forma que (Sans, 2000) explica que el jugador buscara la solución que él crea más conveniente, en lugar, de hacerlo de forma obligada y dirigida. En

base que el método global incide simultáneamente en aspectos técnicos, tácticos y físicos, lo que permite durante un juego, desarrollarlos todos de forma conjunta. *“Por lo que el principal objetivo es conseguir aprendizajes sólidos y desarrollar la inteligencia del juego”*. (Haro, 2006) (p.76)



Método Analítico

El entrenamiento comprende la repetición de las tareas o de los ejercicios por separado con el objetivo de mejorar las habilidades del jugador sin que en este se incluya una competencia real. Este tipo de método posee varias denominaciones según (Blázquez, 1995)

Muchos autores coinciden que este establece una serie de habilidades que van a dificultar la enseñanza del entrenador ya que este carece de pedagogía. Este solo se guía en la forma que ha aprendido o que ha visto sin tomar en cuenta si el sistema de ejercicios va a ser de facilidad o dificultad para los jugadores. Ahora bien (Blázquez, 1995) señala que los métodos tradicionales llegan a ignorar una cuestión vital en el aprendizaje, este es, el niño o niña, en nuestro caso, jugador o jugadora, y más aún los elementos motivadores que llevan al alumno a querer involucrarse en un proceso de enseñanza-aprendizaje deportivo.

Microciclos de entrenamiento para la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol.

Tabla #1

Microciclo: Desarrollador	Objetivo: Enseñar y demostrar la conducción del balón con los bordes interno, externo y empeine del pie.
Intensidad: Baja	Volumen: Repeticiones
Día: 1 Conducción del balón	Detalles
1 Calentamiento 15'.	Juegos recreativos con balón. Juegos recreativos con el pie derecho. Juegos recreativos con pie izquierdo. Juegos recreativos alternando ambos pies.
2 Conducción del balón 35'.	Conducir el balón de forma libre en un cuadro de 20x20. Distribuir a los niños en grupos Ejercicios: Conducción con pierna dominante. Conducción con pierna no dominante. Conducción con dominio de balón. Conduce y detiene balón con pierna dominante. 5. Conducir el balón con la pierna no dominante
3 Vuelta a la calma 10'	Juegos Pre Deportivos. Estiramiento.

Tabla #2

Microciclo: Desarrollador	Objetivo: Enseñar y demostrar el pase y la recepción del balón con los bordes interno, externos y empeine del pie.
Intensidad: Baja	Volumen: Repeticiones
Día: 2 Pases y Recepción del balón.	Detalles
1 Calentamiento 15'.	Juegos recreativos sin balón. Juegos recreativos saltando con el pie izquierdo. Juegos recreativos saltando con el pie derecho. Juegos recreativos saltando con ambos pies.
2 Pases y Recepción del balón 35'.	Pases con la mano a ras de piso frente al niño a unos 2 metros de distancia recepcionandolo y lo devuelve con el pie. Disminuir o aumentar la distancia. Trabajar los bordes internos, externos y empeines. Dar pases con el balón en movimiento. Pases con el pie derecho. Pases con el pie izquierdo.
3 Vuelta a la calma 10'	Juegos Pre Deportivos

Tabla #3

Microciclo: Desarrollador	Objetivo: Enseñar y demostrar el tiro del balón con los bordes interno, externos y empeine del pie.
Intensidad: Baja	Volumen: Repeticiones
Día: 3 El tiro	Detalles
1 Calentamiento 15'	Juegos recreativos con balón. Juegos recreativos con el pie derecho. Juegos recreativos con pie izquierdo. Juegos recreativos alternando ambos pies.
2 El Tiro 35'	El balón vendrá del entrenador que se ubica en el centro, al frente del niño, Él recibe el balón y como se dirige al arco remata a 3 metros de distancia. Rematar al arco sin arquero. Rematar al arco con el pie izquierdo. Rematar al arco con el pie derecho. Rematar al arco con el balón boteando en el piso.
3 Vuelta a la calma 10'	Los niños realizan un trote suave sin balón, seguido de ejercicios de flexibilidad. Los jugadores realizan un trote suave con balón, seguido de ejercicios de coordinación. Estiramiento.

Tabla #4

Microciclo: Desarrollador	Objetivo: Enseñar y demostrar el regate del balón con el pie derecho y el pie izquierdo.
Intensidad: Baja	Volumen: Repeticiones
Día: 4 El Regate	Detalles
1 Calentamiento 15'	Juegos recreativos sin balón. Juegos recreativos saltando con el pie izquierdo. Juegos recreativos saltando con el pie derecho. Juegos recreativos saltando con ambos pies.
2 El regate 35'	Regate libre en espacio reducido de 20x20. Cada niño debe defender su balón y a la vez tratar de sacar del área de juego los balones de sus compañeros. Finaliza cuando quede un solo jugador. Se repite varias veces. Los niños deben conducir por todo el sector y si se topan a un compañero deberán realizar un regate, evitando perder el balón o chocar alternando el regate con la pierna menos hábil.
3 Vuelta a la calma 10'	Juegos pre deportivos. Se divide el equipo en 4 grupos, se juega el balón con las manos, el equipo ganador es el que cumpla con las reglas que asigna el entrenador. Estiramiento.

