

**INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

**METODOLOGIA DE ENTRENAMIENTO PARA ARQUEROS  
DE 14 AÑOS EN CLUBES DE LA AUF.**

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

Tutor: Jorge Botejara

ERIC ALVAREZ

DAIANA GONZALEZ

MONTEVIDEO

2017

**DECLARACIÓN DE AUTORIA**

Los abajo firmantes Eric Alvarez y Daiana González somos los autores y los responsables de todos los contenidos y de las opiniones expresadas en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

FIRMA

FIRMA

ACLARACIÓN

ACLARACIÓN

**INDICE:**

1.0 RESUMEN.....	IV
2.0 INTRODUCCION .....	1
3.0 OBJETIVOS.....	3
3.1 Objetivo general .....	3
3.2 Objetivos específicos.....	3
4.0 MARCO TEORICO.....	3
4.1 Concepto de deporte .....	3
4.2 Concepto de deporte colectivo.....	3
4.3 Concepto de futbol.....	3
4.4 Concepto de arquero- portero.....	4
4.5 Características de arquero.....	4
4.6 Factores de rendimiento en el portero de futbol según Manuel Sotelo (2008).....	5
4.6.1 tecnicos.....	5
4.6.2 tacticos.....	5
4.6.3 fisicos.....	5
4.6.4 psicologicos.....	5
4.7 acciones técnico- tácticas del portero.....	6
4.8 Etapa de 13-14 años según German García Díaz.....	7
4.8.1 Categoría infantil.....	7
4.8.2 Objetivos en esta etapa.....	7
4.8.3 Fuerza.....	7
4.8.4 Resistencia.....	7
4.8.5 Velocidad.....	8
4.8.6 Coordinación.....	8
4.9 Modelos de enseñanza.....	8
4.9.1 Modelo tradicional.....	8
4.9.2 Modelo comprensivo.....	9
4.9.3 Modelo estructural.....	9
4.9.4 Modelo integrado.....	9
4.9.5Modelo constructivista.....	10
4.10 Equipos Divisional A de la AUF, en formativas. Año 2016.....	10
5.0 METODOLOGIA.....	11

	4
5.1 Naturaleza de la investigación.....	11
5.2 Diseño de la investigación .....	12
5.3 Universo y muestra .....	12
5.4 Sujetos de investigación.....	12
5.5 Instrumentos.....	13
5.6 Estudio piloto.....	13
6.0 PRESENTACION DE RESULTADOS .....	14
6.1 Análisis de las edades de los entrenadores con respecto a su experiencia deportiva.....	14
6.2 Análisis sobre la cantidad de años como entrenador y años en la categoría sub 14.....	15
6.3 Análisis según datos obtenidos sobre metodologías de enseñanza y métodos de enseñanza .....	16
6.4 Objetivos principales a trabajar en la edad de sub 14 , según entrenadores entrevistados .....	17
6.5 Análisis de las acciones técnico tácticas mas utilizadas.....	
6.6 Análisis de datos según: tabla de frecuencia observada, tabla de frecuencia esperada y Chi-cuadrado .....	18
7.0 CONCLUSIONES.....	20
8.0 REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	22
9.0 ANEXOS	

## TABLA DE ILUSTRACIONES:

Ilustración 1: Acciones técnico-tácticas del arquero o portero de futbol.....	6
Ilustración 2: Progresión de enseñanza dentro del modelo integrado.....	10
Ilustración 3: Gráfica Edad y experiencia deportiva. ....	15
Ilustración 4: Gráfica años como entrenador, años en categoría sub 14.....	15
Ilustración 5: Gráfica de metodologías y métodos de enseñanza .....	16
Ilustración 6: Gráfica de objetivos.....	17
Ilustración 7: gráfica de acciones técnico-tácticas .....	17
Ilustración 8: Tabla de Frecuencia Observada .....	18
Ilustración 9: Tabla de Frecuencia Esperada.....	18
Ilustración 10: Tabla Chi-cuadrado.....	19



## 1. RESUMEN

En la presente investigación se busca conocer qué tipo de metodologías utilizan los entrenadores de arqueros de categoría sub 14 del fútbol uruguayo. La recolección de datos se basó en la observación de equipos de formativas elegidos y en la realización de entrevistas a los entrenadores de arqueros de dichos equipos. En el proceso de estudio se realizaron observaciones las cuales posteriormente fueron analizadas y comparadas con las entrevistas estructuradas realizadas a los entrenadores de los equipos correspondientes. La siguiente investigación se llevó a cabo observando un micro ciclo (4 días) de cada equipo. Para poder analizar los datos obtenidos, se calculó la media o moda de las variables analizadas, también se utilizó el test Chi-cuadrado para la asociación entre variables. Como principales resultados en los entrevistas se obtuvo que la mayoría de los entrenadores se caractericen por utilizar una metodología de enseñanza tradicional, apoyándose en el método analítico. En cuanto a las observaciones se destaca la existente relación con el análisis de los cuestionarios ya que la metodología tradicional predomina ampliamente en la planificación de los entrenadores.

Palabras clave: Metodología. Enseñanza. Entrenador. Entrenamiento. Fútbol.

## 2. INTRODUCCIÓN

La elección del puesto del portero va a ser clave a la hora de confeccionar un equipo [...] (SAINZ DE BARANDA, ORTEGA, 2002). El Arquero en el fútbol cuenta con la responsabilidad de evitar que su portería sea abatida, de brindar seguridad y lograr crear oportunidades ya que es quien inicia el juego, a su vez para lograr eso, debe estar constantemente ordenando y dando indicaciones a la defensa (y/o resto del equipo de ser necesario) ya que se ubica en una posición en la cual puede observar todo el juego, el movimiento del rival y de sus propios compañeros de equipo. Por lo que el mismo debe estar totalmente preparado para ejercer una lectura constante del juego rival con el propósito de dar las indicaciones justas a sus compañeros, mejorando así, la estrategia del equipo y a su vez evitando que el rival llegue a su zona para anotar el gol. El Arquero debe estar entrenado en lo que refiere a sus obligaciones y capacidades como ocupante de su puesto, para desarrollar habilidades en momentos claves del partido ya sea; córner, tiro libre o contra ataque para ordenar la defensa y hasta poder ganar un mano a mano a su rival.

La bibliografía actual se refiere a muchos estudios sobre el fútbol, pero pocos se refieren al arquero como posición aislada. El arquero es el único jugador con vestimenta diferente y reglas diferentes al resto de los jugadores. Cumple funciones ofensivas y defensivas durante el juego, por lo que su entrenamiento es complejo y específico. Diferentes y variadas son las posibilidades de las que disponen los entrenadores a la hora de diseñar las tareas o ejercicios que se utilizan en el entrenamiento deportivo en categorías de formación, no ajustándose, en muchas ocasiones, a las necesidades, prioridades y características de estos jóvenes deportistas (SAINZ DE BARANDA, ORTEGA, 2002)

La práctica deportiva tiene una gran complejidad cuando la respuesta motriz puede ser muy variada y depende de factores como el tiempo, la velocidad de procesamiento y la percepción externa para su ejecución, siendo éstos totalmente determinante en este proceso (CONTE et al., 2013). Se pueden tener jugadores muy dotados técnicamente, que a su vez no resuelven de la mejor forma frente a una situación de juego. El conocimiento de la situación de juego es un marcador de habilidad directamente relacionado con el comportamiento táctico (IGLESIAS, 2005). La metodología comprensiva (BUNKER, THORPE 1982) se enfoca hacia este último punto: el trabajo sobre la comprensión de la situación de juego por parte del jugador y no la direccionalidad de la metodología llamada tradicional (RUIZ, 1996). En base a estos dos enfoques y sus características, es como se



plantea esta investigación.

En Uruguay, no existen estudios concretos acerca de metodologías aplicadas al arquero como posición aislada. Tampoco la formación de entrenadores específicos de arqueros, sin posibilidades de obtener el título de entrenador de arqueros en nuestro país. Si existen talleres promocionados por la AUF, pero nada similar a un título de entrenador de arqueros. Lo más cercano y titulado es en la vecina orilla (Argentina), donde la ATFA (Asociación de Técnicos del Fútbol Argentino) promueve la carrera de entrenador de arqueros, con una extensión de un año exactamente. Donde presenta requisitos de ingreso y examen de ingreso para cada módulo. Lo cual, la información utilizada por distintos entrenadores de arqueros está asociada a estudios provenientes de otros países.

La presente investigación tiene como propósito analizar las distintas metodologías que se utilizan en arqueros de 14 años en clubes de AUF. En la misma se compite internamente desde la categoría sub 14, siendo la primera que compite a nivel oficial en la Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF). Lo cual lleva acompañada cierta cantidad de cambios reglamentarios como el tamaño del campo de juego, teniendo en cuenta que hasta sub 13 en Uruguay se juega a nivel de Organización Nacional del Fútbol Infantil (ONFI). En dichas organizaciones el tamaño de los campos de juego y arcos presentan diferentes tamaños en relación a AUF. Más precisamente en ONFI, el tamaño del arco presenta dimensiones de 4 metros de largo por 2 metros de alto y un terreno de juego con máximas de 60 metros de largo por 40 metros de ancho, presentando como característica de juego a 7 jugadores. En general, los cambios reglamentarios requieren de cambios estratégicos o tácticos, lo cual, en la enseñanza de cada posición habrían de estar presentes.

En la década de los 70 surge una corriente impulsada por Bunker y Thorpe (1982) basada en la comprensión táctica del juego, donde esta última predomina sobre la técnica. Formando parte de un nuevo enfoque opuesto a la metodología tradicional que aún está presente

En la búsqueda de antecedentes se han encontrado pocas investigaciones enfocadas a los arqueros únicamente. Uno de ellos aborda las cualidades que debe presentar el arquero de fútbol en el aspecto físico, técnico, táctico y psicológico. Para ello fueron tomadas como referencia las situaciones particulares a las cuales se enfrenta el portero de fútbol en el entrenamiento y en la competencia, la importancia de las condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas que se buscan fortalecer y desarrollar con el trabajo y entrenamiento de este deportista y las interdependencias existentes entre lo físico, técnico, táctico y

psicológico (BOLAÑOS, DUQUE, 2013)<sup>1</sup>.

Por otro lado Conte et al (2013) en su trabajo menciona: que la metodología cumple un rol muy importante, debido a que si se utilizan dos formas diferentes de trabajo o enseñanza, seguramente se obtengan resultados diferentes.

Por los motivos anteriormente mencionados se realiza la siguiente pregunta ¿Qué metodologías se utilizan en el entrenamiento de arqueros de 14 años en clubes de la AUF?

### 3. OBJETIVOS

#### 3.1 Objetivo general

- Analizar las metodologías que se utilizan en arqueros de 14 años en clubes de la AUF.

#### 3.2 Objetivos específicos

- Identificar la metodología de enseñanza más aplicada durante los entrenamientos de arqueros de 14 años.
- Analizar la metodología de enseñanza que predomina en los entrenamientos de arqueros de 14 años.

