

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

**MÉTODO DE ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA Y LA  
TÁCTICA EN LA CATEGORÍA SUB 15 DEL FÚTBOL  
URUGUAYO EN EL AÑO 2017**

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

Tutor: Jorge Botejara

**PABLO MIGUEL MARTÍNEZ ITUÑO**

**SEBASTIÁN TUBINO SÁNCHEZ**

**MONTEVIDEO**

**2018**

## INDICE

RESUMEN.....	1
1 INTRODUCCIÓN .....	2
1.1 Objetivo general.....	3
1.2 Objetivos específicos.....	3
2 ENCUADRE TEÓRICO.....	5
2.1 Técnica en el deporte.....	5
2.2 Etapas de formación.....	6
2.3 Rol del entrenador y métodos de enseñanza.....	7
3 DISEÑO METODOLÓGICO .....	9
4 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	11
5 DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	16
5.1 Fundamentos teóricos brindados por los entrenadores.....	19
6 CONCLUSIONES.....	24
7 REFERENCIAS.....	25
8 ANEXOS.....	28

## LISTA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Actividad según equipos. ....	12
Ilustración 2. Tipo de actividad. ....	13
Ilustración 3. Métodos. ....	14
Ilustración 4. Fundamentos técnicos. ....	15
Ilustración 5. Tabla comparativa. ....	16
Ilustración 6. Aspectos de juego. ....	19
Ilustración 7. Factor de entrenamiento técnico. ....	20
Ilustración 8. Importancia fundamentos técnicos. ....	21
Ilustración 9. Etapas de mejora. ....	22

## RESUMEN

A lo largo de nuestra carrera deportiva y más específicamente en el ámbito del fútbol, hemos ido desarrollando un gran interés por el estudio de los diferentes factores de entrenamiento, que en definitiva y según nuestra óptica son los que hay que explotar y donde desde nuestra intervención podemos contribuir y realizar importantes mejoras en búsqueda de la evolución del fútbol. Pero también sabemos que cada factor de entrenamiento, en cualquier deporte, incluye un abanico muy grande de conceptos y estructuras a ser trabajadas y comprendidas por el deportista. Es por eso que decidimos centrar el foco en uno de ellos: el factor técnico. Los elementos que conforman este factor, van desde la técnica en general hasta cada uno de los fundamentos que permiten y dotan al futbolista de una gran cantidad de herramientas necesarias para el juego. Ellos son imprescindibles en este deporte y por ejemplo, distinguen y clasifican a cada jugador siendo determinante su nivel de destreza técnica en el campo de juego. Son estos algunos de los motivos por los que decidimos investigar sobre el entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos en la categoría sub-15 del fútbol uruguayo. Se selecciona esta categoría por la existencia de diversos estudios que comprueban que es una etapa clave en la formación del jugador por la gran capacidad que presentan en estas edades los deportistas, para recibir información y poner rápidamente en práctica los aprendizajes. La investigación fue realizada en una primera instancia a través de un cuestionario a todos los entrenadores de la divisional A, para poder establecer una idea de cómo se llevan a cabo los procesos de entrenamiento de los fundamentos técnicos en las diferentes etapas del año. Luego se seleccionó a dos equipos distintos por la divisional en la que se encuentran, uno de ellos en la A y el otro en la B, pero ambos ubicados entre las primeras posiciones de la tabla. Y se realizó un seguimiento de diez sesiones de entrenamiento durante el período competitivo a cada uno de ellos para conocer cómo se implementan las diferentes metodologías de trabajo en estos clubes. Para ello se realizó una selección de los fundamentos pase, recepción, conducción, remate y dribling. Se constató por medio de las repuestas brindadas por los entrenadores, que muchos de ellos utilizan la combinación de los tres métodos posibles, global analítico y mixto para propuestas de entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos. Por otro lado, el seguimiento a los clubes permitió distinguir diferencias importantes entre ambos equipos en donde se destacan las propuestas, el tipo de actividades y los métodos empleados para llevarlas a cabo.

Palabras clave: Enseñanza. Entrenamiento. Entrenadores. Técnica. Fundamentos Técnicos.

## 1 INTRODUCCIÓN

Los procesos de entrenamiento, al igual que los modelos de juego, han ido variando y evolucionando a lo largo del tiempo. Estos dos aspectos van a estar determinados por el contexto donde se desarrolla, la cultura y las características de la población. En cada país y federación se adaptan y adecuan al modelo que creen más conveniente para obtener los mejores resultados a nivel local e internacional.

Russi (2013, p. 92) afirma que “la historia de Uruguay se nutre de grandes hazañas deportivas las cuales de cierta forma fueron construyendo una identidad”. Además de ser una de las principales atracciones turísticas y motivo de reconocimiento a nivel mundial, el fútbol es considerado aquí, como un estilo de vida.

Según Tabárez (2017), existe en nuestro país una amplia base en el trabajo con niños y asegura que, si esta no existiera, el fútbol uruguayo no habría logrado todo lo que conquistó. Agrega también que desde que existe el baby fútbol han surgido muchos jugadores.

En este sentido Sanchez (2005) considera que el éxito deportivo en el fútbol base es un proceso continuo y no una meta que se debe alcanzar. Por ello, cada entrenador, con ayuda de un programa de formación debe procurar adaptarse a las nuevas exigencias y evolucionar sin pausa para no quedarse rezagado. Sin olvidar que persiste una estrecha relación entre el proceso evolutivo-madurativo y la capacidad de adquisición del movimiento con el aprendizaje de los elementos técnico- tácticos tanto individuales como colectivos y con las competencias motoras. Este conjunto incide en el aprendizaje, desarrollo y perfeccionamiento deportivo. (FERNÁNDEZ, 2014)

En lo que respecta a los fundamentos técnicos Bonilla (2016) explica que son las acciones principales que debemos aprender para comprender el desarrollo del juego, las cuales primero se enseñan, para luego entrenarlas. Es por eso que dicho proceso debe formar parte del programa de cualquier entrenador de fútbol base.

Por su parte Cuenca (2016, p.15) también se refiere a los fundamentos técnicos aseverando que, “son aquellas acciones realizadas a través de gestos técnicos que se destinan a la adecuada utilización del balón, especialmente con el objetivo de dominar dentro del juego colectivo. Se busca una correcta comunicación e interacción entre los participantes”.

Al tratarse de un juego colectivo debemos entender la estrecha relación que existe entre el componente técnico y el táctico. A partir de esta relación Engel *et al.* (1998), establecen que los jóvenes jugadores, a medida que se van afianzando y consolidando con los elementos técnicos, comienzan a entender y comprender las acciones tácticas básicas.

Es por eso que es de vital importancia marcar las metodologías a seguir para la enseñanza ya sea de la técnica o de la táctica. El entrenador será el encargado de mediar en el aprendizaje, por lo que deberá configurar dicho proceso teniendo en cuenta los elementos que lo conforman (ALARCÓN *et al.*, 2010), y donde desde un principio será sumamente importante cuidar que las habilidades técnicas tengan estricta relación con las diferentes situaciones que se puedan plantear en los partidos (BRAUSSE *et al.*, 1992).

A su vez e introduciéndonos en el concepto de metodologías, Dietrich, Klaus y Klaus (2001) se refieren a estas como todas aquellas proposiciones que tienen como objeto establecer el tipo y el sistema de utilización de determinadas reglas que serán puestas en práctica tanto en los entrenamientos como en la competición deportiva. Abad *et al.* (2013) también han estudiado las metodologías en el Fútbol, manifestando que las mismas van a determinar si la intervención del entrenador es más o menos educativa para sus dirigidos.

