



**UNIVERSIDAD CENTRAL "MARTA ABREU" DE LAS VILLAS
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA**

TRABAJO DE DIPLOMA

**ESTRUCTURA DE ENSEÑANZA - ENTRENAMIENTO PARA LOS JUGADORES
DEL EQUIPO DE FÚTBOL 12 Y 13 AÑOS DEL MUNICIPIO DE ZULUETA**

Autor: Liosvel Hernández Goya.

Tutor: Dr. C. Antonio de la Caridad Lanza Bravo.

2017

Dedicatoria

A mis padres

Agradecimientos

A mi tutor por sus orientaciones en el desarrollo del trabajo de diploma, su desempeño y exigencia.

A los entrenadores de Fútbol del municipio de Zulueta, por el apoyo brindado en el desarrollo de la investigación

A mis compañeros del equipo de Villa Clara de 1ra. Categoría de Fútbol.

A los jugadores de Fútbol el equipo 12 - 13 años de Zulueta.

A todos aquellos que me brindaron apoyo para la realización de este trabajo de investigación.

A todos.

MUCHAS GRACIAS

Resumen

Dadas las limitaciones identificadas en el proceso de la enseñanza y el entrenamiento en los jugadores de Fútbol de 12 - 13 años del municipio de Zulueta se orienta el objetivo de la investigación a proponer una estructura que permitirá la enseñanza y el entrenamiento de los jugadores de este equipo para contribuir a mejorar su preparación deportiva., se emplearon métodos del nivel teórico, empírico y matemático-estadísticos, así como el criterio de especialistas. La estructura diseñada, se distingue por unir un programa de entrenamiento de 14 semanas en la que se garantiza perfeccionar los elementos técnicos y tácticos con una periodización simple que garantizará la preparación final para la competencia principal. Se brindan requerimientos metodológicos para su puesta en práctica. La implementación efectuada en el equipo de 12 - 13 años del municipio de Zulueta, ofreció valoraciones positivas acerca de la aplicación de la propuesta. Las conclusiones y recomendaciones generalizan los principales resultados obtenidos en el proceso de investigación.

	Pag.
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA ENSEÑANZA Y ESTRUCTURAS DE ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL	7
1.1 La Táctica en el Fútbol.	7
1.2 La enseñanza en el Fútbol	8
1.3 Estructuración del entrenamiento deportivo	15
CAPITULO II MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS EN LA INVESTIGACIÓN	20
CAPÍTULO III ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.	23
3.1 Recomendaciones metodológicas para el entrenamiento de los jóvenes talentos.	23
3.2.Fundamentación escrita del programa de enseñanza	31
3.3 Valoración de la estructura de entrenamiento propuesta	37
CONCLUSIONES	41
RECOMENDACIONES.	42
BIBLIOGRAFÍA.	43
ANEXOS.	

INTRODUCCIÓN

Es extremadamente significativo el avance operado a nivel mundial por el deporte, lo que obliga a que los atletas desde edades tempranas comiencen la práctica de las actividades físicas y el deporte para la adquisición de un mejor desarrollo físico y rendimientos tempranos.

El fútbol constituye uno de los deportes que contribuyen en mayor medida al desarrollo integral del hombre. Precisamente dadas las características dinámicas del fútbol moderno podemos decir que es una actividad variable, de elevada potencia en las acciones técnico-tácticas y de un complejo y sistemático calendario competitivo, es por esto que se necesita profundizar desde el punto de vista científico, en diferentes aspectos que posibiliten el proceso de planificación y enseñanza eficiente.

Los modelos de enseñanza han variado bastante en las últimas décadas. Con las ciencias aplicadas al deporte, se han obtenido conocimientos que ayudan al diseño y desarrollo de este proceso y contribuyen a que este se realice con mayor eficiencia. De esta manera, particularmente, el fútbol se ha convertido en objeto de estudio y de problemática científica, generándose investigaciones de las que aplicando sus resultados permitirían un mejor desarrollo de su práctica.

Hoy en día es muy normal decir que los juegos deportivos o deportes de equipo se diferencian sustancialmente de los deportes individuales en múltiples aspectos. Pero, este principio, no siempre fue tan evidente para la Teoría del Entrenamiento, la que durante muchos años ha elaborado planteamientos extrapolando concepciones y métodos de trabajo de especialidades individuales a los deportes de equipo.

En la misma línea, producto de una concepción analítica de los Deportes de Equipo, en el aspecto técnico se establecieron modelos concretos y muy

específicos en cada deporte, que daban respuesta a cada una de las situaciones planteadas en el juego.

Al estar el rendimiento en los Deportes Individuales condicionados fundamentalmente por los factores de ejecución del actor motor (técnica y condición física), buena parte de los planteamientos aplicados a los Deportes de Equipo son consecuencia directa de una predominancia total en la Teoría del Entrenamiento de los aspectos biológicos, sobre una concepción más global que incluya pertinentemente los factores perceptivo - cognitivos que caracterizan y dominan los deportes de colaboración-oposición.

La correcta dirección de este proceso de enseñanza desde su inicio deberá estar en correspondencia con las características del deporte en cuestión, la preparación técnico-táctica, la psicológica, física y teórica deben constituir un sistema único a partir de las potencialidades desarrolladas en cada etapa del proceso.

En nuestra provincia se han realizado investigaciones dirigidas en este sentido, entre ellas podemos citar la tesis presentada por el Dr. Navelo (2001) encaminada a la enseñanza de los elementos técnico-tácticos en el Voleibol y la propuesta realizada por Pino (2005) quien propone bloques para la enseñanza en el Fútbol a partir de los juegos en terreno reducido, en este mismo sentido Stable (2016) presenta un tratamiento metodológico para la táctica defensiva del fútbol en las edades de 10-11 años a partir de diferentes tipos de juegos con una propuesta constructivista.

Sin embargo aunque en diferentes publicaciones se trata este tema, en el Fútbol solo aparecen recomendaciones para el diseño de situaciones de enseñanza y no se llega a proponer una alternativa para integrarlas en un plan anual de entrenamiento.

Con el presente trabajo, pretendemos acercarnos a lo que consideramos es una necesidad en el entrenamiento del fútbol en la categoría 12 – 13 años en el momento actual en nuestro municipio, especialmente en su proceso formativo. pues el plan propuesto pretende principalmente, la enseñanza y el entrenamiento

partiendo de la realidad del juego y cuyo objetivo prioritario será el entendimiento del mismo.

En la discusión de la estrategia de nuestra provincia de Villa Clara para el próximo cuatrienio se señalaron como debilidades diferentes aspectos que han venido afectando los resultados del Fútbol escolar de nuestra provincia, lo que ha motivado que en el cuatrienio pasado nuestros equipos escolares hayan estado limitados en la obtención de altos resultados las categorías escolares.

El municipio de Zulueta es uno de los que más jugadores talentos promueve a la EIDE provincial, sin embargo en entrevistas informales realizadas a los entrenadores nos refieren la presencia de diferentes debilidades las que también se manifiestan en la provincia, entre estas debilidades señaladas se destacan las siguientes:

- Inadecuado nivel técnico – metodológico y profesional de los entrenadores a nivel de base.
- No utilización de métodos de enseñanza y entrenamiento actualizados
- Deficiencias en selección y matrícula a los centros de alto rendimiento
- Insuficiencias en promoción de atletas escolares a selecciones nacionales

Todos estas debilidades han influido en los resultados obtenidos por los equipos escolares de nuestra provincia en el último cuatrienio, sin embargo entre ellas se destacan las 4 primeras que son causa de que los jóvenes jugadores del municipio de Zulueta presenten dificultades al ser seleccionados para ingresar en nuestro centro de alto rendimiento o posean un nivel técnico-táctico inadecuado.

En el análisis del Macro ciclo de entrenamiento del equipo de 12 y 13 años del municipio luego de los juegos escolares provinciales del pasado curso los entrenadores consideraron que los objetivos propuestos se habían cumplido en un alto % sin embargo habían existido dificultades en la preparación y que las mayores se veían centradas en el trabajo técnico táctico y otros aspectos como la carencia de balones etc. no permitió lograr un alto nivel competitivo en el equipo. Esto se había visto materializado en la etapa competitiva donde la imprecisión de

las acciones técnico tácticas en situaciones claves influyeron en especial la actuación técnico – táctica del equipo.

En años anteriores se comprobó que la utilización de los juegos en terreno reducido organizados en “Bloques de enseñanza” era un medio eficaz para desarrollar la táctica del juego de Fútbol y a la vez perfeccionar la técnica de los diferentes elementos en jugadores de 12 y 13 años (Pino 2004), se hace entonces necesario lograr la introducción de estos bloques de enseñanza técnico-táctica en el plan de entrenamiento de los equipos de esta categoría, para lograr eliminar las deficiencias encontradas.

Todo lo anterior determina la **situación problemática** enmarcada en la Insuficiencias en el nivel de desarrollo técnico y táctico de los jugadores escolares de fútbol de 12 - 13 años de Zulueta, lo que nos conduce a plantear el siguiente Problema Científico.

Problema Científico:

¿Cómo superar las insuficiencias en el orden técnico y táctico que poseen los jugadores escolares del área deportiva de fútbol de Zulueta

El objeto de estudio. Se enmarca en: La preparación técnica y táctica de los jugadores escolares de fútbol de 12 - 13.

Hipótesis

La interconexión entre un Programa de enseñanza en sucesión con un Macro ciclo de entrenamiento para el equipo 12–13 años de Zulueta, permitirá superar las insuficiencias técnicas y tácticas así como el buen funcionamiento del juego del equipo para la competición.

Objetivo General:

Diseñar una estructura de enseñanza - entrenamiento para los jugadores del equipo de Fútbol 12 y 13 años del municipio de Zulueta, a partir de la unión de un programa de enseñanza y un macro ciclo de entrenamiento

Objetivos Específicos:

1. Determinar los fundamentos teóricos que sustentan las estructuras de entrenamiento y los métodos que se proponen para la enseñanza de la preparación técnica y táctica en los jóvenes talentos de Fútbol.
2. Elaborar una estructura de enseñanza entrenamiento para el equipo de Fútbol 12 y 13 años del municipio de Zulueta
3. Valorar la influencia provocada por la aplicación de la estructura de enseñanza entrenamiento diseñada

Luego de reflejar el problema científico que aborda la investigación, así como sus objetivos e hipótesis de trabajo consideramos oportuno precisar algunos conceptos que son fundamentales en nuestra investigación, entre ellos podemos ver.

Estructura de entrenamiento. Está reflejada por el orden relativamente estable de la unión de los contenidos de la preparación y de sus componentes (partes, aspectos y eslabones), por la sucesión determinada de las distintas labores del proceso de entrenamiento (períodos, etapas, ciclos etc.) y la correlación lógica de los parámetros de la sobrecarga.

Periodización del entrenamiento. Teoría propuesta por el ruso Matveev (1968) el autor considera que la temporada de entrenamiento debe dividirse en diferentes períodos y etapas. Las causas que provocan estos cambios periódicos del proceso de entrenamiento están dadas por las regularidades del desarrollo de la forma deportiva. (Adquisición, mantenimiento y pérdida temporal)

Macro ciclo de entrenamiento. Ciclo grande (Anual o semestral) de entrenamiento que consta de los siguientes 3 períodos que se corresponden con las fases de adquisición de la forma deportiva, Preparatorio, de competición y de transición en el que se encuentran integrados los ciclos más pequeños (meso y microciclos). Responde lo anterior al principio del carácter cíclico del entrenamiento propuesto por Matveev.

Programa de enseñanza. Estructura de organización de la enseñanza en las categorías de iniciación. Lleva incluida en su planificación diferentes etapas de

trabajo en las que deben estar reflejados sus correspondientes objetivos y tareas en las que se tratan los diferentes contenidos de la preparación. Este programa de enseñanza se caracteriza por tener volúmenes e intensidades generalmente constantes en sus diferentes etapas, en las cuales no aparecen las regularidades de la forma deportiva descritas por Matvevv.

