

INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE

ENTRENAMIENTO DEL REMATE EN FÚTBOL DE LOS
EQUIPOS DE PRIMERA DIVISIÓN DE LA LIGA DE SAN
JOSÉ EN 2018

Trabajo Final de Grado presentado al Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, como parte de los requisitos para la obtención del Diploma de Graduación en la Licenciatura de Educación Física, Recreación y Deporte.

Tutor: Fabián Boyaro

VALENTINA CICCOLO

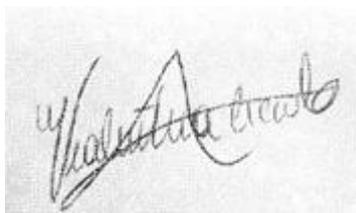
MARTÍN D'OTTONE

MONTEVIDEO
2018

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Quienes suscriben, Gustavo Martín D'Ottone y Valentina Ciccolo declaramos la autoría del presente trabajo denominado "Entrenamiento del remate en fútbol de los equipos de primera división de la liga 2018 de San José", haciéndonos cargos de su contenido como producto personal, bajo la tutoría de Fabián Boyaro.

En Montevideo, Uruguay, a los 20 días del mes de noviembre de 2018.



Valentina Ciccolo, CI 4.756360-1



Martín D'ottone, CI 4.468359-3

ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| 1. INTRODUCCIÓN | 5 |
| 1.1 Objetivo general | 6 |
| 1.2 Objetivos específicos | 7 |
| 2. ENCUADRE TEÓRICO | 8 |
| 2.1 Deporte | 8 |
| 2.2 Didáctica de los deportes colectivos | 8 |
| 2.3 Fútbol | 8 |
| 2.4 Remate | 9 |
| 2.5 Modelos de planificación deportiva | 11 |
| 2.6 Modelos de enseñanza | 12 |
| 2.6.1 Modelo descompositivo | 12 |
| 2.6.2 Modelo de situaciones problemas | 12 |
| 2.6.3 Modelo comprensivo | 13 |
| 2.7 Modelos de entrenamiento | 14 |
| 2.7.1 Microestructuración: | 15 |
| 2.7.2 Periodización Táctica | 15 |
| 3. DISEÑO METODOLÓGICO | 17 |
| 3.1 Modelo de investigación | 17 |
| 3.2 Nivel de investigación | 18 |
| 3.3 Tipo de diseño | 18 |
| 3.4 Sujetos de estudio | 18 |
| 3.4.1 Tipo de muestra | 18 |
| 3.5 Instrumentos de recolección de datos | 19 |
| 3.6 Estudio Preliminar | 19 |
| 4. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS | 21 |
| 4.1 Cuestionarios a los Directores Técnicos | 21 |
| 4.1.1 Conformación de los cuerpos técnicos | 21 |
| 4.1.2 Formación de los entrenadores | 21 |
| 4.1.3 Experiencia de los entrenadores en el fútbol | 26 |
| 4.1.4 Conocimientos que manejan los directores técnicos | 27 |
| 4.1.5 Recursos materiales con los que cuentan los entrenadores | 28 |
| 4.1.6 Periodización de los entrenamientos | 30 |
| 4.1.7 Tiempo dedicado al remate específicamente | 32 |
| 4.1.8 Metodología y modelos de entrenamiento | 33 |
| 4.1.9 Actualización de conocimientos | 34 |
| 4.2 Fichas de observación | 36 |
| 5. DISCUSIÓN | 37 |
| 6. CONCLUSIONES | 40 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 42 |

TABLA DE ILUSTRACIONES

| | |
|---|----|
| Ilustración 1. Gráfico conformación de CT..... | 21 |
| Ilustración 2. Gráfico de máximo nivel alcanzado de estudios..... | 22 |
| Ilustración 3. Gráfico del último año aprobado de estudios cursados | 22 |
| Ilustración 4. Gráfico del título de Entrenador de fútbol | 23 |
| Ilustración 5. Título de Entrenadores..... | 24 |
| Ilustración 6. Gráfico de obtención del título de director técnico | 24 |
| Ilustración 7. Gráfico de motivos del curso de entrenador | 25 |
| Ilustración 8. Gráfico de curso actual..... | 25 |
| Ilustración 9. Gráfico de años de experiencia en el fútbol..... | 27 |
| Ilustración 10. Gráfico de conocimiento de los directores técnicos en distintas áreas | 28 |
| Ilustración 11. Gráfico de campos disponibles para entrenar en días normales | 29 |
| Ilustración 12. Gráfico de entrenamientos en días de lluvia..... | 29 |
| Ilustración 13. Gráfico materiales que posee los DT..... | 30 |
| Ilustración 14. Gráfico de días de entrenamiento semanal | 30 |
| Ilustración 15. Gráfico tiempo dedicado al remate | 31 |
| Ilustración 16. Gráfico de planificación de entrenamientos..... | 31 |
| Ilustración 17. Gráfico de realización de evaluaciones | 32 |
| Ilustración 18. Gráfico del tiempo dedicado al entrenamiento del remate | 33 |
| Ilustración 19. Gráfico de los modelos utilizados para el entrenamiento del remate | 33 |
| Ilustración 20. Gráfico de actualización de los directores técnicos | 35 |
| Ilustración 21. Gráfico de interés por actualizar sus conocimientos..... | 35 |

RESUMEN

El presente trabajo se propone como objetivo general el estudio de las metodologías de entrenamiento del remate, como técnica deportiva, utilizadas en los equipos de fútbol de primera división de la liga de San José durante la temporada 2018. En base a ello, se indaga sobre la formación de los directores técnicos, sus propuestas metodológicas, los criterios de los mismos con respecto al remate como técnica deportiva y la importancia que le asignan a dicha técnica en la periodización de sus sesiones. Fue utilizada el tipo de muestra no probabilística por conveniencia, la cual coincidió con el universo comprendido por diez directores técnicos, uno de cada equipo que compite en la liga en estudio, se les aplicó un cuestionario on-line y se observó una sesión en la cual se entrenó el remate como uno de los objetivos centrales. Posterior a la recolección de datos y su respectivo análisis, se pudo concluir que: la formación que los directores técnicos poseen es la mínima requerida, ninguno de ellos alcanza un nivel académico terciario y tampoco poseen mayor formación en el área de la metodología del deporte en estudio. Los ejercicios escogidos por los entrenadores para el entrenamiento del remate, en su mayoría se desarrollan desde una metodología global, utilizándose el remate como finalización de las mismas y no como objetivo en sí, dedicándole al mismo 60 minutos por sesión aproximadamente. Se evidenciaron también escasas correcciones en aspectos técnicos por parte de los entrenadores, para que el gesto sea eficaz.

Palabras clave: Metodología. Fútbol. Remate. Técnica deportiva.

1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación se centra en estudiar las metodologías de entrenamiento del remate como acción ofensiva de fundamental importancia para conseguir el objetivo del deporte fútbol, utilizadas por los equipos de primera división de la liga del departamento de San José durante la temporada 2018.

La realización de esta investigación tiene como objetivo contribuir con aportes para el desarrollo del fútbol del mencionado departamento, ya que son escasos los antecedentes sobre el entrenamiento del remate como acción ofensiva a nivel nacional y por ende en el interior del país.

Se considera relevante proporcionar estudios que sirvan de ayuda a todos aquellos entrenadores, preparadores físicos, integrantes de cuerpos técnicos en general, utilizándolos para la planificación y la metodología con vistas a alcanzar los mejores resultados deportivos.

Según Parlebas (2001) el deporte es considerado como el conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición e institucionalizadas. En el fútbol existe un alto grado de incertidumbre producido por la toma de decisiones de futbolistas a nivel individual, que luego repercute a nivel colectivo.

Acorde a esta manifestación, se hace referencia a Cuevas Campos, Calderón, García López y Serra Olivares (2014), quienes expresan que el fútbol es un deporte colectivo en el que influyen una variedad de factores que requieren de una planificación por parte de los entrenadores, la cual permita a los jugadores tomar decisiones acertadas frente a las diferentes situaciones de juego.

Por técnica deportiva se entiende el procedimiento desarrollado normalmente en la práctica para resolver una tarea motora determinada de la forma más adecuada y económica. La técnica de una disciplina deportiva se corresponde con un llamado tipo motor ideal, que pese a mantener los rasgos característicos de sus movimientos, puede experimentar una modificación en función de las circunstancias individuales (Weineck, 2005).

Según Heddergott (1978) el remate al arco es la culminación lógica de un ataque, siendo que con él y en él se revelan los accionares de iniciativa, de la acción, consecuencia, voluntad y determinación.

Como antecedente al tema de estudio se toma un trabajo de Silva e Iriondo (2016), referido a las acciones de balón parado en el fútbol uruguayo, sobre las metodologías de enseñanza y entrenamiento en categorías sub 14, en el cual se constata que los entrenadores no le asignan gran importancia al entrenamiento de las acciones de balón parado debido a que consideran más redituable apuntar a otros factores de juego.

Otro estudio pertinente como antecedente para esta investigación es el de Arenas y Arango (2016) de Bogotá, Colombia, en el que se plantea qué incidencia tiene un programa de entrenamiento basado en el método pliométrico, con relación a la fuerza explosiva tras un remate en fútbol sala. A partir de la aplicación del programa con base en el método pliométrico con un grupo de ocho futbolistas, en el pre-test y post-test, se pudo concluir, que el grupo experimental tuvo un incremento significativo en las variables independientes como lo son la fuerza explosiva y la velocidad del balón.

Gómez y Peruchena (2015) estudiaron la eficacia del remate teniendo en cuenta los factores de pierna dominante / no dominante, tiempo y zonas del mismo en los jugadores de la selección uruguaya de fútbol en el período Copa América 2015 – Copa América Centenario 2016, donde concluyeron que la efectividad de un remate es del 66,11% si el mismo se realiza dentro de la zona ultra ofensiva central, el porcentaje es de un 30,77 % cuando se realiza en la zona ofensiva central y de 0% para zonas restantes.

Otra investigación revisada fue la realizada por Ferrán y Figueredo (2016), cuyo objetivo fue identificar qué tipos de metodologías utilizaron los entrenadores en la enseñanza y entrenamiento de la técnica y la táctica en categorías formativas del fútbol uruguayo masculino en la relación a la mejora de la definición durante el período competitivo en el año 2016; la misma evidenció que la metodología más utilizada por dichos entrenadores es la global y que el método de enseñanza que estos prefieren a la hora de plantear sus entrenamientos es el integrado.

Por todo lo expuesto, surge la siguiente interrogante: ¿Qué metodologías de entrenamiento del remate como técnica deportiva se utilizan en los equipos de fútbol de primera división de la liga de San José durante la temporada 2018?

1.1 Objetivo general

Analizar las metodologías de entrenamiento del remate, como técnica deportiva, utilizadas en los equipos de fútbol de primera división de la liga de San José durante la temporada 2018.

1.2 Objetivos específicos

Indagar sobre la formación y actualización de los entrenadores de los equipos de la liga en estudio.

Describir las propuestas metodológicas orientadas al remate, observadas en los entrenamientos de dichos equipos.

Conocer los criterios por los cuales los cuerpos técnicos abordan al remate como técnica deportiva.

Describir la importancia que los profesionales le asignan al remate en la periodización de sus entrenamientos.

2. ENCUADRE TEÓRICO

A continuación, se dará lugar a las conceptualizaciones que se abordarán en la investigación para orientar el trabajo y conocer distintas definiciones respaldadas por autores referentes.

2.1 Deporte

Parlebas (2001) conceptualiza al deporte como un conjunto de situaciones motrices que pueden generarse en forma institucionalizada o en competencia. Si se refiere específicamente al fútbol, debe también observarse que Castelo (1999) enuncia que los deportes de juegos colectivos, en su naturaleza se caracterizan por sus situaciones de exploración dinámica de grupos.