En cuanto a los métodos de enseñanza se refiere, otros autores como Pascual Verdú *et al.* (2015) dictaminaron que los mismos varían en: analítico, global (integral), mixto y sistémico entre los más significativos. Observaron que el método de enseñanza global o integral es el más utilizado por los entrenadores de las categorías en formación, añadiendo que según su criterio la forma más eficaz y apropiada para la enseñanza del fútbol es la combinación de varios métodos.

El propósito de este trabajo es investigar acerca de los procesos de entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos durante el período competitivo en la categoría sub-15 del fútbol uruguayo. Y conocer cómo se implementan las diferentes metodologías de trabajo. De ahí que surge una interrogante: ¿Cómo se entrenan los fundamentos técnicos en la categoría sub-15 del fútbol uruguayo (AUF) en el año 2017?

#### 1.1 Objetivo general.

- Identificar como se entrenan durante el año 2017 los fundamentos técnicos en las categorías sub 15 del fútbol uruguayo

#### 1.2 Objetivos específicos.

- Describir las características principales de las propuestas de entrenamiento para los fundamentos técnicos en los clubes objeto de estudio.

- Establecer una comparación entre las propuestas de entrenamiento para los fundamentos técnicos en los clubes objeto de estudio.
- Analizar los fundamentos teóricos brindados por los entrenadores.

## 2 ENCUADRE TEÓRICO

### 2.1 Técnica en el deporte.

Renato Mano (1991, p. 233) explica que “la técnica deportiva es un proceso, o un conjunto de procesos, que se aprende a través del ejercicio, que permite realizar lo más racional y económicamente posible y con la máxima eficacia, una determinada tarea de movimiento.” Afirma también que la técnica es una habilidad motora, es decir, un componente automatizado de la acción consolidado mediante la repetición. Sans Torrelles y Frattarola (2000) mencionan que ésta es un conjunto de acciones que puede realizar un competidor, con las limitaciones establecidas por el reglamento.

Cuenca (2016, p. 16) es quien reafirma este concepto añadiendo que la técnica deportiva “se reconoce como el primer factor de rendimiento en la competición y establece que la misma debe ser dirigida con el propósito de cumplir con ciertos estándares, entre los que se encuentra, ser ahorradora de tiempo en su ejecución”. Por otra parte Verkhoshansky (2002) coincide con la idea de que la ejecución técnica no exija grandes gastos de tiempo y energía en su perfeccionamiento. Y considera que no debe limitar el proceso de preparación para la competición, concluyendo que un deportista de alto nivel es aquel que demuestra un gran dominio de la misma y un alto nivel de intensidad en los esfuerzos. En base a esto Riera (2005) explica que el alcance del nivel de destreza esperado es producto de un largo proceso que se da durante toda la carrera del deportista, ya que para la práctica del deporte de alto nivel, el individuo debe adquirir numerosos conocimientos prácticos.

Por su parte Zhelyazkov (2001) se refiere a la preparación técnica especial como un proceso específico de la formación y perfeccionamiento de la misma en correspondencia con las particularidades de la actividad motriz. Entendiendo que la tarea principal de la preparación técnica consiste en dominar y perfeccionar los ejercicios competitivos agrupándolos en estructuras motrices altamente eficientes. El autor hace referencia a determinadas tareas como principios del contenido básico de la preparación técnica especial:

- Dominar bases teóricas de la técnica deportiva.
- Elaborar un modelo individual de la técnica que corresponda con las capacidades físicas del deportista.
- Corregir la técnica ya elaborada del ejercicio competitivo con vistas a elevar las capacidades funcionales y motrices del deportista.
- Elaborar nuevas variantes de la técnica del ejercicio competitivo para ampliar el repertorio técnico-táctico del deportista.



Rivilla (2012) plantea como uno de los problemas más habituales a los que se enfrentan los entrenadores en etapas de formación, la adecuación de los contenidos a las sesiones entrenamientos.

Por su parte Arda y Casal (2003) resumen algunos conceptos sobre los procesos de enseñanza y la importancia de la técnica en este deporte, haciendo mención al propio juego como contenido central y aludiendo a la principal característica de este, la interacción entre dos equipos. Este proceso, por lo tanto, partirá desde el análisis del propio juego y la definición de los problemas que se le presentan al jugador y al equipo en cada momento en su desarrollo. Por otro lado, también hacen hincapié en la importancia de la toma de decisiones, afirmando que el jugador debe saber qué técnica aplicar dependiendo de la situación que el juego plantee. Esto no asegura que la misma se resuelva de la manera más efectiva, ya que aún falta la parte de ejecución. Es por eso que para dichos autores es fundamental saber cómo efectuar correctamente el fundamento técnico que la ocasión requiera.

Wanceulen (2016), realiza una clasificación de las habilidades técnicas distinguiendo tres grandes grupos como lo son: técnica Individual, técnica colectiva y técnica defensiva. Dentro de técnica individual coloca: golpeo del balón con el pie, controles, conducción, golpeo con la cabeza, finta, regate y tiro. En técnica colectiva como único fundamento coloca al pase y en técnica defensiva encontramos: interceptación, carga, corte, despeje y despeje orientado.

Según Benedek (2001) es imprescindible que el dominio del balón no deje de entrenarse. El autor afirma que con un pequeño espacio libre es suficiente para trabajar toda la técnica. El mismo autor realiza también una clasificación de los fundamentos técnicos agrupándolos en tres grandes grupos: recepción de balón, control de balón (donde incluye la conducción y el dribling), y por último golpeo de balón donde engloba el pase y remate.

## 2.2 Etapas de formación.

Además, discrimina cuatro etapas de formación básica: una etapa de familiarización con el balón (4 a 6 años), una etapa de preparación (7 a 10 años) otra de adquisición de un gran número de gestos y acciones motoras (10 a 12 años) y una etapa de consolidación y final de la formación básica (12 a 14 años). Y por otro lado agrega que la formación técnica no se puede limitar al aprendizaje de los gestos técnicos de forma aislada, sino que hay que considerar también las condiciones de juego reales, como añadir contrarios activos, en espacios reducidos y con el principio de la resolución más oportuna de problemas. Castelo (1999) explica que los modelos de ejecución técnica empleados en las situaciones de juego se establecen como parámetros básicos que configuran y determinan su resolución.

En relación a la segunda etapa que plantea Benedek, Cuenca (2016) coincide de alguna manera en varios aspectos, afirmando que la edad más adecuada para la iniciación al fútbol oscila entre los 8 y 10 años, ya que el niño reúne muchas cualidades que le permiten asimilar las habilidades futbolísticas con mayor facilidad.

Por otro lado, Rivilla (2012) plantea como etapa clave de formación la comprendida entre los 14 y los 16 años, y propone como objetivo para estas edades la aplicación de los recursos técnicos al servicio de la táctica en situaciones de juego reales. Bruggemann (2004) indica que en caso de jóvenes de 14, 15 y 16 años, en los cuales se producen cambios notorios de su condición física, se admite también una mayor dinámica en sus movimientos de juego. Por este motivo se crean condiciones más propensas para dominar herramientas y formas de comportamiento técnico-tácticas más difíciles y con mayor dependencia de las habilidades técnicas. Por su parte Espasandín (2010), se refiere al concepto de táctica como conjunto de principios y modelos adoptados por su entrenador en consideración al análisis, tanto de las capacidades individuales y colectivas del propio equipo, como de los rivales y las condiciones de juego.