---

<sup>1</sup>BOLAÑOS, J. DUQUE, P. **Características físicas, técnicas, tácticas y psicológicas del portero del fútbol**. 2013. Professional en ciencias del deporte. Santiago Del Cali. 2013

## 4. MARCO TEORICO

### 4.1 Concepto de deporte

Para Parlebas (2001) “el deporte es una competición. Una práctica física, por intensa que fuera no sería considerada como un deporte sin estar inserta en un contexto competitivo”.

### 4.2 Concepto de deporte colectivo

Algarra (1989) “define al deporte colectivo como el juego de conjunto, con carácter lúdico y de entrenamiento, previamente concretado por medio de un reglamento oficial y que acoge a varios sujetos de determinadas características, enfrentándoles a otro conjunto o equipo que se forma bajo las mismas bases, para la obtención de un resultado.”

### 4.3 Concepto de futbol

Según Castelo (1999) “el fútbol es un juego deportivo colectivo en el cual quienes intervienen (jugadores) están agrupados en dos equipos con una relación de adversidad-rivalidad deportiva en una lucha incesante por la conquista de la posesión del balón (respetando las leyes del juego) con el objetivo de introducirlo el mayor número de veces en la portería adversaria y evitar que entre en la propia portería para obtener la victoria.” Para Parlebas (1988), en el fútbol se dan situaciones socio-motrices o procesos de interacción y de comunicación interpersonal que se desarrollan en el marco estratégico impuesto por la regla del juego. Para Hernández Moreno (1993), el fútbol es un deporte de equipo de colaboración oposición, que se juega en un espacio semisalvaje y común, con participación simultánea.

Mas (2005) define el fútbol como una habilidad abierta fundamentalmente perceptiva.

### 4.4 Concepto de arquero - portero

Según Hoek (1995) el portero necesita ser un atleta integral, un gimnasta valiente, un futbolista con una motricidad sobresaliente, lo que es posible gracias a un entrenamiento que abarque todos los aspectos mencionados con anterioridad y que corresponde a verdaderos especialistas formados para tal efecto que deben elaborar una metodología específica en función de los múltiples condicionantes que determinan el éxito deportivo, donde se delimitan contenidos genéricos y específicos que ayudan a la consecución de objetivos concretos, tanto a corto como a largo plazo.

#### 4.5 Características del arquero

Según Ikarian y Chicharro (2005) el portero es único, tiene funciones distintas, viste de forma diferente, precisa de gran concentración mental, puede estar inactivo gran parte del tiempo, pero puede ser decisivo su concurso en un momento determinado.

#### 4.6 Factores del rendimiento en el portero de futbol según Manuel Sotelo (2008)

##### 4.6.1 Técnicos

- Específicos móviles
- Específicos defensivos
- Específicos ofensivos
- Generales

##### 4.6.2 Tácticos

- Específicos defensivos
- Específicos ofensivos

##### 4.6.3 Físicos

- Condicionales
- Coordinativos

##### 4.6.4 Psicológicos

- Psico-volitivos
- Senso-perceptivos SOTELO, M. Revista training futbol. Valladolid. 2010. 26 p.

## 4.7 Acciones técnico- tácticas del arquero o portero de futbol

Ofensivos Técnicos		Defensivas técnicas	
SDM	Saque de meta	BLO	Blocaje
PCM	Pase con las manos	DES	Desvío
PCP	Pase con los pies	DJE	Despeje
PDV	Pase de volea	RECH	Rechace
PBP	Pase a bote pronto	PRO	Prolongación
COL	Control	COLO	Colocación
CON	Conducción	PB	Posición Básica
DRI	Dribling	CA/RE	Caídas/recuperación
Ofensivo Tácticos		Defensivos Tácticos	
AO	Ataque organizado	IC	Información compañeros
JD	Juego directo	LP	Lenguaje propio
CAT	Contraataque	ADE	Acciones de estrategia
TEM	Temporizaciones	RDA	Reducción de ángulos
AP/AY	Apoyos/Ayudas	REP/COB/VIG	Repliegues/coberturas/vigilancia
VIG	Vigilancias	RDB	Recuperación del balón
COM	Comunicación	ANT	Anticipación
COLO	Colocación	INT	Interceptación
RE/DE	Repliegue/despliegue	1 vs 1	
CDO	Cambios de orientación		

Ilustración 1: Acciones técnico-tácticas del portero. Fuente: Jorge Abellán Hernández, Irene González Martí, Juan Gregorio Fernández Bustos 2009.

#### 4.8 Etapa de 13 -14 años según Germán García Díaz (2012)

El entrenador español hace referencia a los aspectos a trabajar en las respectivas edades, en el libro llamado: Germán, el entrenador de porteros.

##### 4.8.1 Categoría infantil, 13-14 años:

Empieza la pubertad, suele acarrear variaciones sobre todo en lo biológico, debido a las transformaciones fisiológicas que le pueden desequilibrar. No se pueden realizar esfuerzos prolongados. Suele ser agresivo, pudoroso, entusiasta, sensible, depresivo, con mucho amor propio. Posee interés por el deporte y atención en las actividades que motivan. Hay que vigilar las posturas correctas para que no se originen deformaciones.

##### 4.8.2 Objetivos en esta etapa

- Se debe trabajar la capacidad física y cognitiva del mismo.
- Se utiliza más el trabajo táctico.
- Hay que tener cuidado con los ejercicios de fuerza y resistencia, en ellos los periodos de recuperación debe ser amplios.
- Nos debemos inclinar más por los conceptos tácticos, que por la cantidad y la intensidad de los entrenamientos.

##### 4.8.3 Fuerza

El trabajo tiene que ser multilateral y no unilateral o asimétrico, hay que trabajar todos los grupos musculares, evitando las sobrecargas. Los ejercicios deben ser parecidos a la etapa anterior (Alevín), hay que elevar las cargas y aumentar el volumen de trabajo utilizando sobrecargas como balones medicinales con poco peso.

##### 4.8.4 Resistencia

No hay que hacer ejercicios con cargas o series mantenidas durante largo tiempo, hay que dejar que el organismo se recupere.

#### 4.8.5 Velocidad

Se hacen ejercicios de asimilación. Se trabaja mucho los desplazamientos. No se realizan esfuerzos mayores a los 8 segundos, trayectos cortos, con pocas repeticiones y larga recuperación de varios minutos en la cual se deben analizar las facultades futbolísticas. Se basa en el trabajo dinámico-activo.

#### 4.8.6 Coordinación:

Suele haber un parón como consecuencia del crecimiento de los huesos. Al tener otro cuerpo hay que trabajar la coordinación dinámica general.

### 4.9 Modelos de enseñanza

Arruza y Ruiz (2005) especifican que la metodología que el técnico selecciona para trabajar en la etapa de desarrollo del deportista, deja en visto que tipo de futbolista quiere formar con sus respectivas características. Si se necesita jugadores hábiles para que resuelvan situaciones, las modalidades no deben ser analíticas ni repetitivas. El método de trabajo analítico presenta un accionar de juego aislado dentro del mismo, tomando en cuenta escasos elementos los cuales intervienen en la competencia. Aquí se hace énfasis en la ejecución, en la técnica correcta, tomándose como prioridad la reiteración del gesto, buscando sistematizarlo, por otro lado el método global tiene como prioridad en poner a los jugadores en una situación de juego donde estos se encuentren con algunos de los elementos del mismo.

#### 4.9.1 Modelo tradicional

Metodología basada en lo técnico, o el deporte entendido en fases para trabajar situaciones aisladas y descontextualizadas. Metodología que viene desde hace varios siglos atrás, pero que en ciertos lugares aún está presente a pesar de la renovación acerca del aprendizaje.

Se basa en dividir el deporte en gestos o habilidades deportivas, sacarlas de su entorno para su aprendizaje, y posteriormente, una vez aprendidas, utilizarlas primeramente en situaciones modificadas del juego y posteriormente en el contexto real del juego, independientemente de la edad y de las características de los jugadores. Aún a costa de sacrificar sus propios estilos e iniciativa. (RUIZ, 1996).



Por lo general este método es utilizado por entrenadores que no han tenido una formación específica, en base a la manera que ellos fueron enseñados. Acuden a la rutina, siempre hacen lo mismo en la práctica. Optan por la búsqueda constante del resultado eficaz o del dominio de las habilidades por parte del sujeto. (BLAZQUEZ SANCHEZ, 1998).

#### 4.9.2 Modelo comprensivo (Teaching Games for Understanding)

Según Méndez Giménez (2005) el punto de partida es el uso de los juegos modificados que se ajusten al nivel de desarrollo de los aprendices. Las modificaciones se realizan a varios niveles. Como por ejemplo: reglas, número de jugadores, área de juego y equipamiento. Las técnicas se desarrollan utilizando ejercicios y otras prácticas comunes a la aproximación tradicional con la salvedad que se introducen cuando los jugadores alcanzan el nivel de juego que requiere que esta sea aprendida.

Se trata de una metodología global, propia de la modernidad, que contienen un análisis del juego por fases. Según Bunker, Thorpe (1982) la misma “se estructuró en 6 fases: Juego modificado → Apreciación del Juego → Conciencia Táctica → Toma de decisiones Apropriadas → Ejecución de habilidades → Realización (evaluación). El ciclo se cierra volviendo a un nuevo juego más evolucionado”.

#### 4.9.3 Modelo estructural

Este modelo es la respuesta al problema de la enseñanza de la estructura y dinámica del juego. Intenta demandar a la enseñanza desde un enfoque holista en base a la aproximación al conocimiento. Parte de la teoría del rechazo de dos supuestos, por un lado, que el conocimiento tiene una naturaleza acumulativa, y por el otro, que cualquier actividad puede dividirse en las diferentes partes que la componen (CAVALLI, 2008)

#### 4.9.4 Modelo integrado

El modelo integrado (French y col. 1996<sup>a</sup>, 1996<sup>b</sup>, Castejón y López Ros, 1997), también propone una enseñanza sin que tenga que comenzar el trabajo técnico previo, sino que debe ser desde las habilidades y destrezas básicas desde donde se comienza con la enseñanza del deporte. Este modelo toma los principios tácticos para articular el desarrollo del contenido.

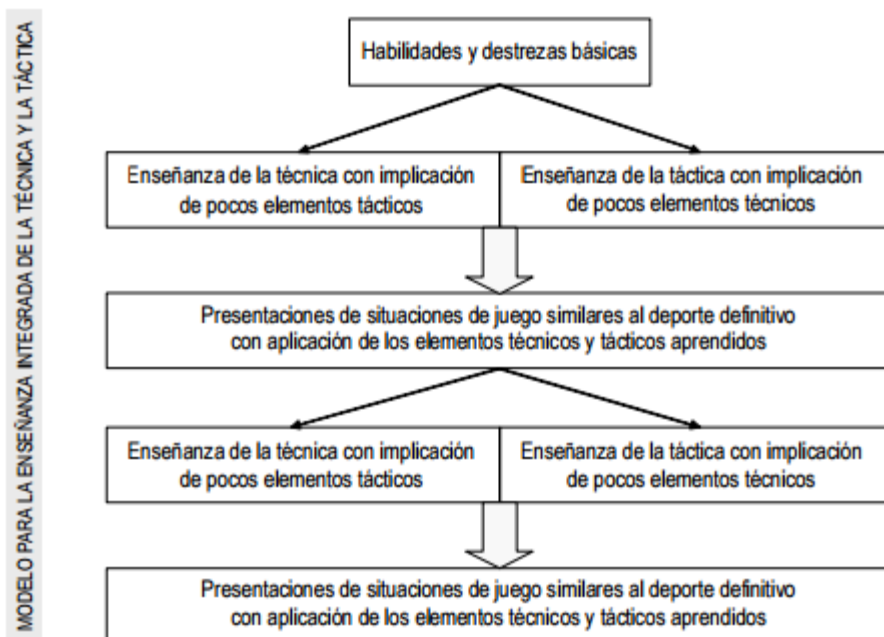


Ilustración 2. Progresión de enseñanza dentro del modelo integrado. Fuente: Castejón y López Ros 1997. 155 p.