Tabla#5

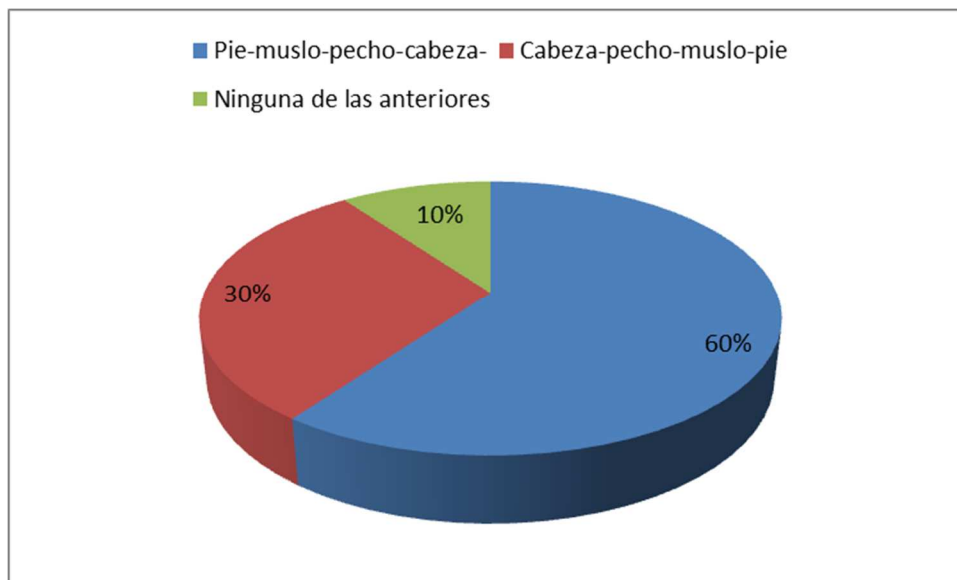
Microciclo: Desarrollador	Objetivo: Enseñar y demostrar los golpes del balón con la cabeza, borde izquierdo, borde derecho y frontal.
Intensidad: Baja	Volumen: Repeticiones
Día: 5 Golpes del balón con la cabeza	Detalles
1 Calentamiento 15'.	Juegos recreativos con balón. Juegos recreativos con el pie derecho. Juegos recreativos con pie izquierdo. Juegos recreativos alternando ambos pies.
2 Golpes del balón con la cabeza 35'.	En parejas con un balón el niño frente al otro, el que tiene el balón lo sostiene lo más arriba que pueda, el compañero debe saltar hasta lograr tocarlo con la cabeza. Cambiar de posición cuando el entrenador lo indica. Cabeceo dentro de un aro colocado a 3 metros de distancia del niño, estos aros ubicados en diferentes sectores de la cancha. Cabeceo en pareja con desplazamiento. Cabeceo en pareja con el niño ejecutor recibiendo de espalda.
3 Vuelta a la calma 10'.	Se toma el balón con la mano bota y se intenta eliminar los conos tirando el balón, se divide el grupo en 2 equipos cada uno defendiendo los conos de su equipo. El equipo ganador es el que logre defender más conos. Estiramiento.

3. Presentación y discusión de los resultados

1. Señale cuál de las siguientes secuencias utiliza usted para la enseñanza de la recepción del balón.

Tabla 2. Secuencia para la enseñanza de la recepción.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Pie-muslo-pecho-cabeza	6	60
Cabeza-pecho-muslo-pie	3	30
Ninguna de las anteriores	1	10
TOTAL	10	100



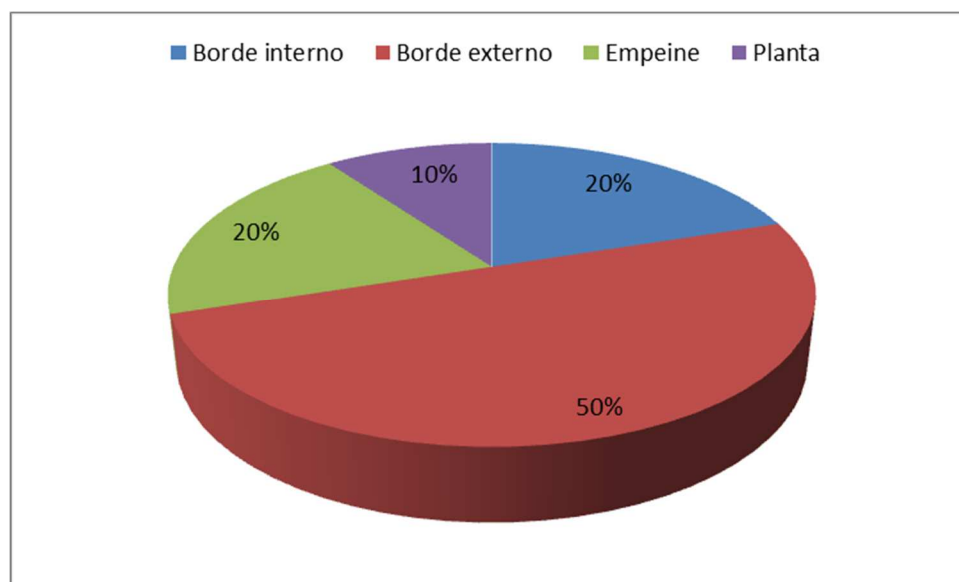
Según los encuestados, el 60% dice utilizar la metodología pie-muslo-pecho-cabeza, el 30% cabeza-pecho-muslo-pie, y el 10% ninguna de las anteriores.

Estos datos concuerdan con lo que plantea (Rivas, 2013) señala que la practica con frecuencia desde un patrón determinado.

2. Seleccione uno o varios de los siguientes tipos de recepción del balón con el pie considera usted que los niños tienen mayor dificultad.