Para Velazco y Lorente (2003) las relaciones entre técnica y táctica comienzan a verse reflejadas cuando una de ellas no alcanza un nivel de destreza adecuado, de ahí la relevancia que encuentran muchos autores sobre la enseñanza en conjunto de ambos componentes. Concluyen agregando la imposibilidad de un entrenador de conseguir que un jugador que no es capaz de controlar un balón en un mínimo de tiempo, pueda liberar la atención de este gesto para dedicarla a un determinado movimiento de ataque.

Castejón (2003) aclara que como entrenadores deberíamos optar por una enseñanza en la que se trabaje enfocándose en el aspecto cognitivo de los deportistas, independientemente del deporte que se practique. Y para lograrlo considera necesario emplear metodologías diferentes que impliquen una amplia variedad de medios y tareas que colaboren en una mejor formación motriz de los jóvenes practicantes, a la vez que mejoren y aumenten la motivación por la práctica del deporte.

Pérez Ramírez (1998, p. 22) se refiere a un concepto muy interesante: el entrenamiento eficaz. Para la autora este puede ser definido como “la habilidad de los entrenadores para reaccionar ante las características y necesidades de los jugadores”. Y añade que el entrenador es quien debe prever los factores que intervienen en el entrenamiento, basándose y teniendo en cuenta la complejidad de los mismos.

### 2.3 Rol del entrenador y métodos de enseñanza.

Readhead (1993) agrega que el entrenador debe forjarse una filosofía personal, la cual debe estar basada en sus creencias, sus compromisos, el tiempo que pueda dedicar a sus dirigidos y tener en cuenta los rasgos necesarios que conlleva el deporte. Por otro lado, Peitersen (2003) menciona que el entrenador necesita un gran conocimiento sobre la realización de cada técnica y el significado de sus detalles para dominarlos por completo y lograr enseñarlos con propiedad.

Para la enseñanza de cualquier componente, YAÑEZ et al. (2015) distinguen tres tipos de métodos: el sintético o global, en el cual se presenta una situación de juego en la que intervienen todos los elementos; balón, compañeros y rivales y lo trabaja como un todo. Este método se enfoca en un objetivo específico y busca trabajar en base al mismo de una manera integral manteniendo la naturalidad y lógica del juego.

El método analítico, o de las partes, en el cual se presenta una acción de juego y se tiene en cuenta solo uno de los aspectos que intervienen en él. Divide una acción de juego, parte por parte, apostando al aprendizaje de cada una de ellas para luego unir las entre sí. Es un método muy utilizado para la obtención de objetivos muy concretos y la fijación de fundamentos técnicos en el deportista ya que permite un elevado número de repeticiones.

Y por último el método mixto es la combinación de los dos anteriores utilizados en el siguiente orden: sintético-analítico-sintético. Este método comienza con una tarea planteada de forma sintética, en caso de que el equipo no logre o no encuentre una solución a los problemas planteados se recurre a una propuesta con estrecha relación, pero planteada de forma analítica, para luego regresar a la primera y observar si son capaces de lograrlo correctamente. Los mismos autores aclaran que este método produce mayores ventajas en las correcciones y análisis de los objetivos por parte del jugador.

### 3 DISEÑO METODOLÓGICO

Debido a las características y objetivos que presenta esta investigación la consideramos de naturaleza mixta. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010) en los métodos mixtos se combina al menos un componente cuantitativo y uno cualitativo en un mismo estudio.

En lo que refiere al tipo de investigación, esta corresponde a una de tipo descriptiva. Hernández, Fernández y Baptista (2010; p.80) expresan que en estos estudios se busca “especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis”. Las características de nuestra investigación se asimilan a los conceptos expresados por los autores mencionados anteriormente, ya que nuestro cometido será describir hechos y procesos que se dan en un determinado entorno y realizar un análisis posterior de los mismos.

Se trata de una investigación no experimental. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), son estudios que no manipulan deliberadamente variables y solo se observan los fenómenos en su contexto natural y propio para posteriormente analizarlos. A su vez es de tipo transeccional o transversal, lo que significa que refieren a investigaciones que recopilan datos en un momento único.

Para esta investigación se utilizó un diseño explicativo secuencial (DESPLIX) el cual Hernández, Fernández y Baptista (2014) lo caracterizan como un diseño que cumple con una primera etapa en la cual se recaban y analizan datos cuantitativos y una segunda etapa en la que se cumple con el mismo proceso para los datos cualitativos. También destacan que la segunda fase se construye sobre los resultados que brinda la primera y se puede dar el mismo grado de prioridad tanto a los datos cuantitativos como a los cualitativos. Por otro lado, afirman que los resultados de la primera fase pueden ser utilizados para orientar en la definición de una muestra guiada y que la misma puede ser por propósitos teóricos o por cierto interés.

Los sujetos de estudio en esta investigación fueron los entrenadores de la categoría sub 15 masculina del Fútbol Uruguayo (AUF). Y la muestra seleccionada los responsables de la divisional A y un representante de la divisional B. Esta selección se determinó por intermedio de un muestreo dirigido o no probabilístico, donde la intencionalidad corresponde a la necesidad de obtener la opinión de todos los entrenadores de la principal divisional y representar a la segunda división con la opinión de un entrenador seleccionado con un criterio de rendimiento, ya que ubica los puestos más altos en la tabla de posiciones.

Respaldándonos en la descripción del diseño se puso en marcha este proceso, aplicando en una primera instancia un cuestionario de carácter cerrado, presencial y

estructurado. Este instrumento fue aplicado a todos los entrenadores de la categoría sub-15 de la divisional A y al entrenador seleccionado de la divisional B. A partir de allí se realizaron las observaciones de carácter no participante seleccionando a dos equipos pertenecientes a distintas divisionales y utilizando un criterio de rendimiento. El de la B previamente mencionado y un equipo de la A, quien también ocupa las primeras posiciones en la tabla. Estas observaciones fueron registradas por intermedio de una ficha de observación.

Heinemann (2008) define a la ficha de observación diciendo que la misma es un registro de datos controlados con una finalidad determinada para la investigación. Para que dicha técnica tenga validez, la misma deberá contemplar las siguientes características debiendo ser: sistemática, controlada y estructurada.

La ficha se aplicó observando un total de diez entrenamientos de cada club seleccionado, dos semanas completas y consecutivas (excluyendo el día de competición). Las observaciones transcurrieron con normalidad durante las tres últimas semanas del mes de noviembre, y la primera semana de diciembre en el año 2017.

Para ambos instrumentos tomamos la clasificación de los fundamentos técnicos utilizada por el autor Endre Benedek, manejando como fundamentos de mayor relevancia: pase, recepción, remate, conducción y dribling. Las pautas de estos instrumentos se encuentran documentadas en los anexos 1 y 2.

A modo de estudio piloto el cuestionario fue aplicado a dos entrenadores de ligas amateur (Liga Universitaria y Liga UY). No fue necesario aplicar modificación alguna debido a que las preguntas obtuvieron una buena interpretación por parte de los entrenadores y la información brindada cumplió con las expectativas. Lo mismo ocurrió con la ficha de observación, la cual fue aplicada a un entrenamiento de un equipo de la categoría sub 19 AUF.