2.2 Didáctica de los deportes colectivos

En base al concepto de deporte de Parlebas (2001), antes mencionado se centrará en el fútbol como deporte colectivo, el cual es entendido por Hernández Moreno (2000) como deportes de cooperación y oposición de cancha común y participación simultánea.

Según Cavalli (2008) el campo de la didáctica de los deportes colectivos ha sido concebido históricamente como una unidad simplificada. Esto ha llevado a imaginar a diversos profesionales del área que podían aproximarse y dar cuenta de los asuntos de este campo a través de un modelo de enseñanza particular. En función de esto, en buena parte de la bibliografía especializada en esta temática se plantean modelos alternativos que son frecuentemente presentados como únicos, óptimos, de objetivos múltiples y capaces de dar respuesta a todos los asuntos del mismo.

2.3 Fútbol

El fútbol, en la línea de los autores ya mencionados, se ha de clasificar como un deporte de cooperación y oposición donde cada una de las acciones realizadas es el resultado de las interacciones entre sus participantes, es decir, un equipo coopera entre sí para oponerse a un rival y conseguir el objetivo del juego, que según Castelo (1999), es perseguir de forma constante la portería adversaria a fin de marcar la mayor cantidad de goles posibles, teniendo al remate como acción ofensiva fundamental para conseguir dicho propósito.

Según Weineck (2005) dentro del deporte en estudio se describen los siguientes aspectos técnicos:

- Control del balón: puede ser parado, semiparado, a dos toques, orientado, con cambios de ritmo y/o orientación y control de oposición.
- Conducción: con cambios de ritmo, con cambios de orientación, con cambios de dirección, controlada, larga.
- Regate: con cambios de ritmo, con cambios de dirección, con fintas, con balón escondido.
- Pared: simple, doble.
- Pase: con precisión, con potencia, con efecto, corto, largo.
- Centro: en parábola, a media altura con potencia, a media altura con efecto, templado.

Por constituir el elemento central del estudio, se profundizará el remate en el siguiente apartado.

2.4 Remate

Según Vera Rivera y Hernández Gamboa (2013) la acción técnico táctica del tiro a portería se define como la acción más importante del juego ya que mediante ella se consigue el objetivo fijado. Su clasificación es popular y a la vez fundamental en los procesos de enseñanza y de entrenamiento. En el fútbol de alto rendimiento y sobre todo en primera división se aprecian muchos errores de efectividad en su realización y esto es debido a que es poco entrenada esta acción en la sesión de entrenamiento (Vera Rivera y Hernández Gamboa, (2013). Los autores plantean que si la acción técnica – táctica del remate es la más importante, deberá ser abordada con el nivel de relevancia que le corresponde en el entrenamiento, por eso es trascendental que la metodología que se aplica en el mismo termine con la acción en estudio.

Los autores antes mencionados exponen que los errores más comunes en la acción en estudio se dan en los remates desde diferentes distancias y sobre todo cuando es utilizado el pie menos dominante, pero también la falta de precisión y fuerza en el golpeo del balón.

Csanádi (1984) explica que el mecanismo básico de la acción de remate se divide en cuatro fases esenciales que hacen a la técnica ideal: la primera de ellas es de acercamiento al balón y colocación del pie de apoyo al costado del mismo; la segunda fase consiste en balancear la pierna ejecutante ampliando la palanca de fuerza para luego transmitirla al

balón; la tercera fase hace referencia al contacto-golpeo del balón propiamente dicho; y la última fase es de acompañamiento del movimiento en sus rangos óptimos.

Según Weineck (2005), existen diferentes características del remate como técnica deportiva, que varían según la forma de realizar la acción, según el balón o según el jugador. El autor plantea que son las siguientes: de potencia, colocado, para superar al portero, de vaselina, a distintas distancias y de cabeza (picado, volea y desvío). A su vez admite que el remate está sujeto a múltiples variables como ser: según el balón, procedencia del mismo (derecha, izquierda, diagonal, de atrás, frontal), trayectoria, de balón parado, en movimiento, tras conducción, tras control, tras regate, tras pared, desde derecha, desde izquierda, frontal, dentro/fuera de la zona de remate; según el tipo de remate, según el jugador, superficie de contacto, con jugador parado, en carrera, de espaldas, con la cabeza de salto, en plancha, en carrera, de espaldas, remate de habilidad y remate intuitivo.

Las diferentes superficies de contacto con el balón posibilitan diferentes situaciones, alturas y orientaciones que según Sans y Frattarola (1998), complementado por Csánadi (1984) las mismas son:

- Empeine frontal – Total: con esta modalidad se logra alcanzar el remate con mayor distancia y velocidad posible, presenta ciertas desventajas frente a los restantes estilos en la variable direccional ya que el mismo posibilita balones en línea recta.
- Empeine interior: este tipo de remates es apto para ejecutar relativamente a fuertes velocidades, grandes distancias y realizar efecto en los mismos, por lo que innumerables veces se utiliza también para remates colocados a balón parado.
- Empeine exterior: estos remates son muy eficaces debido a que la superficie de contacto es bastante ancha, favoreciendo el chute de balones en movimiento. Aquí se pueden visualizar remates con una prominencia significativa en una trayectoria curvilínea (efecto).
- Toque interior- Parte plana: se puede mencionar que es frecuentemente utilizado al realizar el toque (pase) aunque en ocasiones no muy frecuentes se utiliza para el remate, ya que permite gran precisión debido a presentar una superficie de contacto grande y plana. Una de las limitantes que presenta es la velocidad, así como la distancia de tiro del balón rematado, ya que la misma es pequeña a causa de la limitación del movimiento de la pierna que realizará el disparo.

Haciendo referencia a Weineck (2005), el mismo plantea tres diferentes clasificaciones del remate según la altura alcanzada: baja (cuando el balón se desplaza rastrero por tierra); media (realiza una trayectoria de parábola a nivel de la cadera); y alta (cuando el balón transita por el aire).

Dentro del modelo descompositivo, Cavalli (2008) plantea la siguiente descripción del remate: el pie está en extensión completa, la punta está extendida hacia el suelo. El golpeo tiene lugar en el momento que la pelota entra en contacto con el suelo o justo después. El contacto con el empeine es rápido y potente; en el momento del mismo, la pelota se encuentra en el interior, al lado de la pierna de apoyo. Con el empeine, este tipo de golpeo privilegia la potencia mejor que la decisión.

2.5 Modelos de planificación deportiva

Según Vera Rivera y Hernández Gamboa (2013) la planificación del entrenamiento es la teoría rectora de cómo se debe regir y distribuir las cargas de entrenamiento a lo largo de una o varias temporadas. Las tradicionales formas de planificación de cierta forma han perdido su confiabilidad y es por esto que los entrenadores tienen que actualizar sus conocimientos y cambiar esas tradicionales formas de planificación por unas que se adapte más a las características de su disciplina deportiva (p.6).

Roca (2008) realiza un breve resumen de los modelos de planificación deportiva centrándose en la era moderna, en donde propone a Metveev (1956) como el primer gran teórico que presenta un modelo determinado de periodización en el cual se relaciona la división de los períodos, con las fases del síndrome de adaptación de Seyle. A dicho síndrome, la Universitat de Barcelona, a través de su Departamento de Psicología Social y Psicología Cuantitativa (s.f.) lo define como “la respuesta del organismo frente a una situación de estrés ambiental que se distribuyen en tres fases llamadas alarma, resistencia y agotamiento” (p. unidad 4. 8.2.1) Luego Fidelus en el año 1960, propone una significativa disminución del volumen durante el período competitivo, para lograr alargar el mantenimiento de la forma de los deportistas. Sobre los años ´70, con la importancia del deporte a nivel social y el incremento de las competiciones y su mayor profesionalismo, se comienza a buscar mejores estados de forma durante la temporada. Así en el año 1990 con Verjoshanski nace el diseño de bloques temporales de entrenamiento (el aspecto condicional antecede a los aspectos técnicos) y detrás de él, Bondarciuk (s/f) que relaciona los diferentes aspectos del entrenamiento (las capacidades condicionales y las coordinativas deben entrenarse conjuntamente) y consolida la aplicación de los modelos de planificación contemporáneos.

2.6 Modelos de enseñanza

Según Roca (2008) la metodología del entrenamiento deportivo engloba y acoge todos los aspectos que configuran la organización del entrenamiento: selección y ordenamiento de métodos y contenidos. Cada tendencia ideológica del entrenamiento se caracteriza por el uso de distintas metodologías para conseguir sus objetivos. La teoría del entrenamiento, como en otras áreas del conocimiento, consta de varios modelos. Algunos de ellos se exponen a continuación.

Según Cavalli (2008) dentro de la didáctica de los deportes en conjunto existen diferentes modelos de enseñanza, el modelo descompositivo, el modelo de las situaciones problema y el modelo comprensivo.

2.6.1 Modelo descompositivo

En el modelo descompositivo se plantea que es recomendable descomponer las técnicas en sus fases constitutivas y orientar la instrucción de forma tal que, mediante aproximaciones sucesivas, los jugadores puedan acercarse al complejo comportamiento final. Existe una fuerte tendencia a asociar dicho modelo con el conductismo en general y con la teoría del condicionamiento operante. El autor plantea que toda conducta por compleja que sea, es siempre reducible a una serie de asociaciones entre elementos simples.

Cavalli también plantea que el modelo en cuestión tiene como objetivos facilitar la adquisición de técnicas deportivas de gran dificultad motriz, desarrollar altos niveles de precisión y control sobre las ejecuciones motrices, formar un esquema mental del modelo a ejecutar, minimizar las posibilidades de aparición de errores durante el proceso de aprendizaje.

2.6.2 Modelo de situaciones problemas

En el modelo de situaciones problema, se plantea que las mismas pueden ser pensadas como una situación que demanda una respuesta adaptada, que el jugador no puede proporcionar ejecutando de forma automática alguno de los gestos deportivos de los que dispone en ese momento. Lo fundamental en este tipo de situaciones es su potencialidad para desarrollar en los jugadores la capacidad de adaptación frente a lo inesperado (Cavalli, 2008). El objetivo de este modelo radica en permitir el desarrollo en los gestos técnicos manteniendo el equilibrio entre mecanización y plasticidad en el aprendizaje, desarrollar las capacidades de adecuación y lectura de situaciones motrices a las condiciones de

incertidumbres del deporte colectivo; optimizar la capacidad de decisión, estimular los procesos de autocontrol y monitoreo efectivo sobre respuestas motrices y sus resultados.

2.6.3 Modelo comprensivo

El modelo comprensivo trata sobre los principios tácticos que, según Cavalli los mismos no se adquieren de forma aislada, sino que se aprenden, en los contextos de juego. A través de estos se estimula y se favorece la posibilidad de que los jugadores los descubran por sí mismos e identifiquen las situaciones motrices en las cuales aplicarlos.

Este modelo tiene como objetivos favorecer la comprensión del sentido de las acciones motrices en función de la situación de juego, así como la aplicación de esquemas tácticos en la resolución de las mismas. También se plantea como objetivo facilitar el aprendizaje situado, global o vivencial de forma de dotar de sentido a los contenidos y actividades; favorecer la contextualización de las acciones técnicas (Cavalli, 2008)

En la línea de Solé (1995) la metodología del entrenamiento se diferencia mediante dos tipos: la pluridisciplinar, que expresa que el máximo rendimiento deportivo es obtenido a través de elementos que intervienen y determinan la mejora de aspectos técnicos, tácticos, físicos, psicológicos y visuales; pero con objetivos aislados y totalmente diferenciados; la integrada, que se basa en que en la práctica deportiva, las habilidades técnico tácticas, físicas, psicológicas y visuales se expresan íntimamente unidas y diferenciadas. Dicha metodología combina e integra diferentes tipos de carga, pero su objetivo siempre es la técnica y la táctica. El entrenamiento se organiza haciendo énfasis en una cualidad física, psicológica o visual para obtener un rendimiento de una manera interrelacionada. Se puede afirmar también que, a través de la técnica y la táctica, se pueden trabajar con exactitud los músculos y capacidades que el futbolista requiere a lo largo de las competencias, fenómeno que facilita la modelación del entrenamiento.