En el desarrollo de la investigación se puso en práctica un diseño pre-experimental o con control mínimo y se aplicaron diferentes métodos de investigación, entre ellos: Histórico-lógico, Analítico-sintético, la observación estructurada y participante, medición, el criterio de expertos y la encuesta, así como diferentes métodos estadísticos matemáticos.

Los resultados obtenidos por la presente investigación reflejan un hecho novedoso en la estructuración del entrenamiento en las categorías escolares, en especial en nuestra provincia permitirán establecer posibles regularidades en la planificación del proceso anual de entrenamiento en los equipos escolares de Fútbol de los municipios, que presentan por los general las mismas dificultades en el inicio de su entrenamiento.

CAPITULO I FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DE LA ENSEÑANZA Y ESTRUCTURAS DE ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL

I.1 La Táctica en el Fútbol

La táctica en el Fútbol consiste en la elección de la ejecución motriz más adecuada en cada situación. Ante cualquier situación de juego, primeramente se ve qué sucede, a continuación se examina esa situación y, por último se decide entre las posibilidades que se tiene, la más adecuada. Ante las situaciones que se plantean en el juego de Fútbol, cada jugador deberá responder de una u otra manera. La efectividad o rendimiento del juego reside en elegir de todas posibilidades de respuesta la más idónea que se presentan.

Según las funciones de los jugadores Castelo, J. (1999) asegura que la táctica estructural de un equipo futbolístico está condicionada por una dimensión estática y una dinámica. El mismo autor considera como dimensión estática al sistema de juego o dispositivo táctico, a la colocación de los jugadores en el campo. La misma es representada numéricamente (4-4-2, 4-5-1, 4-3-3), las cuales sirven para ordenar y equilibrar los espacios de terreno, marca los desplazamientos y acciones que deben realizar los jugadores, así como su coordinación para los posibles relevos. Por dimensión dinámica se entiende las funciones, acciones y tareas tácticas distribuidas entre los practicantes.

En cuanto a la táctica del Fútbol, se considera que serán los acontecimientos entorno al móvil, compañeros y contrarios que se suceden durante el evento (un encuentro o partido de competición) y las pertinentes acciones motrices que se realizan para ser superior al contrario, tanto cuando tenga el móvil como cuando no lo posea. Terry, C.E. (2008).

Más reciente y fundamentado en el componente psicológico Martinó, (2012) plantea que la táctica del Fútbol es la expresión de la personalidad del deportista que se caracteriza por establecer el sentido y el significado del comportamiento del deportista en función del o de los objetivos de juego, al ubicarse en el contexto dinámico de la acción y como consecuencia producir un modo de acción táctico para lograr el éxito de su actuación o la del equipo, utilizando las destrezas,

hábitos y habilidades relacionadas con la técnica o los recursos motores del mismo.

Observando los aspectos que definen el concepto de táctica en el Fútbol, se puede decir que los aspectos medulares se mantienen, aunque comienzan a aparecer elementos distintivos como: el móvil o balón y la personalidad.

Además los conceptos tienden a ser pocos operativos en la práctica, carecen de elementos importantes, como: planificación, factores internos y externos, que influyen en la actuación deportiva y no incluyen los otros componentes de la preparación deportiva.

La táctica del juego de Fútbol según Buitrago, H.Y., Martín, O. y Domínguez, M. (2012) se ha desarrollado de forma continua e ininterrumpida haciendo posible hoy en día, un juego más racional, en lo cual ha contribuido la variación de las reglas del juego, la modernización de los métodos de entrenamiento y el aumento del nivel técnico.

I.2 La enseñanza en el Fútbol

Es una problemática vigente en nuestro país la actualización de los métodos de enseñanza, especialmente en los juegos deportivos. Esto ocurre producto de la transferencia que se ha producido del modelo clásico dirigido fundamentalmente a la enseñanza de la ejecución técnica y utilizado inicialmente en los deportes psicomotrices o individuales y aplicado posteriormente en los deportes de cooperación oposición.

En este sentido diferentes autores han considerado como materia de estudio los diferentes criterios de clasificación de los deportes centrando su atención y esfuerzos en clarificar, ordenar y sistematizar las distintas modalidades deportivas con propósitos fundamentalmente metodológicos. Las constantes innovaciones en el mundo físico-deportivo y las aportaciones de nuevas perspectivas y concepciones del deporte han propiciado en algunos casos el reajuste de las clasificaciones ya existentes y, en otros han suscitado nuevas investigaciones en busca de criterios para la estructuración del deporte.

Partiendo de la clasificación de Parlebás (1988), los autores Blázquez y Hernández Moreno (1994) incorporaron dos elementos nuevos para desarrollar el grupo correspondiente a los deportes de equipo que se juegan en un espacio estandarizado: el uso del espacio y la forma de participación. De esta manera, trataron de dar respuesta a ciertas lagunas presentadas por las anteriores clasificaciones del deporte que, basadas en el número de participantes, sostenían tres categorías: deportes individuales, deportes de combate y deportes de equipo. Hernández propone en su obra la siguiente taxonomía:

1. Deportes psicomotrices o individuales,
2. Deportes de oposición,
3. Deportes de cooperación
4. Deportes de cooperación/oposición.

Este modelo tradicional o clásico se fundamenta en el aprendizaje de las técnicas con balón, (golpear, cabecear, etc), y producto de las repeticiones dirigidas solo al ámbito motriz de la ejecución, deja a un lado el desarrollo de un pensamiento táctico productivo y creador. Esta forma de enseñanza está compuesto por lo general de dos etapas, según Arpad Csanadi (1968) podemos verla en la siguiente forma:

I. Fase de enseñanza individual

- Enseñanza del elemento técnico con balón aislado del contexto de juego
- Ejercicios técnicos compuestos combinando varios elementos.
- Enseñanza de la táctica de los elementos. (Táctica de conducción etc.)

B. Fase de enseñanza colectiva

- Realización de acciones tácticas en ataque.
- Realización de acciones tácticas en defensa.
- Juego total.

En este modelo de enseñanza se considera que el dominio de la ejecución de los elementos técnicos permitirá ya su aplicación en las acciones de ataque y defensa. Y que esto es posible sin haber pasado por un aprendizaje en situaciones reales o semejantes al juego y sin la oposición de adversarios.

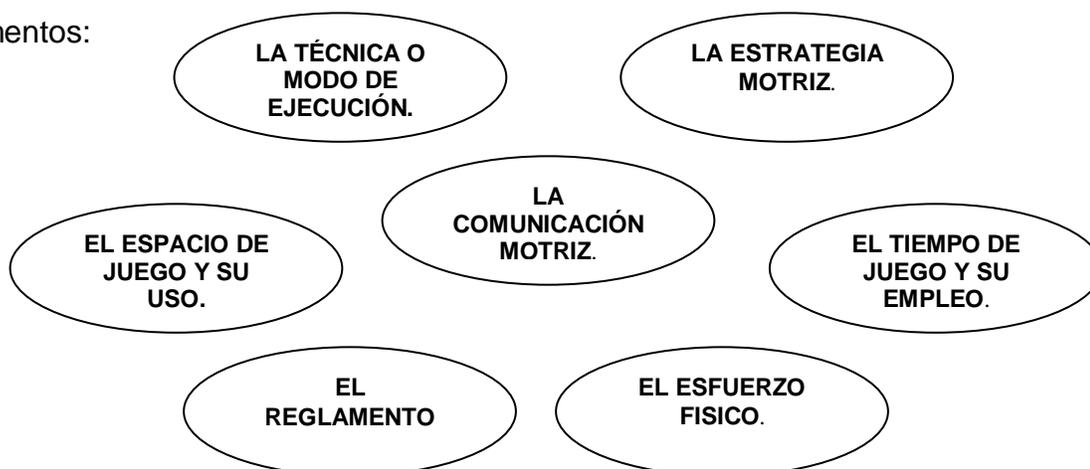
Es importante además señalar que este aprendizaje de las acciones tácticas de ataque y defensa en la 2da fase, se realiza en muchas ocasiones mediante la ejecución de situaciones tácticas construidas y creadas por el profesor de acuerdo con sus experiencias prácticas, las que son repetidas por los jugadores.

La enseñanza de la técnica mediante la Instrucción Directa se apoya en una enseñanza centrada en el profesor, masiva y analítica. Consiste en proporcionar la información directamente al alumnado, ya sea por medio de la palabra, por una demostración, o mediante algún soporte visual.

Esta corriente se concreta en la repetición de ejercicios aislados que progresan en dificultad y complejidad, con objeto de que el aprendiz consiga una correcta ejecución técnica; posteriormente una vez dominados los fundamentos técnicos de dicho deporte se desarrollan los aspectos tácticos tanto individuales como colectivos.

Los detractores de esta corriente argumentan que el entrenador elimina la posibilidad de una toma de conciencia por parte del alumno del momento, lugar y razones de la utilidad de los gestos técnicos en juego. La tachan de ser excesivamente mecanicista y de proporcionar un aprendizaje carente de significado y ausente de individualización.

En esta dirección al analizar las consideraciones realizadas por Hernández Moreno (1994) acerca del análisis de la estructura que configura los deportes, determinando su lógica interna y el desarrollo de las acciones de juego. Vemos que este autor considera que esta estructura está determinada por los siguientes elementos:



Es obvio que solo se tiene en cuenta en el aprendizaje clásico el indicador referente a la técnica de ejecución. Se caracteriza esta estructura funcional en los deportes de cooperación oposición entre otras cosas por su incertidumbre, la variabilidad de las situaciones y muy especialmente por la constante toma de decisión, elementos que tampoco aparecen en el citado modelo de enseñanza.

Otro aspecto a destacar es la ausencia del aprendizaje del juego sin balón, es necesario señalar en este sentido que en los jugadores de Fútbol de máximo nivel el tiempo de posesión del balón no supera los 4 minutos, por lo que en más de 85 minutos las tomas de decisión estarán dirigidas a la realización de acciones y desplazamientos sin balón, las que pueden verse en apoyos ofensivos, coberturas defensivas, ocupación racional de los espacios etc. habilidades que tampoco se desarrollan en la enseñanza clásica, provocando que posteriormente en la realización de los juegos el profesor o entrenador tenga que orientar constantemente desde las líneas de banda los desplazamientos para lograr la correcta ubicación en el espacio de juego.

En este sentido el modelo tradicional está lejos de promover el pensamiento táctico, la creatividad, la toma de decisión y la adaptabilidad a las situaciones cambiantes, propias de un deporte como el fútbol. En esta línea de argumentación cabe citar a Wein (1995) cuando dice: "Haber dado prioridad a la técnica ha impedido a muchos jóvenes entender a el juego en sus aspectos más básicos, demostrando en el juego una evidente imposibilidad de aplicar lo aprendido anteriormente, por haberlo hecho en situaciones aisladas".

En dirección opuesta al modelo anterior aparecen los modelos alternativos o centrados en la táctica, estos se caracterizan por la utilización de un aprendizaje relacionado desde el inicio con el contexto real del juego garantizando que el alumno participe activamente en la adquisición de las habilidades. En este caso el proceso es inverso al anterior, ya que va de la táctica a la técnica, apoyándose en situaciones reales del juego mediante un proceso de búsqueda.

Los modelos alternativos buscan superar las desventajas de la concepción tecnicista, poniendo el énfasis en el componente táctico, de modo que,

recomiendan los juegos, formas jugadas, juegos simplificados y modificados o situaciones de entrenamiento que representen pequeñas escenas de juego; así se le brinda un lugar en el entrenamiento a los procesos cognitivos implicados en la acción (pensamiento, percepción, análisis y solución mental) y el jugador aprende por la confrontación activa y exploratoria con el entorno real de juego.

El aprendizaje de la técnica mediante los métodos de Búsqueda o Indagación surge como una tendencia más globalizadora y activa, en la que prevalece la atención al proceso y el aprendizaje mediante ensayo-error. Los autores que propugnan esta técnica argumentan que su aplicación incide especialmente en el aspecto cognitivo.