#### 4.9.5 Modelo constructivista

Contreras, De la Torre y Velázquez (2001), concretan este modelo de enseñanza del deporte con el propósito de presentar un planteamiento didáctico de la iniciación deportiva que supere las limitaciones de los planteamientos técnicos y que sea coherente con los principios psicopedagógicos del currículo de Educación Física. En él se concibe el aprendizaje como un proceso activo en el que el alumnado va construyendo, con la mediación interactiva del profesorado, sus conocimientos y sus esquemas de acción, a partir del significado y el sentido que atribuye a los contenidos de aprendizaje. Desde este modelo se provoca, mediante la reflexión en y sobre la práctica, que el alumnado aprenda a establecer relaciones significativas entre los elementos que constituyen el objeto de aprendizaje y sus conocimientos previos. Dando lugar como plantean Contreras, De la Torre y Velázquez (2001) “a un contexto de producción de conocimiento y no de reproducción”.

4.10 Equipos que conforman la Divisional A de la Asociación Uruguaya de Fútbol, categoría formativas año 2016:

1. Club Nacional de Football
2. Defensor Sporting
3. Peñarol
4. Juventud
5. Fénix
6. Wanderers
7. Liverpool
8. River Plate
9. Danubio
10. Racing
11. Deportivo Maldonado
12. Sud América
13. Rentistas
14. Cerro
15. Plaza Colonia
16. Miramar Misiones

## 5. METODOLOGIA

### 5.1 Naturaleza de la investigación

El modelo metodológico que presenta dicho proyecto es de carácter mixto. Tomando la definición de Hernández, Sampieri y Mendoza

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (HERNÁNDEZ, SAMPIERI Y MENDOZA, 2008, p. 546).

Los tipos de diseños mixtos son: diseños recurrentes, diseños de conversión, diseños de integración y diseño secuencial. En este proyecto se pondrá en práctica el diseño explicativo secuencial (DEXPLIS), dicho diseño se caracteriza por una primera etapa en la cual se encuentra la recolección de datos y análisis de los datos cuantitativos, luego en una segunda etapa se obtendrán los datos cualitativos. La mezcla mixta sucede cuando los resultados cuantitativos iniciales serán sustento de información a la recolección de datos cualitativos. Se debe hacer énfasis en que la segunda etapa se construye a partir de los datos recabados de la primera etapa. Se puede destacar que la prioridad puede ser por una de las dos, o por las dos de igual manera. (HERNÁNDEZ, FERNÁNDEZ y BAPTISTA, 2014).

El modelo metodológico cuantitativo se visualiza en los cuestionarios realizados a los entrenadores de arqueros pertenecientes a la categoría de 14 años de los clubes asociados a la AUF. Se combina con los datos obtenidos de las fichas de observación, para que los mismos sean analizados por el modelo cualitativo.

### 5.2 Diseño de investigación

Desde el punto de vista del diseño de investigación, se trata de una investigación descriptiva. En este tipo de estudios se busca aclarar las propiedades características de lo que se analiza, pretendiendo así recoger información de las variables a estudiar (HERNÁNDEZ, FERNÁNDEZ Y BAPTISTA 2010) y también será de carácter transversal como explica Sampieri, Fernández y Baptista (1991) “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único” .Se realiza la recolección de datos utilizando una ficha de observación, que se completa a través de la observación de los entrenamientos de los arqueros. La misma permitir analizar y describir la metodología de enseñanza, así como las entrevistas

que permiten conocer acerca de la formación y del tipo de metodologías que utilizan los entrenadores.

### 5.3 Universo y muestra

El universo refiere al conjunto de personas o elementos que forman parte de un colectivo que será abordado en el proceso de investigación (BISQUERRA, 2009). Dicha investigación presenta un Universo (N) conformado por diez equipos o la misma cantidad de entrenadores de arqueros, pertenecientes a la divisional A de la AUF en la categoría Sub 14.

La muestra es considerada por Bisquerra (2000) como el conjunto de unidades de muestreo seleccionadas mediante un proceso. En este caso, la muestra está compuesta por seis entrenadores de arqueros pertenecientes a la divisional A de la AUF en la categoría Sub 14. Cabe destacar que la muestra es de tipo no probabilística dado que no todos los actores institucionales tuvieron la misma posibilidad de ser seleccionados. En este caso, existieron clubes que no permitieron el análisis de sus entrenamientos por distintos motivos. Lo cual, permitió estudiar un 60% sobre la totalidad de instituciones existentes con entrenadores de arqueros. Dato que aporta a la confiabilidad de la investigación.

### 5.4 Sujetos de investigación

Los sujetos de investigación se toman de forma no probabilística, ya que no fueron elegidos al azar, tomando en cuenta las categorías y los puestos de los equipos. Dichos sujetos son todos los entrenadores de clubes de la AUF que entrenen arqueros de la categoría sub 14.

La investigación se enfoca en las metodologías utilizadas por los entrenadores de arqueros de 14 años asociados a la AUF. Más precisamente en investigar y analizar a la categoría en base a su respectiva ubicación gradual en la tabla (Anexo 3). Para realizar la selección, esta investigación se basó en utilizar el criterio rendimiento, tomando a los entrenadores de los dos primeros equipos situados en la tabla de posiciones, a los dos de la mitad y dos últimos de la misma.

### 5.5 Instrumentos

Los instrumentos que se utilizan para poder realizar el análisis:

- Entrevistas (Anexo 1)
- Ficha de observación (Anexo 2)

Según Corbetta (2007) se refiere a una entrevista de carácter estructurado debido a que se

hace las mismas preguntas a todos los entrevistados con la misma formulación y en el mismo orden. Es una técnica que intenta mediar entre ambos métodos, cualitativo y cuantitativo.

Dicha entrevista es de carácter de preguntas abiertas, donde el entrevistado tiene plena libertad de responder como desee, la cual será realizada al técnico perteneciente a la categoría sub 14.

Siguiendo a Anguera y Hernández (2013) y en base a una revisión bibliográfica se elaboró el instrumento "ad hoc" que permite el estudio de la metodología que utilizan los entrenadores de arqueros de la categoría antes mencionada. La ficha de observación se completa durante la observación del entrenamiento de arquero de la respectiva categoría. Para luego analizar los datos en comparación con todas las demás entrevistas y fichas de observación. Para el registro se utilizó una tabla en Microsoft Excel 2013, que brinda la posibilidad de organizar datos en celdas para poder exportar los mismos hacia un análisis estadístico posterior.

#### 5.6 Estudio piloto

Según Guerrero (2015) el estudio piloto consiste en hablar con los participantes, para recoger sus opiniones con respecto al instrumento.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) lo califican como un estudio pre experimental que utiliza los procesos de investigaciones cuantitativa, cualitativa o mixta para analizar una unidad holística logrando darle respuestas al problema, probar hipótesis que surjan, en caso de tenerlas, y desarrollar alguna teoría.

El estudio piloto se lleva a cabo observando el entrenamiento de un micro-ciclo completo que abarca 4 sesiones del martes 16 al viernes 19 de agosto en la instalación deportiva "Parque Ancap", más precisamente Luis de la Peña 575 (Uruguay) de la categoría sub 14. Se realiza entrevista estructurada correspondiente al entrenador en un lapso de 15 minutos, con el objetivo de poner a prueba los instrumentos de recolección de datos(ver anexo 1).

Posteriormente, en base a los resultados obtenidos, se está en condiciones de afirmar que no existieron cambios en el formato de los instrumentos de recolección de datos. Esto nos alienta a llevar a cabo la aplicación de las 6 entrevistas y fichas de observación pronosticadas para los distintos equipos. En el lapso de tiempo de una semana por institución a los 6 entrenadores de séptima división previamente seleccionados. En cuanto a la ficha de observación pre establecida para el estudio piloto, antes de utilizarla se esperó por la aceptación del tutor establecido para llevarla a campo. Lo cual no necesito de

cambios en su estructura. (Ver anexo 2).

## 6. PRESENTACION DE LOS RESULTADOS

### 6.1 Análisis de las edades de los entrenadores con respecto a su experiencia deportiva

Las entrevistas se realizaron a seis entrenadores (muestra, n), de los diez de séptima división de la AUF (universo, N). En dichas entrevistas se encuentra que como experiencias como tales cuentan con una media de 4,2 años y una desviación típica de 2,32. El entrenador con minoría de edad en experiencia tiene 1 año y el valor más alto es de 8 años.

En cambio en experiencia en categoría sub 14 el promedio es de 3,83 años y una desviación típica de 2,37 con valores que van de 1 a 8 años de experiencia. La media es de 4 años.

En el siguiente grafico se observa la edad de cada entrenador y su experiencia deportiva.

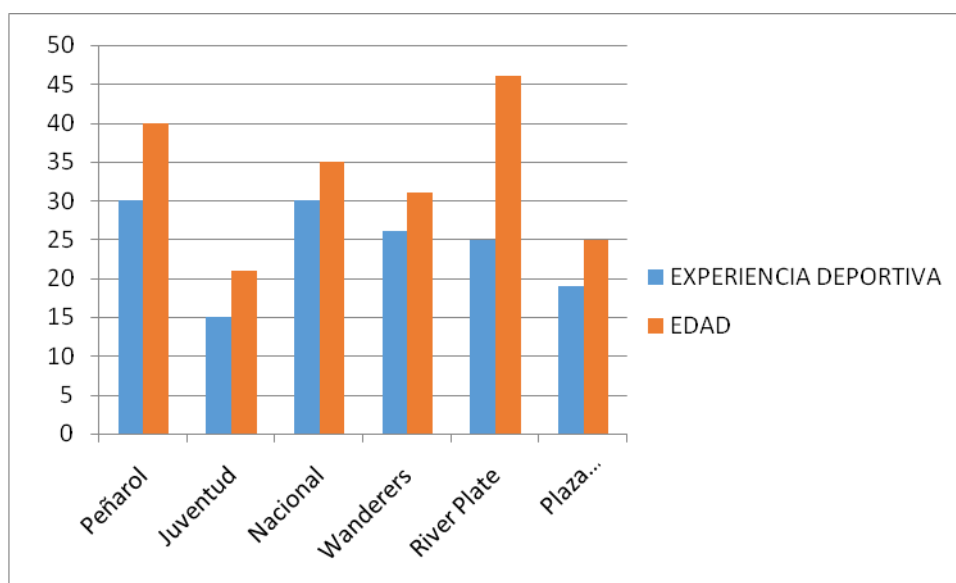


Ilustración 3: Grafica Edad y experiencia deportiva.