Siguiendo con la visión de Solé, otro aspecto a destacar de dicha metodología, radica en el hecho de que es motivante para el jugador, debido a su especificidad para el deporte en cuestión. Es necesario también que la complejidad de las habilidades técnico tácticas vayan en consonancia con la mejora de las capacidades condicionales. Por ejemplo: si el objetivo es mejorar la resistencia anaeróbica, se plantea un ejercicio de dos por dos con los parámetros pertinentes (tiempo, recuperación, longitud de espacio) debidamente programados.

En la misma línea, Balagué (2014) enuncia que el uso del término “integrado” en la bibliografía relacionada al entrenamiento deportivo se ha multiplicado en los últimos años. Balagué también afirma que distintos autores lo utilizan como sinónimo de multifactorial o multidisciplinar, por lo que se utiliza para definir el entrenamiento en el que concurren

diferentes elementos, componentes o procesos en cada sesión o microciclo estructurado. También plantea que como seres humanos la integración dinámica y no lineal nos caracteriza.

Los principios de integración dinámica son aplicables al ámbito de la salud como el del rendimiento, a la iniciación deportiva, deporte de élite y tanto en deportes individuales como colectivos (Balagué, 2014).

Pol (2011) plantea que, en estos últimos, considerando a cada equipo como grupo social integrado, las propuestas de entrenamiento deberán ir dirigidas no solo a los individuos sino también al equipo como entidad colectiva.

Su aplicación persigue aumentar la eficacia y eficiencia de los procesos de adaptación, la autonomía de los deportistas y su adicción positiva al deporte y su práctica (Balagué y Torrents, 2005; Seirulo, 2012).

2.7 Modelos de entrenamiento

Según Verdú (2015) existen cuatro metodologías de entrenamiento en el fútbol, las cuales serán detalladas a continuación a modo de resumen:

Global: Se presenta una situación real de juego, donde intervienen diferentes elementos como el balón, reglamento, adversarios y compañeros. Se incluyen acciones tácticas, preparación física, entre otros factores. Un ejemplo de este son los espacios reducidos.

Análítica: la cual consiste en aislar la tarea de juego real, “recortando” determinado gesto técnico para su práctica y perfeccionamiento, esta metodología se basa en la reiteración del mismo para lograr incorporación por parte del jugador. Un ejemplo es el remate en posición a portería.

Mixta: Combinación del método analítico y el método global. Comienza con un ejercicio global, después se realiza un ejercicio analítico, y se termina con un ejercicio global. Es utilizado para corregir errores que se ven en situación de juego y luego de practicarlo reiteradas veces se vuelve a incorporar al deporte en sí. Un ejemplo es un espacio reducido (posesión) 7x7- Regate 1x1- Juego reducido (posesión) 7x7 énfasis en el regate.

Sistémica: Planteo de actividades como un “todo”, en las que se lleva a cabo un proceso cognitivo donde el jugador es el verdadero protagonista del aprendizaje. El jugador interviene activamente.

A continuación, se sintetizan los conceptos de los tres modelos de entrenamiento en el fútbol más utilizados: la microestructuración y la periodización táctica.

2.7.1 Microestructuración:

Estevez (2017), en línea con otros autores, entiende a la microestructuración como un modelo de periodización del entrenamiento con cargas concentradas. Éste se caracteriza por ser un modelo centrado en el jugador, pues, a la hora de diseñar la dinámica de cargas en la planificación de la temporada se funda en las fases de adaptación de Syle y en los estados de forma propuesta por Bompa (2006). Este método se organiza a nivel estructuro-temporal con tres períodos claramente diferenciados: Pretemporada, Temporada y Descanso Activo.

El autor antes mencionado expresa dos características que hacen de la microestructuración un modelo de preparación física personal y única, ya que la misma utiliza los microciclos estructurados para la preparación semanal de la competición. Sin embargo, hay que tener en cuenta que el instrumento para preparar el jugador será, según Seirulo (1998), las situaciones simuladoras preferenciales, entendidas como tareas de entrenamiento que estimulan al jugador en todas sus estructuras, haciendo énfasis en una de ellas. Este es un modo mediante el cual, se conseguirá dar variabilidad al entrenamiento y obtener resultados emergentes de la acción sinérgica entre las capacidades trabajadas.

2.7.2 Periodización Táctica

Según Tamarit (2007), la Periodización Táctica (PT) es una metodología de entrenamiento creada hace más de treinta años por el profesor Vítor Frade, momento en que él comienza a cuestionar las metodologías de entrenamiento existentes hasta el momento.

Según Arjol (2007), Tamarit (2007) y Oliveira (2012) tal como los cita Estevez (2017, p.34) “la PT es una metodología de trabajo que se centra única y exclusivamente en el Modelo de Juego, hecho justificado al entender que el fútbol es un deporte eminentemente táctico”.

Tamarit (2007) expresa que, Frade al ver que el juego que un equipo produce no puede entenderse desde el pensamiento científico clásico (analítico y descontextualizado), dado que el fútbol se caracteriza por su globalidad, imprevisibilidad y estado no-lineal. Comienza a buscar teorías más adecuadas a los tipos de problemas que el deporte en estudio plantea, llegando así a teorías sistémicas, que junto a ciertos principios metodológicos preconizados acaban por configurar la PT.

La PT es una metodología de entrenamiento cuya preocupación máxima es el juego que un equipo pretende producir en la competición. Tamarit (2007) plantea que es por ello que el modelo de juego se asume como guía de todo el proceso, produciéndose una modelación a través de los principios, subprincipios y subsubprincipios del mismo que lo conforman, consiguiendo alcanzar así una adaptación específica y de calidad.

3. DISEÑO METODOLÓGICO

Según Sautu (2005) el diseño metodológico deberá constar de una serie de pasos, que el investigador debe llevar adelante para poder generar evidencia empírica que le permita obtener respuestas al problema en investigación. El mismo también plantea necesario que exista una relación directa entre lo expuesto en el encuadre teórico, los objetivos de la investigación y el diseño metodológico.

3.1 Modelo de investigación

Los modelos de investigación según Corbetta (2007), pueden ser positivistas, neopositivistas o interpretativos, en este último se enmarca el paradigma de este trabajo.

Dicha afirmación se fundamenta en que el investigador se sustenta en el paradigma interpretativo y desea comprender los fenómenos sociales desde la propia perspectiva de los actores involucrados, en este caso los directores técnicos de la liga de San José. Otro aspecto fundamental, es que la investigación busca analizar la muestra dentro de su contexto, en este caso cada club dentro de la liga mencionada.

Luego de enmarcar la investigación en un modelo interpretativo surge la necesidad de abordar el trabajo desde un modelo mixto, el cual, según Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2006) se caracteriza por sumar las virtudes del modelo cualitativo (subjetivo) y del modelo cuantitativo (objetivo), minimizando así las debilidades que ambas presentan por separado.

Dentro de los diseños mixtos se puede distinguir según los autores antes mencionados, a los diseños de tipo recurrente, diseños de conversión, diseños de integración y por último a los diseños secuenciales. El presente trabajo está dentro del diseño explicativo secuencial, el cual se caracteriza por dos etapas: en la primera se recaban los datos cuantitativos y luego de su posterior análisis, los datos cualitativos en base a ello. Lo que caracteriza a dicha mezcla es que los resultados cuantitativos iniciales serán sustento de información a la recolección de datos cualitativos. La segunda fase deberá ser construida a partir de los datos cuantitativos ya recogidos. (Hernandez Sampieri *et al.*, 2006)

En este trabajo no se busca generalizar a partir de los resultados obtenidos, sino que lo que realmente se busca es conocer y analizar la preferencia metodológica de la población de estudio a la hora de planificar y plantear los entrenamientos en los cuales se incluye el remate como aspecto técnico determinante del fútbol.

3.2 Nivel de investigación

Esta investigación está enmarcada en un nivel descriptivo. Estos estudios según expresan Hernández Sampieri et al., buscan especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre las variables a las que se refiere.

3.3 Tipo de diseño

El tipo de diseño en el cual se enmarca esta investigación es el no experimental, este se define como una investigación que se lleva a cabo sin manipular variables, donde el investigador observa fenómenos o situaciones de tal forma como se desarrollan en un contexto natural, para posteriormente analizarlos (Hernández Sampieri *et al.*, 2006). Estos estudios registran, miden o evalúan diversos aspectos, dimensiones o componentes de los fenómenos a investigar, en este caso la elección de los directores técnicos sobre la metodología del remate a utilizar en su equipo.

3.4 Sujetos de estudio

Según Hernández Sampieri *et al.* (2006) la muestra es un subgrupo de la población, o sea, un subconjunto de elementos que pertenece a ese conjunto definido en sus características que se conoce como población, en este caso son todos los directores técnicos de la liga de San José.

3.4.1 Tipo de muestra

La muestra está compuesta por todos los directores técnicos de los equipos de primera división que compiten en la Liga de San José, totalizando diez.

La misma coincide con el universo, ya que este es acotado lo que contribuye a la fiabilidad y a la validez del estudio. En cuanto al tipo de muestra utilizada en esta investigación se puede afirmar según los autores ya mencionados que es no probabilística, pues la misma se elige por conveniencia en relación a los objetivos propuestos, en base a esto se puede afirmar que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino

de la subcausas relacionadas con las características del investigador (subjetiva), o de quien hace la muestra.

3.5 Instrumentos de recolección de datos

Luego de haber delimitado el universo y la muestra de la investigación enmarcada en un enfoque interpretativo y un modelo descriptivo se expondrán los instrumentos de recolección de datos. En primer lugar, se utilizaron los cuestionarios vía on-line, los que consisten en un modo de obtener información preguntando a los individuos de la muestra, mediante un procedimiento estandarizado (Corbetta, 2007).

La principal característica de los cuestionarios es que la información se adquiere a través de las respuestas de los sujetos encuestados; es un método abarcativo con respuestas subjetivas y objetivas, dependiendo de las preguntas que se formulan. Luego las respuestas se agrupan y cuantifican para posteriormente ser analizadas.

También se utilizó el instrumento de observación no participante, el cual según Corbetta (2007) es definido como la técnica en la cual el investigador se adentra en un grupo social determinado sin participar ni interferir en el normal transcurso de la sesión de entrenamiento.

Batthyany y Cabrera (2011) definen la observación como un instrumento que debe estar enfocado a un objetivo de investigación, planificado de acuerdo a fases, lugares y aspectos que se desee conocer, debe estar controlada y relacionada con algunos elementos de la propia investigación.

Se realizaron diez observaciones en total, una por cada equipo de la liga, las cuales se llevaron a cabo en las prácticas en donde el cuerpo técnico entrenó el remate.

3.6 Estudio Preliminar

El estudio preliminar o estudio piloto de los instrumentos de recolección de datos utilizados en la presente investigación, los cuales están comprendidos por un cuestionario on-line y una planilla de observación, fueron testeados de la siguiente manera:

En el caso del cuestionario on-line, el cual fue aplicado a dos Directores Técnicos no pertenecientes a la liga en estudio; se pudo constatar un error, en el mismo no aparecían en el orden correcto las preguntas y otras faltaban, este aspecto fue corregido realizándose por segunda vez la misma prueba piloto, en la cual sí se recabaron los datos esperados, y el orden de las preguntas fue el correcto.

La planilla de observación fue testada en un entrenamiento de un equipo de primera división de la liga de Echilda Paullier, perteneciente al departamento de San José, y en esta instancia no se realizaron modificaciones en el instrumento.

4. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

En esta instancia del trabajo se presentan los resultados obtenidos en la recolección de datos. Se inició analizando los cuestionarios on-line aplicados a los Directores Técnicos a cargo de los equipos de primera división que compiten en la liga de San José.

Se aplicó la totalidad de diez (10) cuestionarios, comprendiendo un 100% de la muestra.