Tabla 3 Recepción del balón con el pie.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Borde interno	2	20
Borde externo	5	50
Empeine	2	20
Planta	1	10
TOTAL	10	100

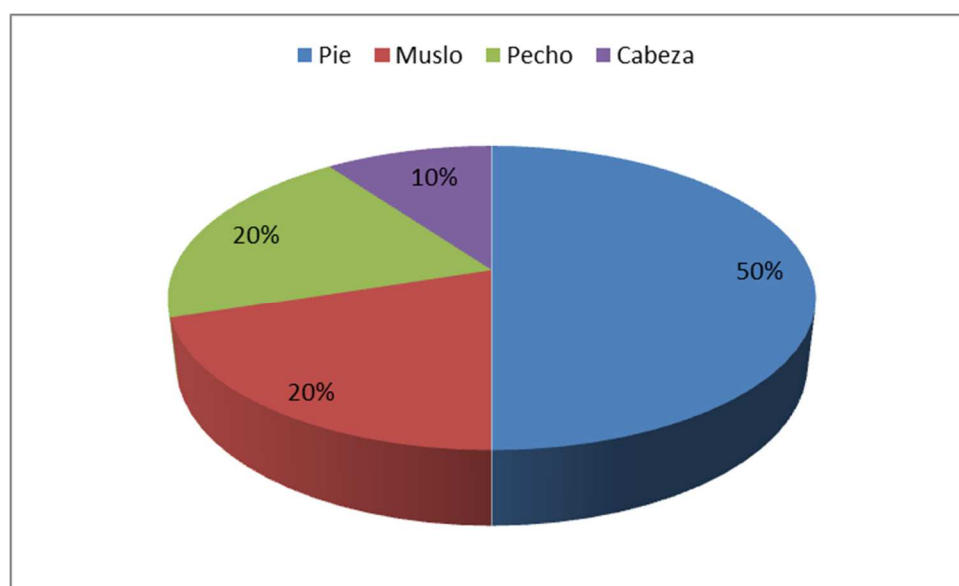


Según los encuestados los niños tienen mayor dificultad para recepcionar el balón con el borde externo un 50%-borde interno 20%-empeine 20%-Planta 10% estos resultados reflejan el conflicto que tiene el niño para lograr el dominio del balón con el borde externo, siendo así concuerda con lo que plantea (Rivas, 2013) este elemento técnico es poco requerido en las acciones de juego, la mecánica de recepción es compleja, sin embargo existen deportistas que lo dominan sin complicación, lo que hace que el acto se vea como lujo en la cancha.

3. Cuáles de los siguientes tipos de recepción presenta usted mayor dificultad para la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol.

Tabla 4 tipos de recepción con mayor dificultad de enseñanza.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Pie	5	20
Muslo	2	50
Pecho	2	20
Cabeza	1	10
TOTAL	10	100

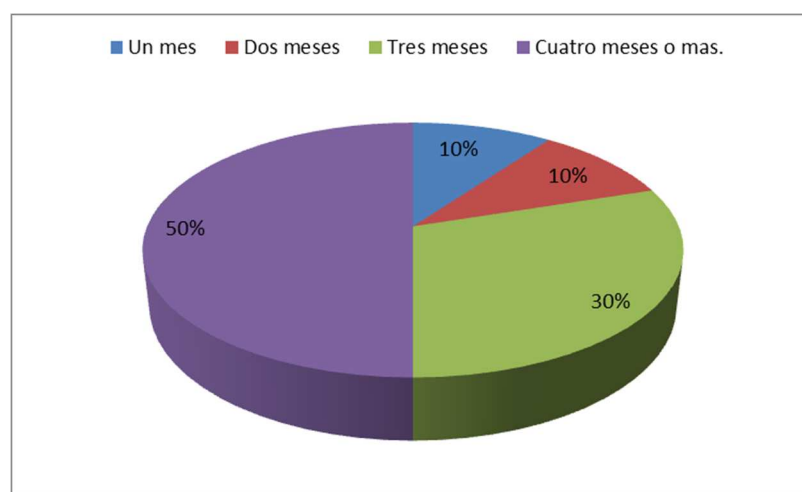


Según los resultados de los entrenadores encuestados dicen que tienen mayor dificultad en la enseñanza de la recepción en los niños con el Pie 50%-Muslo 20%- Pecho 20%- Cabeza 10% a esto hace reseña (Gutierrez, 2011) que la recepción con el pie es más compleja debido a la práctica individual de cada borde del pie.

4. Que tiempo de su entrenamiento emplea para la enseñanza de los diferentes tipos de pases.

Tabla 5 Tiempo de empleo para la enseñanza de los pases.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Un mes	1	10
Dos meses	1	10
Tres meses	3	30
Cuatro meses o más .	5	50
TOTAL	10	100



Según el resultado de los entrenadores encuestados el 50% emplean cuatro meses o más en la enseñanza de los diferentes tipos de pases, el 30% tres meses, 10% dos meses, 10% un mes. De tal forma que el tiempo dedicado a la enseñanza de los diferentes tipos de pases es extenso, así como lo plantea (Gutierrez, 2011) “Las técnicas para realizar pases son fundamentales para el buen juego. El alcance del juego se ve limitado si un jugador no es capaz de acertar un pase a un compañero, patear el balón con efecto alrededor de los adversarios, o pasar el balón por encima de una barrera de defensores. Resulta extremadamente difícil mover el balón en el medio campo si no se cuenta con buenas técnicas para realizar pases. Su equipo debe dedicarle **mucho tiempo al desarrollo de las técnicas** para realizar pases”.(p.98)