En dicho grafico se observa que la edad media de los entrenadores es de 33 años, presentando una desviación típica de 9,32 años. Donde el entrenador de mayor edad se sitúa en los 46 años, mientras que el de menor edad se encuentra en los 21 años. Existiendo un margen de diferencia en edad de 25 años entre el entrenador de menor edad y el de mayor.



## 6.2 Análisis sobre la cantidad de años como entrenador y años en la categoría de sub 14.

En relación a la cantidad de años de entrenador y a la cantidad de años en la categoría sub 14 estos fueron los resultados:

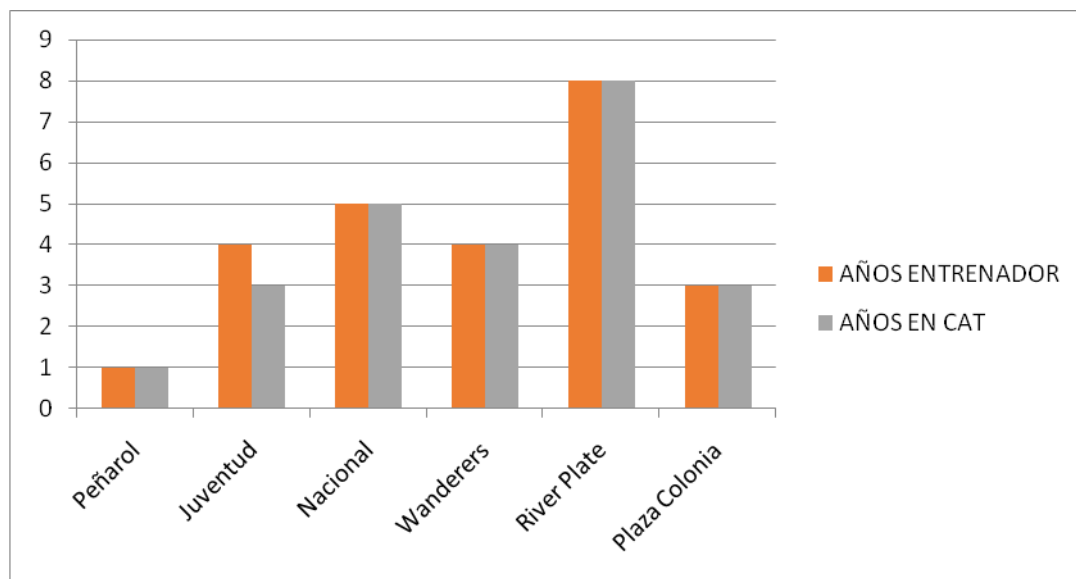


Ilustración 4: Grafica años como entrenador, años en categoría sub 14.

Donde se puede apreciar gran similitud entre los años como entrenador y los años en dicha categoría. Así tenemos que, por ejemplo, el entrenador con más experiencia como tal y en categoría sub 14 es el de River Plate, más precisamente abarcando 8 años en dicha función. La media presentada por el conjunto de entrenadores de la categoría sub 14 es de 4 años, presentando una desviación típica de 2,37 años. En dicha categoría el entrenador con menor experiencia comenzó hace un año atrás, observándose una diferencia de 7 años entre el de mayor experiencia y el de menor.

### 6.3 Análisis según datos obtenidos sobre metodologías de enseñanza y métodos de enseñanza.

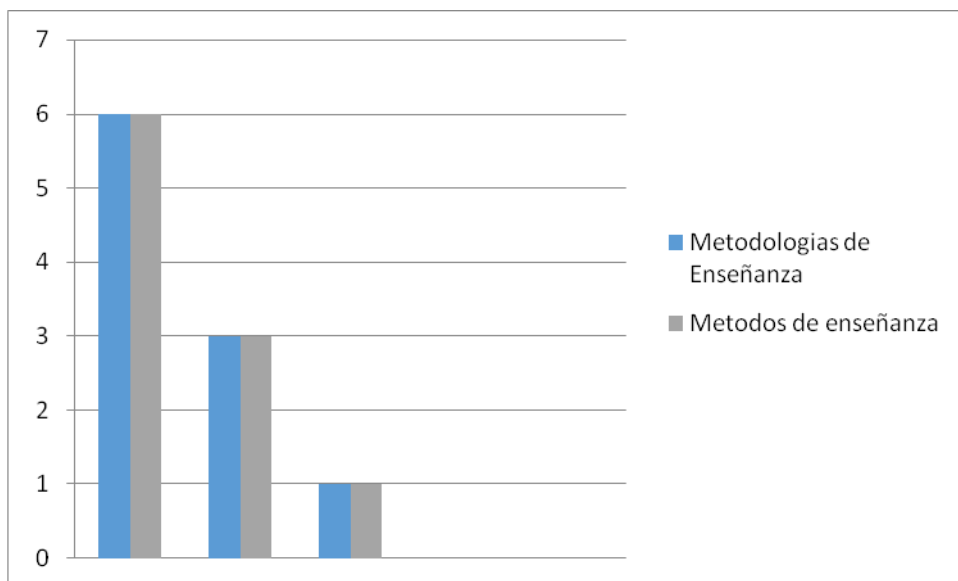


Ilustración 5: Grafica de metodologías y métodos de enseñanza.

La totalidad de los entrenadores, recurren a la metodología tradicional en algún momento de su entrenamiento, siendo esta la moda debido a que es la más utilizada por los mismos. El 50% recurre a la metodología comprensiva para cumplir con sus objetivos de entrenamiento, mientras que uno del total de seis entrenadores recurre a la utilización de la metodología llamada integrada.

Según datos obtenidos en la Ilustración 4, el método analítico coincide plenamente con la metodología llamada tradicional, siendo este método la moda debido a que es el más utilizado por los entrenadores. También se observa que el método global coincide con la metodología comprensiva, siendo estos utilizados por tres de los seis entrenadores. Y por último, el método mixto al cual recurre solo un entrenador, siendo este el de menor frecuencia.

#### 6.4 Objetivos principales a trabajar en la edad de sub 14 según entrenadores entrevistado.

En cuanto a los objetivos presentados por los entrenadores de arquero de la categoría sub 14, se puede decir que el perfeccionamiento técnico o la especificidad técnica es lo más procurado por los entrenadores, abarcando este el 32% según entrevistas.

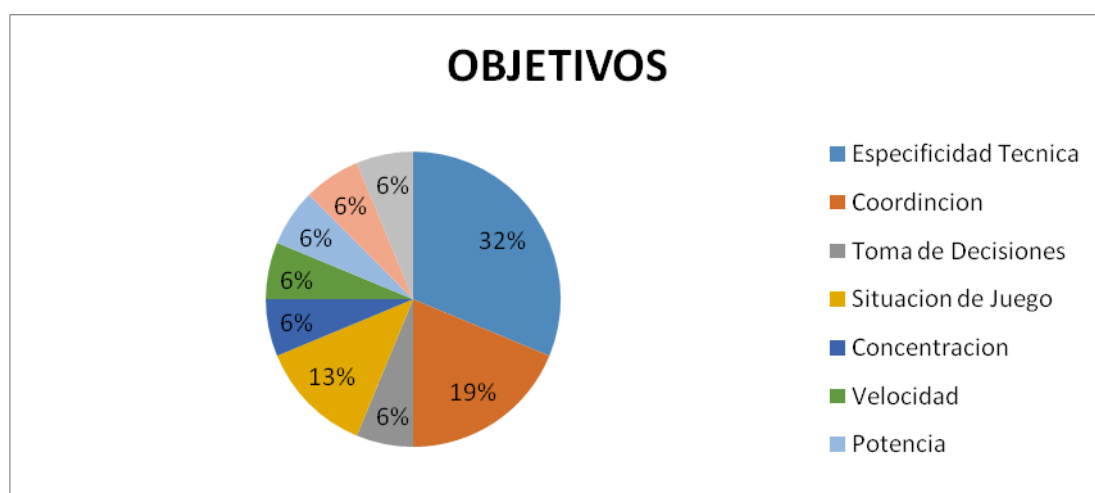


Ilustración 6: Gráfico de objetivos.

#### 6.5 Análisis de la cantidad de acciones técnico-tácticas trabajadas en los entrenamientos

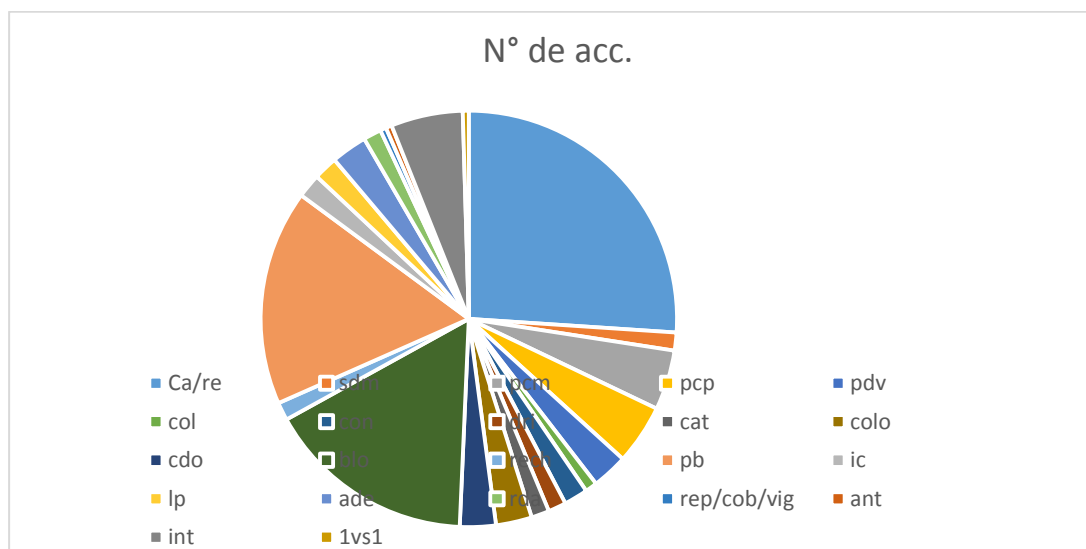


Ilustración 7: cantidad de acciones técnico-tácticas

Según los datos obtenidos, 221 fueron las acciones técnico-tácticas totales dentro del total de 24 entrenamientos observados en los clubes. Donde 56 acciones dentro de la totalidad pertenecen a caídas y recuperaciones, confirmando que el perfeccionamiento

técnico es el principal propósito de entrenamiento en dicha edad según entrenadores con un 25,3 por ciento. Siendo que existen 35 acciones técnico-tácticas que trabajar. Posición básica y bloqueo la siguen con 35 y 36 acciones respectivamente. Estas tres acciones técnico-tácticas conforman el 57,4 por ciento de la totalidad de acciones propuestas por los entrenadores.

6.6 Análisis de datos según: tabla de frecuencia observada, tabla de frecuencia esperada y Chi-cuadrado.

		MICROCICLO				
		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	TOTAL
METODOLOGIA	Comprensiva	60	240	50	150	500
	Tradicional	265	130	285	265	945
	integrada	35	40	0	0	75
	estructural	0	0	0	0	0
	Constructiva	0	0	0	0	0
TOTAL		360	410	335	415	1520

Ilustración 8: Tabla de Frecuencia Observada.