4.1 Cuestionarios a los Directores Técnicos

4.1.1 Conformación de los cuerpos técnicos

La pregunta relacionada a la conformación de cuerpos técnicos brinda la siguiente información:

Los cuerpos técnicos se conforman en un porcentaje del 70 % del total por un director técnico, un ayudante técnico y un preparador físico. En el siguiente gráfico se expone lo descrito anteriormente:

10 respuestas

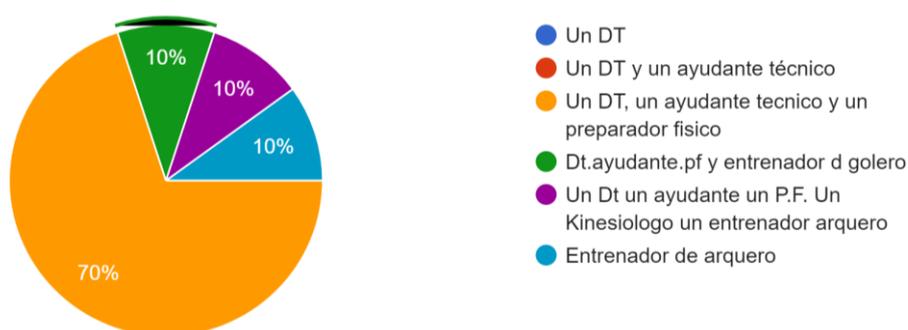


Ilustración 1. Gráfico conformación de CT

4.1.2 Formación de los entrenadores

La pregunta sobre el máximo nivel alcanzado por los directores técnicos arroja un porcentaje del 90% del total que identifica que alcanzaron algún año de nivel de secundaria.

El siguiente gráfico expone esta información:

10 respuestas

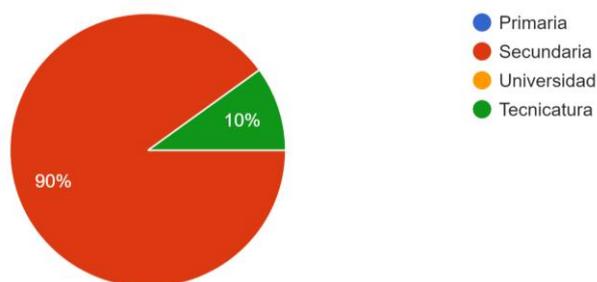


Ilustración 2. Gráfico de máximo nivel alcanzado de estudios

Se especifica ante la pregunta anterior cuál o cuáles son esos estudios alcanzados y se identifica con esta respuesta que el mayor porcentaje de directores técnicos alcanza el 3° año de secundaria aprobado como máximo nivel alcanzado, con el 55,6 %; seguido de un 33,3% quienes obtuvieron 4° año de secundaria aprobado, y con un 11,1% hasta 2° año de secundaria aprobado.

9 respuestas

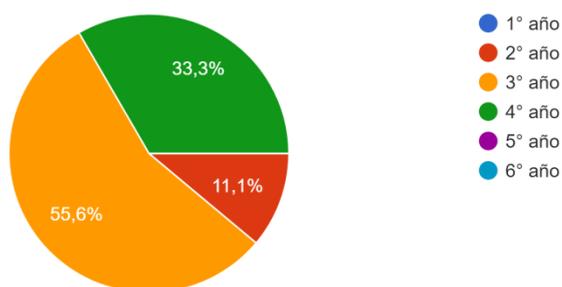


Ilustración 3. Gráfico del último año aprobado de estudios cursados

Mediante esta pregunta se logra visualizar que el 80% del total de directores técnicos a los cuales se les aplicó el cuestionario posee el título de entrenador de fútbol, siendo un

10% restante quienes se encuentran actualmente cursando los estudios para tal obtención y un 10% no posee título y no cursa estudio relacionado a dicho enfoque.

10 respuestas

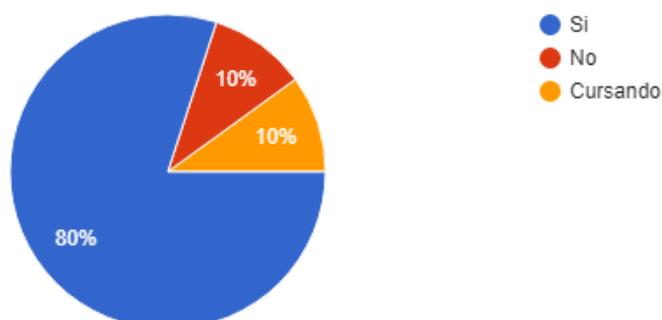


Ilustración 4. Gráfico del título de Entrenador de fútbol

Se describe a través de las respuestas de los directores técnicos que un 50 % del total posee el título de Entrenador de la Organización de Fútbol del Interior Nivel 2. Un 25 % de los mismos posee el título de Entrenador de la Asociación Uruguaya de Fútbol Licencia PRO. Se visualiza que un 12,5% posee el título del Instituto Superior de Educación Física de entrenador de fútbol y el restante 12,5% tiene el título de Entrenador de AUF Licencia C. Exponiéndose estos datos en el gráfico consiguiente:

Que título posee:

8 respuestas

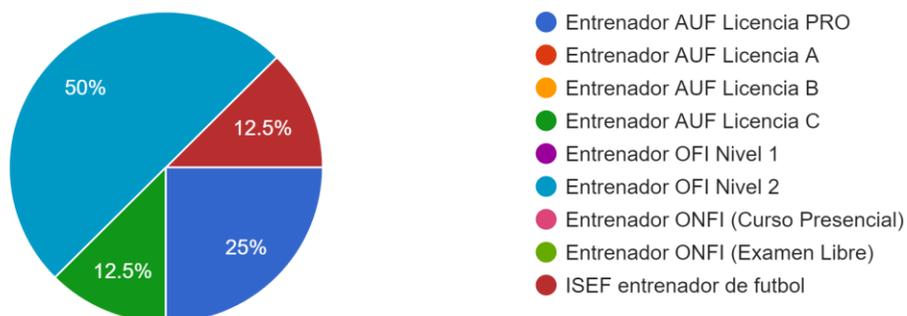


Ilustración 5. Título de Entrenadores

El mayor porcentaje de directores técnicos refiriéndose al 37,5 % del total obtuvo el título entre el año 2000 y el año 2004. Un porcentaje del 25% del total de directores técnicos obtienen el título en el año 2016; un 12,5% entre los años 2005 y 2010, otro 12,5 % entre los años 2011 y 2013 y el restante 12,5 % en el año 2014.

8 respuestas

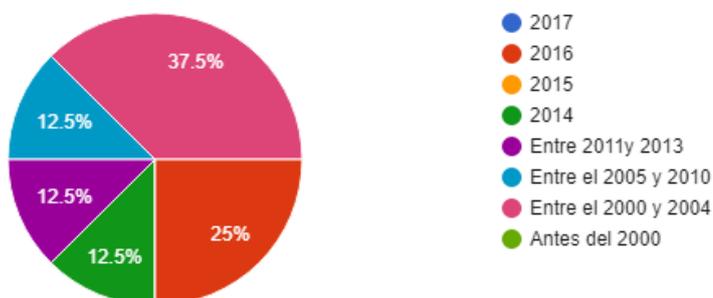


Ilustración 6. Gráfico de obtención del título de director técnico

En la siguiente pregunta se cuestiona sobre los motivos por los cuales los directores técnicos realizan el curso de entrenador de fútbol. Se presenta como respuestas que la mayoría de los directores técnicos obtiene el curso para mejor conocimiento, con un total de tres respuestas con el motivo de requisitos para dirigir y con el porcentaje mínimo de respuestas, el motivo que lleva a realizar el curso es la salida laboral.

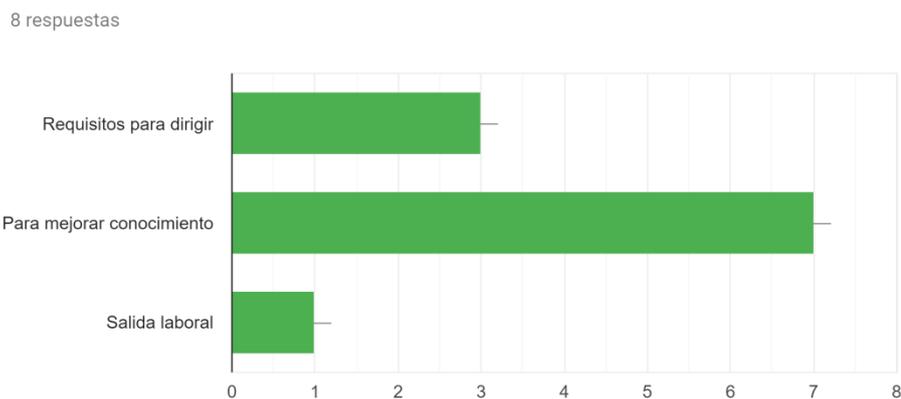


Ilustración 7. Gráfico de motivos del curso de entrenador

Se cuestionó a los directores técnicos sobre si están realizando actualmente el curso de entrenador y cuál de ellos, se encontró que el 40% del total no está realizando el curso; dividiéndose el resto del porcentaje entre los diferentes cursos de entrenador.

Los gráficos que se muestran a continuación explicitan esta información:

10 respuestas

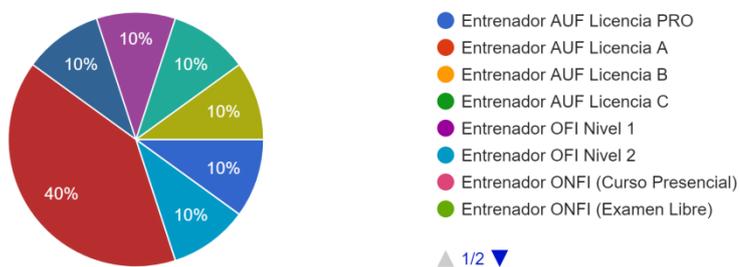
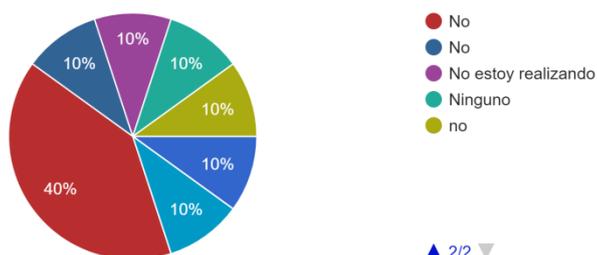
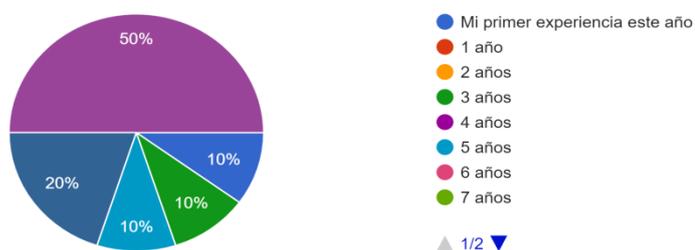


Ilustración 8. Gráfico de curso actual

10 respuestas



10 respuestas



4.1.3 Experiencia de los entrenadores en el fútbol

En el siguiente gráfico se aprecia que el 50 % del total de directores técnicos tiene una experiencia de 10 años o más en el fútbol. Un 20 % expresa que posee 9 años de experiencia, un 10 % tiene 5 años de experiencia, seguido de un 10 % que posee 3 años de experiencia y otro 10 % expresa que el año 2018 es su primer año de experiencia en fútbol.

El gráfico que se presenta a continuación expone la información descrita:

10 respuestas

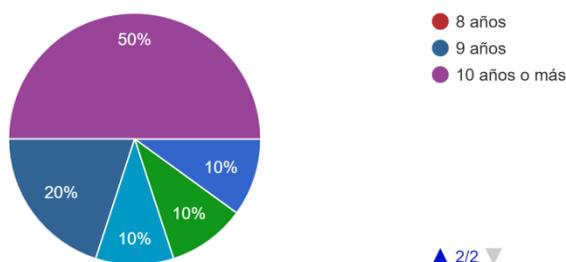


Ilustración 9. Gráfico de años de experiencia en el fútbol

4.1.4 Conocimientos que manejan los directores técnicos

En el gráfico que se aprecia a continuación, se constatan los conocimientos de los directores técnicos en diferentes áreas. El primer gráfico demuestra que el mayor porcentaje de directores técnicos posee poco conocimiento sobre las características motrices según la edad.