#### 4 PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Para comenzar a, “Describir las características principales de las propuestas de entrenamiento para los fundamentos técnicos en ambos clubes”, se realizaron las observaciones mediante una ficha de la que se desprenden varios datos; hay ciertos puntos y características que se repiten y otras en las que difieren llegando a ser casi opuestos.

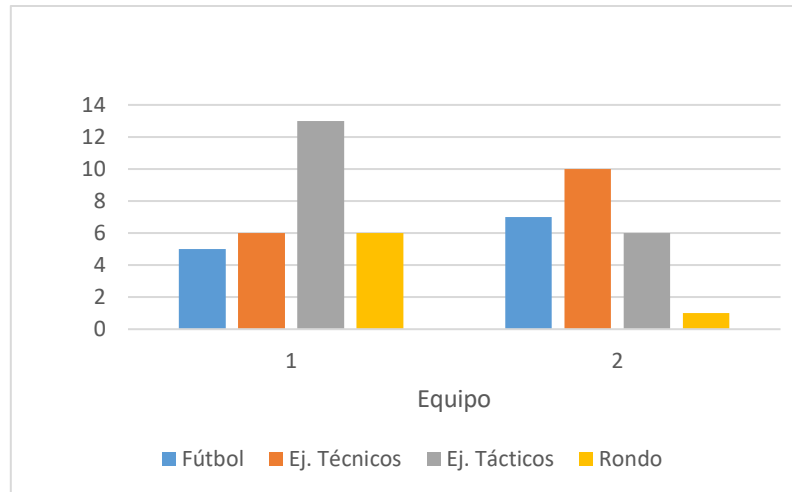
Realizar una óptima extracción de los datos implicó una identificación de las propuestas en las que se agruparon tareas según su naturaleza. Es decir, actividades que repiten un mismo patrón y que presentan las mismas características en los entrenamientos. Esto facilita el trabajo a la hora de hacer un análisis. Estas actividades son: Activación, Rondo, Ejercicios Técnicos, Ejercicios Tácticos, Fútbol, Trabajo Aeróbico y Recuperación. El Rondo, como afirma Martínez (2010), es un juego con una superioridad numérica de 2 o más jugadores en el que el objetivo principal es la conservación y recuperación de la posesión del balón partiendo desde una disposición inicial pre-fijada. Esta actividad posee multitud de elementos y variantes que hacen de él un elemento útil en la formación del futbolista. En dichas actividades están comprendidos la totalidad de los ejercicios observados.

A su vez la ficha también recabó los datos del tipo de actividad, el método que se utilizó en cada ejercicio y de los fundamentos técnicos involucrados. Con esta información podemos comenzar a plasmar los valores, para luego analizarlos, discutirlos y establecer una comparación entre ambos clubes.

De las actividades expuestas anteriormente se decidió enfocarse en 4 de ellas, tomando como criterio que son las que presentan fundamentos técnicos en su práctica. Estas son, rondo, ejercicios técnicos, ejercicios tácticos y fútbol.

A continuación, en la gráfica 1, se muestra el número de veces que se repiten estas actividades en cada club observado. Cuando nos referimos al equipo 1 nos referimos al equipo de la A y cuando nos referimos al equipo 2 nos referimos al equipo de la B.

Gráfica 1.

*Ilustración 1. Actividad según equipos.*

Para el equipo 1 se puede valorar una diferencia notoria de los ejercicios tácticos por sobre el resto de las actividades; repitiéndose estos unas 13 veces en 10 entrenamientos observados. En cuanto a las actividades rondo y ejercicios técnicos, se registró una igualdad en cantidad de veces realizados (6 en total), siendo la actividad fútbol la menos reiterada durante las dos semanas de entrenamiento con un total de 5 veces.

Por otro lado, en el equipo 2, encontramos que la actividad ejercicios técnicos es la más repetida por sobre el resto, con un total de 10 veces en misma cantidad de entrenamientos. Con 7 apariciones le sigue la actividad fútbol, los ejercicios tácticos comprenden un total de 6 repeticiones, quedando la actividad rondo con menor cantidad de apariciones (una vez realizada en el total de los entrenamientos).

A continuación, en la gráfica 2, se presentan los diferentes tipos de actividades. Clasificación que se desprende de las propuestas descritas anteriormente en la gráfica 1 y que muestra en porcentajes cuales fueron las preferencias de los entrenadores de ambos clubes para las actividades, siendo 3 los tipos de actividades observadas: CCO (colectivo con oposición), CSO (colectivo sin oposición), ISO (individual sin oposición).

Gráfica 2.

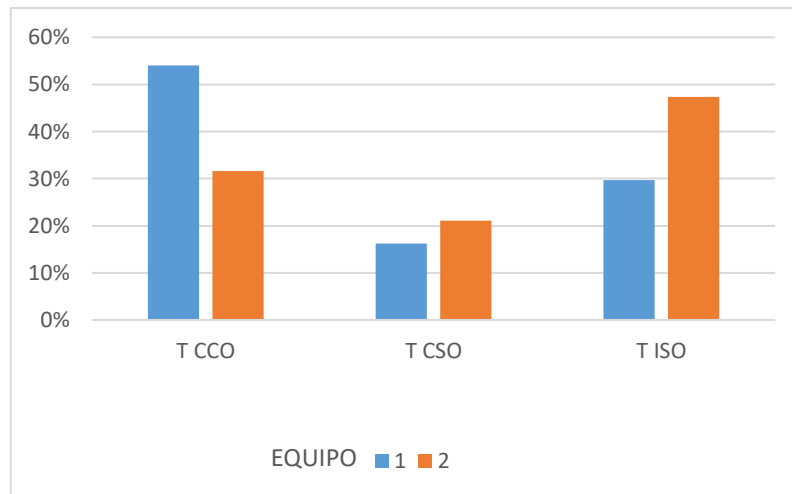


Ilustración 2. Tipo de actividad.

En esta gráfica nos encontramos, para el equipo 1, con un 52% de actividades colectivas con oposición (CCO). Seguido de un 30% de actividades individuales sin oposición (ISO), restando un 18% del total de las actividades con una dinámica colectiva sin oposición (CSO).

En cuanto al equipo 2, podemos observar que el porcentaje más alto lo tienen las actividades individuales sin oposición con un 48% del total de estas, seguido del 31 % de actividades colectivas con oposición, restando un 21% referente a las actividades colectivas sin oposición.

Otro de los datos relevantes que recabó la ficha de observación y que se presentan en la gráfica 3, son los métodos que se utilizaron para las diferentes propuestas que ofrecieron los entrenadores. Según lo observado y guiándonos en lo expuesto por YAÑEZ *et al.* (2015), fueron el método analítico, global y mixto.



Gráfica 3.