5. Cuáles de las siguientes falencias presentan sus alumnos en las formas de conducir el balón.

Tabla 6 falencias que presentan alumnos al conducir el balón.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Golpeo fuerte del balón	2	20
El balón y el pie conductor van muy juntos	1	10
Mirada baja al trasladar el balón	3	30
Todas las anteriores	4	40
TOTAL	10	100

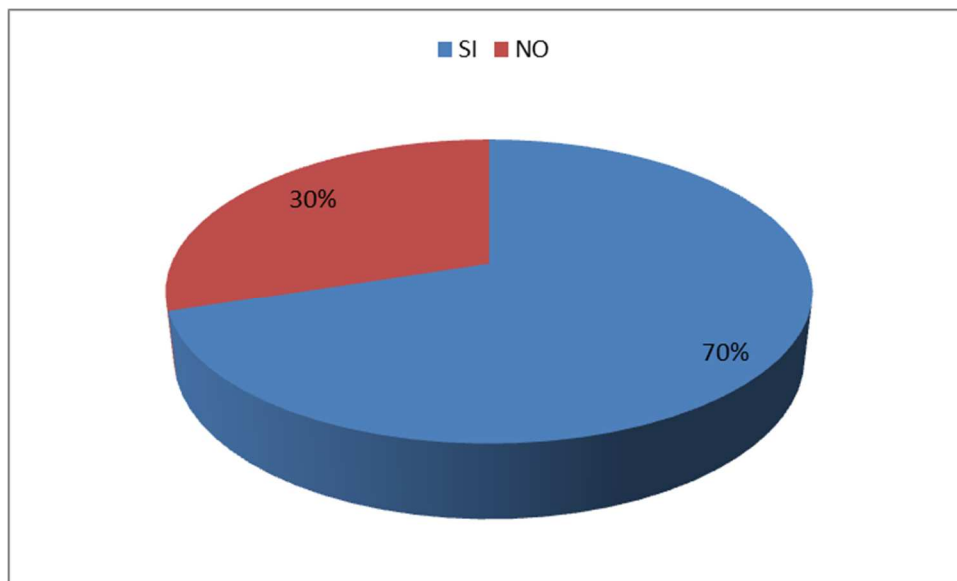


De tal manera los resultados que dieron los entrenadores encuestados fueron el 10% el balón y el pie conductor van muy cerca-20% el golpeo al balón es muy fuerte-30% tiene la mirada baja al trasladar el balón y el 40% todas las opciones anteriores. Ahora bien (Sanz & Fratalrolla, 2009) hace referencia ante esto añadiendo que “En edades tempranas, se tiene que enseñar al jugador a como se hace una conducción pero también cuando se tiene que realizar. Esto para un entrenador tiene que ser básico para evitar una excesiva conducción en edades más adultas.”(p.21)

6. ¿Considera usted que a los niños les cuesta dominar el balón?

Tabla 7 Complicidad en el dominio del balón de los niños.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	70
NO	3	30
TOTAL	10	100

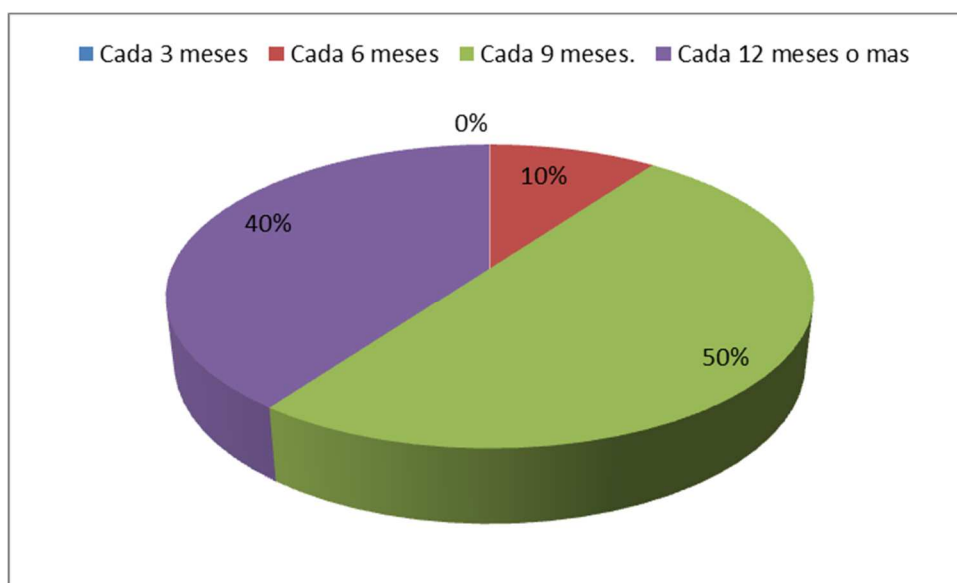


Según los resultados de los entrenadores encuestados, otorgan el 70% si-30 no les cuesta a los niños el dominio del balón, de tal manera que esto encaja con lo que define (Alguacil, 2008) que “El proceso de aprendizaje, debe comenzar desde edades muy tempranas para que los chicos puedan ir descubriendo cómo reacciona el balón, y como tienen que ir comportándose cuando tienen la posesión.”(p.56) es por ello que la práctica de este elemento técnico debe de ser tomado en cuenta en la iniciación deportiva del niño.

7. ¿Con que regularidad actualiza usted su estrategia de enseñanza?