En otra instancia, los directores técnicos expresan que en relación a lesiones deportivas y primeros auxilios existe un conocimiento aceptable por parte de la mayoría de los mismos. En los siguientes gráficos se puede apreciar que el mayor porcentaje de directores técnicos afirma tener buen conocimiento sobre las metodologías de enseñanza.

Por otra parte, en igual porcentaje de respuestas los técnicos expresan tener buen conocimiento y conocimiento aceptable en el área de la psicología del deporte. En relación a los fundamentos técnicos y su enseñanza expresan poseer buen conocimiento, el mayor porcentaje de los mismos. Sobre reglas de juego el porcentaje mayor de directores técnicos expresa tener buen conocimiento en igual porcentaje expresan poseer amplio conocimiento.

El mayor porcentaje de directores técnicos dice tener buen conocimiento en el área de entrenamiento según la edad. Por consiguiente, el mayor porcentaje de respuestas sobre la etapa de iniciación deportiva se divide entre poco conocimiento, conocimiento aceptable y buen conocimiento.

En la siguiente pregunta perteneciente al cuestionario se presentan los campos disponibles de entrenamiento en días normales. Se visualiza que la mayoría de los equipos de fútbol entrenan en la cancha del club; en menor porcentaje en cancha alternativa; en un porcentaje bajo se aprecia que la mayoría de los equipos tiene gimnasio para entrenar en días normales, y en un alto porcentaje expresaron no poseer plaza de deportes para entrenar.

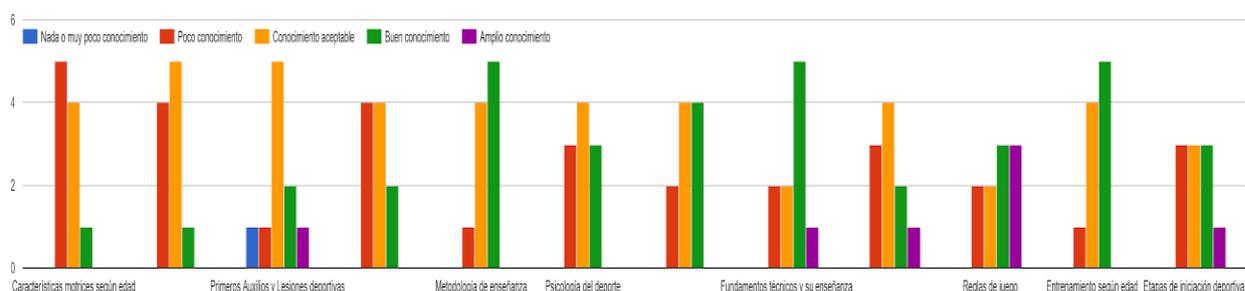


Ilustración 10. Gráfico de conocimiento de los directores técnicos en distintas áreas

4.1.5 Recursos materiales con los que cuentan los entrenadores

En el siguiente gráfico se muestran los campos disponibles para entrenar con los que cuentan los equipos de fútbol en cuestión, 5 equipos cuentan con cancha del club que se presenta en buenas condiciones para entrenar, 1 equipo refiere a la opción de excelente condición de la cancha del club, 3 equipos refieren a la opción aceptable de la cancha y 1 equipo seleccionó la opción de condición pobre de la cancha.

En relación a cancha alternativa, 4 equipos cuentan con ésta, manifestando que se encuentra en buenas condiciones; otros 4 equipos expresan contar con cancha alternativa en condiciones malas, y dos equipos cuentan con cancha alternativa en condición aceptable.

Por otro lado se interroga sobre las si los equipos cuentan con gimnasio disponible para entrenar en días normales y en qué situaciones se encuentra el mismo; en este sentido se obtuvo como dato que 4 equipos de fútbol no cuentan con este espacio físico para trabajar, 2 equipos dicen contar con gimnasio en excelentes condiciones, otros 2 equipos cuentan con gimnasio en buenas condiciones, un equipo en condición aceptable y un equipo en pobres condiciones.

Por último, se pregunta sobre si los equipos cuentan con plaza de deportes y sus condiciones y se obtuvo como respuesta que 6 equipos no cuentan con este espacio, 2 equipos dicen contar con plaza de deporte en buenas condiciones, un equipo cuenta con plaza de deporte en condiciones pobres y un equipo cuenta con este espacio en malas condiciones.

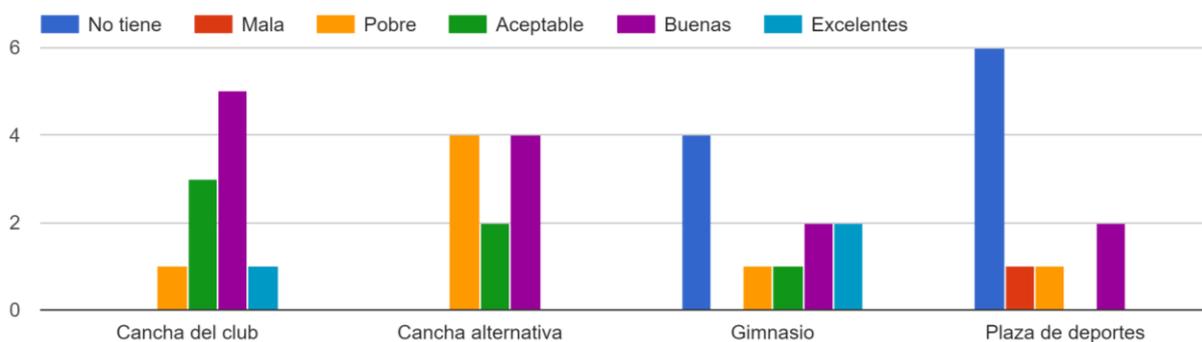


Ilustración 11. Gráfico de campos disponibles para entrenar en días normales

Se interroga a los directores técnicos sobre las condiciones de entrenamiento en días de lluvia y los espacios físicos.

Se puede visualizar que el 60 % del total de los equipos, en días de lluvia entrena en ocasiones en gimnasio, plaza de deporte u otro; y el restante 40 % entrena siempre en días de lluvia en gimnasio, plaza de deportes u otro espacio, lo cual se ilustra en el gráfico siguiente:

10 respuestas



Ilustración 12. Gráfico de entrenamientos en días de lluvia

En el gráfico siguiente se visualiza que el mayor porcentaje de directores técnicos posee materiales para trabajar siendo éstos: pelotas, conos, estacas, chalecos, vallas, aros, arcos móviles, en menor cantidad poseen barreras móviles.

Que materiales posee:

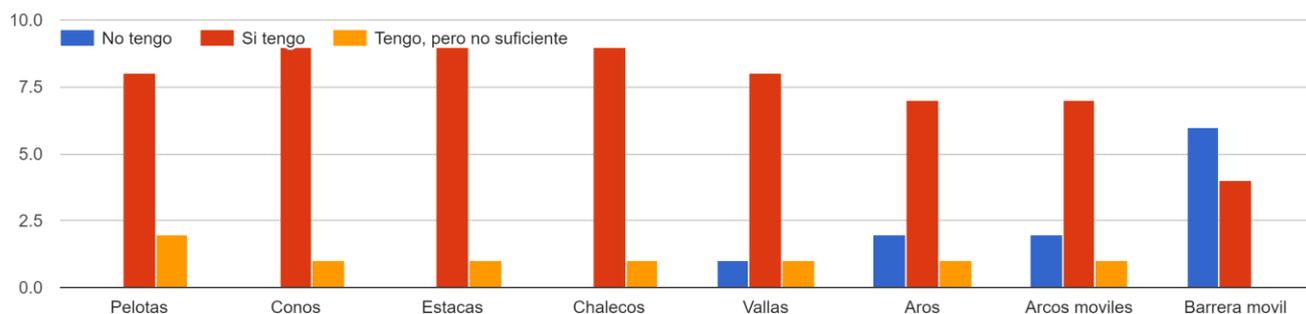


Ilustración 13. Gráfico materiales que posee los DT

4.1.6 Periodización de los entrenamientos

El siguiente gráfico presenta la cantidad de días que se entrena por semana habitualmente. Se muestra que un 90 % de los equipos de fútbol de la liga de San José entrena 4 veces por semana, y un 10 % del total, 3 veces por semana.

10 respuestas

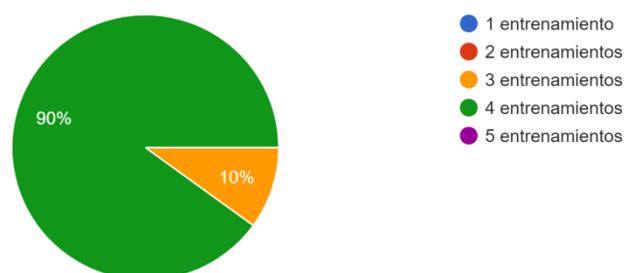


Ilustración 14. Gráfico de días de entrenamiento semanal

El 70 % de los directores técnicos expresa que el tiempo aproximado de cada entrenamiento consta de entre 1 hora 30 minutos y 2 horas, y otro 30 % dedica 1 hora y 1 hora 30 minutos.

Cuanto tiempo por entrenamiento aproximado habitualmente:

10 respuestas

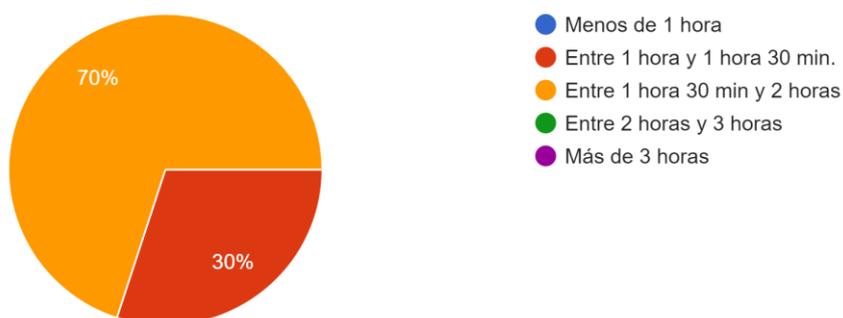


Ilustración 15. Gráfico tiempo dedicado al remate

En relación a la planificación de los directores técnicos se visualiza que un 90 % planifica semanalmente, y el resto del porcentaje planifica anualmente, correspondiendo a un 20 % del total, otro 20 % planifica mensualmente y un 10 % dice planificar por entrenamiento.

10 respuestas

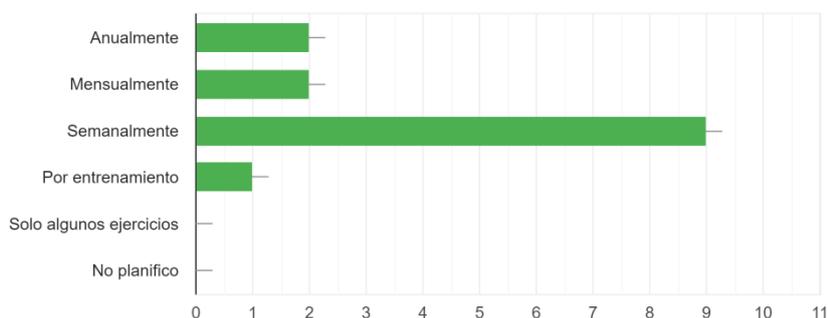


Ilustración 16. Gráfico de planificación de entrenamientos

La siguiente pregunta hace referencia a la evaluación de los directores técnicos. En el gráfico puede apreciarse que el mayor porcentaje, siendo este un 30%, evalúa al principio y al final del año. Un 20% dice evaluar al principio, en la mitad y al finalizar el año, otro 20% evalúa mensualmente, y el restante 20% dice evaluar al finalizar el año, por último un porcentaje del 10% dice evaluar aleatoriamente.