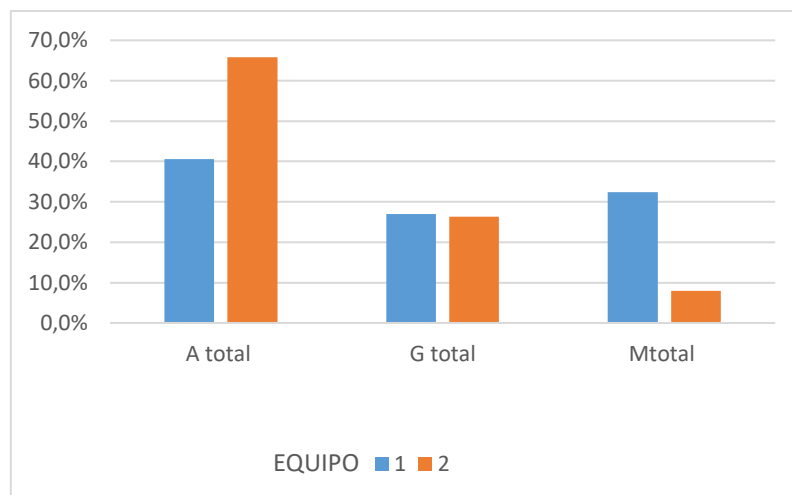


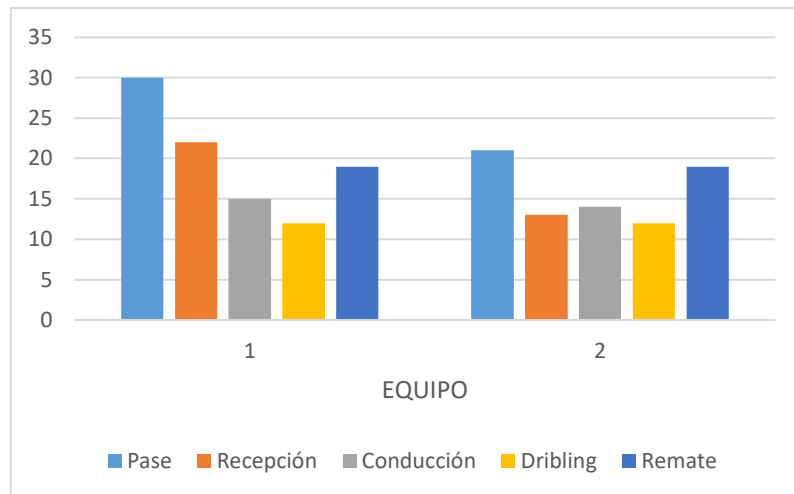
Ilustración 3. Métodos.

Comenzando por el primer equipo observado, podemos destacar que el método analítico se superpuso en número de veces por sobre los otros 2, habiéndose realizado el 40,5% de las actividades totales con este tipo de método. Seguido del método mixto con el 32,5%, y siendo el método global el menos utilizado para la presentación de las propuestas de trabajo por el cuerpo técnico del equipo uno con un porcentaje del 27 % de las actividades totales.

En lo que corresponde al segundo equipo observado, se marca una diferencia muy amplia entre los tres métodos, destacándose de manera considerable el método analítico con un 65,8 % del total de las actividades presentadas. Claramente por debajo, aparece el método global, utilizado por el cuerpo técnico el 26,3% de las veces en los entrenamientos. Quedando como el método menos utilizado en este plazo de observación el método mixto, con un 7,9 %.

Por último, se extrajo también, del total de las propuestas presentadas por los entrenadores en los 10 entrenamientos de observación, la cantidad de veces que se repitió cada fundamento técnico en particular. Por lo que a continuación presentamos esta información en la gráfica 4.

Gráfica 4.

*Ilustración 4. Fundamentos técnicos.*

Siguiendo el patrón de comenzar con la descripción del primer equipo observado, se detalla que en 30 ejercicios se vislumbra el pase como único o entre otros fundamentos involucrados. Remates en 22 ocasiones, recepción en 19, conducción en 15, y el fundamento menor veces observado fue el dribling con un total de 12 veces.

En cuanto al segundo equipo, el fundamento más reiterado fue el pase en un total de 21 oportunidades. Seguido de la recepción, con 17 apariciones en el total de los ejercicios realizados. Quedando por debajo los fundamentos conducción 14, remate 13, y dribling 12.

## 5 DISCUSIÓN DE RESULTADOS.

Para discutir los resultados presentamos la siguiente tabla.

	<b>EQUIPO 1</b>	<b>EQUIPO 2</b>
<b>Actividad</b>		
Fútbol	5	7
Ejercicios Técnicos	6	10
Ejercicios Tácticos	13	6
Rondo	6	1
<b>Tipo de Actividad</b>		
ISO	11	18
CSO	6	8
CCO	20	12
<b>Método</b>		
Global	10	10
Analítico	15	25
Mixto	12	3
<b>Fundamentos Técnicos</b>		
Pase	30	21
Recepción	19	19
Conducción	15	14
Remate	22	13
Dribling	12	12

*Ilustración 5. Tabla comparativa.*

En la Tabla comparativa se observan los números totales de cada equipo en cuanto a las diferentes categorías definidas y la cantidad de veces que se observaron. Esto facilita la tarea a la hora de realizar una comparación.

Es necesario aclarar que no es posible dar afirmaciones absolutas acerca de cómo trabajan ambos equipos o los clubes en sí, debido al poco tiempo de visualización. Pero sí es posible marcar una aproximación y afirmar tendencias.

Para cada categoría seleccionada (actividad, tipo de actividad, método y fundamentos técnicos) se aplicó la prueba estadística chi cuadrado, la cual analiza si existe una diferencia significativa entre las distribuciones en los datos de ambos equipos.

Por ejemplo, para las actividades, el valor “p” arrojado fue 0.064, denotando una diferencia significativa entre ambos equipos. Lo que permite distinguir que el equipo 1 brinda

mayor importancia a los ejercicios tácticos por sobre el resto de las actividades. Y por sobre el equipo 2, quién por el contrario brinda una mayor importancia a los ejercicios técnicos.

Este lineamiento se va a ver reflejado en el tipo de actividad y en el método empleado por los entrenadores para los ejercicios. Los cuales demuestran en el equipo 1, una clara inclinación hacia las actividades colectivas con oposición. Mientras que en el equipo 2 se observa lo contrario, siendo las actividades individuales sin oposición las preferidas por el entrenador. En este caso el valor p arrojado es de 0,18 lo que permite afirmar que existe diferencia significativa entre estos datos. Y por lo tanto entre el tipo de actividades preferidas por los entrenadores para llevar a cabo los ejercicios.

Para el equipo 1 esto podría traducirse en tareas que requieran una rápida toma de decisiones y con alto componente táctico, las cuales se dan propiamente en situaciones de juego. Y para el equipo 2, ejercicios diseñados con la intención de una mejora de los gestos técnicos, de forma individual y aislando así al futbolista de elementos como la oposición.

Las actividades colectivas con oposición responden más a un método global y las actividades individuales sin oposición a un método analítico. Ya que son tareas que no tienen rivales, lo que permite por ejemplo tener total atención sobre el balón. Y generalmente son diseñadas para el entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos. En cuanto a las actividades colectivas sin oposición observamos que existe una cierta paridad en ambos lados.

Lo que es interesante de mencionar es que para ambos entrenadores el método mayormente empleado en este período de observación es el analítico. Si bien ambos entrenadores priorizan el mismo método, para esta categoría también se encontraron diferencias significativas, donde el p arrojado por la prueba estadística chi cuadrado fue de 0,019. Pero ¿Dónde se dan esas diferencias? Las mismas se originan principalmente en el método analítico y en el método mixto.