		MICROCICLO				
		Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	TOTAL
METODOLOGIA	Comprensiva	118,42	134,86	110,19	136,51	500
	Tradicional	223,81	254,9	208,27	258,00	945
	integrada	17,76	20,23	16,52	20,47	75
	estructural	0	0	0	0	0
	Constructiva	0	0	0	0	0
TOTAL		360	410	335	415	1520

Ilustración 9: Tabla de Frecuencia Esperada.

Siguiendo con la presentación y análisis de datos, se llevó a cabo la siguiente tabla de las variables metodología y tiempo de trabajo, abarcando este último un total de 1520 minutos durante seis micro ciclos observados con cuatro sesiones pertenecientes al mismo. Este micro ciclo se presenta de esta forma debido a que los domingos es el día más importante de la semana. Lunes y sábados pertenecen a los días de no entrenamiento en los clubes debido a una elección propia de los mismos. El total observado corresponde a 24 días, pertenecientes al periodo competitivo del año. Debido a los datos ya presentados, se ilustro la siguiente tabla:

	O	E	O-E	(O-E) <sup>2</sup>	(O-E) <sup>2</sup> /E
Comprensiva/Martes	60	118,42	-58,42	3412,89	28,82
Comprensiva/Miércoles	240	134,42	105,14	11054,21	81,97
Comprensiva/Jueves	50	110,19	-60,19	3622,84	32,88
Comprensiva/Viernes	150	136,51	13,49	181,89	1,33
Tradicional/Martes	265	223,81	41,19	1696,61	7,58
Tradicional/Miércoles	130	254,9	-124,9	15600,01	61,20
Tradicional/Jueves	285	208,27	76,73	5887,49	28,26
Tradicional/Viernes	265	258,00	7,00	49	0,19
integrada/Martes	35	17,76	17,24	297,21	16,73
integrada/Miércoles	40	20,23	19,77	390,85	19,32
integrada/Jueves	0	16,52	-16,52	272,91	16,52
integrada/Viernes	0	20,47	-20,47	419,02	20,47
estructural/Martes	0	0	0	0	0
estructural/Miércoles	0	0	0	0	0
estructural/Jueves	0	0	0	0	0
estructural/Viernes	0	0	0	0	0
Constructiva/Martes	0	0	0	0	0
Constructiva/Miércoles	0	0	0	0	0
Constructiva/Jueves	0	0	0	0	0
Constructiva/Viernes	0	0	0	0	0
				X <sup>2</sup>	315,27

Ilustración 10: Tabla Chi-cuadrado

Según la frecuencia observada, la metodología tradicional predominó sobre el total de minutos de entrenamiento, teniendo en cuenta que abarca 945 minutos sobre la totalidad de 1520 minutos. Un poco más de la mitad de los casos con respecto a la metodología anteriormente mencionada, aparece la metodología más contemporánea como lo es la comprensiva.

Según fichas de observación, no utilizada tanto por los entrenadores de arqueros, sino que, estuvo presente en las actividades de carácter global como reducidos o partidos en la mitad de la semana. En pocos casos la metodología comprensiva fue utilizada como herramienta dentro de los entrenamientos. Por último, la metodología estructural conformó 75 minutos sobre la totalidad. En ciertos momentos de los entrenamientos apareció, pero muy aislados.

Para analizar si existe o no una asociación entre variables, se utilizó la prueba de Chi-cuadrado, que diferencia una frecuencia observada de una esperada, para posteriormente comenzar el análisis de datos. Por lo cual se planteó hipótesis según las variables metodología y total de entrenamiento.

H0= no existe metodología predominante sobre el total de entrenamiento

H1= si existe una metodología predominante sobre el total de entrenamiento

$\alpha = 0,05$       NC= 95%

La utilización de Chi-cuadrado confirmó que el mismo obtenido corresponde al valor 315,27 y un Chi-cuadrado de valor crítico de 21,0261, siendo este último bastante menor al obtenido. Estos valores confirman que las variables metodología predominante y tiempo de entrenamiento no son independientes, es decir que existe una relación entre las dos variables. Entonces se rechaza la hipótesis nula y por lo tanto se acepta la hipótesis alterna.

## 7. CONCLUSIONES

Quedan varios aspectos para conceptualizar y concluir en este capítulo. Comenzamos explicando que en la AUF, los clubes pertenecientes a la misma, presentan carencias en base a que no todos presentan entrenador de arqueros. Se trata de una edad muy importante, donde el pasaje de OFI a AUF, para varios de los atletas es un gran desafío. Lo cual en primera división de sub 14, 10 de los 16 equipos actuantes presentan entrenador de arqueros. Cuando se refiere a clubes profesionales, automáticamente se relaciona a los mismos con ciertas condiciones básicas de entrenamiento, lo cual no ocurre en perfección a nivel de AUF.

Tampoco existen cursos llevados a cabo sobre como entrenar arqueros en todo el territorio de la República Oriental del Uruguay. Lo más cercano se lleva a cabo en la vecina orilla (Argentina), tratando de elevar su nivel y especificidad en el entrenamiento. Por lo cual, si se analizan las distintas metodologías utilizadas en equipos de AUF, muchos entrenadores se basan en lo tradicional, repetición, analítico, poco saben o reconocen sobre otras metodologías más actuales, se entrena a base de intuición. Ciertos entrenadores tienen conocimiento de las mismas y las aplican.

En este estudio, el único entrenador con formación abarca el 80 % de las metodologías propuestas por dicho estudio, reflejando amplio conocimiento sobre los aspectos teóricos referidos al arquero. 945 minutos reflejan un total predominio de la metodología tradicional sobre 1520 totales, reflejando aun que los métodos más antiguos, aun son utilizados muy frecuentemente y más aún como base del entrenamiento en el año referido a este estudio.

En base a métodos de enseñanza, el más utilizado fue el analítico, presente en casi todos los ejercicios, abarcando muy por encima de la mitad del tiempo de trabajo. El método analítico va de la mano de lo tradicional, por eso es que los dos son factores dominantes en este estudio. El método de enseñanza global, no está muy presente en las planificaciones de los entrenadores, lo global y comprensivo es trabajado conjuntamente con los jugadores de campo, lo cual muy escasos momentos, los entrenadores simulaban situaciones globales y de carácter comprensivo frente a cada sesión.

Un aspecto a destacar son las planificaciones, que presentan un orden, cierta direccionalidad y objetivos claros frente a cualquier actividad. Se diferencian y combinan aspectos técnico-tácticos con los físicos. Esto hace que el arquero entienda la propuesta y pueda aprovechar aún más sus entrenamientos.



## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- ANGUERA, M; HERNANDEZ, A. **La metodología observacional en el ámbito del deporte**. Málaga. 2013
- ARRUZA, J; RUIZ, L. **El proceso de toma de decisiones en el deporte**. Barcelona: Paidós. 2005.
- BLAZQUEZ, D. **La iniciación deportiva y el deporte escolar**. 2. ed. Barcelona, 1998. 445p.
- BOLAÑOS, J; DUQUE, P. **Características físicas, técnicas, tácticas y psicológicas del portero del fútbol**. Profesional en Ciencias del Deporte. Santiago Del Cali. 2013
- BUNKER, D; THORPE, R. **A model for the teaching of games in secondary schools**. Bulletin of Physical Education.1982.
- CAVALLI, D. **Didáctica de los deportes en conjunto**. Buenos Aires: Stadium, 2008. 144p.
- CASTEJÓN, J; GIMÉNEZ, J; JIMÉNEZ, F; ROS, V. **Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte**. Sevilla: Wanceulen. 2003. CASTELO, Jorge. **Estructura y dinámica del juego**. 1. ed. Barcelona: Inde, 1999. 396 p.
- CONTE, L *et al.* **Comparación metodología tradicional y comprensiva en la práctica del baloncesto**. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. 2013
- CONTRERAS, O.; DE LA TORRE, E.; VELÁZQUEZ R. **Iniciación deportiva. Madrid: Síntesis**. 2001
- CORBETA, P. **Metodología y técnicas de investigación social**. Madrid: McGraw-Hill/Interamericana de España, S.A.U España, 2007. 351 p.
- GARCIA, G. **German, el entrenador de porteros**. Alicante: Club Universitario. 2012. 298 p.
- HERNÁNDEZ, J. **Una metodología de la observación de juego en el fútbol. Cuantificación del tiempo de pausa y de participación**. Madrid: Gymnos 1993. 181-191 p.
- HERNÁNDEZ, R; FERNÁNDEZ, C; BAPTISTA, P. **Metodología de la Investigación**. México: Mac Graw Hill. 2010.
- HERNANDEZ, R. MENDOZA, C. P. **El matrimonio cuantitativo cualitativo: El paradigma mixto**. 6to. Congreso efectuado por el Instituto Mexicano de Sexología, A. C. y la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. Villahermosa, Tabasco, México 2008.
- HOEK, F. **Beepers training**. Basis Book. Triton Sport. 1995.

IGLESIAS, D. **Conocimiento táctico y toma de decisiones en la formación de Jóvenes jugadores de Baloncesto**. 2005. 17 p.

IKARIAN, A; CHICHARRO, F. **Manual para el entrenamiento de porteros de futbol base**. Barcelona: Paidotribo, 2005. 15 p.

MAS, J. **Análisis descriptivo del microsistema colaboración-oposición de los jugadores próximos al balón en fútbol, a través de un estudio observacional de la circulación de balón en alto nivel: posibles incidencias sobre la táctica y estrategia del juego**. 2005. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada. Facultad de ciencias de la actividad física y deportes. Granada, 2005.

MÉNDEZ, A. **Técnicas de enseñanza, estrategias en la práctica y modelos de enseñanza de los juegos deportivos**. Barcelona: INDE. 2005. 31 p.

PARLEBAS, P. **Elementos de sociología del deporte**. Málaga: Colección Unisport. 1988.

PARLEBAS, P. **Juegos, deporte y sociedades**. Léxico de praxeología motriz. 2001. 113 p.

RUÍZ, M. **Iniciación en los deportes o el desarrollo de la competencia deportiva en el medio escolar: ideas para una reflexión**. El deporte en educación primaria. Murcia. 1996.

SAINZ DE BARANDA, P; ORTEGA, E. **El diseño de tareas en el futbol base: su aplicabilidad al puesto específico del portero**. 2002

SOTELO, M. **Revista training futbol**. Valladolid. 2010. 26 p. Disponible en: <http://es.fifa.com/news/y=1997/m=10/news=los-porteros-estan-por-encima-las-reglas-76089.html>> Acceso en: 10 set. 2016. V

CONGRESO NACIONAL DE LAS CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA EDUCACION FISICA, 2009. Castilla. E. U. Magisterio Albacete. Universidad de Castilla La Mancha. Disponible en: <http://altorendimiento.com/las-acciones-tecnico-tacticas-del-portero-de-futbol/>. Acceso en: 19 oct. 2017.