10 respuestas

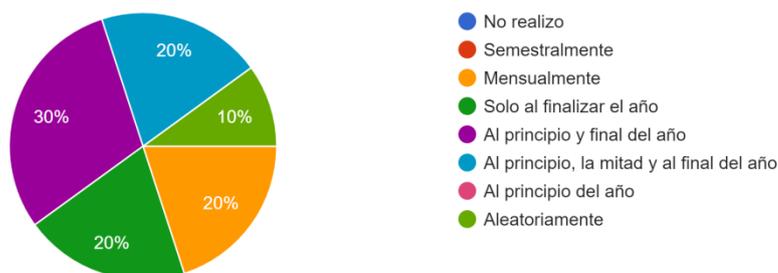


Ilustración 17. Gráfico de realización de evaluaciones

4.1.7 Tiempo dedicado al remate específicamente

En el cuestionario se presenta una pregunta asociada al tiempo dedicado al remate específicamente, y se visualiza en el gráfico que los directores técnicos expresan trabajar este aspecto una vez por semana entre 15 y 30 minutos, dos veces por semana entre 15 y 30 minutos y entre 30 minutos y 1 hora; tres veces por semana dicen trabajar entre 15 y 30 minutos; y cuatro veces por semana entre 15 y 30

minutos.

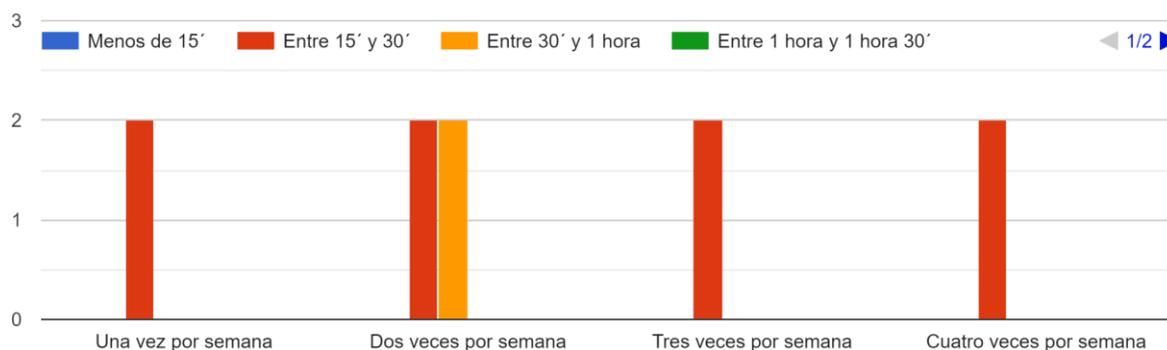


Ilustración 18. Gráfico del tiempo dedicado al entrenamiento del remate

4.1.8 Metodología y modelos de entrenamiento

A continuación, se expresan los resultados a la pregunta perteneciente al cuestionario que refiere al/los modelo/s en que se basan los directores técnicos para entrenar el remate.

Se visualiza que hay gran variedad de respuestas; el mayor porcentaje de respuesta (con un 80 %) utiliza el modelo de situaciones problema. Seguido de un 60 % del total de directores técnicos que dicen basarse en el modelo global para entrenar el remate; de la misma forma, un 60 % expresa trabajar con el modelo analítico, un 30 % del total de directores técnicos expresa trabajar el remate con el modelo comprensivo y en menor porcentaje con tan solo un 10 % plantea entrenar el remate con el modelo descompositivo.

(marque todas las que utilice al menos una vez por semana)

10 respuestas

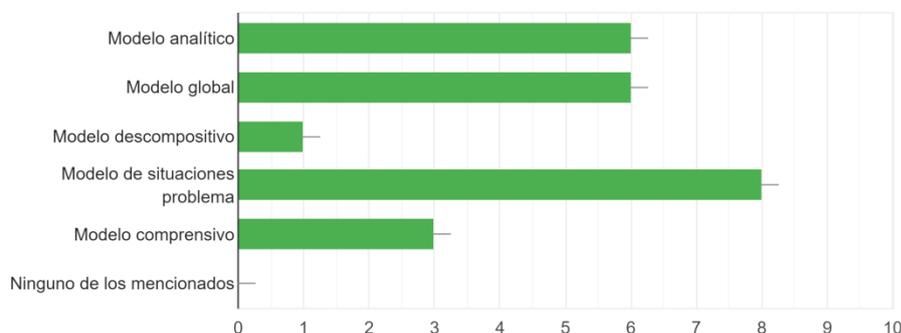


Ilustración 19. Gráfico de los modelos utilizados para el entrenamiento del remate

En el cuestionario aplicado a los directores técnicos se interroga a los mismos sobre qué ejercicios suelen utilizar con mayor frecuencia para entrenar el remate, siendo esta una pregunta abierta de la cual se obtuvo variadas respuestas. Entre ellas se presentan las siguientes: “táctico”, “pelota quieta y en movimiento”, “desmarque y apoyo para luego finalizar”, “situaciones de juego y a balón parado”, “con recepción y descarga”, “remates al arco, definiciones hacia arcos pequeños y definiciones a diferentes zonas”.

La posterior pregunta del cuestionario refiere a la identificación del/los método/s con que se identifica cada director técnico. A lo que se obtuvo las siguientes respuestas: “integral”, “situaciones problema”, “psicológico”, “prueba y competición”, “técnico táctico”, “integrado”, “analítico”, “específico”, “funcional”.

4.1.9 Actualización de conocimientos

La siguiente pregunta plantea la interrogante a los directores técnicos sobre cómo se informa y / o actualiza como entrenador.

Gran parte del porcentaje total de directores técnicos - un 70% - expresa informarse o actualizarse mediante colegas entrenadores, y con el mismo porcentaje declaran hacerlo a través de charlas y/o seminarios. Entre otras respuestas se visualiza que los directores técnicos se informan mediante lectura de artículos, lectura de libros, con colegas preparadores físicos, correspondiendo estas respuestas a un 60 % del total. Con un 50% del total de directores técnicos se encuentra a aquellos que dicen asistir a cursos presenciales para informarse y/o actualizarse, en menor porcentaje, tan solo un 10 % realiza cursos online y cursos semipresenciales con un porcentaje menor de un 10%.

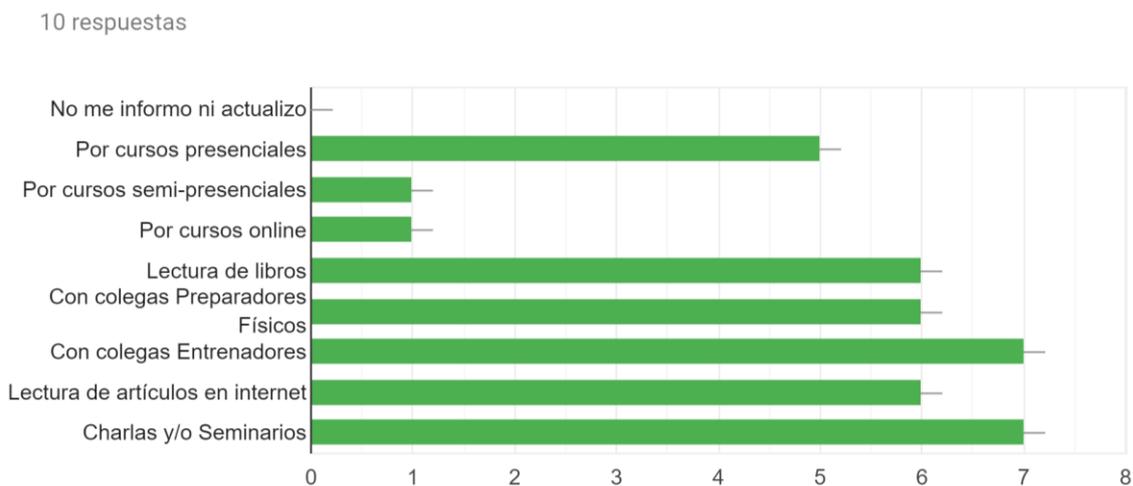


Ilustración 20. Gráfico de actualización de los directores técnicos

A continuación, se presenta el gráfico a la pregunta sobre si le gustaría o interesaría a los directores técnicos actualizarse y de qué forma. En mayor porcentaje se declara tener interés sobre cursos presenciales en un total del 90%, seguido de charlas y/o seminarios con un 80 %, existiendo otras opciones de las cuales se respondieron en menor porcentaje refiriéndose a cursos online y cursos semipresenciales.

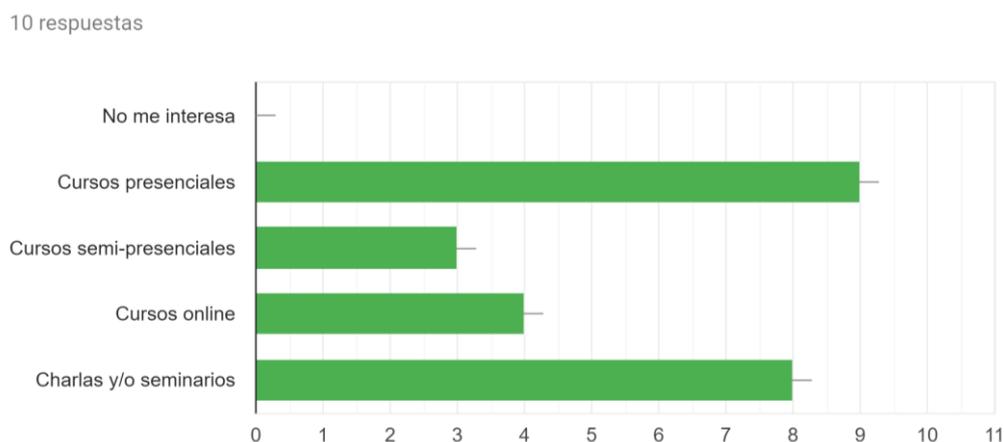


Ilustración 21. Gráfico de interés por actualizar sus conocimientos

Todas las ilustraciones son elaboración propia D'Ottone-Ciccolo (2018)

4.2 Fichas de observación

Con respecto a la ficha de observación cabe destacar que el objetivo de la misma fue contabilizar los minutos dedicados específicamente a la técnica del remate, bajo qué metodología de trabajo y con qué tipo de ejercicios.

En los datos aportados por las fichas de observación, se nota que, en un total de 10 sesiones de entrenamiento, las cuales suman 14,3 horas (858 minutos) de trabajo aproximadamente, se percibe que 585 minutos fueron destinadas específicamente al entrenamiento del remate, tiempo que comprendió un 68.1% del total de los entrenamientos observados.

De los 585 minutos en los que se practicó el remate se pudo visualizar dentro de las metodologías de entrenamiento utilizadas, la global, analítica, mixta o estructurada, en donde la global fue utilizada en el 90% de los entrenamientos observados, la analítica en el 60% (ambas metodologías coinciden en una misma sesión en varias ocasiones) y en el 0% de las prácticas la metodología mixta. La metodología global es la más utilizada por los entrenadores.

Los ejercicios más utilizados dentro de la metodología global fueron: duelos en superioridad numérica en ataque con finalización en remate (4x3, 3x2, 2x1) y sistemas colectivos tácticos con culminación en remate. Luego le sigue la metodología analítica con ejercicios como remates en posición, remates con carrera, remates con balón en el aire, conducción entre conos y remate. Por último, la metodología mixta o estructurada, en donde el ejercicio que predominó fue el fútbol en espacios reducidos.

Se pudo observar en los entrenamientos pocas correcciones técnicas en cuanto al remate y su ejecución, en alguna ocasión enfatizaban que apunten al arco o que acomoden el cuerpo, pero nada específico. Tampoco se utilizaban ambos perfiles para rematar, pues esto quedaba a criterio de los jugadores.