En el equipo 1 el método analítico se utilizó en quince ejercicios, lo que representa un 40,5% del total de las actividades. Y más aún en el equipo 2, quien realizó 25 ejercicios con este método, representando un 65,8% del total. Si bien en el equipo 1 se reparten los métodos utilizados casi en cantidades iguales (global 10 y mixto 12) lo cual concuerda con lo expuesto por los autores Pascual Verdú *et al.* (2015) en cuyo criterio la forma más eficaz y apropiada para la enseñanza del fútbol es la combinación de varios métodos. En el equipo 2, sí se denota una clara predominancia por los ejercicios analíticos, lo que difiere con lo expuesto por los mismos autores, quienes observaron en España, que el método de enseñanza global o integral es el más utilizado por los entrenadores de las categorías en formación.

Como mencionamos anteriormente, 10 entrenamientos observados no son cantidad suficiente para realizar afirmaciones determinantes. Es decir, no nos permite garantizar que estos son los métodos más utilizados por los entrenadores durante toda la temporada. Pero si es necesario subrayar que existe una estrecha relación con respecto a la opinión teórica brindada por los entrenadores en el cuestionario y lo que se plantea en la cancha. Concretamente para el equipo 1 el entrenador estableció como métodos preferentes para el entrenamiento de los fundamentos técnicos, el analítico y el mixto. Y el entrenador del equipo 2, los métodos analítico y global.

De estos datos presentados podemos deducir que las razones por las que ambos eligen dicho método son las ventajas que ofrece. Puede ser la facilidad que brinda a la hora de detectar y corregir errores, la igualdad de participación por parte de los jugadores o la cantidad de repeticiones que permite realizar (por mencionar algunas de las más importantes), lo que buscan los entrenadores a la hora de seleccionar los ejercicios que ellos creen más convenientes.

Acerca de los fundamentos técnicos encontramos que existe también una diferencia significativa entre las distribuciones de ambos equipos. El valor  $p$  en esta ocasión es de 0,046. Decretándose esta diferencia en los fundamentos pase y remate. En cuanto a los fundamentos recepción, conducción y dribbling encontramos una paridad casi absoluta en cantidad de veces observados, registrándose una igualdad en todos los fundamentos menos en conducción donde hay una aparición más en el equipo 1.

El pase es el fundamento que más se repite en los ejercicios de ambos equipos. Pero como mencionamos anteriormente es aquí donde se registra una de las diferencias más grandes habiéndose observado para el primer equipo 9 veces más este fundamento. Esta incidencia podría estar directamente relacionada con el tipo de actividad, ya que las actividades colectivas y las actividades que presentan oposición (las más utilizadas por el equipo uno), obligan y exigen al jugador a tener que realizar un pase para cumplir con esta característica.

El otro fundamento donde se presentan diferencias es en el remate. Sobreponiéndose también el equipo 1 en 9 ejercicios que involucran dicho fundamento.

## 5.1 Fundamentos teóricos brindados por los entrenadores.

Grafica 6.

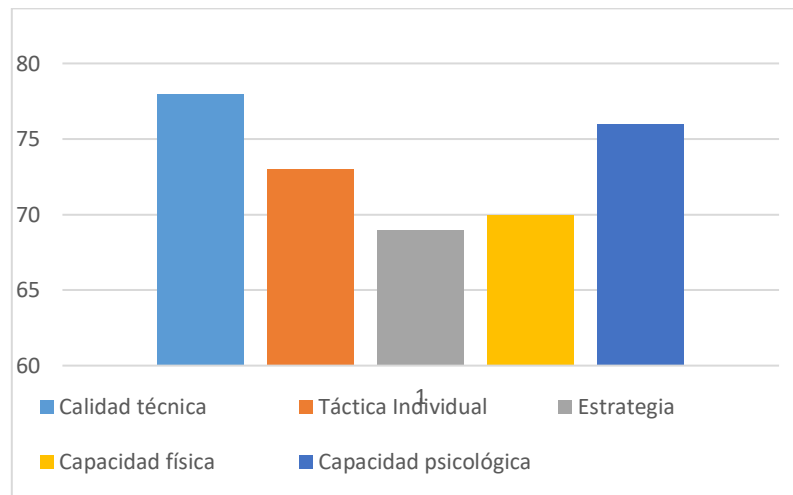


Ilustración 6. Aspectos de juego.

Con respecto a los aspectos de juego, lo interesante y de extrema relevancia para nuestro trabajo es que la calidad técnica está por arriba del resto con un valor total de 78, que es la suma de las respuestas y donde casi todos los entrenadores coinciden que es de “máxima importancia”, menos dos entrenadores que marcaron como “muy importante” a este aspecto en futbolistas de esta categoría.

Por otro lado rescataremos la siguiente opción de mayor valor en cuanto a nivel de importancia, y nos encontramos con que la misma es la capacidad psicológica para la mayoría de los entrenadores, dando esta un valor total de 76 de 80 posible. Lo que significa que esta capacidad en jugadores juveniles es muy considerada por quienes trabajan diariamente en su formación. Si bien no nos asombra este resultado ya que cuando se trata de jóvenes deportistas, en plena formación, y con los aspectos y factores detallados anteriormente en constante proceso de desarrollo, quien se debe mantener estable y con la fortaleza suficiente para afrontar y asumir situaciones y desafíos de alta complejidad que se le van presentando son sus funciones mentales, sus pensamientos, sus emociones, y por consiguiente sus acciones.

Grafica 7.

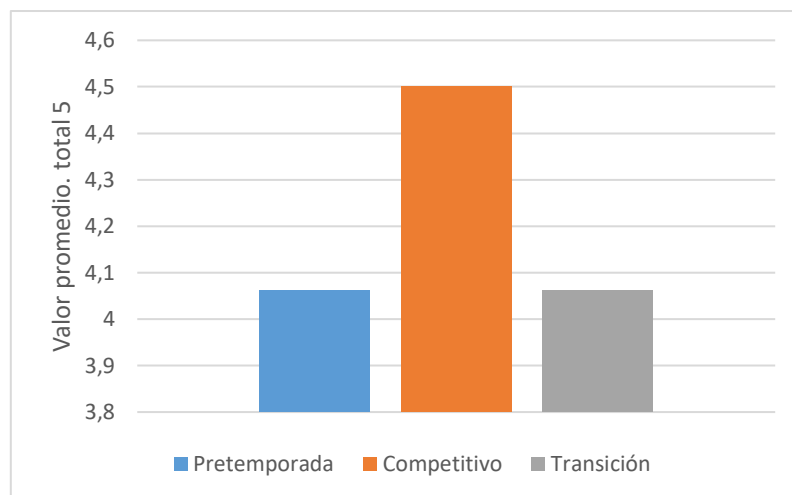


Ilustración 7. Factor de entrenamiento técnico.

En cuanto a los factores de entrenamiento, en primer lugar nos enfocaremos únicamente en lo que corresponde al factor técnico, en los diferentes periodos del año, aquí se denota una gran diferencia entre la relevancia de este factor en el periodo competitivo por sobre los otros dos, lo que nos da la pauta que en este periodo se hace gran hincapié en mejorar, perfeccionar o simplemente estabilizar la técnica de los deportistas. Pero lo interesante se da a la hora de verificar que en este mismo periodo competitivo el factor de mayor importancia por parte de los entrenadores no es el técnico, sino el táctico. Siempre refiriéndonos a las edades de sus dirigidos y a la cual está enfocado el trabajo, que es la comprendida entre los 14 y los 16. Por otro lado tomando como referencia nuevamente a Rivilla (2012) este autor plantea como etapa clave de formación la comprendida entre los 14 y los 16. Y propone como objetivo para estas edades la aplicación de los recursos técnicos al servicio de la táctica en situaciones de juego reales.