El proceso es inverso al anterior, ya que va de la táctica a la técnica, aprovechando el contexto real de juego. El educador propone juegos simplificados para la comprensión de las estructuras comunes a los deportes de equipo. Tras analizar el juego y los posibles errores técnico-tácticos del alumno, incluye otros juegos para su corrección. Se suele criticar que los aspectos técnicos pasan a un segundo plano, lo que provocaría niveles técnicos más bajos y retrasos en los aprendizajes.

Algunos autores consideran dirigir la enseñanza desde el inicio hacia los principios comunes, la toma de decisión y los aspectos reglamentarios, para otros esto es demasiado exigente desde un inicio y plantean como imprescindible el desarrollo de un nivel determinado de habilidad motriz antes de incluir las tácticas y estrategias de enseñanza.

Este modelo pone gran atención al componente táctico, apoyándose en ocasiones en juegos que se modifican para lograr la aparición marcada de determinado principio o fundamento táctico, de manera que se logre la aplicación de la técnica con variabilidad y en función de la interpretación de la situación estratégica existente.

Morcillo (2000) al analizar los fundamentos teórico-prácticos para la creación de situaciones de enseñanza-entrenamiento en el fútbol considera que la comprensión del juego se basa en los pequeños juegos de equipo que

representan de forma más o menos reconocible pequeñas escenas de juego y que en la didáctica de estas situaciones adquiere sentido la aplicación de reglas con el objetivo de reforzar un aprendizaje.

Méndez Jiménez (1999) refiriéndose a la enseñanza alternativa o centrada en la táctica, hace referencia a que se deben plantear en los juegos reducidos problemas que el alumno debe tratar de resolver para perfeccionar sus ejecuciones y que mediante esta enseñanza de búsqueda y el planteamiento de problemas se va centrando la atención del alumno en la naturaleza problemática que deseamos abordar.

En este contexto debe considerarse el esquema de trabajo que propone Domingo Blázquez, (1998) quien propone la utilización de juegos y formas jugadas y una vez realizada la acción durante el juego, se pasa a reflexionar sobre el resultado, para comprender los principios tácticos comunes a los deportes de equipo. Trata de ayudar a los alumnos a reconocer los problemas, a identificar y generar sus propias soluciones y a elegir la mejor entre ellas, estas consideraciones concuerdan con la secuencia que propone:

1ra. fase: Juego global, dar algunas reglas y jugar inmediatamente.

2da. fase: Parar después de unos minutos de juego, reunión y discusión entre los jugadores.

3ra. fase: Volver a la práctica del juego, aplicación de las decisiones del equipo.

4ta. fase: Parar, explicación de las decisiones, los logros y los defectos.

5ta. fase: El profesor propone juegos o modificaciones.

6ta. fase: Juego durante 15 o 20 minutos más. (Blázquez, 1986)

Desde la perspectiva de enseñanza de la autor centrada en la táctica, hemos excluido de nuestra propuesta las formas jugadas que, si bien podrían mejorar los requerimientos técnicos, son demasiado analíticos, o se desarrollan en ausencia del contexto de juego inherente a todos los deportes de cooperación oposición. Por tanto, nos hemos centrado en los juegos en que la oposición directa es una

constante, pues sin duda, es una considerable fuente de motivación a cualquier edad.

Para autores como Greháigne y Godbout (1995) la esencia de los deportes de equipo consiste en una relación de oposición, es decir, cada uno de los dos equipos debe coordinar sus acciones para recuperar, conservar y mover el balón hasta llegar al área de marcaje y conseguir un tanto.

Como se ha comentado, no se ignora la técnica, sino que se da prioridad a los fundamentos tácticos. Una vez que el alumno llega a apreciar la necesidad de una técnica determinada dentro del contexto de juego, se explicará y entrenará para su dominio.

Una de las características de los juegos deportivos en escolares es el excesivo protagonismo de unos (los más dotados) y el desentendimiento de otros, mediante la utilización de ciertas reglas, el reparto de los papeles será más equitativo y se aumentarán las oportunidades de una participación más igualitaria, sin perder de vista los lucimientos personales de los primeros, y apostando por la consecución de pequeños logros de los segundos.

Luego de este análisis podemos concluir que los métodos de enseñanza del juego de Fútbol deben estar dirigidos a:

- 1.- No limitarse a la utilización de una enseñanza analítica separada del contexto real del juego.
- 2.- Buscar situaciones de enseñanza en las que se vean contenidos acciones o fragmentos de juego en las que exista toma de decisión en situaciones de cooperación oposición.

Nuestra alternativa consiste simplemente en aplicar la idea de utilizar juegos en terreno reducido, como actividad básica de trabajo en el proceso de enseñanza de los fundamentos y principios que sustentan el funcionamiento técnico-táctico del juego de fútbol.

I.3 Estructuración del entrenamiento deportivo.

Las décadas comprendidas entre el 1950 y 1970 son consideradas como de los modelos tradicionales de planificación del entrenamiento deportivo. Son destacados en esta etapa autores como Ozolin (1983), Harre (1963) y las investigaciones de Matveev (1983) que culminan con una Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo en la que se profundiza ampliamente entre otros aspectos en la periodización del entrenamiento así como en sus principios, destacándose entre ellos:

- ❖ La unidad de la formación General y Especial.
- ❖ El carácter continuo del proceso del entrenamiento.
- ❖ El aumento progresivo y máximo de las cargas de entrenamiento.
- ❖ La variación ondulatoria de las cargas.
- ❖ El carácter cíclico del proceso de entrenamiento.

La periodización por su parte estaba fundamentada en que el atleta tiene que adquirir, mantener y perder temporalmente la forma deportiva, lo que debía coincidir con los períodos del entrenamiento, de aquí se desprenden los períodos Preparatorio, Competitivo y de Tránsito. El período preparatorio está compuesto por dos etapas, una de Preparación General y otra de Preparación especial.

La preparación general crea bases para la adquisición de la forma deportiva, está caracterizada por un entrenamiento multilateral con un alto volumen y una intensidad disminuida.

La preparación especial crea las condiciones para la adquisición inmediata de la forma deportiva, caracterizada por la utilización de medios de preparación especial con un incremento de la intensidad

Según criterios de Matveev la integridad del proceso de entrenamiento se asegura sobre la base de una determinada estructura, la cual está representada por un orden relativamente estable de unión de sus componentes, por la correlación

lógica de uno con el otro y la sucesión general. En este caso esta puede verse caracterizada por los aspectos siguientes:

- **El orden de los distintos aspectos del contenido de la preparación** (componentes de la preparación).
- **Las correlaciones de los parámetros de la sobrecarga** de entrenamiento, (volumen e intensidad) así como también de la sobrecarga de entrenamiento y competición.
- **La sucesión determinada de distintos labores del proceso de entrenamiento** (sus partes etapas, períodos y ciclos) que son fases o etapas del proceso dado y que manifiestan su modificación normal en el tiempo.

Esta estructura puede verse en dos manifestaciones, “estática y dinámica” a ellas haremos referencia a continuación:

La manifestación estática de la estructura de entrenamiento es verla dividida de forma separada en sus períodos, etapas y ciclos

El aspecto dinámico se observa en la verdadera dinámica del proceso de entrenamiento, en la forma en que van modificándose sus contenidos a medida que se va transcurriendo de una fase a otra, en la alternación de fases de trabajo y descanso que aparecen durante la sucesión de las diferentes etapas del entrenamiento.

En general la estructura del entrenamiento, está condicionada por la correlación de los factores internos y externos del desarrollo del grado de entrenamiento, por sus enlaces e interacciones lógicas.

Actualmente existen diferentes concepciones sobre cuál estructura del entrenamiento es mejor, es que todas ellas parten de la periodización del entrenamiento deportivo (como ya hemos planteado) propuesta por inicialmente por el ruso L. Matveiev, desde los años 60.

Para Forteza (1999) la planificación es la organización de todo lo que ocurre en las etapas de la preparación del deportista. Es a su vez el sistema que interrelacionan los momentos de preparación y competencia. En esas breves

palabras está implícito el problema actual de la planificación para el rendimiento deportivo.

Consideramos que esta realidad actual constituye un reto para los entrenadores, pues hoy día planificar es sistematizar en un documento de organización los momentos de preparación y competencia de forma tal, que el deportista siempre se encuentre más o menos dispuesto al rendimiento competitivo. Es por eso que la “estructuración” del entrenamiento deportivo, es hoy día, una de las principales condiciones para obtener un resultado deportivo en cualquier deporte.

Para Forteza y Ribas (1988) una perfecta estructuración del entrenamiento, garantiza no solo la obtención de resultados a nivel mundial, sino además procura asegurar la longevidad deportiva de nuestros atletas.

La forma más comúnmente concentrada de la preparación de los deportistas, es la organización del entrenamiento a través de períodos y etapas. Basado en los ciclos de la supercompensación, creados por el austríaco Hans Seyle, Matveev ideó la periodización del entrenamiento, apoyado en evaluaciones estadísticas del comportamiento en atletas de diversas modalidades deportivas de la ex Unión Soviética, en las décadas de los años 50 y 60.

Esta periodización fundamentaba la premisa de que el atleta tiene que construir, mantener y después perder relativamente la forma deportiva a lo largo de los grandes ciclos anuales de entrenamiento según Matveev, (1983).

De esta forma, la periodización del entrenamiento deportivo puede ser entendida como una división organizada del entrenamiento anual o semestral de los atletas, en la búsqueda de prepararlos para alcanzar ciertos objetivos establecidos previamente obtener un gran resultado competitivo en determinado punto culminante de la temporada deportiva, o sea, obtener la forma deportiva a través de la dinámica de las cargas de entrenamiento ajustadas a su punto máximo en ese momento (Dick , 1988, Mc Farlane, 1986).

Estas tres fases, de adquisición, mantenimiento y pérdida temporal de la forma deportiva se transforma en un ámbito más general, en los tres grandes períodos

del entrenamiento deportivo, a saber: período preparatorio, competitivo y transitorio (Ozolín, 1989) o sea:

- El período preparatorio es relativo a la adquisición de la forma deportiva.
- El período competitivo es relativo al mantenimiento de la forma deportiva y
- El período de tránsito es responsable por la pérdida temporal de la forma deportiva.

Al referirnos al término planificación del entrenamiento debemos tener en cuenta los criterios de Brüggemann, D. y Albrecht, D. (1993) quienes señalan que la planificación sistemática previa siempre debe constituir la base del diseño del entrenamiento y debe estar ligada directamente con los respectivos objetivos del entrenamiento y contener una concepción metódica.

Por otra parte el Gran Diccionario Enciclopédico (1981), citado por Godik y Popov define la planificación como “establecimiento del orden de ejecución de un programa de actividades, diferenciándolo del término programación, definido como establecimiento de un plan de ejecución de actividades. Como hemos podido comprobar, el concepto planificación tiene dos puntos claros de referencia:

- La importancia de la previsión del trabajo,
- La flexibilidad del mismo, ya que debe adaptarse continuamente a la variabilidad de las situaciones con que nos encontramos a lo largo de la temporada.

En esta dirección Ulatowski (1980) considera que la planificación se basa en:

1. El plan debe estar apoyado en supuestos reales y posibles de alcanzar.
2. La planificación no puede ser considerada como un slogan, sino como una obligación del entrenador de ajustar su tarea al programa.
3. El plan ha de ser exacto, basándose en datos cuantitativos y cualitativos y señalando los medios necesarios para conseguir los fines propuestos.
4. El plan ha de estructurarse de forma que su sencillez y claridad descarguen al entrenador de las formas burocratizadas de trabajo, permitiéndole estar más en contacto con los entrenados, trabajando así de manera más eficaz y racional.

5. La función de los planes de entrenamiento consiste en crear indicios para la dirección del entrenamiento.

Por tanto, podemos concluir que la realización práctica del entrenamiento no es producto de la espontaneidad ni resultado del azar, sino que es el proceso reflexivo previo de lo que se va a trabajar.