Otro aspecto que se visualizó fue el uso de materiales convencionales a la hora de llevar a cabo las prácticas: conos, pelotas, chalecos, cintas, aros.

5. DISCUSIÓN

Se inicia la discusión en base a los resultados obtenidos en los instrumentos de recolección de datos y los objetivos específicos planteados al inicio del trabajo.

En el cuestionario a los directores técnicos se constata que ocho de los diez encuestados poseen título que los habilita a dirigir. El 50% de estos ocho tiene el título de Entrenador de la Organización de Fútbol del Interior Nivel 2; un 25% posee el título de Entrenador de la Asociación Uruguaya de Fútbol Licencia PRO, mientras que un 12,5% está titulado por el Instituto Superior de Educación Física de entrenador de fútbol y el 12,5% restante tiene el de Entrenador de AUF Licencia C. De los dos restantes, un director técnico se encuentra realizando el curso y el otro no lo cursó ni lo está cursando.

Se puede expresar en base a esta información que la formación general de directores técnicos que dirigen en la liga de San José es la mínima requerida para esa función. Sobre las temáticas en las que fueron interrogados los directores técnicos se pudo constatar falta de teoría sobre todo en las metodologías de entrenamiento del deporte en estudio, aunque la mayoría de ellos declara poseer un buen conocimiento sobre el tema.

La pregunta del cuestionario que refiere a cuál de los métodos de entrenamiento identifica a cada director técnico, se obtuvieron las siguientes respuestas: “integral”, “situaciones problema”, “sicológico”, “prueba y competición”, “técnico táctico”, “integrado”, “analítico”, “específico”, “funcional”, en las que se evidenció la falta de información en cuanto a metodologías de entrenamiento refiere, basándose en los autores citados en el presente encuadre teórico.

Para comprender la relación existente entre la teoría, la recolección de datos y objetivos presentes en el trabajo es necesario describir las propuestas metodológicas orientadas al remate, observadas en los entrenamientos de dichos equipos. Como se pudo visualizar en la presentación de datos las metodologías que predominan son las siguientes:

El modelo de situaciones problemas de Cavalli (2008), fue el más escogido en el cuestionario por los directores técnicos, pues fue elegido por 8 de los 10 encuestados; se podría afirmar que este modelo tiene similitudes en la puesta en práctica con los ejercicios que caracterizan a la metodología global, pues en ellos el jugador se ve obligado a la toma de decisiones y la aplicación del gesto técnico adecuado (de qué forma y en qué momento debe rematar).

La metodología global con ejercicios de duelos en superioridad numérica en ataque con finalización en remate (4x3, 3x2, 2x1), ejercicios de espacio reducido (7x7) y sistemas colectivos tácticos con culminación en remate, fue la segunda mencionada en los cuestionarios conjuntamente con la analítica, aunque fue la más utilizada en los

entrenamientos. De esta manera surge una discordancia entre ambos instrumentos de recolección de datos, constatándose en las observaciones que el método más utilizado fue el global por encima del analítico. También reafirma lo antes expuesto, el estudio de Ferrán y Figueredo (2016), en donde se concluyó que la metodología de enseñanza más utilizada por los entrenadores de quinta división del fútbol uruguayo es la global.

La metodología analítica con ejercicios como remates en posición, remates con carrera, remates con balón en el aire, conducción entre conos y remate (sin oposición) fue elegida en igual medida que la global en los cuestionarios, por los entrenadores (siete optaron por ella), pero ocupó el segundo lugar detrás de la global en la observación de la sesión de entrenamiento.

Cabe destacar que los datos antes mencionados concuerdan en parte con un estudio realizado por Ferrán y Figueredo (2016), cuyo objetivo fue identificar qué tipos de metodologías utilizaron los entrenadores en la enseñanza y perfeccionamiento de la técnica y la táctica en categorías formativas del fútbol uruguayo masculino en la relación a la mejora de la definición durante el período competitivo en el año 2016, la cual evidenció que la metodología más utilizada por dichos entrenadores es la global.

En relación al segundo objetivo específico de la investigación: determinar los criterios de los cuerpos técnicos con respecto al remate como técnica deportiva se puede visualizar en los cuestionarios que le dedican entre 30 y 180 minutos por semana (microciclo) al entrenamiento específico del remate. Mientras que, en las fichas de observación, de un total de 858 minutos de entrenamiento, correspondientes a diez prácticas observadas, le fue dedicado 585 minutos específicamente al entrenamiento del remate. Si este tiempo en minutos dedicado al remate se lo dividiese entre diez, ósea que cada entrenador le dedica en promedio unos 58,5 minutos al mismo, por sesión; lo que se acerca más al tiempo mínimo expresado en los cuestionarios (30 minutos por sesión), que al máximo dedicado al gesto en estudio (180 minutos por sesión).

Con respecto al tercer objetivo específico en estudio: describir la importancia que los profesionales le asignan al remate en la periodización de los entrenamientos, lo que evidencia que más de un 68,2% del tiempo total del entrenamiento, son planteados ejercicios que comprenden el remate como gesto técnico.

Partiendo de la base que según Vera Rivera y Hernández Gamboa (2013) la acción técnica táctica del tiro a portería (remate) se define como la acción más importante del juego ya que mediante ella se consigue el objetivo fijado, se le debería dar ese nivel de destaque también en su entrenamiento por eso es trascendental que todo método que se aplique en el mismo, termine con un tiro a portería. En base a lo expuesto, si el tiempo comprometido a la mejora del mismo es mayor que el 50%, se puede afirmar que el gesto se ve estimulado desde lo táctico. No obstante, en las observaciones recogidas se evidenciaron muchos

errores en la técnica del gesto, y escasas correcciones por parte de los entrenadores para mejorar el mismo. Los autores Vera Rivera y Hernández Gamboa (2013) exponen que los errores más comunes en la acción en estudio se dan en los remates desde diferentes distancias y sobre todo cuando es utilizado el pie menos dominante, pero también son factores que perjudican la obtención del gol, la falta de precisión y fuerza en el golpeo del balón, nada de esto fue corregido específicamente como se menciona en el párrafo anterior por ninguno de los directores técnicos, ni lo propusieron como un objetivo claro manifestado a sus jugadores a la hora de efectuar la acción.

En relación con lo antes expuesto se puede constatar en el antecedente de Silva e Iriando (2016), referido a las acciones de balón parado en el fútbol uruguayo, sobre las metodologías de enseñanza y entrenamiento en categorías sub 14, que los entrenadores no le asignan gran importancia a la mejora de dichas acciones ofensivas, coincidiendo así la poca categorización que los directores técnicos le asignan a la técnica de remate como elemento fundamental para conseguir el objetivo del fútbol.

Otro estudio pertinente, pero desde la óptica del entrenamiento de las capacidades aplicadas en la técnica en estudio, fue el de Arenas y Arango (2016) de Bogotá, Colombia, en el que se planteó qué incidencia tiene un programa de entrenamiento basado en el método pliométrico, con relación a la fuerza explosiva tras un remate en fútbol sala. A partir de la aplicación del programa con base en el método pliométrico con un grupo de ocho futbolistas, en el pre-test y post-test, se pudo concluir, que el grupo experimental tuvo un incremento significativo en las variables independientes como lo son la fuerza explosiva y la velocidad del balón, con relación a este antecedente se pudo evidenciar en los entrenamientos observados que no fue objetivo de los mismos trabajar el remate desde una mirada del entrenamiento de la fuerza, pues no se realizaron ejercicios de transferencia, ni tampoco ejercicios específicos de fuerza en los principales grupos musculares implicados en la acción técnica en estudio.

6. CONCLUSIONES

Finalizada la discusión, se evidencia que la formación que los directores técnicos poseen es la mínima requerida, ninguno de ellos alcanza un nivel académico terciario y tampoco poseen mayor formación en el área de la metodología del deporte, tema central de esta investigación. Si bien la mayoría de los directores técnicos declara en los cuestionarios tener buen conocimiento sobre métodos de entrenamiento y su aplicación, esto se desdibuja cuando se les solicita mencionarlos, surgiendo errores de conceptos y teoría sobre los mismos, reflejándose también en las propuestas que se visualizaron en las observaciones.

Con respecto a la aplicación de la metodología en las sesiones observadas, se vio reiteración de propuestas en los diferentes clubes. Los entrenadores comentaban que se produce una rotación de ellos por los diez cuadros que compiten en la Liga de San José, y por esto no se da una innovación en propuestas metodológicas, utilizando métodos ortodoxos.

En los ejercicios escogidos por los directores técnicos para el entrenamiento del remate, se puede concluir que en la mayoría de las actividades que se desarrollan desde una metodología global, se utiliza el remate como finalización de las mismas. Es en estas instancias en donde se identifica la inexistencia, o escasas correcciones en aspectos técnicos, para que el gesto sea eficaz (zona de contacto del pie con el balón, posición del cuerpo, dirección del mismo, puntería). Incluso en las propuestas metodológicas analíticas, tampoco se observaron correcciones técnicas por parte de los entrenadores. Sí, se enfatizó en los aspectos negativos, con frases como “no podés pegarle así”, “todas afuera están tirando, muchachos”, “un desastre”, entre otras.

También cabe destacar que se notó nula utilización de la metodología mixta. De esta manera se concluye que los errores ya mencionados en el gesto técnico del remate en instancias globales, se podrían aislar con ejercicios analíticos para su corrección y posterior incorporación al trabajo global nuevamente motivando el mismo de forma adecuada con reglas dentro de la actividad que propicien el remate.

Definiendo al remate como una de las acciones determinantes para llegar al objetivo de juego, se considera que debería ampliarse el abanico de posibilidades metodológicas y con ellas los ejercicios y actividades propuestas para alcanzar el gesto más eficaz a la hora de realizar dicha acción ofensiva.

Quizás pueda servir como disparador para otras preguntas de investigación o futuras hipótesis: ¿cuál es el rol que ocupa el preparador físico en estos clubes?, ¿qué cambios en la formación de los directores técnicos deberían implementarse?, ¿de qué manera motivar a los técnicos para que opten por actualizar conocimientos en virtud de mejorar su labor?.

La mayor dificultad que se presentó durante la investigación fue la suspensión del campeonato por el período de un mes, debido a una situación particular. Período en el cual muchos equipos dejaron de entrenar y esto retrasó la recolección de datos, se considera que haber observado un microciclo de entrenamiento por equipo habría aportado más material al estudio.