# ANEXOS

## Anexo 1 Entrevista al Entrenador

### ENTREVISTA

Fecha:

Lugar:

Hora de inicio:

Hora de finalización:

### DATOS DE LA INSTITUCIÓN

Institución

Lugar de entrenamiento

### DATOS DEL ENTRENADOR

Edad:

Hábleme de su formación

Experiencia como entrenador de arqueros

Experiencia como deportista

Tiempo que trabaja con la edad de 14 años

¿Por qué eligió ser entrenador de arqueros?

¿Qué significa ser entrenador de arqueros?

### DATOS DEL ENTRENAMIENTO

Cuénteme sobre entrenamiento que realiza con los arqueros

¿Qué metodologías utiliza en esta edad? ¿Por qué?

¿Qué opina sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego en esta edad?

¿Qué opina sobre el entrenamiento analítico en esta edad?

¿Cuáles son los principales objetivos a esta edad?

Muchas gracias por su tiempo.

## ENTREVISTA

Fecha: 23 de noviembre

Lugar: Complejo "Pata Blanca"

Hora de inicio: 14:30

Hora de finalización: 15:15

## DATOS DE LA INSTITUCIÓN

**Institución:** Plaza Colonia

**Lugar de entrenamiento:** Complejo "Pata Blanca"

## DATOS DEL ENTRENADOR

### **Edad**

"25 años"

### **Experiencia como entrenador de arqueros**

"Trabajo como entrenador de arquero en el centro de formación y perfeccionamiento de arqueros de Lorenzo Carrau, ya hace dos años que estamos con este proyecto, si bien estoy a cargo del grupo más chico hasta los doce años he tenido la oportunidad de entrenar a arqueros más grandes en este tiempo."

### **¿Por qué eligió ser entrenador de arqueros?**

"Porque me apasiona el puesto, siempre jugué como arquero desde chico, me apasiona tanto practicarlo como enseñarlo y bueno básicamente por eso fue que decidí seguir este camino en la formación."

### **¿Qué significa ser entrenador de arqueros?**

"Bueno, el hecho de entrenar dicha posición, digo es un compromiso muy grande porque considero que el arquero es un elemento clave en el equipo, por lo tanto un error se sabe que puede costar y puede costar un partido, por lo que hay que ser muy detallista con los trabajos, hay que siempre estar corrigiendo mínimos errores, y bueno, por eso es que es un compromiso grande donde se entrenan conceptos de formas personales, y bueno, cada arquero tiene sus ventajas y sus desventajas y sus partes más fuertes y sus partes más débiles y es por eso que cada uno tiene que tener un entrenamiento personalizado en donde se apunta a mejorar de cada uno en particular esas partes débiles del mismo."

### **Experiencia como deportista**

“Como deportista, bueno, hice inferiores en Miramar Misiones hasta los 17 años, después estuve un año jugando en Velez Sarsfield en Argentina, también de inferiores, estuve en planteles de primera división de Miramar Misiones, el Tanque Sisley y Cerrito. Y bueno, ahora me desempeño en futbol amateur en la Liga universitaria.”

### **DATOS DEL ENTRENAMIENTO**

#### **Cuénteme sobre entrenamiento que realiza con los arqueros**

**¿Qué metodologías utiliza en esta edad? ¿Por qué?**

**¿Qué opina sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego en esta edad?**

“El trabajo sobre situaciones de juego es fundamental y empieza a tener más relevancia a esta edad ya que la competencia del arquero empieza a ser mayor y los trabajos si bien tienen que ser específicos para que aprendan la técnica, y bueno, después llevarlo a situaciones de juegos para que el arquero se dé cuenta para que lo está trabajando. Eso siempre es en base a que en el trabajo mismo siempre hay que estar explicándole para que se está haciendo cada ejercicio. Y bueno, como conclusión puedo decir que a esta edad enfocarse en la técnica y enfocarse en la parte física sobre todo en la coordinación, en la velocidad, buscar los frenos, buscar que los frenos sean los correctos, buscar los perfiles que sean correctos. Entonces enfocarse en la parte física más bien por ese lado, ya cuando sea un poco más grande y tenga 16, 17 años ya enfocarse más en la parte física, capaz que ir sumando trabajo con peso adicional, que no sea solo el cuerpo, y otro tipo de ejercicios que demanden más esfuerzo físico.”

**¿Qué opina sobre el entrenamiento analítico en esta edad?**

**¿Cuáles son los principales objetivos a esta edad?**

Fueron respondidas en la pregunta anterior

**Muchas gracias por su tiempo.**

## ENTREVISTA

Fecha: 15 de setiembre

Lugar: Los Céspedes

Hora de inicio: 15:00

Hora de finalización: 15:50

## DATOS DE LA INSTITUCIÓN

Institución: Club Nacional de Futbol

Lugar de entrenamiento: Los Céspedes

## DATOS DEL ENTRENADOR

Edad

-“35 años”

### **Hábleme de su formación**

-“Mi formación comienza cuando realice Educación Física, ahí estuve trabajando y experimentando con chiquilines en equipos de Paysandú. Luego hice varios cursos en Argentina en la Escuela de Alejandro Sacone, también hice el curso de entrenador d arquero de ATFA.”

### **Experiencia como entrenador de arqueros**

-“Como entrenador de arquero, entrene arqueros de la selección de Paysandú, equipos en Paysandú. Luego vine a Montevideo y trabaje en Boston River 6 meses, luego cuando estaba haciendo el curso de entrenadores de Futbol en la ACJ me surgió la posibilidad de trabajar con Fernando Curutchet, con el cual fui a Arabia y estuve un año trabajando. Luego cuando llegue ya comencé a trabajar en las formativas del Club Nacional de Futbol donde estoy desde fines de 2011.”

Tiempo que trabaja con la edad de 14 años

-“Con esa edad acá en el Club Nacional de Futbol desde fines de 2011.”

### **¿Por qué eligió ser entrenador de arqueros?**

-“Elegí ser entrenador de arquero porque desde siempre me gustó el puesto y es algo que realmente me gusta, enseñarle a los chiquilines lo que uno aprendió durante su experiencia como arquero y también para ir viendo nuevas formas de entrenamiento y nuevos trabajos

que se pueden implementar para que vayan mejorando. Lo que más me gusta es ver la evolución que tienen ellos desde que comienzas a trabajar hasta que terminas de trabajar con ellos.”

### **Experiencia como deportista**

-“Como deportista hice todo el Baby futbol en Tacuarembó. Luego jugué un par de años en las formativas de un equipo de allá que se llama Wanderers, estuve en la Selección Sub 15, en la Selección sub 18 y ahí me vine para las formativas de Nacional donde estuve 5 años. Luego me fui a préstamo a Deportivo Colonia donde jugué 2 años. Luego me fui a Paysandú Futbol Club, ataje 1 año más allá y luego fue en el medio local de Paysandú y en la Selección de ese departamento. También juegue en la Selección de la Liga Universitaria y varios años en el Futbol amateur de Montevideo.”

### **¿Qué significa ser entrenador de arqueros?**

-“Ser entrenador de arquero es intentar brindarle la mayor cantidad de herramientas al arquero para que resuelva de forma efectiva durante el partido. También es ser un apoyo a todo lo que respecta a lo emocional, a lo afectivo y básicamente es eso.”

## **DATOS DEL ENTRENAMIENTO**

### **Cuénteme sobre entrenamiento que realiza con los arqueros**

-“En el entrenamiento que realizo a los arqueros trato de que sea integral, tanto físico, técnico táctico y también apuntar a todos los aspectos psicológicos, sociales y afectivos del arquero, que es lo que hace que pueda llegar a tener un mejor o peor rendimiento. Eso nunca lo deja de lado, lo que es confianza, todo lo que es trabajo de concentración, de atención, también relacionamiento con los compañeros, todo eso siempre se tiene en cuenta a la hora de planificar.”

### **¿Qué metodologías utiliza en esta edad? ¿Por qué?**

### **¿Qué opina sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego en esta edad?**

-“Es importantísimo y todo lo que trabajamos es para que pueda utilizar lo aprendido para resolver las diferentes situaciones de juego que tenga durante el partido y siempre antes de realizar algún ejercicio, tratamos de enfocarlo y que él se imagine esa situación de juego para que luego eso quede incorporado en su memoria y lo pueda usar cuando lo necesite.”



**¿Qué opina sobre el entrenamiento analítico en esta edad?**

-“El entrenamiento analítico en el arquero es muy importante pues hay ciertos gestos motores complicados que los debe utilizar en un espacio de tiempo muy corto entonces lo debe tener automatizado, después tiene que tener una buena lectura de juego para poder utilizarlo eficientemente hay situaciones de juego que él no tiene tiempo como para pensar y poder elegir la mejor selección sino que lo hace como un acto reflejo.”

**¿Cuáles son los principales objetivos a esta edad?**

-“La perfección técnica, mejorar técnica de caída y reequilibraciones, mejorar la colocación y mejorar la lectura de juego, también lo coordinativo es fundamental en esta edad.”

**Muchas gracias por su tiempo.**

## ENTREVISTA

Fecha: 29 de setiembre

Lugar: Complejo Deportivo River Plate (Colon)

Hora de inicio: 14:30

Hora de finalización: 15:15

## DATOS DE LA INSTITUCIÓN

Institución: River Plate

Lugar de entrenamiento: Complejo Deportivo River Plate (Colon)

## DATOS DEL ENTRENADOR

### **Edad:**

-“46 años.”

### **Hábleme de su formación**

-“Secundaria completa. Título universitario de técnico deportivo en ISEF. Talleres y cursos de entrenamiento de arqueros dictados por entrenadores representantes de auf, FIFA y más.”

### **Experiencia como entrenador de arqueros**

-“Juveniles de River Plate Uruguay y clubes del interior”

### **Experiencia como deportista**

-“IASA 84 al 92, Sportivo Cerrito 93, Atlético Fernandino 94-98, Salus fc 99-00, Ideal de santa rosa 02-04, Vida Nueva San bautista 05-06 y Huracán San ramón 07-09. También selección de canelones del este.”

### **Tiempo que trabaja con la edad de 14 años**

-“Desde 2009 en River.”

### **¿Por qué eligió ser entrenador de arqueros?**

-“Mi actual profesión me eligió a mí. Yo estaba haciendo visitas a entrenamientos por el curso de técnicos en el club cuando surgió la vacante y me la ofrecieron. Luego me apasioné con el tema.”

**¿Qué significa ser entrenador de arqueros?**

-“Es para mí una gran responsabilidad formar jugadores que ocupan este lugar tan importante en la cancha. La recompensa a su vez es enorme cuando vemos el resultado de este proceso tanto desde lo deportivo hasta en lo humano.”

**DATOS DEL ENTRENAMIENTO****Cuénteme sobre entrenamiento que realiza con los arqueros**

-“Hay una transición bastante compleja entre el fútbol infantil y el juvenil. La idea es acompañar esa etapa intentando dar pautas claras para una formación completa.”

**¿Qué metodologías utiliza en esta edad? ¿Por qué?**

-“Trabajo con metodologías analíticas, globales y mixtas. Obviamente por las edades hay cierta prevalencia de lo analítico. Se trata de introducir y desarrollar de la mejor forma posible los distintos aspectos de la técnica específica.”