De los 16 entrenadores consultados, 15, coinciden en darle la “máxima importancia” a la técnica en estas edades. Apenas un solo entrenador lo coloca por debajo marcándolo como “muy importante”. A su vez de este cuestionamiento en particular se desprende la siguiente pregunta en la cual desglosamos los fundamentos y les damos la posibilidad a los entrenadores de valorar cual o cuales le parecen los más importantes. Nos encontramos que hay 2 fundamentos que se valoran por encima del resto. Estos son: el pase y la recepción. Seguidos por la conducción, el dribling y por último el remate, valorado como el de menor importancia por parte de los entrenadores.

Grafica 8.

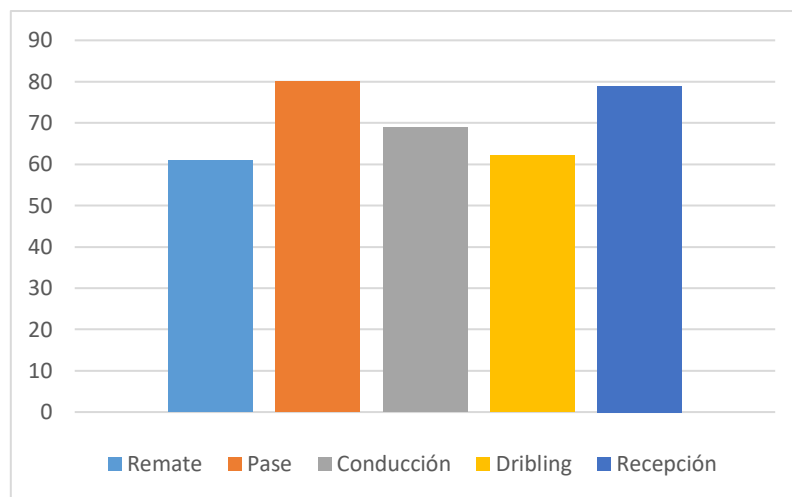


Ilustración 8. Importancia fundamentos técnicos.

En el caso del pase como mencionamos anteriormente existe una relación directa ya que es el fundamento que más se observa y repite en los 2 equipos observados y también el cual los entrenadores destacan como de mayor relevancia.

Con respecto a la teoría que se viene considerando, Velazco y Lorente (2003) son claros en cuanto a la importancia de la recepción del balón, afirmando que un jugador que no es capaz de controlar un balón en un mínimo de tiempo es imposible que pueda liberar la atención de este gesto para dedicarla a un determinado movimiento de ataque sin que se lo quiten.

Existe unanimidad en cuanto a que todos los entrenadores coinciden y creen que los futbolistas continúan perfeccionando la técnica durante toda su carrera. Si bien esta pregunta no responde a la forma sobre cómo se da este perfeccionamiento, si nos da la idea de que la posibilidad de perfeccionarla está presente.

A la pregunta de hasta que etapa creen necesario realizar ejercicios específicos que produzcan mejoras en algún fundamento técnico en particular, la mayoría de los entrenadores vuelve a coincidir, que estos ejercicios se deben continuar presentando hasta la tercera etapa, osea, durante toda la carrera del futbolista. Aunque 3 entrenadores creen que la necesidad de incluir estos ejercicios en los entrenamientos formales existe hasta la segunda etapa de formación, la comprendida entre los 12 y los 19 (categorías formativas), y un entrenador lo considera necesario únicamente en la etapa de baby futbol.



Grafica 9.

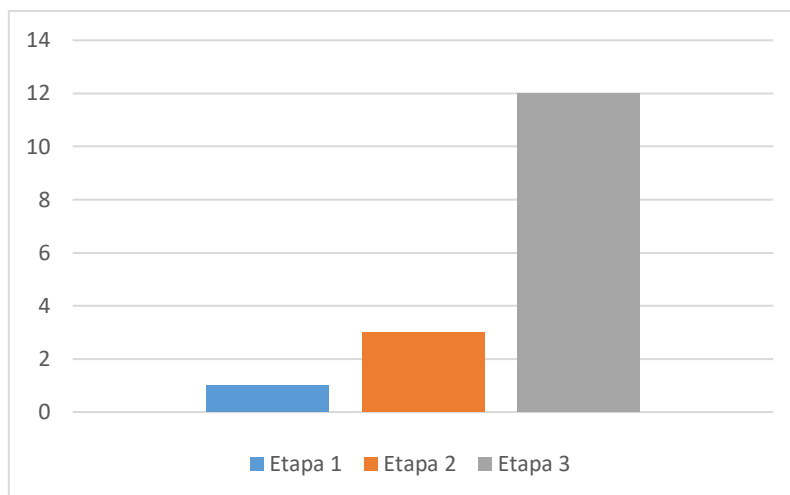


Ilustración 9. Etapas de mejora.

Con respecto a los métodos preferidos por los entrenadores para el trabajo de los fundamentos técnicos en los entrenamientos, y asumiendo que en esta pregunta se les permitió optar por 1, 2, o los 3 métodos en cuestión, nos encontramos que de los 16 entrenadores entrevistados, 5 de ellos utilizan 2 o 3 métodos distintos, y los 11 restantes solo optaron por 1 de los 3 posibles. Los 5 que optaron por más de un método coinciden en la utilización del analítico para entrenar los fundamentos, 3 de ellos también utilizan el global y 2 optan por los 3 métodos como recurso a la hora de poner en práctica las propuestas.

Ahora, de los 11 que optaron por un único método, encontramos 8 entrenadores con el llamado mixto, 2 que prefieren la utilización del global, y tan solo un entrenador que propone los ejercicios para los fundamentos técnicos por intermedio del método analítico preferentemente. Si continuamos con la idea de la combinación de varios como la opción más adecuada para el entrenamiento de este deporte, y asumiendo que los fundamentos técnicos cumplen un factor muy importante dentro del mismo, podemos distinguir únicamente a 5 entrenadores que se inclinan por este camino, aunque de los 11 que eligieron un único método, 8 marcaron como preferencia el mixto, que por definición este es la combinación del global y el analítico, por lo tanto también estarían dentro de la idea que elaboran Pascual Verdu *et al.*, (2015), quedando 3 entrenadores restantes que si prefieren un único método ya sea el global o el analítico.

Por último, en cuanto a la pregunta sobre nivel de relación encuentran los entrenadores entre perfeccionamiento del aspecto técnico y la enseñanza de las tácticas de juego, encontramos que los mismos le brindaron casi la máxima importancia a esta relación, con un promedio de 4,6 en la escala de 1 a 5 que se les proporciono. Encontramos aquí una relación con el planteo de Rivilla (2012) quien propone como uno de los objetivos fundamentales en

este deporte, la aplicación de los recursos técnicos al servicio de la táctica en situaciones de juego reales.

## 6 CONCLUSIONES

Podemos afirmar que existen y según los entrenadores son necesarias las propuestas específicas orientadas al entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos en las categorías sub 15 del fútbol uruguayo.

Por otro lado estas propuestas varían en sus formas, métodos y momentos del año en las cuales son implementadas.