Es importante destacar la buena disposición de todos los actores involucrados en el presente trabajo, a la hora de responder los cuestionarios y de abrir las puertas de sus entrenamientos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alzamora, E., Carbonell, J.A., Pascual, N., Pérez, J. (2015). *Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base*. Murcia, España: Federación Española de Docentes de Educación Física (FEADEF).
- Arango Quintero, O. A., y Arenas Manrique, M. A. (2016). *Programa de entrenamiento pliométrico para el remate en fútbol sala en categoría juvenil de selección Chía*. Trabajo final de grado (Licenciatura en deporte) Universidad Pedagógica Nacional. Bogotá, Colombia.
- Balagué Serre, Natalia., Torrents Martín, Carlota., Pol Cavanellas, Rafael, y Seiru-lo Vargas, Francisco. (2014). *Entrenamiento integrado. Principios dinámicos y aplicaciones*. Apunts: Educación Física y Deportes, 116, 60-68.
- Batthyany, K. y Cabrera, M. (2011). *Metodología de la investigación en Ciencias Sociales*. Montevideo, Uruguay: Comisión Sectorial de Enseñanza de la Udelar.
- Bompa, T. (2006). *Periodización del entrenamiento deportivo (Vol. 24)*. Barcelona, España Editorial Paidotribo.
- Blázquez Sánchez, D. (2006). *La Educación Física*. Barcelona, España: INDE Publicaciones.
- Castelo, J. F. (1999). *Fútbol: estructura y dinámica del juego*. Barcelona. España. Paidotribo
- Cavalli, D. (2008). *Didáctica de los deportes de conjunto*. Buenos Aires, Argentina: Stadium SRL.
- Corbetta, P. (2007). *Metodología y técnicas de la investigación social*. Madrid, España: Mc Graw Hill.
- Cuevas Campos, R., Calderón, A., García López, L.M., y Serra Olivares, J. (2015). *Relación del conocimiento táctico de jóvenes futbolistas con la edad, la experiencia y el nivel de pericia*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15, (3), 105-112. Recuperado de <https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/47494/1/244521-851271-1-SM.pdf>
-

- Csanádi, Á. (1984). *Fútbol: técnica, táctica y sistemas de juego. Preparación física. Entrenamiento*. Barcelona, España: Editorial Planeta.
- Estévez, P. (2017). *Modelo de juego como pilar de la "preparación física" en el fútbol*. España: Fútbol de libro.
- Ferrán, Martín; Figueredo, Franco. *Metodología de enseñanza y entrenamiento técnico y táctico en categorías formativas del fútbol uruguayo*. 2016. Trabajo final de grado (Licenciatura de educación física, recreación y deporte) Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, Montevideo, 2016.
- García López, J., Martín, J., y Da Silva, M. (2018). Los sistemas complejos y el mundo del deporte. *Revista Andaluza De Medicina Del Deporte*, 3(1), 13-22.
- Gómez y Peruchena (2015) *Estudio de la eficacia del remate teniendo en cuenta los factores de pierna dominante / no dominante, tiempo y zonas del mismo en los jugadores de la selección uruguaya de fútbol en el período Copa América 2015 – Copa América Centenario 2016*. Trabajo final de grado IUACJ, Montevideo. Heddergott, K. H. (1978). *Fútbol: del aprendizaje a la competencia*. Alemania: Kapelusz.
- Hernández Moreno, J. (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona. España. Inde.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la investigación* (4ta ed.). México D.F: McGraw-Hill Interamericana.
- Hernández, R., Fernández, Collado., y Baptista Lucio. (2010). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México: Mc Graw Hill.
- Khun, T. (1962). *La Estructura de las Revoluciones Científicas*, México: Fondo de Cultura Económica.
- Pancorbo, A. (2012) *Medicina y ciencias del deporte y actividad física*. Barcelona, España: Océano.
- Parlebas, P. (2001) *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Roca, A. (2008). *El proceso de entrenamiento en el fútbol. Metodología de trabajo en un equipo profesional*. Barcelona, España: Paidotribo.

- Sans, A., y Frattarola, C. (1998). *Fútbol base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Sautu, R., Boniolo, P., Dalle, P. y Elbert, R. (2005). *Manual de metodología*. Buenos Aires, Argentina: Colección Campus Virtual.
- Seirulo, F. (1998). *Preparación física en deportes de equipo. Curso de Postgrado en Preparación Física*, La Coruña: Barcelona, España: Mastercede.
- Silva, R. e Iriando, S. (2016) *Acciones a balón parado en el fútbol uruguayo: metodología de enseñanza y entrenamiento en categorías sub-14* (Tesis de grado). IUACJ, Montevideo.
- Solé Fortó, J (1995). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Barcelona, España. SicropatSport
- Tamarit Gimeno, X. y Conde Moldes, M. (2007). *¿Qué es la periodización táctica?. Vivenciar el juego para condicionar el juego*. Pontevedra, España: MCSports.
- Taylor, S., y Bogdan, R. (1998). *Introducción a los métodos cualitativos de información*. Barcelona, España: Paidós Básica.
- Universitat de Barcelona. Departamento de psicología social y psicología cuantitativa. (s.f.) *El modelo de Selye*. Recuperado de http://www.ub.edu/psicologia_ambiental/unidad-4-tema-8-2-1
- Vera Riviera, y Hernández Gamboa. (2013). *Ciencia y Metodología del Entrenamiento del Remate en el Fútbol*. Buenos Aires, Argentina.
- Verkhoshansky, Y. (2001). *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo (Vol. 24)*. Barcelona, España. Paidotribo.
- Weineck, E. J. (2005). *Fútbol total: el entrenamiento físico del futbolista*. Barcelona, España: Paidotribo.

ANEXOS

ANEXO 1

Cuestionario a los técnicos de primera división de la Liga de San José

Se ruega la mayor HONESTIDAD posible, ya que es un trabajo académico, para una tesis final de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, cuyo objetivo es el análisis de la metodología del remate utilizada en la primera división de la liga de San José. Se necesitan los datos más precisos y reales posibles, para poder recabar la mayor información de la realidad del fútbol en el departamento. Sus respuestas son anónimas. El cuestionario le llevará 5 minutos aproximadamente. Desde ya muchas gracias.

***Obligatorio**

¿Cómo se conforma el CT? *

Un director técnico

Un director técnico y un ayudante técnico

Un director técnico, un ayudante técnico y un preparador físico

Otros:

¿Hace cuánto tiempo trabaja en el club actual? *

Estudios cursados

Estudios Cursados (Máximo nivel alcanzado) *

Primaria

Secundaria

Universidad

Tecnicatura

Si eligió la opción: PRIMARIA

Último año aprobado *

Elegir

Si eligió la opción: SECUNDARIA

Último año aprobado *

Elegir

Si eligió la opción: UNIVERSIDAD

Último año aprobado: *

Elegir

Carrera: *

Situación actual: *

Elegir

Si eligió la opción: TECNICATURA

Último año aprobado: *

Elegir

Tecnicatura: *

Situación actual: *

Elegir

Usted posee el título de Entrenador de Fútbol:

Tiene el título: *

Si

No

Cursando

Qué título posee: *

Entrenador AUF Licencia A

Entrenador AUF Licencia B

Entrenador AUF Licencia C

Entrenador AUF Licencia D

Entrenador OFI Nivel 1

Entrenador OFI Nivel 2

Entrenador ONFI (Curso Presencial)

Entrenador ONFI (Examen Libre)

Reválida por Prof. Educación Física

Otros:

Cuándo obtuvo el título: *

Elegir

Motivos que lo llevó a realizar el curso de entrenador: *

Requisitos para dirigir

Para mejorar conocimiento

Salida laboral

Otros:

¿Por qué no ha realizado el curso de entrenador?:

Motivos: *

No lo necesita

Por falta de acceso a los cursos por cercanía geográfica

Por falta de tiempo para asistir a los cursos presenciales

Por motivos económicos

Otros:

Está cursando actualmente:

Qué curso está realizando: *

Entrenador AUF Licencia A

Entrenador AUF Licencia B

Entrenador AUF Licencia C

Entrenador AUF Licencia D

Entrenador OFI Nivel 1

Entrenador OFI Nivel 2

Entrenador ONFI (Curso Presencial)

Entrenador ONFI (Examen Libre)

Reválida por Prof. Educación Física

Otros:

Motivos que lo llevaron a realizar el curso de entrenador: *

Requisitos para dirigir

Para mejorar conocimiento

Salida laboral

Otros:

Experiencia como directores técnicos de fútbol:

Años de experiencia en el fútbol: *

Elegir

¿Qué conocimientos del curso de entrenador maneja mejor?:

En su opinión, cuál es el conocimiento que cree tener en cada tema: *

Nada o muy poco conocimiento

Poco conocimiento

Conocimiento aceptable

Buen conocimiento

Amplio conocimiento

Características motrices según edad

Anatomía y Fisiología

Primeros Auxilios y Lesiones deportivas

Nutrición e Hidratación

Metodología de enseñanza

Psicología del deporte

Proceso táctico de acuerdo a las edades

Fundamentos técnicos y su enseñanza

Enseñanza del arquero

Reglas de juego

Entrenamiento según edad

Etapas de iniciación deportiva

Características motrices según edad

Anatomía y Fisiología

Primeros Auxilios y Lesiones deportivas

Nutrición e Hidratación

Metodología de enseñanza

Psicología del deporte

Proceso táctico de acuerdo a las edades

Fundamentos técnicos y su enseñanza

Enseñanza del arquero

Reglas de juego

Entrenamiento según edad

Etapas de iniciación deportiva

Campos disponibles para entrenar:

Campos disponibles para entrenar en días normales: *

No tiene

Mala

Pobre

Aceptable

Buenas

Excelentes

Cancha del club

Cancha alternativa

Gimnasio

Plaza de deportes

Cancha del club

Cancha alternativa

Gimnasio

Plaza de deportes

Entrena los días que la cancha NO está en condiciones: (ej: día algo lluvioso) *

No se entrena NUNCA en días de lluvia

No se entrena por falta de lugar disponible para entrenar

Se entrena EN OCASIONES en gimnasio, plaza de deportes u otro

Se entrena SIEMPRE en gimnasio, plaza de deportes u otro

Materiales disponibles para entrenar:

Que materiales posee: *

No tengo

Si tengo

Tengo, pero no suficiente

Pelotas

Conos

Estacas

Chalecos

Vallas

Aros

Arcos móviles

Barrera móvil

Pelotas

Conos

Estacas

Chalecos

Vallas

Aros

Arcos móviles

Barrera móvil

El entrenamiento

Cuántos días entrena a la semana habitualmente: *

1 entrenamiento

2 entrenamientos

3 entrenamientos

4 entrenamientos

5 entrenamientos

Cuánto tiempo por entrenamiento aproximado habitualmente: *

Menos de 1 hora

Entre 1 hora y 1 hora 30 min.

Entre 1 hora 30 min y 2 horas

Entre 2 horas y 3 horas

Más de 3 horas

¿Usted planifica los entrenamientos?:

Planifica: *

Anualmente

Mensualmente

Semanalmente

Por entrenamiento

Solo algunos ejercicios

No planifico

Realiza evaluaciones: *

No realizo

Semestralmente

Mensualmente
 Solo al finalizar el año
 Al principio y final del año
 Al principio, la mitad y al final del año
 Al principio del año
 Aleatoriamente

Métodos de entrenamiento

¿Qué métodos de entrenamiento conoce?: *

Tu respuesta

¿Con cuál de los métodos que conoce se identifica? *

Tu respuesta

¿Cuánto tiempo dedica al entrenamiento del remate específicamente?:

*

Menos de 15´
 Entre 15´ y 30´
 Entre 30´ y 1 hora
 Entre 1 hora y 1 hora 30´
 Entre 1 hora 30´ y 2 horas
 Más de 2 horas
 Una vez por semana
 Dos veces por semana
 Tres veces por semana
 Cuatro veces por semana
 Cinco veces por semana
 En todas las prácticas
 Una vez por semana
 Dos veces por semana
 Tres veces por semana
 Cuatro veces por semana
 Cinco veces por semana
 En todas las prácticas

¿En qué modelo se basa para entrenar el remate?

(marque todas las que utilice al menos una vez por semana) *

Modelo analítico
 Modelo global
 Modelo descompositivo
 Modelo de situaciones problema
 Modelo comprensivo
 Ninguno de los mencionados

Otros:

¿Qué ejercicios suele utilizar con mayor frecuencia para entrenar el remate?

¿Usted se informa o actualiza como entrenador?

Cómo se informa o actualiza:
 (Marque todas las que utiliza) *
 No me informo ni actualizo
 Por cursos presenciales
 Por cursos semipresenciales

Por cursos online
Lectura de libros
Con colegas Preparadores Físicos
Con colegas Entrenadores
Lectura de artículos en internet
Charlas y/o Seminarios
Otros:

Le gustaría o interesaría actualizarse si tuviera la posibilidad en un futuro mediante:

(Marque todas las que le interesa) *

No me interesa

Cursos presenciales

Cursos semi-presenciales

Cursos online

Charlas y/o seminarios

Muchas gracias por su tiempo.

Si desea agregar algo más puede hacerlo aquí

ANEXO 2

Ficha de observación del remate:

| Fecha: Hora de comienzo: Hora de finalización: | Institución: | Anotaciones |
|--|--------------|-------------|
| Tiempo dedicado al remate | | |
| Materiales utilizados | | |
| Metodologías de entrenamiento utilizados | | |
| Ejercicios utilizados y sus variantes (tiempo de cada ej.) | | |
| Correcciones Técnico-tácticas del director técnico. | | |