**¿Qué opina sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego en esta edad?**

-“Es fundamental que en estas edades también tengan entrenamiento en situaciones de juego. El fútbol es muy complejo y cada jugada es diferente. Esa vivencia la debe tener el arquero.”

**¿Qué opina sobre el entrenamiento analítico en esta edad?**

-“El entrenamiento con metodología analítica debe estar al servicio del desempeño dentro del juego de equipo.”

**¿Cuáles son los principales objetivos a esta edad?**

-“Los objetivos en estas edades son varios. Básicamente se trata de inculcar una educación deportiva.”

**Muchas gracias por su tiempo.**

## ENTREVISTA

Fecha: 17 de octubre

Lugar: Centro de Alto Rendimiento

Hora de inicio: 15:00

Hora de finalización: 15:40

## DATOS DE LA INSTITUCIÓN

Institución: Club Atlético Peñarol

Lugar de entrenamiento: Centro de Alto Rendimiento

## DATOS DEL ENTRENADOR

Edad

-“40 años”

### **Hábleme de su formación**

-“Tengo hecho secundario.”

### **Experiencia como deportista**

-“Mi experiencia como deportista arranca a los 10 años en el Baby y luego paso a cancha grande ahí en mi ciudad en Nueva Palmira, juego un año y me vengo a Peñarol, donde jugué en quinta, sexta, cuarta, tercera y en el año 95 debuto en primera en un clásico. Después jugué en la selección Uruguaya, en Argentina jugué 8 años en Lanús, en Sportivo Italiano, en Platense, en Sarmiento, Cañuelas eso en Argentina. Acá en Uruguay en Rentistas, Bella Vista.”

### **Tiempo que trabaja con la edad de 14 años**

-“En inferiores comencé a trabajar hace un año en Rentistas donde también tenía todas las categorías de formación de los arqueros.”

### **¿Por qué eligió ser entrenador de arqueros?**

-“Elegí ser entrenador de arquero porque fue en el puesto que me desempeñe en mi carrera, por el conocimiento del puesto después de haber jugado veinte y poquitos años a nivel profesional y realmente a mí me gusta y me apasiona poder hacerlo, considero que para los chicos tengo paciencia y lo he podido hacer de buena forma.”

### **¿Qué significa ser entrenador de arqueros?**

Para mí es una gran satisfacción poder transmitir todo lo que se a las nuevas generaciones

## DATOS DEL ENTRENAMIENTO

### **¿Qué metodologías utiliza en esta edad? ¿Por qué?**

-“En lo personal con el tema de las metodologías ya lo vengo diciendo, para mí es muy importante la técnica, el enseñarle y sobre todo en estas edades yo considero que es buena la que te da resultados, poder llegarle al niño, que el niño pueda entender y pueda resolver lo que uno le está planteando, y a medida que el niño va aprendiendo o va resolviendo las situaciones que nosotros le planteamos este se va avanzando, entonces muchas veces el tema tradicional o lo nuevo eso es muy relativo para mi forma de ver, sobre todo a estas edades tempranas donde hay que hacer hincapié sobre todo lo que les decía anteriormente, considero que las metodologías de trabajo siempre son buenas cuando se ven los resultados, cuando ve a los niños como aprenden y le va incorporando al niño todo lo que se le quiere enseñar.”

### **¿Qué opina sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego en esta edad?**

-“Considero que el entrenamiento en situaciones de juego es importante sobre todo por lo que el niño y cualquier jugador, ya sea a esta edad o más grande, se encuentra en el momento de jugar, cuanto más específico es y más conocimiento tenga lo que se va a enfrentar el día del partido me parece que es mejor para luego poder resolver las situaciones.”

### **¿Qué opina sobre el entrenamiento analítico en esta edad?**

-“El tema del entrenamiento analítico bueno un poco por lo que venía diciendo antes, en esta posición es muy importante y a esta edad es importante, porque es donde se puede ir corrigiendo a través de las repeticiones de cada ejercicio de cada postura, el niño a través de las repeticiones va a automatizar los movimientos, entonces tal vez es una de las edades donde yo considero que es muy importante el tema analítico.”

### **¿Cuáles son los principales objetivos a esta edad?**

-“A estas edades intento trabajar todo lo que tiene que ver con la técnica de la posición, les enseño a caer, el tema de la ubicación, ir tirándole conceptos que ellos puedan entender y los cuales puedan desempeñar.”

**Muchas gracias por su tiempo.**

ENTREVISTA

Fecha: 10 DE NOVIEMBRE 2016

Lugar: la Chacra, (La Paz)

Hora de inicio: 15:00

Hora de finalización: 15:30

Edad

-“21 años”

**Hábleme de su Formación:**

-“Actualmente cursando tercer año, ISEF. Y terminando tecnicatura en futbol, también ISEF”.

**¿Experiencia como entrenador de arqueros?**

-“Un año con arqueros de Baby futbol en Rivera, club Oriental y selección generación 2003.”

**¿Tiempo que trabaja con estas edades?**

-“Cuarto año que trabajo y tercero que estoy en Juventud.”

**¿Experiencia como deportista?**

-“Experiencia en Baby futbol, hice inferiores en Rivera, estuve en selecciones juveniles como en selección mayor”.

**¿Porque eligió ser entrenador de arqueros?**

-“En Rivera u club me hizo una propuesta, ya tenía idea de estudiar educación física y era como introducirme a eso. En Juventud por una propuesta de Jorge Giordano”.

**¿Qué significa para usted entrenar dicha posición?**

-“Para mi es fundamental, porque uno que le encanta esto, quiere pasar el conocimiento y preparar y perfeccionar a los gurises es muy importante. Es una de las principales posiciones donde el entrenamiento específico es fundamental.”

**¿Cuénteme sobre entrenamientos que realiza con los muchachos?**

-Son de metodología integrada, donde utilizamos los métodos globales y analíticos. “Analítico intentando reproducir las acciones técnicas, y de coordinación. Ya sea estiradas laterales, embolses, bloqueos, doble ritmo para juego aéreo. Y la metodología global ya

basada en resolver situaciones de juego con oposición”.

**¿Qué tipo de metodología utiliza?**

-“Están en un momento de integrar metodologías, porque están en un momento de perfeccionar lo técnico, y la repetición en verdad lo analítico, le da la perfección a eso. Después reproducir situaciones de juego por que la toma de decisiones es muy importante ante el juego, También para que vayan corrigiendo algunas tomas d decisiones donde se equivocan.”

**¿Qué opinas sobre el entrenamiento en base a situaciones de juego?**

-“Es fundamental, porque a veces cometen muchos errores que son causados por las distintas situaciones de juego y uno intenta reproducirlas para que el día del partido las decidan de mejor manera”.

**¿Sobre el entrenamiento analítico de la edad?**

-“La repetición y reproducción de los movimientos ayuda cuando pasan a lo global, para que puedan decidir bien.”

**¿Cuáles son los principales objetivos en esta edad?**

-“Mantener la técnica, o que ya tienen pulirla un poco, para llegar a la perfección aunque es casi imposible llegara ella, pero intentar”.

**Muchas gracias por su tiempo**

Anexo 2 Ficha de observación

Tabla 1: Ficha de observación

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION:

FECHA:

CATEGORIA:

HORARIO:

	Ejercicios	Tiempo	Metodologías/ Métodos	Acciones tecnico-tacticas
ENTRADA INICIAL				
PARTE CENTRAL				
VUELTA A LA CALMA				

Observaciones:

Fuente: Elaboración Propia



Anexo 3: Tabla de referencia de acciones técnico-tácticas en ficha de observación.

Tabla 2: Referencias Ficha de Observación.

<b>METODOLOGIA</b>			
TRA	Tradicional		
COM	Comprensiva		
EST	Estructural		
INT	Integrado		
CON	Constructivista		
<b>METODO</b>			
ANA	Analítico		
GLO	Global		
MIX	Mixto		
<b>ACCIONES TECNICO TACTICAS</b>			
<b>Ofensivos Técnicos</b>		<b>Defensivas técnicas</b>	
SDM	Saque de meta	BLO	Blocaje
PCM	Pase con las manos	DES	Desvío
PCP	Pase con los pies	DJE	Despeje
PDV	Pase de volea	RECH	Rechace
PBP	Pase a bote pronto	PRO	Prolongación
COL	Control	COLO	Colocación
CON	Conducción	PB	Posición Básica
DRI	Dribling	CA/RE	Caídas/recuperación
<b>Ofensivo Tácticos</b>		<b>Defensivos Tácticos</b>	
AO	Ataque organizado	IC	Información compañeros
JD	Juego directo	LP	Lenguaje propio
CAT	Contraataque	ADE	Acciones de estrategia
TEM	Temporizaciones	RDA	Reducción de ángulos
AP/ay	Apoyos/Ayudas	REP/COB/VIG	Repliegues/coberturas/vigilancia
VIG	Vigilancias	RDB	Recuperación del balón
COM	Comunicación	ANT	Anticipación
COLO	Colocación	INT	Interceptación
RE/DE	Repliegue/despliegue	1 vs 1	
CDO	Cambios de orientación		

Fuente: elaboración propia

Anexo 4 Tabla Campeonato Uruguayo Clausura Sub 14, Sexta fecha. Año 2016.

CAMPEONATO URUGUAYO * CLAUSURA							
DIVISIONES JUVENILES A * SUB 14							
Pos.	Equipo	Jds.	Ptos.	Pos.	Equipo	Jds.	Ptos.
1	 Defensor	6	18	9	 Danubio	5	7
2	 Peñarol	6	16	10	 Racing	5	7
3	 Juventud	6	12	11	 Deportivo	6	7
4	 Fénix	6	12	12	 Sud América	6	7
5	 Nacional	6	11	13	 Rentistas	6	3
6	 Wanderers	6	11	14	 Cerro	6	2
7	 Liverpool	6	10	15	 Plaza Colonia	6	0
8	 River Plate	6	9	16	 Miramar	6	0

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: River Plate

CATEGORIA: sub 14

FECHA: martes

HORARIO:15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-zona media más devolución. -zona media más 2da pelota.	10 min	Tradicional/ analítico	Blo/pb Blo/pb Ca/re Ca/re Ca/re Ca/re
PARTE CENTRAL	-coordinación más caída. -ídem más 2da caída. -caída con giros y vuelos laterales. -caídas laterales continuas con giro. Variadas situaciones. Paso cruzado más caída y giro.	55 min	Tradicional /analítico	Ca/re Ca/re  Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: River Plate

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-coordinación sin balón	5 min	Tradicional/ analítico	
PARTE CENTRAL	-futbol	60 min	Comprensiva /global	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">Ventas</p> <p>■ 1er trim.</p> </div>
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: River Plate

CATEGORIA: sub 14

FECHA:jueves

HORARIO:15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-toma media -toma media más toma baja. -toma baja aislada. -toma baja con pique. -Toma baja desde varios ángulos. -polimetría más vuelo. -ídem más giro y vuelo.	20 min	Tradicional/ analítico	Pb/ blo Pb/blo  Pb/blo Pb/blo Colo/pb/blo  Ca/re Ca/re
PARTE CENTRAL	-Definición con atacantes sin oposición de defensas	10 min	Comprensiva /global	
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: River Plate