Estas diferencias se vieron reflejadas en los dos clubes observados y en las respuestas brindadas por los entrenadores en el cuestionario. Eso quiere decir que no existe un único camino, forma o receta para el entrenamiento y perfeccionamiento de los fundamentos técnicos. Los entrenadores pueden inclinarse por distintas metodologías dependiendo de las características de sus jugadores, el contexto en que se desarrolla y el sustento que pueda brindar el club. Concretamente nos referimos a los materiales y a los entrenadores y asistentes de los que se pueda disponer.

Esta variedad de formas y de tiempo dedicado a este tipo de propuestas se puede relacionar también con el nivel de captación de un equipo y otro. Una posible causa es que el equipo de la A puede acceder a futbolistas con un determinado nivel técnico-táctico, mientras que el equipo de la B por tener menos recursos accede a otro tipo de futbolistas. Los cuales llegan con un mayor déficit técnico-táctico, lo que explicaría la elección o la mayor dedicación de tiempo a entrenar estos aspectos de manera más específica y analítica. Nos parece interesante poder continuar por este camino en futuras investigaciones para conocer con qué nivel llegan los jugadores a esta categoría. De qué clubes provienen los jugadores que llegan a los equipos de divisiones formativas y si los clubes de AUF en el que están los juveniles cuentan con niveles de escuela para que ya se formen allí. Entre otros aspectos que ayudarían y darían mayor explicación a lo investigado en este trabajo.

## 7 REFERENCIAS.

ABAD ROBLES, Manuel Tomás *et al.* Perfil, experiencia y métodos de enseñanza de los entrenadores de jóvenes futbolistas en la provincia de Huelva. **Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación**, Murcia, n. 20, jul./dic. 2011.

ALARCÓN, Francisco *et. al.* La metodología de enseñanza en los deportes de equipo. **Revista de Investigación en Educación**, Murcia, n.7, feb., 2010.

ARDA, Toni; CASAL, Claudio. **Fútbol: metodología de la Enseñanza del fútbol**. España: Paidotribo, 2003.

BENEDEK, Endré: **Fútbol Infantil**. 4. ed. España: Paidotribo. 2001.

BONILLA, Kleber; GARCÉS, Santiago. **Los fundamentos técnicos de fútbol en el rendimiento deportivo de la categoría inferior de la unidad educativa abc del cantón Ambato**. 2016, 3 p. Proyecto de Investigación previo a la obtención del Grado Académico (Licenciatura en Cultura Física). Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad Técnica de Ambato, Ambato, 2016.

BRAUSSE, Jürgen *et al.* **Fútbol base: programas de Entrenamiento**. España: Paidotribo, 1992.

BRUGGEMANN, Detlev. **Fútbol: entrenamiento para niños y jóvenes**. España: Paidotribo, 2004. 54 p.

CASTELO, Jorge: **Fútbol: estructura y dinámica del juego**. España: INDE. 1999.

CASTEJON, Javier. **Iniciación deportiva: la enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte**. España: Wanceulen, 2003. 49 p.

CUENCA, Jimmy: **Análisis del orden metodológico de los fundamentos del Fútbol y la edad apropiada para su iniciación**. Machala: Universidad Técnica de Machala. 2016.

CUENCA, Jimmy: **Análisis del orden metodológico de los fundamentos del Fútbol y la edad apropiada para su iniciación**. Machala: Universidad Técnica de Machala. 2016. 16 p.

DIETRICH, Martin; KLAUS, Carl; KLAUS, Lehnertz. **Manual de metodología de entrenamiento**. Barcelona: Paidotribo, 2001. 18 p.

ENGEL, Frank *et al.* **Fútbol base: programas de Entrenamiento**. España: Paidotribo, 1998.

ESPASANDÍN, Alberto La táctica: los deportes colectivos y su complejidad. **Revista Universitaria de la Educación Física y el Deporte**. La Mancha, año 3, n. 3, p. 15, oct., 2010.

FERNÁNDEZ PÉREZ, Roberto Carlos. **Incidencia de diferentes metodologías de enseñanza-entrenamiento en el fútbol base sobre indicadores del abandono deportivo.**

Universidad de León. Departamento de Educación Física y Deportiva, León, 2014. Disponible en: < <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=42981> > Acceso en: 31 mayo 2016.

HEINEMANN, Klauss. **Introducción a la metodología de la investigación empírica:** en las ciencias del deporte. 2. ed. Badalona: Paidotribo, 2008.

HERNÁNDEZ, Roberto; FERNÁNDEZ, Carlos; BAPTISTA, Pilar. **Metodología de la Investigación.** México D.F: Mc Graw Hill, 2010.

HERNÁNDEZ, Roberto; FERNÁNDEZ, Carlos; BAPTISTA, Pilar. **Metodología de la Investigación.** México D.F: Mc Graw Hill, 2014.

MANNO, Renato. **Fundamentos del entrenamiento deportivo.** España: Paidotribo, 1991. 233 p.

MARTÍNEZ, Francisco; MARTÍN, Alberto. La formación del joven futbolista a través del juego del Rondo. **EmásF**, La Rioja, v.7, n. 2, p. 6, nov/dic., 2010.

PASCUAL VERDÚ, Norberto *et al.* Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base. **Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación.** Murcia, n. 28, jul./dic. 2015.

PEITERSEN, Birger **Fútbol:** técnica del Fútbol. El ABC del entrenamiento juvenil. España: Paidotribo, 2007.

PÉREZ, María del Carmen. Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. **Cuadernos de psicología del deporte**, Murcia, v. 2, n. 1, p. 22, 2002.

READHEAD, Lloyd. **Manual de entrenamiento de gimnasia masculina.** España: Paidotribo, 1993. 14 p.

RIERA, Joan: **Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas.** 4. ed. Zaragoza: Inde, 2005

RIVILLA, Iván. Propuesta de tareas orientadas a la mejora técnico-táctica en la categoría cadete en el fútbol. **EmásF**, La Rioja, v. 16, n. 3, p. 33, mayo/jun., 2012.

RUSSI, Mauricio *et al.* El futuro a gol y gambeta. Una aproximación a las significaciones de la carrera del futbolista como opción de vida para los jóvenes. **Cuaderno de Historia**, Montevideo, n 14, 2014.

SANCHEZ, David. **Manual para el entrenador de fútbol base**. España: Wanceulen, 2005. 9 p.

SANSTORRELLES, Alex; FRATTAROLA, Cesar. **Entrenamiento en el fútbol base**. Barcelona: Paidotribo, 2000.

TABÁREZ, Washington. Qué es jugar bien para Tabárez. **El observador**, Montevideo, n1037569. 2017. Disponible en: <<https://www.referi.uy/que-es-jugar-bien-tabarez-n1037569>> Acceso en: 30 abr. 2018.

VELASCO, Jesús. LORENTE, Javier: **Entrenamiento de base en fútbol sala**: fundamentos teóricos y aplicaciones prácticas. Barcelona: Paidotribo, 2003

VERKHOSHANSKY, Yuri. **Teoría y metodología del entrenamiento deportivo**. España: Paidotribo, 2002. 127 p.

WANCEULEN, Antonio. **La Técnica**: Fichas teórico-prácticas (jugadores de 13 a 15 años). España: Wanceulen, 2016.

YAÑEZ, Rocio *et al.* **El fútbol formativo**: iniciación nivel 1: la tecnificación. Instituto Nacional del Fútbol, Deporte y Educación Física. Santiago de Chile, n 21-24 p. 2015.

ZHELYAZKOV, Tsvetan. **Bases del entrenamiento deportivo**. España: Paidotribo, 2001. 291 p.

8 ANEXOS