Tabla 8 Actualización de estrategia de enseñanza de los entrenadores.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Cada 3 meses	0	0
Cada 6 meses	1	10
Cada 9 meses.	5	50
Cada 12 meses o mas	4	40
TOTAL	10	100

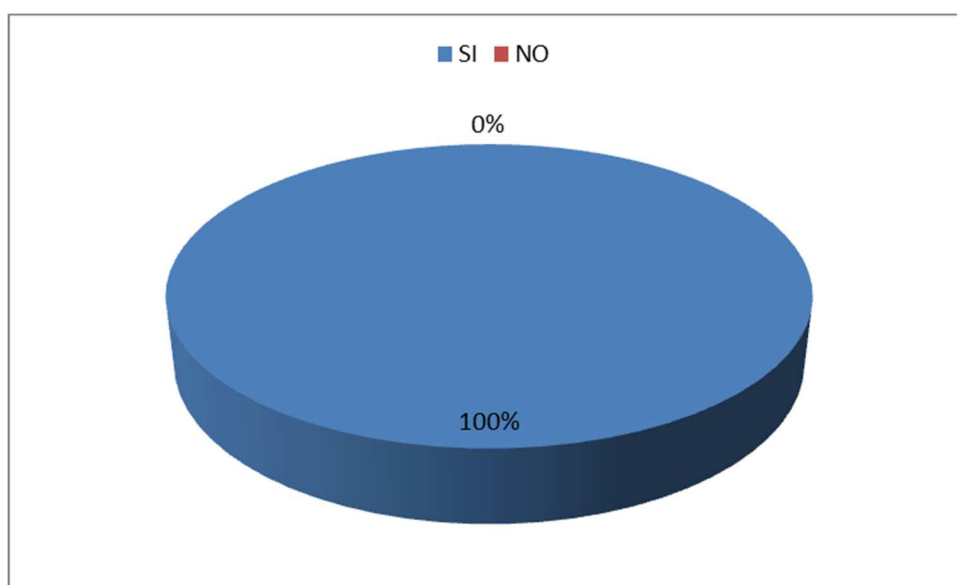


Según los resultados de la regularidad con la que actualizan la estrategia de enseñanza los entrenadores del Club Astillero constan con el 0% cada tres meses- 10% cada 6 meses- 50% cada nueve meses y 40% cada doce meses o más.

8. ¿Le gustaría recibir recomendaciones para mejorar su enseñanza del fútbol?

Tabla 9 Entrenadores que le gustaría recibir recomendaciones.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	100
NO	0	0
TOTAL	10	100

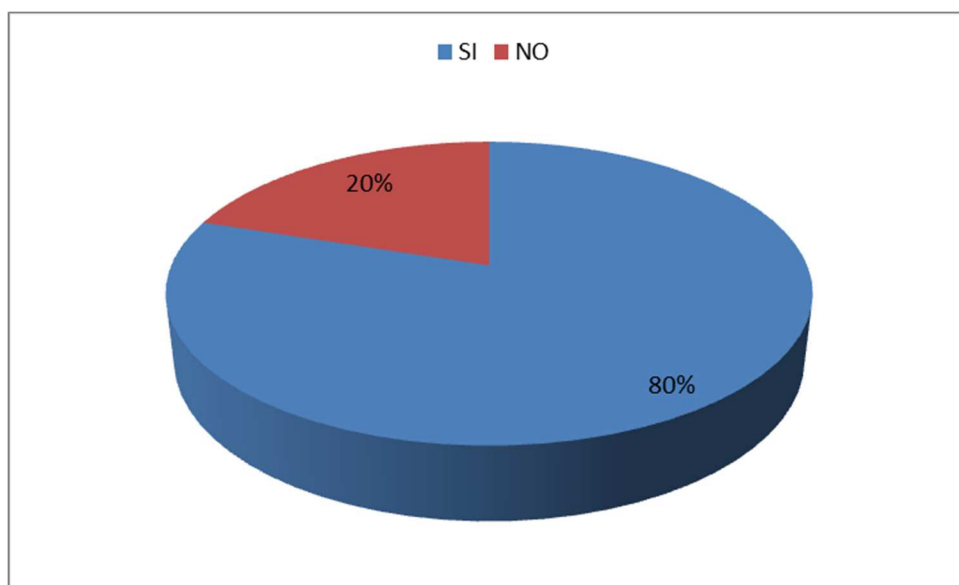


Siendo así los resultados de los entrenadores que les gustaría recibir recomendaciones para mejorar la enseñanza en el fútbol, el 100% de ellos afirmaron que desean actualizar sus métodos de enseñanza en las prácticas de fútbol.

9. ¿Utiliza usted la técnica de repetición para la enseñanza de los fundamentos básicos?

Tabla 10 uso de la técnica de repetición en la enseñanza de los fundamentos básicos.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	80
NO	2	20
TOTAL	10	100

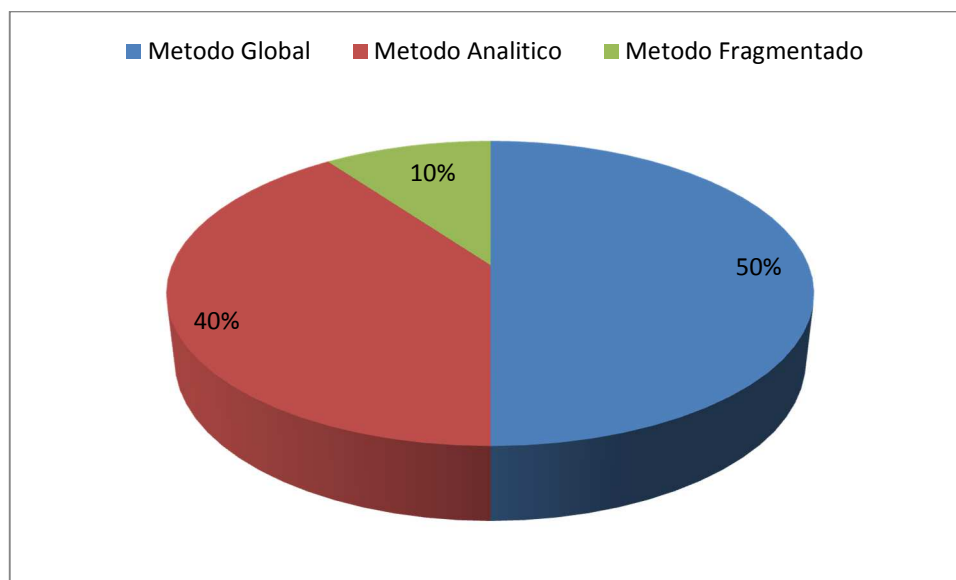


Según los entrenadores encuestados que usan la técnica de repetición en la enseñanza de los fundamentos básicos dieron como resultado el 80% Si y el 20% No. De tal modo que estos resultados concuerdan con lo que añade (Anaya, 2015) que “en el proceso de enseñanza del futbol se rige de una actualización constante de los métodos y técnicas de enseñanza.”(p.98)

10. ¿con que frecuencia entrena usted cada fundamento técnico del futbol?

Tabla 10 repeticiones necesarias usadas por los entrenadores

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Permanente	5	50
Mensual	3	30
Semanal	1	10
Diario	1	10
TOTAL	10	100

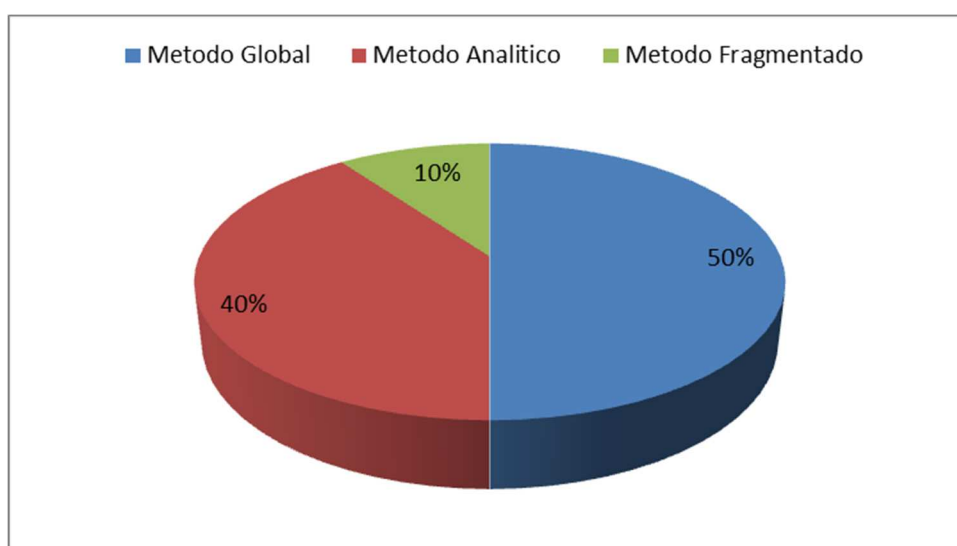


Según los entrenadores encuestados que consideran necesarias una cantidad de repeticiones para el dominio de un fundamento técnico dio como resultado el 50% diez repeticiones- 30% Quince repeticiones- 10% veinte repeticiones- 10% veinticinco o más repeticiones. Esto concuerda con lo que define (Peña A. C., 2003) que “La correcta práctica de la misma logra que el niño obtenga la capacidad de resolver las diferentes acciones que se presentan en el juego por medio de un recurso motriz y coordinativo eficaz. Es decir, es el instrumento básico que el niño necesita dominar con fluidez para desenvolverse de forma individual en el campo, de lo contrario es imposible desarrollar cualquier planteamiento táctico, estratégico entre otros.”(p.87)

11. ¿Cuáles de los siguientes métodos utiliza usted con mayor frecuencia para la enseñanza de los fundamentos básicos?

Tabla 11 resultado de los métodos utilizados con mayor frecuencia por los entrenadores para la enseñanza de los fundamentos básicos.

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Método Global	5	50
Método Analítico	4	40
Método Fragmentado	1	10
TOTAL	10	100



En un 50% de los entrenadores encuestados usan con mayor frecuencia el método global para la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol. Un 40% hacen uso del método analítico y el 10% se le otorga a los que usan el método fragmentado. Estos resultados concuerdan con lo que puntualiza (Bascon, 2011) que “Cada uno de los métodos tiene sus ventajas e inconvenientes didácticos, sin embargo, todos ellos ocupan un lugar importante en el entrenamiento del fútbol moderno y no se puede concebir un entrenamiento actual sin la aplicación de alguno de ellos.”(p.18)

Discusión de los resultados

La enseñanza predominante para el fundamento técnico de recepción del balón con los pies es la de pie, muslo, pecho, cabeza, sistema que es producto de la enseñanza tradicional que es aplicada con frecuencia por los entrenadores empíricos sin embargo los niños tienen mayor dificultad con la recepción del balón utilizando el borde externo, ya que es un elemento técnico de ejecución compleja al igual que el borde interno que tiende a tener problemas en su mecánica de recepción, presenta dificultad en la enseñanza de los entrenadores al instruir la adecuada acción con el pie ya que su práctica debe de ser individual siguiendo cada borde del pie.

El tiempo de empleo que toma cada entrenador para la enseñanza de los diferentes tipos de pases es esencial, resulta complicado mover el esférico sino consta de las técnicas necesarias para pasarlo, es por ello que el tiempo requerido para su enseñanza es de cuatro meses o más.

Ahora bien la conducción es una acción técnica con falencias usuales como golpear fuerte el balón o al momento de trasladarlo el pie conductor y el esférico van muy juntos así como la mirada baja al conducirlo de un lado a otro. Considerando que los niños tienen complicidad al dominar el balón los entrenadores actualizan su estrategia de enseñanza cada nueve meses aceptando que les gustaría recibir recomendaciones para mejorar sus métodos de enseñanza en el fútbol, afirmando que hacen uso de la técnica de repetición para la enseñanza de todos los fundamentos básicos.

De tal forma que consideran que diez repeticiones por fundamento son necesarias para el dominio de cada uno de ellos obteniendo la capacidad de resolver las diferentes acciones que se presentan en el juego, utilizando con mayor frecuencia el método global y el método analítico su respectiva enseñanza.

4. Conclusiones

- Los entrenadores del Club Astillero Jr basan su enseñanza en metodologías netamente empíricas es por ello que, no le dedican el tiempo recomendado para la enseñanza de cada uno de los fundamentos técnicos del futbol. Excluyen el uso de los materiales didácticos requeridos para la adecuada enseñanza en la iniciación del futbol, de tal forma que retrasan el desarrollo de las capacidades en sus entrenamientos.
- Los entrenadores del Club Astillero Jr. Necesitan actualizar constantemente sus métodos de entrenamiento para adquirir nuevos conocimientos pedagógicos. De tal forma que la enseñanza debe de ser tomada de carácter altamente educativa con la finalidad de crear futuros campeones
- A los entrenadores del club astillero Jr. Necesitan hacer uso de los métodos de trabajos que van de acuerdo a la edad biológica y las destrezas con el balón para que su enseñanza asumiendo el tiempo requerido logrando el objetivo del entrenamiento.
- A los entrenadores del Club Astillero crean una mentalidad limitada en el niño sin demostrarle la esencia del juego, necesitan desarrollar la voluntad de progresar como educadores deportivos. Obsesionándose con un solo modelo de juego, sistema o jugadores. Creando expectativas que van por encima de la realidad del equipo sin basar sus estrategias de acuerdo al potencial de su equipo.
- A los entrenadores del Club Astillero Jr. necesitan formarse como verdaderos psicólogos deportivos que permita detectar los problemas de

su equipo y permita ordenar prioridades de cara a la intervención posterior. Teniendo una planificación, programación y evaluación de la intervención a realizar ayudando al deportista a entrenar en diferentes ambientes que influyen en el rendimiento deportivo.

- Los entrenadores del Club de futbol Astillero Jr. necesitan conocer otras metodologías de enseñanza distintas a la tradicional. Siendo así, carecen de orientaciones claras para la enseñanza de los fundamentos básicos del futbol. Ahora bien, necesitan un enfoque constructivo y positivo en los entrenamientos para transmitir la afectividad del niño en el futbol para que su práctica sea más frecuente sometiendo las capacidades de los niños a un rendimiento inmediato con el equipo.

4.2 Recomendaciones

- A los entrenadores de futbol del Club Astillero Jr se les recomienda actualizar constantemente sus métodos de enseñanza. Hacer uso del tiempo requerido para la enseñanza de cada fundamento técnico.
- A los entrenadores de fútbol del club astillero Jr. se les recomienda que reúnan, no solo, una serie de conocimientos técnicos-pedagógicos, sino, que también posean una variedad de actitudes que favorezcan el aprendizaje futbolístico y la inserción de algunos de sus participantes en la sociedad. De tal forma, que el niño sea el eje de interés para el entrenador-educador, cuya misión principal será garantizar su desarrollo en diferentes ámbitos: deportivo, social, psicológico y educativo.
- A los entrenadores de futbol del Club Astillero Jr. Se les recomienda hacer uso de los recursos materiales necesarios para la enseñanza didáctica de cada fundamento técnico.
- Al Club Astillero Jr. se les recomienda impulsar a los entrenadores de otros clubes a recibir recomendaciones metodológicas para adecuada enseñanza de los diferentes recursos técnicos que se desarrollan en un partido de futbol. De tal forma que al organizar tardes deportivas con el fin de fomentar el deporte, el bienestar social y la confraternidad entre los deportistas, padres entre otros.
- Al Club Astillero jr. Se les recomienda fomentar por medio de charlas, talleres y seminarios las metodologías actualizadas para el entrenamiento correcto de los fundamentos básicos del futbol a todos los entrenadores locales.

- A los entrenadores del club Astillero jr. se les recomienda hacer cumplir diez funciones importantes como:
- Generar un entorno seguro para sus niños y demás participantes.
- Un entrenamiento deportivo seguro y apropiado para los niños.
- Sesiones planificadas para ver su logro progresivo.
- Seguimiento de los niños en caso de lesión o de incapacidad temporal.
- Que los niños practiquen de acorde a su edad.
- Informar a los participantes y padres sobre el riesgo y los beneficios del deporte.
- Conocimientos de primeros auxilios.
- Dictar reglas claras para el desarrollo de todas sus actividades.
- Conocer la información básica de la salud de todos sus participantes.
- Crear confianza entre el niño y el entrenador.
- A los entrenadores del club Astillero Jr. se les recomienda que entrenar de manera planificada y organizada sus entrenamientos incentivando y motivando a los niños adquiriendo con facilidad las mejoras necesarias para luego implicarlas en las acciones de juego.
- A los entrenadores del Club Astillero Jr. se les recomienda marcar objetivos progresivos en cada entrenamiento, este depende del esfuerzo que se desarrolla durante la práctica deportiva, es por ello que deben de ser progresivos es decir ir de menos a más y aumentarlos conforme se van alcanzando.
- A los entrenadores del Club Astillero Jr. se les recomienda recompensar adecuadamente el cumplimiento de objetivos incentivando y motivando a

los niños creando un entorno deportivo de atracción para todos sus participantes, de tal forma que los entrenadores deben de dar la imagen que quiera proyectar a sus niños favoreciendo su rendimiento.

Bibliografía

- Alguacil, P. (2008). *Fútbol en el Aula: Aprender Jugando*. Region de Murcia.
- ALGUACIL, P. (2008). *fútbol en el aula:aprendiendo a jugar*.
- Anaya, A. (2015). *Pedagogía del fútbol infantil*. Coyacan. México: Textitlan.
- Aranguiz, H. (2007). *Métodos de enseñanza de la educación física*. Chile.
- Bascon, M. P. (2011). *La iniciación deportiva*. 3.
- Benarroch, G. (2010). *EntrenadordeFútbol*. Recuperado el 2017, de <http://entrenadordefutbol.blogia.com/2011/033001-tecnica-individual-el-golpeo-con-el-pie..php>
- Blanco, J. (noviembre de 2014). *javi blanco*. Obtenido de <http://fcojavierblancobenitez.blogspot.com/2011/05/principales-metodos-de-ensenanza-en.html>
- Blázquez, D. (1995). *Iniciación a los deportes en equipo*.
- Cano, F. (2008). El entrenamiento en la iniciación al fútbol: ¿pedagogía analítica o pedagogía global? *Efdeportes*, 1-12.
- CONADE. (15 de febrero de 2006). *ened.conade*. Obtenido de http://ened.conade.gob.mx/documentos/ened/sicced/13_feb_06/FUTBOL_N1/CAPITULO_8.pdf
- CORSINO, P. E. (2001). *salud medica*. Obtenido de <http://www.saludmed.com/CsEjerci/FisioEje/Entr-Intr.html>
- Cratty, B. J. (1983). *Desarrollo perceptual y motor en los niños*.
- González & Contreras, I. j. (2015). *El concepto de iniciación deportiva en la actualidad*.
- Gutierrez. (2011). *Técnica . Fútbol Sesión.*, 23.
- Haro, T. V. (2006). *metodología de la enseñanza basada en la implicación cognitiva del jugador del fútbol base*.
- Jimenez, j. y. (2007). *características del fútbol y del futbolista infantil* . Colombia: Funámbulos Editores Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación.
- LA84Foundation. (2008). *Manual de entrenamiento de fútbol. fútbol total*, 286.
- Marín, F. (2013). *El fútbol como herramienta pedagógica*. Antioquia.
- Martens. (1989). *coach guide to sport psychology*.
- Pacheco, R. (2004). *El entrenamiento y enseñanza del fútbol*. PAIDOTRIBO.
- Peña, A. C. (2003). *Proceso de Enseñanza-Aprendizaje del fútbol*. Murcia.
- Peña, M. A. (2003). *Proceso de Enseñanza Aprendizaje del Fútbol*. Gizarte eta Erakunde Harremanetarako Departamentua.
- Peña, M. A. (2011). *Fútbol Castellano*. Gipuzkoako Foru Aldundia.

- Pereni, M. B. (2002). *Futbol a Balon Parado*.
- Pérez, P. D. (FEBRERO de 2009). *efdeportes.com*. Recuperado el 2016, de <http://www.efdeportes.com/efd129/el-entrenamiento-deportivo-conceptos-modelos-y-aportes-cientificos.htm>
- Rivas, M. (2013). *Guía Didáctica de la enseñanza de la técnica*.
- Rivera, T. (1994).
- Ruiz. (1998).
- Sánchez, P. d. (29 de 12 de 2012). Obtenido de www.sesionesdeentrenamiento.com
- Sans, A. (2000). *Entrenamiento en el futbol base*.
- Sanz & Fratalrolla, A. c. (2009). *Los fundamentos del fútbol*. barcelona, España: CSSsport.
- SICCAD. (2009). Manual para el arbitro del futbol asociacion. *fundamentos tecnicos del futbol asociacion*, 21.
- TAMEK. (2015). *Blogia*. Obtenido de <http://entrenadordefutbol.blogia.com/2011/033001-tecnica-individual-el-golpeo-con-el-pie..php>
- Toledo, R. (2008). *Técnica de los deportes*. Obtenido de <http://ultimatreal.blogspot.com/2008/11/ftbol-los-golpeos.html>
- Varela, J. M. (2011). *Futbol facilisimo*. Obtenido de <http://www.futbolfacilisimo.com/2011/05/golpeo-de-balon.html>
- Vasquez, F. (1981). *Futbol: Conceptos de las Técnica*. Madrid-España: Librería deportiva "Esteban Sanz".
- Wein, H. (1995). *Futbol a la medida del niño*.