Para finalizar decidimos señalar algunas de las conclusiones del curso FIFA para instructores de Fútbol Base celebrado en Colombia por el Instructor FIFA Gabriel Calderón en el año 2003, las que consideramos coinciden plenamente con la concepción teórica en la cual se desenvuelve la presente tesis: (Calderón 2003)

- Hay que meter el fútbol de la calle en el entrenamiento
- No se puede jugar fútbol sin enseñarles a los niños a pensar. Por tal motivo a los niños no se les debe decir siempre como deben resolver los problemas que se le presentan.
- Los entrenamientos deben ser integrales, se debe entrenar las diferentes técnicas orientadas hacia el juego en sí. En una sesión de entrenamiento puede haber, dominio, conducción, regate, pase, cabeceo, tiro a puerta.
- Hay que hacer un entrenamiento lo más simple posible, solo piense en jugar (Ya en el juego tiene que estar preocupado por los adversarios para colocarles ejercicios complicados en el entrenamientos que no tienen relación con el fútbol)
- Los niños en estas edades se deben entrenar con ejercicios y juegos que tengan el mayor número de contactos. Y si empiezan en edades tempranas van a tener una ventaja sobre los que comienzan tarde
- Debemos tener claro las progresiones la planificación, organización, y progresión del entrenamiento del fútbol base
- En el fútbol base debemos formar para progresar.
- En el fútbol base el entrenamiento y el fútbol deben ser en condiciones reales.

CAPÍTULO II MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS EN LA INVESTIGACIÓN:

En la investigación se puso en práctica un diseño pre-experimental o con control mínimo utilizando un grupo experimental al que se le aplicó el sistema de influencias determinado por la organización de la estructura del plan de entrenamiento.

Se utilizó en la investigación la observación estructurada y participante para controlar la evolución del rendimiento del equipo en las competencias preparatorias. El objetivo de la observación fue controlar la influencia provocada por los bloque de juegos incluidos en el programa de enseñanza, se determinaron las variaciones en el funcionamiento del sistema de juego en dependencia del resultado del control del modelo tipo de juego.

En este caso se utilizó la guía de observación propuesta por Garganta y Pinto y adaptada por Ruiz y Reina (2003), (Anexo 1) en esta se clasifica características observables del juego y se determinan 10 aspectos, entre ellos Dimensión predominante, orientación de juego, ocupación del espacio, etc. estas características se ordenan en 5 niveles de juego.

Este protocolo de observación se utilizó periódicamente en los juegos de entrenamiento realizados con otros equipos y de control con equipos de otros municipios. Se observaron un total de 17 juegos entre los meses de octubre y abril. Estos estuvieron repartidos en la siguiente forma.

ETAPA	MESES.	SEMANA	JUEGOS.	CANT.	TOTAL
1	Octubre Noviembre	5 y 8	Entrenamiento	3	3
2	Diciembre	12 y 14	Competencia clasificatoria	2 2	4
3	Febrero	23	Placetas Caibarién	3 2	5
4	Abril	29 y 30	Santa Clara Manicaragua	2 3	5

Encuesta: Para obtener los criterios de los especialistas acerca de la posible utilización de la estructura de entrenamiento. (Anexo 2)

Medición. Se utilizó para controlar los resultados obtenidos en los test pedagógicos en el Pre-test y post-test al equipo sometido al sistema de influencias. Las mediciones se realizaron al inicio y final de la realización del programa de enseñanza. Los test realizados fueron los siguientes:

Conducción 2 x 15 metros. El objetivo de la prueba es medir la habilidad del jugador de Fútbol para conducir el balón entre obstáculos.

Zigzag con conducción. El objetivo de la prueba es medir la Resistencia anaeróbica de los jugadores de Fútbol en condiciones especiales.

Dominio del Balón. El objetivo es controlar la habilidad de los jugadores para controlar el balón.

La carrera de la milla. (1609 m.) El objetivo de la prueba es controlar el desarrollo de la resistencia aeróbica de los jugadores.

Carrera 20 metros. El objetivo de la prueba es controlar la capacidad de aceleración en cortas distancias.

Análisis documental Para determinar las características de las estructuras de entrenamiento utilizadas en el Fútbol en la etapa de iniciación se realizó inicialmente un análisis de documentos, estudiando diferentes textos y artículos en los que se trataba con profundidad el tema de estudio.

Métodos teóricos: Fueron utilizados tanto en la construcción de la estructura de entrenamiento así como en el análisis de los resultados de las observaciones y los test, así como en el análisis del resultado de la encuesta sobre los criterios acerca de la valoración de la estructura: Se utilizaron los métodos siguientes:

Histórico-lógico: Se establecieron los antecedentes y la evolución de las estructuras de planificación y los programas de enseñanza en el Fútbol escolar.

Analítico-sintético: Con el objetivo de descomponer el proceso de la organización del entrenamiento en sus principales elementos e integrarlos determinando sus características generales.

Inductivo-deductivo: Mediante el análisis de lo particular a lo general del objeto de estudio se establecieron posteriormente generalizaciones.

Se utilizó el **criterio de especialistas** para obtener las consideraciones acerca de la posible utilización de la estructura de entrenamiento diseñada. A estos especialistas seleccionados se les aplicó una encuesta con el objetivo de conocer sus criterios sobre la estructura de entrenamiento propuesta.

Se emplearon métodos estadísticos matemáticos para procesar la información obtenida de las mediciones, observaciones y criterio de expertos. Se utilizaron el cálculo porcentual, análisis descriptivo y de distribución de frecuencias de aparición, así como la comparación estadística de muestras pareadas, lo que estuvo en dependencia de la normalidad de los resultados obtenidos. El nivel de significación prefijado fue de 0,5

La población objeto de estudio fue la correspondiente al equipo de 12 y 13 años de Fútbol del municipio de Zulueta. Con el objetivo de realizar las observaciones y valorar la estructura de entrenamiento diseñada, mediante un muestreo intencional se seleccionó de una muestra a 3 especialistas. (Anexo 3)

Para la selección de los especialistas tuvimos en cuenta que las personas que fueran seleccionadas cumplieran determinados requisitos especiales para ser consideradas como tal. Los requisitos fueron los siguientes:

- Años de experiencia como entrenador de Fútbol (10 años como mínimo).
- Haber tendido experiencia de entrenamiento con categorías escolares en el alto rendimiento, específicamente las edades planteadas en nuestro estudio.
- Ser graduado de Licenciatura en Cultura Física.
- Haber tenido experiencia como jugador en diferentes niveles competitivos (experiencia práctica).

CAPITULO III ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.

Tradicionalmente, se conoce con el nombre de iniciación deportiva el período en el que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes. (Blázquez, 1986). Deseamos comenzar este acápite analizando el concepto de iniciación deportiva, Si bien, es un concepto ampliamente definido en la bibliografía especializada (1986; Blazquez, 1986; Hernández Moreno, 1986) y en el que el común denominador lo constituye aceptar que es un proceso cronológico en el transcurso del cual un sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una actividad físico deportiva,

Recomendaciones metodológicas para el entrenamiento de los jóvenes talentos.

En la página Web www.laflofutbol.com.ar al referirse al fútbol de iniciación se considera que no ha sido el deporte el que se ha adaptado al niño, sino el niño al deporte reflejando que, más que un conjuntos de técnicas, los deportes de equipo son ante todo un juego, y que olvidar este planteamiento es desconocer las leyes del aprendizaje.

Se refleja que no es suficiente que la enseñanza esté basada en una progresión de técnicas cada vez más complejas sino que se debe tener en cuenta en todo momento al juego y al jugador como realidades inseparables.

Y al referirse a su escuela de Fútbol opinan que el trabajo en ella debe ser guiado por el siguiente principio: iniciar al juego del fútbol a través del propio juego, lo que logrará que los diversos gestos técnicos y los comportamientos tácticos puedan ser introducidos a través de juegos. En este caso la actuación del profesor en el desarrollo del juego y la secuencialidad de los mismos harán que el niño se sitúe progresivamente ante nuevas dificultades y problemas que debe resolver.

Según Leali (1994), a partir de esta edad (10-12 años) es que comienza la fase auténticamente razonadora (surgimiento del espíritu crítico), gracias a la cual se desarrolla la posibilidad de seguir ejemplos bien apropiados. Así pues, a la actividad instintiva de años anteriores se une ahora la reflexiva.

La capacidad de concentración del niño muestra entonces una notable inestabilidad (los niños tienen tanta necesidad de movimiento que resultan inoportunas las largas explicaciones). Los niños reclaman, además, variaciones en el contenido y en los métodos del ejercicio a realizar. El juego deberá constituir siempre la parte esencial de sus sesiones de entrenamiento, siendo una exigencia vital para ellos.

La generalidad de los autores refieren la importancia de la enseñanza partiendo de situaciones próximas al juego, es por esto que se hace tan necesario como obvio, destacar la importancia del entorno de enseñanza - entrenamiento. Un entorno futbolístico no próximo al juego, a menudo también conduce a resultados de juegos irreales.

Los autores Morcillo y Moreno (2000) llegan a la conclusión de que el comportamiento de juego del futbolista sólo se puede entender de forma global, que depende de la situación y en el cual los factores técnica, táctica, físicos y psíquicos aparecen con características diferentes pero siempre juntos y que por lo tanto también se ha de enseñar en sus manifestaciones globales.

Brüggeman y Albrecht (1995) coinciden considerando que la nueva didáctica del juego se base en las situaciones de enseñanza- entrenamiento, a través de pequeños juegos reglamentados y sitúan como ventajas:

- Situación compleja de aprendizaje, similar a la competición.
- Se pueden enseñar y entrenar de forma relativa aspectos abandonados bajo una estrategia analítica. Un ejemplo es “el momento sorpresa como medio táctico”.
- Las correcciones se realizan en juego con la ventaja comprensiva que ello supone.
- Mayor aprovechamiento del tiempo al disminuir el tiempo de dedicación exclusiva al entrenamiento de aspectos físicos o técnicos por separado.
- Motivación. Condición importante en el juego real, se observa en el logro de la victoria, en la consecución o evitación del gol, etc.

- Y sobre todo, la posibilidad de aprender entendiendo el juego. Saber ofrecer una buena y correcta ayuda al compañero, ya sea en ataque o en defensa, va a ser tan relevante para el juego como un pase ejecutado adecuadamente.

En artículo que trata sobre una propuesta metodológica para la iniciación al Fútbol se consideran como objetivos de la iniciación los siguientes: (www.entrenadores.info)

- Objetivo General: Ofrecer oportunamente la formación básica de los fundamentos de esta práctica deportiva de modo que constituya un vivero de valiosos elementos para el joven futbolista en general.
- Objetivos Específicos: Fundamentar y desarrollar adecuadamente en los niños sus capacidades, habilidades técnicas y estructuras motrices básicas, para la práctica de este deporte.
 - Establecer planes de trabajo y programas deportivos, para la enseñanza del fútbol en su categoría (unidades de trabajo y/o ciclos).
 - Incrementar actividades tendientes a formar deportistas íntegros que se sientan identificados y agradecidos con su formación futbolística.
 - Desarrollar las habilidades en el manejo de los controles y utilidad del balón o fundamentos técnicos básicos.
 - Fortalecimiento de la estructura corporal y funcionamiento orgánico de los niños en su iniciación al fútbol.

Para Pino y Cimarro (2002) las cualidades y habilidades técnicas y tácticas de un jugador tienen valor en la medida en que éste sea capaz de emplearlas eficazmente en el juego. Así, la preparación física del futbolista es una condición necesaria para la consecución de dichas habilidades, pero que en las edades tempranas debe realizarse una formación general y variada de las cualidades físicas del niño.

Estos autores continúan planteando que se denomina técnica al conjunto de acciones que un jugador puede realizar en contacto con el balón, pero que la formación técnica no se puede limitar simplemente al aprendizaje de los propios

gestos técnicos, sino que hay que considerar también las condiciones reales del juego, por lo tanto, la técnica y la táctica forman una unidad indisociable (el entrenamiento de la técnica siempre tiene que efectuarse en combinación con la táctica individual), son de opinión que para que un jugador manifieste un alto nivel técnico debe mejorar:

- Mecanismo perceptivo: Permite conocer qué elementos (balón, compañeros, adversarios, espacio, etc.) y de qué forma (colocación, velocidad, etc.) inciden en una situación de juego.
- Mecanismo decisional: Permite escoger con qué acción y en qué momento se intentará resolver la situación de juego analizada.
- Mecanismo de ejecución: Permite realizar de forma correcta y con la velocidad adecuada la acción escogida.

Al igual que los conceptos básicos de la técnica deben desarrollarse en esta etapa de iniciación, los conceptos tácticos fundamentales, los que deben también ser adquiridos en estas primeras edades, la justificación de lo anterior la encontramos en las opiniones de que Fratarola y Sans (1995):

- El Fútbol tiene un marcado carácter táctico, como deporte colectivo que es.
- Cualquier acción técnica o física está condicionada por aspectos tácticos.
- El niño presenta durante la etapa de iniciación una gran capacidad y motivación para adquirir este tipo de aprendizaje.
- Si no se provocan aprendizajes correctos desde el principio se adquieren hábitos incorrectos que, al automatizarse, son difíciles de modificar con posterioridad.

Así, vemos recomendados por estos autores dos tipos de contenidos tácticos a trabajar en las edades de 11 a 13 años, los que están dados en función del número de jugadores que participen en la acción:

De grupo:		De equipo:
Ataque: <ul style="list-style-type: none"> • Pase y progresión. • Paredes. • Relevos. • Jugadas de pases cortos. 	Defensa: <ul style="list-style-type: none"> • Permuta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Posicionamiento en el campo. • Estrategias a balón parado. • Defensa al hombre, mixta, etc.

La planificación en el entrenamiento de los jóvenes talentos.

Dentro de las tendencias actuales que han analizado el proceso de iniciación deportiva, existe un variado grupo de opiniones. En líneas generales, dichas tendencias se mueven, desde promover una **educación física genérica y previa** al contacto con el deporte, hasta la postura opuesta, es decir, la defensa de una **especialización deportiva específica**, pasando por una postura que se situaría en postular una **práctica polideportiva generalizada**.

Quizás producto de lo anterior, son muy escasos los trabajos de autores que reflejen estructuras de entrenamiento o enseñanza en las categorías de iniciación, la bibliografía revisada ha sido prodiga en artículos referentes a orientaciones metodológicas en estas edades, pero está limitada en cuanto a la orientación para confeccionar los ciclos anuales.

Es muy importante en este sentido la propuesta de Comesaña (2001) sobre la forma en que está estructurado el proceso formativo del jugador de Fútbol. Este autor propone las siguientes etapas:

1ª etapa	Introductoria	6 - 8 años	Recreativa
2ª etapa	Formativa	8 - 12 años	Competitiva recreativa
3ª etapa		12 - 16 años	Competitiva de rendimiento
4ª etapa		16 - 20 años	Competitiva de alto rendimiento

Considera que es en la tercera etapa (12 – 16 años) cuando aparece el inicio del deporte federado, con exigencias crecientes conforme se va avanzando en la

edad, siendo su objetivo ya el rendimiento, sin embargo precisa el autor que no se debe descuidar el aspecto formativo ya que es el objetivo principal.

El autor destaca que el rendimiento no está relacionado con el resultado competitivo sino al rendimiento fuera y dentro de la competencia, la adquisición de conocimientos técnico/tácticos y rendimiento condicional.

Por tanto, las primeras dos etapas serían una vertiente de nutrición de niños en base a un trabajo organizado para la detección de valores y posibles talentos. La tercera etapa consiste en trabajar con esas detecciones y confirmarlas. Siendo en la cuarta etapa cuando aparece entonces como objetivo consolidar y proyectar.

En la siguiente tabla se observa la propuesta para los distintos aspectos (generales y específicos) deportivos motores y condicionales en un mesociclo de cuatro semanas. Se nota inicialmente como existe un 50 % para Preparación condicional y deportiva, sin embargo es de destacar como en la preparación condicional no aparece preparación especial condicional, sino que el tiempo de trabajo está dirigido a la Preparación Física general.

Años	Objetivo	Carácter	%	Duración total	Aspecto
10 a 12	Condicional	General polivalente	50%	120'	720'
	Motor deportivo	Específico (fútbol)	50%		720'

Se ejemplifica con un mesociclo de estímulos polivalentes en el cual unido al desarrollo del deporte específico se desarrollan otros deportes, Cada sesión incluye trabajo general para el estímulo de la coordinación mediante el aprendizaje deportivo multilateral y específico (fútbol) en porcentajes iguales durante el mesociclo.

Edad	Semanas			
	1	2	3	4
8 a 10	Atletismo o Gimnasia Fútbol	Balonmano o Básquet Fútbol	Atletismo o Gimnasia Fútbol	Balonmano o Basquet Fútbol

Obsérvese que el balonmano y el basquet tienen en cuanto al aspecto espacial y táctico similitudes con el fútbol facilitando su aprendizaje ofreciendo un mejor marco perceptivo con mayores posibilidades para un mejor análisis y toma de decisión dado que se juega con las manos.

Esta tendencia del aprendizaje de varios deportes a la vez en esta etapa de formación inicial se realiza partiendo del criterio de no lograr una especialización vertical (un solo deporte) desde estas edades, varios autores consideran utilizar modelos horizontales apoyándose en varios deportes que tienen una misma estructura y lógica interna (Espacio, tiempo, táctica, comunicación etc.) o los mismos principios básicos de juego (progresar con el móvil, marcar al poseedor del móvil etc.)

Hasta los 14 años no se diferencia dentro de la preparación condicional, la preparación condicional general de la específica aprovechando para el desarrollo de esta última los momentos de entrenamiento técnico táctico y los ejercicios que gocen de especificidad dentro del aprendizaje polivalente.

Las capacidades condicionales hasta esas etapas pueden estimularse aprovechando los espacios dedicados al aprendizaje polivalente Por ejemplo la enseñanza de algunas disciplinas atléticas como la carreras de relevos con sus reglas y técnica contribuyen para el entreno de la velocidad.

De esta manera el tiempo dedicado al aprendizaje polivalente puede incluirse la preparación condicional incrementando así el tiempo de práctica de los fundamentos técnico/tácticos sin por ello desvirtuar el porcentaje de formación polivalente. Es a partir de los 15 años que se observa dentro de la preparación una discriminación entre la preparación general y la preparación específica.

Por la importancia que reviste en nuestro trabajo consideramos oportuno revisar y analizar las orientaciones metodológicas que norman la organización y estructura

de los programas de enseñanza en nuestro país (INDER 1988) las cuales nos permitieron diseñar con precisión la estructura de entrenamiento del programa.

Orientaciones metodológicas para la confección de los documentos de la planificación y control para los programas de enseñanza.

En estas orientaciones metodológicas se plantea que los programas de enseñanza han sido concebidos como menos rigor que los planes de entrenamiento, pero confiriéndoles idéntica importancia, toda vez que dichos programas son representativos de la preparación de deportistas principiantes donde existe una marcada inclinación al desarrollo de las capacidades y habilidades de carácter general y a la formación de los hábitos motores identificados con la técnica básica de los diferentes deportes.

Representación gráfica de las principales actividades comprendidas en el programa.

Esta representación aunque similar al plan gráfico de entrenamiento, carece de periodización y movimiento ondulatorio de las cargas, es decir, partiendo de que los programas deben estructurarse por semana de preparación, las cuales no se orientan al desarrollo de una forma deportiva, si no de un nivel de aprendizaje y preparación determinado, se establecen las diferencias sustanciales con el plan gráfico entrenamiento.

En los párrafos anteriores se destacan las diferencias principales entre la concepción del programa de enseñanza y el plan de entrenamiento, se nota como no se reflejan los principios del entrenamiento deportivo propuestos por Matveev para la periodización, entre ellos: la relación entre lo general y especial, no periodización del entrenamiento, no ondulación de las cargas, no adquisición de forma deportiva, haciéndolo coincidir con la estructuración del proceso formativo en el joven jugador de Fútbol visto con anterioridad.

Orientación metodológica número 26. La representación gráfica de los programas debe contener:

- a) Fecha de inicio y terminación del programa.
- b) Meses.
- c) Semanas (orden consecutivo).
- d) Actividades fundamentales.

Orientación metodológica número 27. La representación de los meses no se realiza como objetivo de planificación sino como vía cronológica que nos permita identificar las fechas para el desarrollo del programa.

Orientación metodológica número 28. Para señalar en la representación gráfica la tarea fundamental por semanas, se orienta las siguientes terminología.

Competencia fundamental CF

Competencia preparatoria CP

Tres pedagógicos TP.

Pruebas psicológicas PP.

Pruebas médicas. PM

Orientación metodológica número 29. La representación gráfica de los programas de enseñanza se realizará en un modelo que recoja todo el contenido planteado.

MODELO DE PROGRAMA.

DEPORTE _____ AÑO _____ INSTITUCION _____

CATEGORIA Y SEXO _____

NOMBRE ENTRENADOR _____

FECHA DE COMIENZO _____ FECHA DE

TERMINACION _____

ETAPAS							
MESES							
SEMANAS	1	2	3	4	5	6	7
TAREAS FUND.							

3.2 FUNDAMENTACIÓN ESCRITA DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA.

Orientación metodológica número 30. El contenido de programa escrito es el siguiente.

- Objetivos y tarea general del programa.
- Análisis individual y colectivo del nivel de aprendizaje.
- Objetivos, fechas, lugares y oponentes para diferentes competencias.
- Fechas de aplicación y tipo de pesos pedagógicos y otros tipos de pruebas.
- Definición de los métodos fundamentales a utilizar.
- Tareas educativas.
- Requerimientos mínimos para alcanzar los objetivos propuestos.
- Otro aspecto de carácter particular.

Programa de enseñanza

A continuación expondremos el programa de enseñanza diseñado con sus correspondientes Objetivos, Contenidos y tareas, así como la estructura anual propuesta para el entrenamiento del equipo de 12 y 13 años de Fútbol del municipio de Zulueta

PROGRAMA DE ENSEÑANZA TEC-TAC. (Septiembre a diciembre)

Objetivo general

Desarrollar las habilidades y capacidades mediante bloques de enseñanza tec-tac que permitan enfrentar con éxito el proceso de preparación deportiva en el macrociclo de preparación.

OBJETIVOS POR CONTENIDO DE PREPARACION.

Preparación física.

Incrementar la condición física de nuestros jugadores en aquellas capacidades que transcurren por un momento sensible de su desarrollo (resistencia aerobia, velocidad de movimientos, coordinación general y especial y la fuerza rápida.

Preparación técnica - táctica.

Desarrollar las habilidades tec –tac a un nivel que permita enfrentar con éxito el proceso de entrenamiento con el fin de obtener altos resultados competitivos.

Preparación teórica.

Garantizar en la realización de los juegos en terreno reducido el conocimiento de los conceptos técnico - tácticos que sustentan las acciones del juego de fútbol.

Preparación psicológica.

Garantizar el desarrollo de las cualidades psicológicas necesarias para enfrentar el entrenamiento en el alto rendimiento

ORGANIZACIÓN SEMANAL:

En la planificación del contenido de entrenamiento técnico-táctico solo se tuvo en cuenta los objetivos que se cumplían en los juegos en terreno reducido incluidos en los bloques de enseñanza así como ejercicios de táctica de equipo para el perfeccionamiento del sistema de juego del equipo. La organización de un microciclo semanal estuvo compuesta de la forma siguiente:

LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
Elasticidad	20´	Rapidez	20´	Rapidez	20´	Elasticidad	20´	BLOQUE	60´
BLOQUE	60´	BLOQUE	60´	P. Sistema	20´	BLOQUE	60´	P. Sistema	30´
P. Sistema	30´	R. Especial	30´	JUEGO P.	70´	Ej. de fuerza	40´	Resistencia	20´

El entrenamiento consistió en la ejercitación de los juegos que estaban contenidos en el bloque con 3 o 4 frecuencias semanales. Cada uno de estos entrenamientos técnico-tácticos tuvo 1 hora de duración en ellos se agrupaban 3 juegos que contenían diferentes objetivos, planificándose 20 minutos aproximadamente para cada juego en dependencia de la intensidad de este.

.OBJETIVOS Y TAREAS POR ETAPAS DEL PROGRAMA DE ENSEÑANZA.

ETAPA 1

Objetivos.

Iniciar el desarrollo de resistencia y fuerza.

Tareas

- 1- Realización de carreras cross de 3 a 4 Km. con intervalos de recuperación.
- 2- Utilización de deportes auxiliares que permitan el desarrollo de la resistencia aerobia
- 3- Ejecución de ejercicios de fuerzas con sobrecarga

Ejecutar juegos en espacios reducidos donde se pongan de manifiesto los principios básicos del juego ataque y defensa así como los conceptos tácticos que lo sustentan.

Tareas

1.- Realización de juegos en terrenos reducidos donde se pongan de manifiesto los principios básicos de:

- 4.1-Aplicación del juego en amplitud.
- 4.2-Desmarcaje de apoyo y ruptura en el ataque.
- 4.3-Realización de cobertura defensiva.
- 4.4-Realización de la concentración de la defensa.

2- Aplicación de los juegos en terrenos reducidos de los conceptos tácticos siguientes:

- 5.1-Mantener la posesión del balón.
- 5.2-Dominio del espacio de juego.
- 5.3-Relación entre juego corto y largo.
- 5.4- Paredes sencillas y con descargas.
- 5.5-Reconversión ataque-defensa, defensa-ataque.

Objetivos Psicológicos.

Desarrollar las cualidades de la personalidad que posibiliten el logro de una buena disposición para el entrenamiento en el alto rendimiento.

Objetivos educativos.

Dirigir el proceso de formación de valores de nuestra sociedad

Sistematizar el trabajo político ideológico en aras de fortalecer las normas de conductas.

Formar normas positivas de conductas.

Aumentar el trabajo hacia el sentimiento de amor y defensa a la patria.

Tareas

- 1- Visitas a centros históricos.
- 2- Reuniones educativas.
- 3- Charlas y conversaciones.
- 4- Cumpleaños colectivos.

ETAPA 2

Objetivos

Desarrollar la resistencia aerobia mediante ejercicios con el balón.

Iniciar el desarrollo de la velocidad y la coordinación en condiciones generales.

Tareas

- 1-Desarrollo de la resistencia mediante ejercicios técnicos.
- 2- Utilización de deportes auxiliares que permitan el desarrollo de la resistencia aerobia
- 3-Ejecución de juegos de larga duración.
- 4-Repeticiones de distancias de 20 a 40 metros en velocidad.

5-Circuitos competitivos con ejecución de coordinación general.

Ejecutar los principios del juego que requieren de una mayor movilidad y rapidez de ejecución.

Dominar los conceptos tácticos de aquellos fundamentos en lo que se manifieste las acciones que requieren de una mayor movilidad y rapidez de ejecución.

Tareas

1-Realización de principios de juegos de ataque y defensa con mayor movilidad y rapidez de ejecución.

5.1-Penetración en el juego de ataque.

5.2-Retardación defensiva del ataque.

5.3-Movilidad en la realización tec- tac.

5.4-Marcaje estrecho y a distancia.

2-Aplicación de los conceptos tácticos.

6.1-Progresión en el terreno de juego.

6.2-Repliegue defensivo.

6.3-Retrasarse a la línea del balón.

6.4-Anticipación.

Objetivos Psicológicos.

Desarrollar las cualidades cognitivas que posibiliten la calidad en la realización de las acciones técnico tácticas.

Objetivos educativos

1-Formar hábitos de laboriosidad.

2-Resaltar el papel de los valores morales por encima de los materiales.

Tareas

1- Trabajos voluntarios.

2- Asambleas educativas.

3- Charlas y debates.

4- Actividades recreativas.

5- Participar en el auto servicio.

ETAPA 3

Objetivos

Desarrollar ejercicios de velocidad en los que se manifiesten acciones técnicas con coordinación de movimientos.

Tareas

1-Ejecución de movimientos de velocidad con aplicación de elementos técnicos.

2-Realización de competencias de relevos que contribuyan a la coordinación de movimientos específicos.

Incrementar la dificultad en los juegos en terreno reducido producto del aumento de la cantidad de jugadores y de un mayor cubrimiento del espacio.

Ejecutar las tareas tec-tac en condiciones más cercanas a la competencia.

Tareas

3-Realización de acciones tec-tac en situaciones de juego con un mayor cubrimiento del espacio y la participación de la mayor cantidad de jugadores aplicando los conceptos de:

- 3.1-Improvisación en el juego de ataque.
- 3.2-Agresividad en el juego de defensa.
- 3.3-Cambios de orientación del ataque.
- 3.4-La presión defensiva.
- 3.5-Variantes de centro al área.
- 3.6-El juego horizontal y vertical.

Objetivos Psicológicos.

Desarrollar las habilidades de comunicación y contra comunicación necesarias para los deportes de cooperación oposición en el juego

Objetivos educativos

- 1-conocer como se deben comportar los atletas dentro y fuera de la competencia.
- 2-Propiciar encuentro con atletas retirados.
- 3-Propiciar conocimientos a los atletas sobre el amateurismo, profesionalismo y el dopaje.

Tareas

- 1-Debate de las noticias más importantes
- 2-Actividad en conmemoración a Julio A Mella, su vinculación al deporte.
- 3-Asambleas educativas.
- 4-Matutino especial.

ETAPA 4

Objetivos

Valorar los niveles alcanzado en los diferentes tipos de preparación.

Tareas

- 1- Realización de los segundos test pedagógicos.
 - 1-Velocidad 20 metros (3.40-3.60s)
 - 2-1609 m. (356-370s)
 - 3-Zig-Zag (22-23s)
 - 4-Conduccion 2x15 (8.81-9.6s)
 - 7-Dominio (80-100)

Controlar el funcionamiento del sistema de juego del equipo.

Tareas

- 2- Ejecución de juegos de control frente a otras provincias.
- 3- Utilización de deportes auxiliares como medio de recuperación
- 4- Valoración del nivel tec-tac producto a la utilización de los juegos en terreno reducido.

Objetivos Psicológicos.

Desarrollar las relaciones interpersonales formales e informales necesarias para el buen funcionamiento del juego del equipo

Objetivos educativos

Resaltar los valores revolucionarios de nuestra juventud.

Formar normas de conductas.

Tareas

- 1-Visitas a lugares históricos
- 2-Actos políticos
- 3-Asambleas educativas
- 4-Matutinos especiales
- 5-Conversatorios con combatientes.

3.3 Valoración de la estructura de entrenamiento propuesta.

Análisis de la estructura de entrenamiento con los especialistas

La generalidad de los especialistas seleccionados coincidieron en reconocer lo positivo de la estructura de entrenamiento diseñada para el entrenamiento de los jugadores en el equipo de 12 y 13 años del municipio de Zulueta, considerándola como “muy adecuada” y “adecuada”

- Reconocieron la necesidad de la aplicación de esta estructura de entrenamiento diseñada para elevar el nivel técnico y táctico de los jugadores en los deportes de cooperación oposición.
- Valoraron positivamente su eficacia, ya que permite por una parte eliminar las dificultades técnicas y tácticas iniciales en el entrenamiento y por otra desarrolla habilidades mediante los juegos en terreno reducido a la vez que puede desarrollar físicamente a los jugadores
- Le asignaron una gran importancia a la posible aplicación en el entrenamiento en esta categoría por los criterios señalados anteriormente.

- Consideraron que la estructura de entrenamiento pudiera llegar a generalizarse en esta categoría y quizás en otros deportes con igual estructura, lógica interna y deficiencias.

Para realizar el proceso de valoración de la estructura de enseñanza – entrenamiento propuesta inicialmente haremos referencia a los resultados de los test pedagógicos realizados antes y al final de la realización de este programa, en este sentido analizaremos las pruebas de conducción 2 x 15 m. y el Zig-Zag con conducción que nos brinda información de carácter especial, Luego los resultados del dominio del balón y finalmente las de Resistencia aeróbica y velocidad como pruebas de carácter general, estos resultados estadísticos se observan en el (ANEXO 4)

Iniciando este análisis se observa en la tabla como en las pruebas especiales existió por lo general una mejora en todos los indicadores, al disminuir el tiempo de la conducción entre obstáculos y disminuir el tiempo para la prueba de resistencia especial.

Es también importante en este análisis descriptivo observar las variaciones de la desviación, en este estadígrafo se observa una mayor dispersión de los resultados en la conducción, lo que se reafirma en el mayor coeficiente de variación de esta prueba. (9,51 %)

PRUEBAS		X	S	CV	Min	Máx
2 X 15 CONDUCCION (s.)	1	9.23	0.67	7.25	8,26	10,68
	2	8.83	0.84	9.51	7,69	10,62
ZIG- ZAG (s.)	1	23.15	0.96	4,14	21,58	24,89
	2	21.11	0.82	3,88	19,56	22,47

Respecto a las comparaciones estadísticas realizadas en las pruebas de conducción y Zig-Zag en ambos casos encontramos que las variaciones ocurridas fueron significativas, lo que se observa en el Anexo No 4

Los resultados anteriores nos hablan en forma favorable de la utilización de este Programa de enseñanza en estas categorías, ya que permitió el desarrollo de

capacidades especiales con contenido físico como la rapidez en la conducción del balón y la resistencia especial para conducir el balón en condiciones anaeróbicas.

El resultado anterior debe estar dado por la realización de las acciones en las condiciones semejantes al juego real, en las cuales la intervención defensiva del adversario determina la rapidez de la ejecución ya que aspectos como el tiempo y el espacio para accionar están determinados por la intensidad del juego defensivo.

Continuaremos con los resultados del dominio del balón, test clásico del Fútbol que informa del desarrollo de la habilidad llamada “sentido del balón”, en esta prueba se fijo por los entrenadores como resultado máximo el valor de 200 contactos, lo que fue considerado como valor máximo. Por este motivo no procede en este caso la realización de un análisis de los valores medios, sino que nos apoyaremos para este en la manera en que estos se distribuyen.

Observando los resultados de la prueba de Kolmogorv Smirnov, notamos como en esta prueba se presenta menor normalidad en el segundo test, manifestándose esta dinámica gráficamente al observar como la curva con menor normalidad se ve desplazada hacia la derecha, lo que es un indicador de mayor cantidad de valores con resultados altos cercanos al límite de 200.

Estos resultados se pueden precisar en mayor medida en la gráfica de distribución de frecuencias en la que se nota que en los 2 últimos intervalos, mayores de 150 contactos se incrementó de 6 jugadores en la primera prueba a 12 en la segunda, y desaparecieron aquellos jugadores que no eran capaces de realizar mas de 50 contactos con el balón. Continuando el análisis con los resultados de aquellas pruebas que presentan características generales, notamos igual manifestación, en ambas pruebas el indicador es el tiempo por lo que se observa una disminución de este en ellas, al igual que una disminución de la dispersión de los resultados.

PRUEBAS		X	S	CV	Min	Máx
1609 m. (Min)	1	370,53	16.98	4,58	347	394
	2	358.20	13,90	3,88	337	389
20 m. (s)	1	3.59	0.24	6,68	3,11	3,96
	2	3.49	0.15	4,29	3,18	3,87

Respecto al análisis estadístico vemos sin embargo como aunque existió una disminución del valor medio en la prueba de 20 m. de 0,1 s. esta no fue significativa, lo que se demuestra con el valor de la significación encontrado en el test de 0,08 Manifestándose resultados diferentes en la prueba de Resistencia aeróbica en la cual si aparecieron diferencias significativas.

Por otra parte debemos analizar que disminuir 0,1 segundos en 20 m. para la edad de 12 y 13 años es un resultado apreciable ya que los niños en esta edad todavía no tienen desarrollada la fuerza necesaria para acelerarse en una distancia cortas. Aunque no se encontró un alto nivel de significación en la prueba de 20 m. de acuerdo el nivel prefijado (0,05) es conveniente analizar que esta si se hubiera aparecido de haber prefijado un nivel de significación más bajo de 0,01

Con relación a la prueba de Resistencia general, indicador del Máximo consumo de Oxígeno es de destacar como en estas edades logró un desarrollo significativo utilizando solamente como medios en los entrenamientos los juegos en terreno reducido, además de carreras de 3 a 4 km. Con 1 frecuencia semanal y esto solamente en la primera etapa, apoyándose estos resultados más bien en los deportes auxiliares y el trabajo continuo durante los juegos lo que se traduce en un mayor aprovechamiento real y motor de la clase.

Resultados de la aplicación según el modelo tipo de juego.

En este sentido nos guiamos por la guía de observación propuesta por Garganta y Pinto. (ANEXO No.1) Esta se fue analizando en forma fraccionada de acuerdo con cada uno de las características observables, Para este análisis hemos fraccionado el período del experimento en las 4 etapas desprograma de enseñanza. Se analizarán los juegos observados en cada una de las etapas, (Anexo No. 5)

Características observables.

Para finalizar este análisis podemos plantear que como resultado de la observación se noto que, la utilización de los juegos en terreno reducido permitió que el modelo de juego del equipo transitara durante el entrenamiento recibido en el programa de enseñanza de un juego anárquico, descentralizado, estático y no orientado a un juego estructurado, dinámico y orientado. (ANEXO 6)

CONCLUSIONES.

1. Entre los fundamentos teóricos que sustentan las estructuras de entrenamiento y los métodos que se proponen para la enseñanza de la preparación técnica y táctica en los jóvenes talentos de Fútbol. existe un variado grupo de opiniones, sin embargo las tendencias se inclinan a promover una especialización deportiva específica, pasando por una postura de una práctica polideportiva generalizada, producto de lo anterior, son escasos los trabajos que reflejen estructuras de entrenamiento o enseñanza en las categorías de iniciación,
2. Los elementos que determinan la estructura de enseñanza-entrenamiento diseñada garantizan la organización de la enseñanza en las categorías de iniciación al incluir inicialmente en su planificación etapas de trabajo que garantizan el perfeccionamiento técnico y táctico de los jóvenes jugadores, para sobre esa base construir una forma deportiva que permite la obtención de altos rendimientos en la competencia principal.
3. Los especialistas seleccionados coincidieron en reconocer lo positivo de la estructura de entrenamiento diseñada para el entrenamiento de los jugadores en el equipo de 12 y 13 años del municipio de Zulueta, destacando la importancia de su aplicación en el entrenamiento en esta categoría
4. La utilización de los juegos en terreno reducido permitió que el modelo de juego del equipo transitara durante el entrenamiento recibido de un juego anárquico, descentralizado, estático y no orientado a un juego estructurado, dinámico y orientado.
5. Los resultados del pre-experimento permiten atestiguar que con el uso de la estructura de enseñanza entrenamiento se ofrece se superan los resultados entre un test y otro, tanto en cuanto al desarrollo de las habilidades como en lo referente a las capacidades, lo que da fe de su posibilidad de renovar las formas de estructurar el entrenamiento en estas categorías.

RECOMENDACIONES.

Poner en manos de la Comisión Provincial de Fútbol los resultados obtenidos en la presente investigación, de manera que puedan socializarse al resto de los entrenadores de esta categoría en la provincia con el propósito de generalizar su utilización en otros territorios.

Utilizar este tipo de estructura de entrenamiento en equipos de categorías superiores que presenten dificultades en el orden técnico o táctico en su inicio de la preparación.

BIBLIOGRAFIA.

- Brüggeman, D. y Albrecht, D. (1996) Entrenamiento moderno del fútbol. Hispano Europea. Barcelona.
- Blazquez, D. (1999) La iniciación deportiva y el deporte escolar. INDE. Barcelona.
- Buitrago, H.Y., Martín, O. y Domínguez, M. (2012). Proceso de preparación técnico-táctica en función de la enseñanza de las reglas de juego en las categorías de iniciación al Fútbol. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, N° 172
- Calderon G. (2002) Conclusiones del curso FIFA para entrenadores de Fútbol Base. Colombia. disponible en: <http://www.entrenadores.info>
- Cárdenas, D López, M. El aprendizaje de los deportes colectivos a través de los juegos con normas. Habilidad Motriz, N° 24 pp. 22-29. 2000
- Cimolini, H. (2002) Conceptos de entrenamiento para Fútbol infantil <http://www.entrenadores.info>
- Comesaña H. (2001) La estructuración en el proceso formativo del jugador de Fútbol. Disponible en: www.efdeportes.com Año 6 No. 31
- Csanady , A. (1968) El Fútbol. / Arpad Csanady. -- La Habana: Ediciones Deportivas.
- D Amico J. Fútbol. Ejercicios para el entrenamiento y la acción de juego. Editorial Stadium. Buenos Aires. 1996
- Díaz Bello, F. (2004) Propuesta metodológica para la selección de medios (ejercicios) en el proceso de enseñanza-aprendizaje técnico-táctico en la categoría 15-16 años de la EIDE Provincial de Villa Clara. Conferencia Internacional "Actividad física, tiempo libre y recreación. Una cultura ambiental para el 3er Milenio" Fac. Cultura Física Villa Clara.
- Estrategia Del deporte Fútbol para el ciclo Olímpico 2005 2008. INDER Provincial Villa Clara. (2005)
- FIFA . Programa FIFA FUTURO II . Programa Educativo FIFA-Coca Cola / Federación Internacional de Fútbol Asociado.- - Suiza : Edit. FIFA. 1997.
- Flatarola C. Fútbol Base: Planificación por objetivos. 1er Congreso Internacional de Preparadores Físicos de Fútbol. Madrid. 1999 Disponible en: www.entrenadores.info
- Forteza, A. (1997) Entrenamiento Deportivo. Alta Metodología. / Armando Forteza.- - La Habana : s/e,

- Forteza, A. A. Ranzola (1988) Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. / Armando Forteza. Alfredo Ranzola. - - La Habana : Edit. Científico Técnico.
- Grehaigine, J. P. Godbout, (1995) "Tactical knowledge in team sports from a constructivist and cognitivist perspective". Quest, 47, 490-505.
- Godik, M.A.. A.V. Popov, (1993). *La preparación física del futbolista*. Barcelona, Paidotribo.
- Harre, D. (1983) Teoría Del Entrenamiento Deportivo. / Dietrich Harre.-- Ciudad de La Habana: Editorial Científico Técnica. 1983.
- Hernández, J. (1994) Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras de los juegos.
- INDER. (1988) Orientaciones metodológicas generales para el trabajo del alto rendimiento. Dirección de alto rendimiento departamento técnico metodológico. Ciudad Habana,
- Lanza A. (2004) Los Juegos en Terreno Reducido, una alternativa para el aprendizaje de los conceptos tácticos que sustentan las acciones del juego de Fútbol. II Congreso Latinoamericano y III Congreso cubano de Teoría y Metodología de la Educación Física y el Entrenamiento Deportivo. Universidad de Matanzas.
- Matveev, L. Fundamentos del entrenamiento Deportivo. / Leonid Matveev.-- Moscú : Editorial Raduga. 1983.
- Martinó, C. M. (2012). Actividad táctica: Caos y Orden Mental. Para el Fútbol y los deportes con pelota. Editorial Academia Española. España.
- Méndez, A. (1998). Los juegos de predominio táctico: una propuesta eficaz para la enseñanza de los deportes de invasión. Revista digital, Buenos Aires, año 3, N° 11, Octubre de 1999. Disponible en: <http://www.efdeportes.com>.
- Méndez, A. 1999) Modelos de enseñanza deportiva. Análisis de dos décadas de investigación Disponible en. www.efdeportes.com. año 4. n° 13.
- Morcillo J.A. y Moreno, R. (1999) Fundamentos teórico-prácticos para la creación de situaciones de enseñanza-entrenamiento. Disponible en <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - N° 21 –
- Morcillo, J.A. (2004). El desarrollo profesional del entrenador de Fútbol base, basado en el trabajo colaborativo en un club amateur. Tesis Doctoral Universidad de Granada.
- Navelo Cabello, R. (2001) Modelo didáctico para la preparación técnico-táctica del joven voleibolista. / Rafael M. Navelo Cabello; Armando Forteza de la Rosa, tutor.-- La Habana: ISCF "Manuel Fajardo", Tesis Doctoral.-- 120 pp.
- Ozolin, N.G. (1983) Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo./ N.G. Ozolin.-- Ciudad de La Habana: Editorial Científico Técnico.

- Parlebás, P. (1988) Elementos de sociología del deporte. Málaga: Unisport
- Ruiz, A. A. Reina. (2003) Determinación del modelo de juego en función del nivel de comportamiento observable en Fútbol Base. disponible en: www.efdeportes.com. Año 9. No. 64
- Sanchez Buñuelos, F. (1984). *Didáctica de la educación física y el deporte*. Gymnos. Madrid.
- Verjoshanski, I. (1990) Entrenamiento Deportivo. Planificación y programación. Barcelona : Edic. Martínez Roca.
- Weinek, J. (1989) Manual de Treinamento Desportivo. / Jurgen Weinek .- - Sao Paulo : Editora Manole.
- Wein, Horst. (1999) Fútbol a la Medida del Niño. Madrid, España: INDE.
- Pino, J. (1999). *Evolución de los instrumentos y métodos de observación en fútbol*. En Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital-
<http://www.efdeportes.com> nº 17.

ANEXO No. 1

DETERMINACIÓN DEL MODELO TIPO DE JUEGO.

MODELO DE JUEGO	TIPO 1	TIPO 2	TIPO 3	TIPO 4	TIPO 5
NIVEL DE JUEGO	JUEGO ANARQUICO.	JUEGO DESCENTRALIZADO	JUEGO SEMIESTRUCTURADO	JUEGO ESTRUCTURADO.	JUEGO ELABORADO.
DIMENSION PREDOMINANTE.	JUEGO ESTATICO			JUEGO DINAMICO.	
ORIENTACION DEL JUEGO.	<u>JUEGO NO ORIENTADO</u>	JUEGO ORIENTADO.			
OBJETIVOS DE JUGADORES	Centrados en el balón.	<u>CENTRADOS EN LOS PASES</u>	<u>CENTRADOS EN UNA FINALIDAD. EL GOL</u>		Organizados en función de finalidades diferenciadas.
OCUPACION DEL ESPACIO.	La mayoría de los jugadores persiguen el balón dificultades en control	<u>OCUPACION MAS RACIONAL DEL ESPACIO DE JUEGO PERO POCO EFICAZ POR ESTATICA.</u>	<u>LA AGRUPACIÓN GANA RACIONALIDAD EN PROFUNDIDAD DEBIDO A MAYOR AGRESIVIDAD OFENSIVA</u>	<u>OCUPACION RACIONAL DINAMICA DEL ESPACIO DE JUEGO.</u>	Gestión racional del espacio de juego
ESTILO DE JUEGO.	<u>SE JUEGA PARA MANTENER LA POSESION INDIVIDUAL DEL BALON.</u>	<u>SE JUEGA PARA MANTENER LA POSESION DEL BALON EN EQUIPO.</u>	<u>VALORACION DEL JUEGO EN PROFUNDIDAD.</u>	<u>ALTERNANCIA DEL JUEGO EN PROFUNDIDAD CON EL JUEGO VERTICAL.</u>	Alternancia intencionada entre el juego directo y el juego indirecto.
CIRCULACION DEL BALON.	La circulación no es voluntaria.	<u>CIRCULACION DEL BALON A LA PERIFERIA.</u>	<u>CIRCULACION EN PROFUNDIDAD AÑADIDO A LO ANCHO.</u>	<u>CIRCULACION DEL BALON SE COMBINA CON CIRCULACION DE JUGADORES.</u>	El balón circula en función de un proyecto colectivo e individual.
RELACION ENTRE CIRCULACION DE BALON Y DE JUGADORES.	<u>INMOVILISMO DE LOS JUGADORES SIN BALON.</u>	EXISTENCIA DE BLOQUES CONSTITUIDOS POR JUGADORES ESTATICOS QUE SE PASAN EL BALON.	<u>BALON RETRASADO EN FUNCION DEL ESPACIO DE JUEGO EFECTIVO. JUGADORES DELANTE DE LA LINEA DEL BALON.</u>	BALON RELATIVAMENTE AVANZADO AL ESPACIO DE JUEGO EFECTIVO.	<u>EL EQUIPO ATACA Y DEFIENDE EN UN BLOQUE</u>
CANAL DE COMUNICACIÓN.	<u>EXCESO DE COMUNICACIÓN VERBAL.</u>	<u>COMUNICACIÓN VERBAL EXAGERADA.</u>	<u>COMUNICACION GESTUAL COMIENZA A SOBREPONERSE A VERBAL.</u>	PREDOMINIO DE LA COMUNICACIÓN MOTRIZ.	Predominio evidente de la comunicación motriz.
RELACION CON LAS PORTERIAS.	Las porterías no están aun construidas.	<u>ALGUNAS SITUACIONES DE REMATE AUN CON POCO AVANCE OFENSIVO Y JUEGO INDIRECTO.</u>	Dos estatutos rematador y no rematador.	<u>AGRESIVIDAD OFENSIVA. LAS ACCIONES SE ORGANIZAN EN FUNCION DE LAS PORTERIAS.</u>	La llegada a la puerta es resultado de opciones tácticas <u>RESPETANDO LOS PRINCIPIOS.</u>

Ruiz, A. A. Reina. Determinación del modelo de juego en función del nivel de comportamiento observable en Fútbol Base. 2003

ANEXO No. 3

ENCUESTA PARA VALORACIÓN DE LA ESTRUCTURA.

Nombre: _____

Centro de trabajo. _____

Estimado Especialista:

De acuerdo con la experiencia, nivel de conocimiento y calificación que usted posee, deseamos comunicarle que ha sido seleccionado como experto con el objetivo de evaluar la estructura de enseñanza entrenamiento diseñada para el equipo de 12 y 13 años de Fútbol del municipio de Zulueta, por lo que le rogamos avale su confiabilidad así como la posibilidad de su aplicación en la práctica.

Por ese motivo le solicitamos nos evalúe dicha estructura de entrenamiento según los indicadores que le relacionamos a continuación.

Criterios de evaluación

- Necesidad de la aplicación de la estructura para elevar el nivel técnico táctico.
- Eficacia de la estructura de entrenamiento diseñada.
- Importancia de la aplicación en el entrenamiento deportivo en esta categoría.
- Posibilidad de generalización de su aplicación práctica.

Consideramos oportuno además que nos precise su criterio si la considera:

<u>Muy adecuada</u>	<u>Bastante adecuada</u>	<u>Adecuada</u>	<u>Poco adecuada</u>	<u>No adecuada</u>

ANEXO No. 2

ESPECIALISTAS PARA OBSERVACIÓN.

NOMBRE.	EXPERIENCIA COMO JUGADOR	EXPERIENCIA EN ENTRENAMIENTO DE ESCOLARES
1. Lic. Roberto Ferrer González.	1ra. Categoría Nacional	15 años
2. Lic. Maikel Manso García	Selección Nacional U-23	15 años
3. Lic. Carlos Luis Navarrete	Preselección Nacional Mayores	18 años

ANEXO No. 4

RESULTADOS ESTADISTICOS DE LOS TEST

CONDUCCION 2 X 15 m.

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
COND1	15	8,26	10,68	9,2360	,6744
COND2	15	7,69	10,62	8,8380	,8416
Valid N (listwise)	15				

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
COND2 - COND1	Negative Ranks	12 ^a	8,13	97,50
	Positive Ranks	3 ^b	7,50	22,50
	Ties	0 ^c		
	Total	15		

a. COND2 < COND1

b. COND2 > COND1

c. COND1 = COND2

Test Statistics^b

	COND2 - COND1
Z	-2,130 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,033

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

DOMINIO DEL BALÓN.

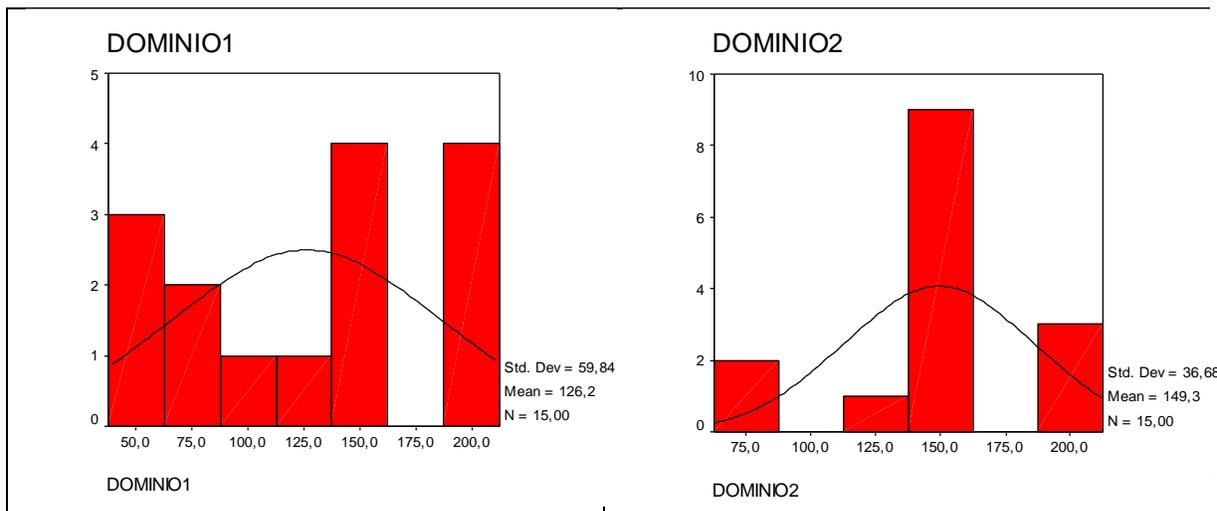
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		DOMINIO1	DOMINIO2
N		15	15
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	126,2000	149,3333
	Std. Deviation	59,8417	36,6794
Most Extreme Differences	Absolute	,158	,307
	Positive	,115	,226
	Negative	-,158	-,307
Kolmogorov-Smirnov Z		,612	1,190
Asymp. Sig. (2-tailed)		,848	,118

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Histogram



DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS.

VARIABLE: 1. 1 DOMINIO.			
====CLASS LIMITS====			FREQUENCY
.00	< 50.00	3	████████████████████
50.00	< 100.00	2	████████████
100.00	< 150.00	4	████████████████████████████
150.00	< 200.00	2	████████████
200.00	< 250.00	4	████████████████████████████
VARIABLE: 2. 2 DOMINIO			
====CLASS LIMITS====			FREQUENCY
.00	< 50.00	0	
50.00	< 100.00	2	████████████
100.00	< 150.00	1	████████
150.00	< 200.00	9	████████████████████████████████████
200.00	< 250.00	3	████████████

ZIGZAG CON CONDUCCION.

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
ZIGZAG1	15	21,58	24,89	23,1500	,9682
ZIGZAG2	15	19,56	22,47	21,1180	,8243
Valid N (listwise)	15				

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
ZIGZAG2 - ZIGZAG1 Negative Ranks	15 ^a	8,00	120,00
Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
Ties	0 ^c		
Total	15		

a. ZIGZAG2 < ZIGZAG1

b. ZIGZAG2 > ZIGZAG1

c. ZIGZAG1 = ZIGZAG2

Test Statistics^b

	ZIGZAG2 - ZIGZAG1
Z	-3,408 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

VELOCIDAD EN 20 m.

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VEL1	15	3,11	3,96	3,5960	,2433
VEL2	15	3,18	3,87	3,4993	,1558
Valid N (listwise)	15				

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
VEL2 - VEL1 Negative Ranks	10 ^a	9,00	90,00
Positive Ranks	5 ^b	6,00	30,00
Ties	0 ^c		
Total	15		

a. VEL2 < VEL1

b. VEL2 > VEL1

c. VEL1 = VEL2

Test Statistics^b

	VEL2 - VEL1
Z	-1,705 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,088

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

RESISTENCIA AEROBIA (1609 m.)

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
MILLA1	15	347,00	394,00	370,5333	16,2870
MILLA2	15	337,00	389,00	358,2000	13,9089
Valid N (listwise)	15				

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
MILLA2 - MILLA1			
Negative Ranks	12 ^a	7,79	93,50
Positive Ranks	2 ^b	5,75	11,50
Ties	1 ^c		
Total	15		

a. MILLA2 < MILLA1

b. MILLA2 > MILLA1

c. MILLA1 = MILLA2

Test Statistics^b

	MILLA2 - MILLA1
Z	-2,574 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,010

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

ANEXO No. 5

TEMPORALIZACIÓN DE LOS JUEGOS OBSERVADOS

ETAPA	MESES.	SEMANA	JUEGOS.	CANT.	TOTAL
1	Octubre Noviembre	5 y 8	Entrenamiento	3	3
2	Diciembre	12 y 14	Competencia clasificatoria	2 2	4
3	Febrero	23	Placetas Caibarién	3 2	5
4	Abril	29 y 30	Santa Clara Manicaragua	2 3	5

ANEXO No. 6

DERTERMINACION DEL MODELO TIPO DE JUEGO OBSERVADO.

MODELO DE JUEGO	TIPO 1	TIPO 2	TIPO 3	TIPO 4	TIPO 5
NIVEL DE JUEGO	JUEGO ANARQUICO.	JUEGO DESCENTRALIZADO	JUEGO SEMI-ESTRUCTURADO	JUEGO ESTRUCTURADO.	JUEGO ELABORADO.
DIMENSION PREDOMINANTE	JUEGO ESTÁTICO		JUEGO DINÁMICO		
ORIENTACIÓN DEL JUEGO	JUEGO NO ORIENTADO		JUEGO ORIENTADO		
ETAPAS	ETAPA I		<u>ETAPA IV</u>		

ESTRUCTURA ANUAL DE ENTRENAMIENTO DEL EQUIPO DE 12 – 13
AÑOS DE FUTBOL DEL MUNICIPIO DE ZULUETA.

PROGRAMA DE ENSEÑANZA														
ETAPAS														
Etapas	Int		Etapa I				Etpa II			Etapa III			Etapa IV	
Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Meses	Sept		Octubre				Noviembre			Diciembre				
Tareas F.		TP			CP			CP			TP	CP		
Horas ent.	7	8	8	8	9	8	9	9	8	8	9	8	8	9
Intensidad	-	-	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3

MACROCICLO DE ENTRENAMIENTO																				
PERIODO PREPARATORIO.																	P. COMPETITIVO			
PREPARACION. GENERAL								PREPARAC. ESPECIAL									COMPETITIVA			
Desarrollador I				Choque				Desarr. II				Control Preparatorio					Comp			
Enero				Febrero				Marzo				Abril					Mayo			
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
O	O	O	ch	O	R	O	O	ch	R	O	CH	O	ch	ch	R	Me	Me	C	C	C
					TP			CP			TP			CP	CP	TP		CF	CF	CF
9	9	10	10	10	8	11	10	12	13	13	10	11	10	10	9	10	11	8	7	7
1	1	2	2	2	1	3	2	3	3	4	2	3	4	5	5	3	4	4	4	5