CATEGORIA: sub 14

FECHA: viernes

HORARIO:15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-movimientos generales - toma media -desplazamientos laterales más toma media -ídem más toma alta frontal -caídas al mismo lado -caídas a ambos lados -Vuelos laterales	25 min	Tradicional /analítico	Blo Pb Ca/re  Cdo Cdo/ca/re  Ca/re
PARTE CENTRAL	Circuito: -vuelo por encima de cuerda -caídas laterales con giros -caídas laterales en diagonal hacia ambos lados -toma baja -caídas en diagonal hacia atrás -caídas de alto vuelo a sacar el balón por encima del travesaño	50 min	Tradicional /analítico	Ca/re  Ca/re Ca/re  Pb/blo Ca/re  Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Peñarol

CATEGORIA: sub 14

FECHA: martes

HORARIO: 16:00

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-coordinación en escalera más toma media. -coordinación más toma baja.	10 min	Tradicional/ analítico	Pb/blo  Pb/blo
PARTE CENTRAL	-Coordinación más caída más caída - caída 1er palo y 2da caída al frente más giro. -ídem más pelota no sabe a dónde va.	40 min	Tradicional / analítico	Ca/re  Pb/ca/re/colo  Int/pb Ant/rda
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Peñarol

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 16:00

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-movimientos generales - toma media -desplazamientos laterales más toma media -ídem más toma alta frontal -caídas al mismo lado -caídas a ambos lados -Vuelos laterales	15 min	Tradicional/ analítica	Blo Pb Ca/re  Cdo Cdo/ca/re  Ca/re
PARTE CENTRAL	-futbol	40 min	Comprensiva /global	
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:



**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Peñarol

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Jueves

HORARIO: 16:00

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-recepción orientada más pase -ídem en conos - caída lateral baja -ídem media altura	15 min	Tradicional/ analítico	Pcp  Colo/pcp Ca/re Ca/re/cdo
PARTE CENTRAL	-caídas pasando por debajo de una cuerda -ídem con pique previo -paso por debajo de la cuerda y caigo al lado opuesto -salto y paso por debajo con caída -vuelos por encima de la cuerda para mejorar elevación de la cadera	30 min	Tradicional /analítico	Ca/ re/cdo
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Peñarol

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Viernes

HORARIO: 16:00

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-coordinación más toma media -ídem mas toma baja -coordinación más doble ritmo -coordinación más doble ritmo más caída doble	15 min	Tradicional /analítico	Blo/ pb  Blo/ pb Int  Int/ca/re
PARTE CENTRAL	-Táctico con equipo - saque de meta hacia un objetivo movil -caídas laterales continuas con giro. Variadas situaciones. Paso cruzado más caída y giro.	40 min  40 min	. Comprensiva /global  Tradicional /analítico	Sdm  Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Juventud de las Piedras

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Martes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-pases con ambas piernas -recepción más pase -Seguridad toma media -Caídas laterales –baja -media -alta	15 min	Tradicional /analítico	Pcp Pcp Pb/blo Ca/re
PARTE CENTRAL	-recepción de centros desde distintos ángulos. Corta, media y larga distancia. -recepción de córneres sin oposición más pase de volea y pase con manos. Todas las reposiciones a un objetivo predeterminado	50 min	Tradicional/ analítico	Int/colo  Int/pdv/pcm
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Juventud de las Piedras

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-movimientos articulares generales	15 min	Tradicional/ analítico	
PARTE CENTRAL	-definición con atacantes. Entrenador obliga a trabajar el lenguaje con compañeros y estar vigilante.	40 min	comprendivo/ global	Lp/ic
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Juventud de las Piedras

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Jueves

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-pases con pie -pases con mano -conducción -toma media más toma baja -toma media más caídas laterales -toma media más vuelos	20 min	Tradicional/ analítico	Pcm Pcp Con Blo Pb/ca/re  Pb/ca/re
PARTE CENTRAL	-táctico con movimientos predeterminados por el entrenador del equipo. Con saque de meta	45 min	Tradicional / analítico	scd
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Juventud de las Piedras

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Viernes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-juego pre deportivo de pase con volea, 3 vs 3.	15 min	Comprensivo /global	Blo/colo/int/pdv
PARTE CENTRAL	-Interceptación de centros más pase de volea, más pase con mano. Todo con oposición. Definición con suplentes 3 vs 2 más arquero -Trabajo táctico con todo el equipo, donde cuando el balón llega a zona de finalización trabajan la definición.	75 min	Comprensivo /global	Int/pdv/pcm/lp /ic
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Wanderers

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Martes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-pases con ambas piernas -recepción orientada más pase -seguridad de toma media - caídas laterales a ambos lados, trabajando todas las alturas( baja, media y alta)	25 min	Tradicional /analitico	Pcp Pcp  Pb/blo Ca/re
PARTE CENTRAL	-coordinación de carrera más caídas con giro -ídem más balanza -coordinación más énfasis en el empuje más caída -pliometría más coordinación más caídas con giro y balanza.	50 min	.tradicional /analítico	Ca/re  Ca/re Ca/re  Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Wanderers

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-movimientos articulares generales -saque con mano más zigzag y bloqueo -saque por encima de la cabeza más coordinación y bloqueo. -coordinación más rechazo con puños	25 min	Tradicional/ analítico	Pcm/blo/pb  Pcm/blo/pb  Rech/int
PARTE CENTRAL	-Definición con atacantes -futbol	70 min	Comprensiva / global	Ade/rep/cob/vig
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:



**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Wanderers

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Jueves

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-pases con pie variados -toma media -desplazamientos laterales más seguridad -toma baja más caída lateral -Doble ritmo en centros.	20 min	Tradicional/ analítico	Pcp Pb/blo Blo  Blo/ca/re int
PARTE CENTRAL	--caídas laterales por debajo de cuerda. Variantes con giros, mantener posición básica, ir y volver por debajo de la misma. -ídem haciendo énfasis en el empuje previo a la caída. - ídem más caídas y recuperaciones. -ídem más vuelos a media y alta	55 min	Tradicional /analítico	Ca/re/pb  Ca/re/pb  Ca/re/pb  Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Wanderers

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Viernes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-pase con manos, hábil e inhábil. - toma media más pase con pie	10 min	Tradicional/ analítico	Pcm  Blo/pcp
PARTE CENTRAL	-toma media más caída con giros -toma baja más caída lateral con giros -vuelos laterales a media altura con giros -centros con énfasis en doble ritmo - saques de meta -definiciones con solo atacantes	30 min  20 min	.  Tradicional/ analítico  Comprensivo /global	Blo/ca /re  Blo/ca/re  Blo/ca/re  Int  Sdm
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Club Nacional de Football

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Martes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-conducción con balón en pie. saltos más dribling en espacios reducidos con oposición -saltos más conducción con balón en mano, con oposición y en espacios reducidos.	15 min	integrado/ global	Dri/ con/col  Dri/con/col
PARTE CENTRAL	-pase con mano más 1 vs1. - 2 vs 2 - pliometria mas toma alta en suspensión más pase con mano a objetivo móvil. -Ídem más pase de volea -1 vs 1, donde el que se queda con el balón realiza un pase de volea para contra-ataque.	10 min  20 min  10min	.comprensivo /global  intregrado/ global  Comprensivo /global	Pcm/ 1vs1/ade/rda  Blo/pcm/cat  Blo/pdv 1vs1/pdv/ade/r da/cat
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Club Nacional de Football

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-coordinación con y sin balón. -Velocidad de reacción miembros superiores -equilibrio más velocidad de reacción.	15 min	Tradicional /analítico	Pb  Pb
PARTE CENTRAL	-Ídem velocidad de reacción más caídas laterales bajas. -primer balón de velocidad de reacción más caída lateral baja, giro y recuperación -Ídem pero caída latera media altura.	35 min	Tradicional/ analítico	Ca/re/pb  Ca/re/pb  Ca/re/pb
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Club Nacional de Football

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Jueves

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-Juego pre deportivo de pases con mano en espacio reducido. -ídem pero vale el punto si uno realiza un pase para que cualquier otro compañero del mismo equipo realice una caída lateral.	10 min	comprensiva/ global	Ade/blo/int  Ade/ca/re/int global
PARTE CENTRAL	-táctico con equipo pero en la zona de finalización defensas y atacantes juegan 3 vs4 más arquero.	30 min	.comprensiva /global	lc/lp/ade
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Club Nacional de Football

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Viernes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-posición básica más toma media -trabajos coordinativos con y sin balón previo a la toma media.	15 min	Tradicional /analítica	Pb/blo  Pb/blo
PARTE CENTRAL	-caídas laterales por debajo de cuerda. Variantes con giros, mantener posición básica, ir y volver por debajo de la misma. -ídem haciendo énfasis en el empuje previo a la caída. - ídem más caídas y recuperaciones.	35 min	. Tradicional /analítica	Ca/re/pb  Ca/re/pb  Ca/re/pb
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Plaza Colonia

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Martes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	Tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-Coordinación en escalera más toma baja, variantes; toma alta, toma media y galopas.	10 min	Tradicional /analítica	Pb/blo
PARTE CENTRAL	-trabajo táctico con finalización defensa contra ataque.	40 min	.comprensivo /global	lc/lp
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Plaza Colonia

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Miércoles

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	Tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-movilidad general - trabajan coordinación dos arqueros en simultaneo en el mismo arco y finaliza con caída lateral baja.	10 min	Tradicional/ analítico	Ca/re
PARTE CENTRAL	-voy al 1er palo donde realizo toma media con oposición pasiva más caída lateral baja.	10 min	Tradicional /analítico	Ca/re
	-ídem pero con rebote. -ídem con toma baja al frente.			Ca/re Ca/re
	--pliometría mas doble ritmo en centros a corta distancia. Con oposición de un muñeco. Haciendo énfasis en la colocación del arquero con correcciones.	40 min	Integrado /global	Int/colo
	-futbol	30 min	Comprensivo /global	
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:



**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Plaza Colonia

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Jueves

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-coordinación más toma media -toco muñeco más caída -coordinación , toco muñeco más caída lateral y recuperación	20 min	Tradicional / analítico	Pb/blo  Ca/re Ca/re
PARTE CENTRAL	-ídem más giro más vuelo a media altura. variante: vuelo alto --velocidad de acción más toma media más caída lateral -ídem más vuelo -coordinación más rechazo más toma media	60 min	.tradicional/ Analítico	Ca/re
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES:

**FICHA DE OBSERVACION**

INSTITUCION: Plaza Colonia

CATEGORIA: sub 14

FECHA: Viernes

HORARIO: 15:30

	Ejercicios	tiempo	Metodología/ método	Acción técnico- táctica
PARTE INICIAL	-conducción con oposición pasiva -pases con pie -pases con mano -pases de volea	15 min	Tradicional /analítico	Con/dri  Pcp Pcm pdv
PARTE CENTRAL	-rechace con pie hacia los dos lados laterales del campo de juego. -Recepción orientada más rechazo -centro pase de volea rápido. Contraataque	30 min	Tradicional /analítico.	Rech  Rech  Int/cat/pdv
VUELTA A LA CALMA	-estiramientos			

OBSERVACIONES: