

**Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte.
“Manuel Fajardo”
Facultad Holguín**

**Ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del
tiro en el fútbol escolar en Velasco**

**Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciado en Cultura
Física**

Autor: Julio César Barea Sánchez.

Tutor: MSc. Carlos Alberto Lores Real.
Profesor Auxiliar.

**Holguín
2015**

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado a mis padres en primer lugar por su amor, cariño, apoyo y dedicación en toda mi vida.

A mis hermanos por servirme de ejemplo, apoyo y ayuda incondicional.

A mi suegra y mi hermosa mujer por su paciencia y apoyo todo el tiempo.

A mi familia, por la ayuda en todo momento, la comprensión y la confianza en mí.

A mis amigos por compartir buenos y malos momentos.

A todos los que hicieron posible que este Trabajo de Diploma se realizara y quedara para el conocimiento de la presente y futuras generaciones.

Agradecimientos

A mi tutor MSc. Carlos Alberto Lores Real por el tiempo dedicado y su ayuda incondicional en la realización de este Trabajo de Diploma.

A los profesores de nuestra facultad que me brindaron su apoyo durante la realización de este trabajo y durante el tiempo de estudios que estuve en la facultad.

A mis compañeros de aula.

A todas las personas que de una forma u otra me ayudaron en la realización de este trabajo.

Resumen

En el desarrollo del juego de fútbol la efectividad de los tiros a puerta reviste gran importancia. La presente investigación pretende dar solución a una problemática que está presente en el fútbol escolar en todas las categorías, particularmente en los atletas escolares de Velasco, municipio Gibara de la provincia de Holguín, donde se evidencian dificultades con la ejecución de los tiros a puerta en esta categoría competitiva. El objetivo de esta investigación es proponer ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en Velasco.

Los métodos utilizados fueron del nivel empírico: la observación, entrevistas, como procedimiento estadístico el cálculo porcentual y métodos del nivel teórico: el análisis y crítica de las fuentes, histórico-lógico, Inductivo y deductivo, que permitieron diagnosticar, profundizar y actualizar las principales problemáticas que presentaban estos escolares en cuanto a la práctica del fútbol por deficiente realización de los tiros a puerta en condiciones de juego. Los resultados demuestran que se alcanzaron los objetivos propuestos al lograr mejorar la efectividad de los tiros a puerta en condiciones de juego. La investigación consta de dos capítulos, en el primero se abordan los fundamentos teóricos-metodológicos que sustentan la efectividad del tiro en el fútbol. En el segundo se realiza un análisis de todos los datos obtenidos y su procesamiento a través de los métodos empleados a lo largo de su desarrollo. Este trabajo servirá de material de consulta para enriquecer e incrementar los conocimientos de aquel que desee investigar sobre el tema tratado.

Abstract

In a football game goal shooting accuracy becomes one of the most important elements in its development. This investigation provides a solution to a problem which is present at Velasco's school athlete category in Holguín province where some difficulties on goal shooting are present. The objective of this investigation is to propose a set of technical and tactical exercises to favour goal shooting accuracy on football school athlete category from Velasco.

Different methods of investigation were used such as empirical and theoretical ones. Through the implementation of these methods it was possible to diagnose, to deepen and to update the knowledge about the object of investigation. This research, based on exercises with football elements, made possible to develop motivation, but at the same time, accuracy and coordination on the ball shooting to goal. The results are the evidence of how the objectives were fulfilled once the kids' interests and needs were also taken into consideration. This research is introduced by two chapters. The first is about the theoretical foundations and the second one refers to the proposal of exercises, their selection and methodology. This investigation will also work as a support teaching material to those who work with this specialty or who are encouraged to investigate about this topic.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
Definición de conceptos.....	12
CAPÍTULO I: FUNDAMENTOS TEORICOS METODOLOGICOS.....	14
1.1 Características del fútbol.....	14
1.2 Características Generales y Motrices de (9-11) años.....	16
1.3 Evolución de la táctica ofensiva a nivel mundial.	18
1.4 El toque del balón como base fundamental del tiro en el fútbol.....	21
CAPITULO II: ANALISIS DE LOS RESULTADOS.....	25
2.1 Valoración y análisis de los resultados obtenidos.....	25
2.2 Metodología de enseñanza en el proceso evolutivo, aspecto técnico-táctico a tener en cuenta.....	28
2.3 Características generales y fundamentación de los ejercicios técnico-tácticos.....	30
2.4 Propuesta de ejercicios para favorecer el desarrollo del fútbol escolar.....	31
Conclusiones.....	49
Recomendaciones.....	50
Bibliografía	
Anexos	

Introducción

Fútbol, deporte de equipo practicado por dos equipos de once jugadores con una pelota esférica. Es el deporte que más se practica en el mundo y también el más popular entre los espectadores, con un seguimiento de millones de aficionados. En rigor, este deporte se debería llamar fútbol asociación, para distinguirlo de los otros deportes que también tienen el nombre de fútbol; por ello en Estados Unidos se le conoce como *soccer*. El fútbol asociación se distingue de otros tipos de fútbol en que se juega fundamentalmente con los pies y sólo el portero está autorizado a utilizar las manos cuando se encuentra dentro del área de la portería.

Otra característica propia es que el juego es continuo, teniendo que improvisar los jugadores sus tácticas durante el mismo, cambiando sus posiciones constantemente para recibir o interceptar pases.

Lo único que se necesita para jugar es una pelota y dos porterías que se pueden marcar en el suelo con tiza o cal; y para aquellos que lo deseen y se lo puedan permitir, prendas deportivas como camisetas, pantalones cortos, medias y botas de fútbol. Se puede jugar incluso con los pies descalzos. Esta simplicidad es la razón de la popularidad del juego. Debido a que los contactos no son tan violentos como en otros tipos de fútbol y a que una pelota redonda es más fácil de controlar que una ovalada, el juego pueden practicarlo incluso los más jóvenes.

Los antecedentes más remotos del juego se pueden situar alrededor del año 200 a.C. durante la dinastía Han en China. Su juego se llamaba *tsu chu* (*tsu* significa aproximadamente 'dar patadas' y *chu* denota una bola hecha de cuero relleno). Incluso los emperadores chinos tomaron parte en el juego. Los griegos y los romanos tuvieron una gran variedad de juegos de pelota (como el *episkuros* y el *harpastum*) y algunos probablemente serían tanto para jugar con las manos como con los pies. En el siglo VII los japoneses tuvieron una forma de fútbol llamada *kemari*. En el siglo XIV se disputaba en Florencia un juego llamado *calcio* (*giuoco del calcio*, 'juego de la patada'), que se jugaba por equipos de 27 jugadores con seis árbitros.

Este juego permitía usar tanto las manos como los pies. No es sino hasta el siglo XII que se encuentran evidencias de algún tipo de fútbol practicado en Inglaterra. En el siglo XVIII era popular en las escuelas públicas inglesas, pero aún comprendía muchos jugadores por bando. Fue promovido por H. de Winton y J. C. Thring en la Universidad de Cambridge, que prepararon un encuentro entre representantes de las escuelas públicas más importantes para intentar crear un juego de reglas estandarizado. Llegaron a un acuerdo y formularon diez, conocidas como 'las reglas de Cambridge' y que Thring describió como 'el juego sencillo'.

Como deporte reglamentado, sus inicios provienen de Inglaterra. La asociación inglesa se fundó en 1883, ya en el 1888 se introduce en el profesionalismo, lo que aumentó de manera considerable la calidad en el juego y la técnica de sus jugadores. Esto evidencia que los ingleses lograron adelantarse al fútbol mundial. A partir de este momento va en crecimiento el interés universal por el juego, lo que contribuyó a la formación de

magníficos jugadores que al radicarse en otras naciones, constituirían fuentes importantes para el desarrollo de este deporte.

También en 1872 se celebró el primer partido internacional (entre Inglaterra y Escocia), y en 1878 se celebró el primer partido con luz eléctrica. A finales de la década de 1870, comenzó una larga y a veces mordaz disputa sobre los pros y los contras del profesionalismo y si los jugadores debían o no ser pagados con dinero como compensación por los salarios perdidos al tomar parte en un partido. En 1885 se legalizó por fin el profesionalismo, pero la discusión continuó durante años y afectó a otros países.

Otro evento importante fue la creación de la Liga de Fútbol en 1888; esta se convirtió en un modelo para otros países que posteriormente la imitaron. Esta adopción se desarrolló con rapidez en Europa y muchas otras partes del mundo a finales del siglo XIX.

El primer club importante brasileño fue el Associação Atlética Mackenzie en São Paulo. En Argentina, el juego fue introducido por los residentes ingleses en Buenos Aires, y la AFA se fundó en 1891, sin embargo, arraigó con cierta lentitud y al final fueron los emigrantes italianos los que hicieron popular el juego. Chile formó su federación en 1895, Uruguay en 1900 y Paraguay en 1906. Desde 1908 forma parte en los Juegos Olímpicos, luego a partir de 1930 se organiza cada cuatro años el campeonato mundial. La influencia británica en Sudamérica es evidente en los nombres de algunos clubes: Corinthians en Brasil, Everton y Rangers en Chile, Liverpool y Wanderers en Uruguay, River Plate y Newell's Old Boys en Argentina.

En 1904 se fundó en París el órgano rector mundial, la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA). Entre las dos guerras mundiales comenzó a practicarse en otros muchos países y después de la II Guerra Mundial muchos países del Tercer Mundo también lo hicieron. En 1992, la FIFA tenía 179 miembros, en la actualidad existen 204.

Como parte de esta expansión el fútbol se introduce a principios del siglo xx en Cuba por los residentes españoles radicados en la Habana. Se forman dos equipos El Club Hatuey y el Roouver. El 11 de diciembre de 1911 se celebra el primer partido oficial de fútbol en nuestro país ganando el equipo Inglés (2-1) y después de formarse varios equipos, este deporte alcanza desarrollo en el país integrándose de forma general, en 1959 después del triunfo de la Revolución se crea el INDER el 23 de febrero de 1961 y se incorpora al sistema de educación, a través de el nacen las áreas especiales, se elimina el profesionalismo, se crean centros de alto rendimiento, así como el sistema competitivo en juegos pioneriles, escolares, juveniles y de primera división.

El deporte contemporáneo expresa cada vez más la interrelación dialéctica de un grupo de fundamentos filosóficos, pedagógicos, biológicos, psicológicos, que determinan la expresión especializada del sujeto en la relación uniforme con el mundo de los objetos. Teniendo en cuenta que desde su surgimiento y hasta nuestros días el fútbol no ha dejado de evolucionar, tanto en las reglas como en los sistemas de juegos. Países con gran desarrollo científico-técnico han quedado rezagados al no lograr una evolución pareja alcanzada por otros países que se mantienen a la vanguardia de este deporte.

Siendo la técnica y la táctica el objeto de estudio de este trabajo. Resulta necesario realizar algunas acotaciones teórico-conceptuales del término. Para ello debemos partir

del hecho de que la táctica no es un concepto privativo del ámbito deportivo, sino que está presente en muchas actividades humanas. Al abordar las acciones técnico-tácticas, estamos penetrando en el aspecto más polémico, controvertido y delicado del fútbol, debido a que en este deporte, al igual que en todos los demás juegos deportivos y, especialmente en los de cooperación-oposición el nivel de rendimiento técnico-táctico es la principal condicionante de los logros y fracasos. Los éxitos en estos deportes, están muy asociados a la maestría técnico-táctica de los jugadores.

Un ataque eficaz es aquel que desborda a la defensiva del adversario, y esto requiere movimientos, carreras inteligentes y una buena sincronización. Todas las acciones de ataques deben ensayarse por anticipado con el objetivo de que sus jugadores sepan cual debería ser su posición con respecto a sus compañeros en determinadas situaciones de juego. Los equipos que cuentan con una gran cantidad de variantes marcarán más goles que aquellas escuadras que solo utilicen uno o dos movimientos.

Las acciones simples que utilicen dos o tres jugadores pueden practicarse con regularidad hasta que lleguen a dominarse. El juego fluye mejor si se realizan movimientos en parejas o en tríos de acuerdo con la ubicación que guarden en el sistema de juego propuesto.

Un jugador que tiene dos opciones de pases, una o dos a media distancia y otras de mayor distancia no puede perder su entrega, imposible si tiene tantos caminos a seguir. A partir de que el jugador que tiene la pelota observa el movimiento de sus compañeros ansiosos de mostrarse para convertirse en una alternativa de salida, el fútbol se convierte en un concierto de movimientos enfocados a cumplir los principios ofensivos (amplitud,

movilidad, penetración y definición) en donde la lucha constante se realiza para ganar espacios teniendo la iniciativa del juego con posesión del balón.

Así entonces, en el fútbol moderno, ofensiva significa crear espacios por medio de la movilidad, correr hacia un lado y luego hacia el otro, provocando la incorporación de compañeros mejor ubicados y con ventaja a ocupar esos espacios creados y de esta manera quebrantar con mayor facilidad el bloque defensivo del contrario.

Puede ocurrir que un jugador con balón no reciba la ayuda oportuna o inteligente de sus compañeros de equipo, se vería entonces forzado a salir driblando, lo que significa arriesgar el balón, o elegir el camino de la conducción innecesaria. Este acarreo resta velocidad al juego y perjudica a los delanteros que esperan una entrega oportuna. Siempre que un volante, por ejemplo, conduce el balón, le está robando un espacio a sus delanteros.

La táctica dinámica a la ofensiva es, entonces, la posibilidad de que todos y cada uno de los jugadores conozcan las variantes para llegar a la meta del adversario, con el objetivo de quebrantar de forma más ordenada y sincronizada posible. Esto se puede lograr por medio del entrenamiento y del mejor aprovechamiento de las características de los jugadores que conforman el equipo; selectivamente se elegirá la forma en que se iniciará el avance ya sean salidas con los laterales, con los medios volantes o los delanteros, tratando siempre de optimizar el recurso humano con el que se encuentre en pro del trabajo ofensivo que se desee realizar.

La localidad de Velasco consta con más de 19000 habitantes donde el desarrollo técnico-táctico del fútbol se ha visto limitado por factores objetivos como puede ser la falta de ocupación de los directivos y poca vinculación con el trabajo escolar en las escuelas ya que de ahí es donde sale el potencial para las áreas deportivas hasta llegar al alto rendimiento, y subjetivos como la ausencia del material para la práctica del deporte, los terrenos de juegos e implementos necesarios para el desarrollo del mismo.

Debido a esto en los últimos años el fútbol ha sufrido un retroceso en la efectividad de los tiros, condicionado en gran medida por la poca utilización o una mala planificación de ejercicios técnico-tácticos que se utilizan en las categorías escolares y juveniles, esto dificulta el desarrollo integral de los futbolistas, esta es una de las principales causas que influyen en las carencias técnicas con las que llegan los atletas a las categorías mayores. Debido a esta problemática es que el fútbol en la localidad de Velasco no obtiene mejores resultados en los eventos municipales.

En un estudio previo y análisis realizado pudimos observar una insuficiente efectividad en los tiros en el fútbol escolar en la localidad de Velasco municipio Gibara. Mostrando como insuficiencias más significativas la limitada movilidad en espacios reducidos, limitada definición en distintas formas, amontonamiento cerca del balón, e incapacidad de resolver problemas en el juego. Por lo consiguiente el objetivo de esta investigación es darle solución al problema para así condicionar una mejoría en los resultados deportivos de la categoría escolar 9-11.

Por lo anterior el principal objetivo de la investigación es proponer ejercicios que condicionen un aumento de los conocimientos sobre el tema en los entrenadores y

jugadores de la localidad, dando una mejor planificación del entrenamiento acerca de la problemática y una mejoría en el aprendizaje y beneficio de los jugadores del equipo escolar en la categoría 9-11 años de la localidad de Velasco.

Problema Científico:

¿Cómo favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría 9-11 en el combinado deportivo de la localidad de Velasco?

Objetivo:

Proponer ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría 9-11 en el combinado deportivo de la localidad de Velasco.

Preguntas Científicas:

1-¿Cuáles son los fundamentos teóricos - metodológicos que sustentan la efectividad en los tiros de los jugadores de fútbol?

2-¿Cuál es el estado actual de la efectividad en los tiros del fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco?

3-¿Que ejercicios técnico-tácticos pueden favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco?

4-¿Cómo evaluar los ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco?

Tareas científicas:

1-Determinar los fundamentos teóricos- metodológicos que sustentan la efectividad en los tiros de los jugadores de fútbol.

2-Diagnosticar el estado actual del desarrollo técnico-tácticos de la efectividad en los tiros de los jugadores del fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco.

3-Proponer ejercicios técnico-tácticos que permitan favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco.

4- Valorar los ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en la categoría de 9 -11 años en el combinado deportivo de la localidad de Velasco.

Métodos utilizados:

Métodos del nivel Teórico:

- Analítico - sintético: constituyó una valiosa herramienta para profundizar en los elementos esenciales que implican la existencia de dificultades en cuanto al conocimiento de las teorías contemporáneas en la preparación técnico- táctica de los jugadores, y en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico.

- Inductivo - deductivo: facilitó la interpretación de los datos empíricos, así como descubrir regularidades importantes y relaciones entre los distintos componentes de la investigación.
- Histórico - lógico: en estrecha unidad dialéctica. En el trabajo se emplearon a partir de un análisis previo, donde se valoró la intención de los programas de preparación del deportista y en lo fundamental a lo relacionado con los jugadores del fútbol escolar, lo que permitió penetrar en la esencia del fenómeno, su funcionamiento, desarrollo y en la determinación de las tendencias históricas del objeto de estudio.

Métodos del nivel Empíricos:

- La observación: se concretó a través de la utilización de una guía cuantitativa para comprobar la aplicación e intención de los ejercicios propuestos y el desempeño de los jugadores en el desarrollo de los juegos.

Otros Métodos:

- Matemáticos-estadísticos: con estos métodos fue posible procesar los datos recopilados para poder hacer las generalizaciones necesarias y donde se utilizó la estadística descriptiva y la décima de muestras.

Muestra y población:

Para la realización de este trabajo se tomó una población de 18 jugadores de la categoría escolar (9-11) del equipo de fútbol de la localidad de Velasco municipio Gibara, como muestra de forma intencional se seleccionó a los 11 jugadores del equipo, ya que

son jugadores titulares dentro del mismo, son los que intervienen en las acciones de ataque con dominio del balón y mantienen una asistencia del 100% al entrenamiento.

Resultados esperados y aportes:

1-Con los ejercicios técnico-tácticos se espera favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en Velasco.

2-Contribuir al aumento de la bibliografía del fútbol en la localidad de Velasco municipio Gibara y que este trabajo investigativo sirva como material de estudio para seguir ahondando en el tema.

Procedimientos:

Para la recopilación y procesamiento de los datos se elaboraron protocolos de observación con cada uno de los indicadores a observar por partido. Los datos se recopilaron en los entrenamientos con vista al campeonato municipal.

En los protocolos de observación se recopilaron los siguientes indicadores de las acciones técnicas-tácticas en cuanto a su comportamiento ofensivo en la zona de ataque de los delanteros en los diferentes partidos efectuados para su posterior análisis:

- Pases positivos y negativos.
- Recepciones positivas y negativas.
- Tiros a puerta positivos y negativos.

Definición de conceptos:

- **Ejercicio:** constituye el medio fundamental para desarrollar las capacidades, las habilidades, los hábitos motores y pueden ser agrupados por la necesidad de desarrollar alguna cualidad física como la fuerza, la velocidad, la resistencia, la coordinación, la elasticidad o la flexibilidad. Además es acción de adjuntarse u ocuparse de una cosa, movimiento corporal que produce habilidad y destreza. El ejercicio se expresa como acto motor sistemáticamente repetido que constituye el medio principal para realizarla tarea de la educación Física y del Deporte que se materializa en forma de juego o deporte.
- **Técnica:** entendemos generalmente la manera de ejecutar los movimientos posibles del deporte en cuestión o aquel conjunto de principios, ideas o esquemas ejecutados con el objetivo de combatir al contrario, ya sea anulando su sistema de ataque o bien revocando su dispositivo defensivo.
- **Táctica:** conjuntos de principios, ideas o esquemas ejecutados con el objetivo de combatir al contrario ya sea anulando su sistema de ataque o bien revocando su dispositivo defensivo.
- **Acciones técnico-tácticas:** son las que permiten alcanzar un fin estratégico (vencer) o un objetivo táctico. Sin embargo, puede establecerse un orden lógico y una jerarquía funcional entre estos tres conceptos.
- **Tiros positivos:** es el envío de la pelota a la portería adversaria con el objetivo de anotar un gol que vaya por dentro del marco, aunque sea atrapado por el portero.

- Tiros negativos: cuando el envío de la pelota se produce desviado de la portería y no está dentro de los tres palos.
- Pases positivos: dirección de la pelota hacia un compañero del equipo sin que sea interceptado por el contrario.
- Pases negativos: dirección de la pelota hacia un compañero de equipo y que sea interceptado o desviado por el contrario.
- Recepciones positivas: cuando un jugador detiene la pelota y queda en posesión de la misma.
- Recepciones negativas: cuando un jugador detiene la pelota y no queda en posesión de la misma.

Capítulo I Fundamentos teóricos- metodológicos.

En este capítulo se abordan los fundamentos teóricos- metodológicos que sustentan el favorecimiento de la efectividad del tiro en el fútbol.

1.1 Características del fútbol.

Una de las características fundamentales del fútbol es que es un juego deportivo-recreativo, donde la actuación de los jugadores está determinada por precisas reglas de juego, aprobadas por la FIFA (Federación Internacional de Fútbol Asociado). Por la validez de este reglamento de carácter competitivo, se le llama juego deportivo; parecido al baloncesto, al balonmano o al tenis que son diferentes a los demás juegos, (A. Csanádi, (1959). Se desarrolla en un entorno extremadamente variable donde los participantes se ven obligados a adaptar su conducta de juego a aquellos factores que provocan la inestabilidad: compañeros, oponentes y balón.

Durante el juego, cada uno de estos elementos cambia constantemente de posición y orientación, lo que obligan al jugador a percibir dichos parámetros y a tomar decisiones. El nivel de incertidumbre presente en el juego, exige del jugador una gran capacidad de adaptación a los cambios bioquímicos y motrices. Este requiere estar dotado de una serie de medios o instrumentos motrices específicos que se rigen por principios de eficacia biomecánica y que son utilizados de forma planificada para adaptarse a las necesidades del juego.

Una de las características que definen el carácter del entorno de juego es el enfrentamiento entre los equipos contendientes, como consecuencia de la cual, el

jugador debe provocar el incremento del grado de incertidumbre que experimentan los contrarios, a través de un falseo constante de intenciones y de la elaboración de respuestas novedosas, impredecibles, o lo que es lo mismo, originales. Esto requiere que los jugadores estén dotados de la suficiente capacidad de intuición, fantasía, rápida orientación y toma de decisión inmediata, las posibilidades de ideas deben surgir en cada momento sin tiempo para meditar lo que implica un predominio.

También desarrolla valores educativos, se parte de once jugadores que deben coordinar sus acciones desarrollando la cooperación para alcanzar la victoria. El éxito individual se condiciona al del equipo.

El fútbol, además, desarrolla la independencia, la decisión rápida, la creación, la orientación, la voluntad, el autocontrol, entre otras. Se observa con regularidad que dentro del sistema de preparación general en los jugadores de diferentes deportes se encuentra el fútbol dado esto por las virtudes que brinda para el mejoramiento y desarrollo de capacidades. El fútbol brinda la posibilidad de desarrollar la habilidad en el manejo y utilización de las piernas, la capacidad de adaptación a situaciones cambiantes, el pensamiento operativo en la acción, desarrolla la flexibilidad, el equilibrio, la rapidez motriz y mental para solucionar tareas complejas.

Actualmente se sabe que cuando se inicia la enseñanza de un juego deportivo colectivo con niños, como es el caso del fútbol, nunca debemos hacerlo a través del juego formal (11 x 11) tal y como lo conocemos, debemos tener en cuenta las características de la edad

1.2 Características generales y motrices del niño de 9a11 años de edad.

Características Generales.

A los 10 años el niño culmina la década de desarrollo básico iniciado el período prenatal y comienza la década de vida adolescente.

El niño de 10 años tiende a ser indiferente. Es franco, abierto, se muestra liberal y revela inconscientemente los patrones de su madurez en su comportamiento, en la forma de hablar y en lo que dice. En esta época se torna muy alegre, razonable y adquiere un sentido del colectivismo. Demuestra una mayor capacidad para disponer del tiempo en sus asuntos cotidianos. Sus referencias concretas y frecuentes a su maestra, a sus amigos y especialmente a su madre nos dice mucho acerca de sus interpretaciones interpersonales. No es de carácter agresivo sino tolerante, tiende a mostrarse práctico en sus ideas. Su periodo de atención suelen ser cortos e intermitentes.

Su poder de asimilación constituye un rasgo cardinal en su educación y madurez. Las relaciones entre el niño y su madre son generalmente directas, libres de complicaciones, sinceras y confiadas. La madre tiene enorme importancia como autoridad definitiva.

Al niño de 10 años le gusta memorizar e identificar los hechos. Parece hallarse en una búsqueda activa de lo entraña su (yo) y lo encuentra en conflicto con los demás: padres y amigos. A esta edad tanto los varones como las niñas lloran todavía en sus accesos de furia pero no abrigan rencores ni resentimientos. Se muestran llenos de buena voluntad, sin afanes exagerados.

Algunos disfrutan de una salud muy buena o excelente. En esta edad encontramos los siguientes aspectos que funcionan como válvula de escape: movimientos de la boca, mueca, labios en forma de trompa, movimiento exagerado de los ojos mientras piensan, levantando las cejas, etc.

Características Matices.

En los 10 años se presenta un acelerado crecimiento de los músculos en relación a los huesos. Va en aumento la adaptabilidad del organismo. Mejora la coordinación muscular y el rendimiento del niño. Se inicia la fijación de la columna vertebral. Comienza el desarrollo de los huesos ilíacos. Todo el sistema óseo y los ligamentos que aún no se han endurecido pueden sufrir algunas deformaciones, principalmente en los largos que el niño permanece sentado en la escuela, en los varones el ritmo de crecimiento es más lento. La actitud y los movimientos del cuerpo son ágiles, más armónicos y mantienen mejor el equilibrio. Este mejor dominio del cuerpo está en relación, sobre todo, en la posición del centro de gravedad del mismo.

Debemos enseñar el hilo del fútbol a través de formas adaptadas a las características físicas, psíquicas y de comportamiento de los jugadores, que posean las siguientes características:

- Terreno de juego reducido.
- Reducción de las dimensiones de las porterías.
- Reducción del número de jugadores.

- Reducción del peso y del tamaño del balón.
- Simplificación de las reglas de juego.

Estas alteraciones facilitan la ejecución de las tareas, lo que permite que los jugadores sientan satisfacción con la actividad y, fundamentalmente, que obtengan éxito, manteniéndose así fieles a la actividad deportiva que escogen.

En el aprendizaje de los juegos de equipo, como es el caso del fútbol, deberemos dividir el juego formal (11 x 11) en pequeños juegos (3 x 3, 5 x 5, 7x 7,...), que posibiliten una gran participación de los que intervienen y que les ofrezca mucho tiempo de intervención, para que puedan desarrollar sus habilidades técnicas.

En las fases iniciales del aprendizaje, a los jóvenes les gusta fundamentalmente participar en juegos que les permitan entrar en posesión del balón, correr por todo el campo y, con frecuencia, obtener situaciones de gol.

El fútbol 7 es un juego ideal para iniciar a los jóvenes jugadores en el fútbol. Este les permite adquirir un conjunto de experiencias y de situaciones de juego variadas de acuerdo con sus posibilidades y que los prepara para posteriormente jugar mejor en el fútbol 11.

1.3 Evolución de la táctica ofensiva a nivel mundial.

En el fútbol desde los planteamientos tácticos primitivos hasta los sistemas actuales, la esencia se ha mantenido, es aventajar al adversario, creando superioridad numérica en el ataque que permita producir acciones favorables para lograr el gol.

En las últimas décadas pudimos apreciar como la táctica evolucionó en sentido negativo, o sea hacia un reforzamiento de la defensa, así las tácticas defensivas se perfeccionaron y prácticamente no dejaron espacio para la creación, los equipos no salían a marcar los goles, sino a no perder. En México 1986 y en Italia 1990 hubo equipos que jugaron con 6 medio campista y un solo delantero en punta, el promedio de goles fue bajo y el espectáculo se resentía.

Hoy día, con las directrices promulgadas por la FIFA, el fútbol ha visto el resurgir de los jugadores y una tendencia totalmente ofensiva, donde los planteamientos tácticos se conciben con una visión más creativa, permitiendo la realización de un juego mucho más atractivo.

Cuando realizamos un análisis comparativo entre los campeonatos mundiales de Italia 1990 hacia atrás con los últimos que se han efectuado vamos a observar la diferencia que existe en los sistema de juego a la ofensiva, pues en los actuales, los defensas que juegan por los laterales se incorporan al ataque con gran proyección ofensiva y con capacidad de anotar goles así como los medio campista que son capaces de conducir el juego y de anotar goles con gran frecuencia. Los delanteros han resurgido, apreciándose una tendencia hacia un fútbol totalmente ofensivo, en ocasiones se repliegan a la media cancha para desprenderse de sus marcadores directos, a la vez que se produce un armonioso rotar y cambios de posiciones y un perfecto intercambio de funciones, creando espacio para los medios campista y defensas que suben desde atrás para aprovechar las posiciones.

La revisión bibliográfica para el trabajo estuvo focalizada en aquella literatura que abarcara lo referente a la preparación técnico-táctica de los jugadores en los deportes colectivos tanto en el ámbito de la educación física como en el entrenamiento deportivo. La consulta a numerosos autores permitió arribar a conclusiones eficientes para el proceso investigativo.

Javier Olivera Beltrán (1994) en su libro, 1250 ejercicios y juegos en Baloncesto, menciona tres fundamentos generales muy importantes en el momento de la enseñanza de los elementos ofensivos en los juegos deportivos, los cuales están relacionados con: la estructuración, la racionalización y la aplicación libre. Todos estos elementos integrados en el juego y la mirada de todos puestas en el móvil, en el caso del fútbol, la pelota constituye un reto para el jugador, por tanto es preciso conocer el instrumento de trabajo, experimentar en la interacción de todo tipo de situaciones que lleven al jugador a dominar sus dos hemisferios, alternando perfectamente todo tipo de habilidades. Apoyados en las reflexiones del texto se llevó a cabo la enseñanza de las acciones en correspondencia con las estrategias ofensivas siempre en situaciones similares de juego.

José Pino Ortega y Jesús Cimarro Urbano (1997), en su artículo, nueva perspectiva del entrenamiento del Fútbol, expresan que la capacidad de los jugadores para obtener el rendimiento óptimo, no sólo depende del nivel de desarrollo de los factores físicos o los factores hereditarios, sino que se relacionan y se amplían con otros ámbitos como la capacidad táctica-técnica, psicológica y social. Para el trabajo el artículo ha permitido profundizar en aspectos de la técnica y la táctica para mejorar las situaciones similares

de juego sobre la base de un entrenamiento integrado que permita resolver y mejorar la capacidad en el juego.

Armando Forteza de la Rosa (1988) en su artículo, métodos del entrenamiento deportivo, considera que cualquiera que sea la magnitud de los ejercicios de entrenamiento que se vaya a aplicar al deportista, tendremos que utilizar una u otra forma de ejercitación, aquí es donde encontramos una de las categorías pedagógicas fundamentales dirigida al proceso de planificación y control como vía metodológica y pedagógica que permita que los mismos se alcancen a mediano plazo, con una incidencia óptima. El trabajo investigativo retoma la relación que debe existir entre la estructura de los ejercicios que se proponen con el deporte para que puedan incidir positivamente en los resultados deportivos a la vez que puedan ser asimilados en contexto real de juego.

Yérsey Tálaga (1987), en su libro, La táctica del fútbol, en el caso del once, expone cómo han evolucionado los sistemas de juegos al de cursar de los años y las características de los mismos a través de la utilización por diferentes selecciones en el ámbito internacional. Para el trabajo resultaron interesantes las consideraciones de cómo enseñar la táctica en condiciones similares al juego para lograr situaciones que utilizando una metodología analítica serán difícil de lograr. Argumenta además que la táctica no puede ser separada de los demás componentes, pero que a su vez, se convierte en la herramienta fundamental para el logro de los resultados propuestos.

1.4 El toque de balón como base fundamental del tiro en el fútbol.

Si dividimos en sus componentes un toque de balón, podremos distinguir diferentes fases en ello. La descomposición de estos componentes es difícil en la práctica porque el toque

de balón es una serie continua de movimiento. Pero es necesario ocuparnos en teoría del mecanismo básico del toque de balón porque, si lo entendemos bien, nos será más fácil apreciar y corregir las faltas.

El mecanismo básico del toque de balón se divide en las siguientes partes:

- Colocación al lado del balón.
- Balanceo de la pierna que ejecuta el golpe.
- El toque de balón propiamente dicho (comunicación de la fuerza).
- Acompañamiento posterior del balón con el pie.

Estos componentes básicos cambian de forma según los toques con las diferentes partes del pie al igual que con el proyecto técnico cuando conducimos el balón. Por toque de balón entendemos el chutar el balón hacia alguna dirección específica, la dirección del balón, conscientemente, con alguna parte del pie. El lanzamiento y la dirección del balón con el pie parecerá hasta cierto punto un movimiento antinatural. No queremos afirmar que el toque de balón en sentido absoluto puede hacer la competencia a la exactitud del pelotazo.

Es muy difícil de imaginarlo aún en el futuro también, porque los dedos de la mano hacen más seguro el apoyo de la pelota; así puede dar mejor la dirección deseada. Si en cambio relacionamos el destino y ocupación de los dos miembros del cuerpo podemos afirmar tranquilamente que el balón dirigido con el pie puede ser relativamente tan exacto como el balón dirigido con la mano.

El toque de balón es un elemento básico técnico. En el juego futbolístico es el chut que se aplica más a menudo. Y como es el elemento más veces usado, tenemos que ocuparnos de su enseñanza y de su refinamiento. Puede ocurrir que alguien no sea maestro en el regate, en la conducción del balón o quizás en el cabeceo. Tal futbolista tiene que luchar con desventajas serias. Pero el que no sabe chutar, dirigir el balón adecuadamente no podemos llamar a su juego fútbol.

El chut es el arma más útil del jugador en el ataque y ejecución del tiro. Su gran ventaja es que en la distancia ofrece posibilidades casi ilimitadas. Por otra parte la utilización de los balones con efecto exige una técnica depurada de alto nivel. El jugador necesita mucho ejercicio para atreverse a usar tales balones en el tiro. La utilización de los balones con efecto está determinada a menudo por situaciones forzadas. No depende casi nunca de la decisión propia del futbolista. Muy a menudo se presentan situaciones de juego en que la solución de la situación no es posible sino con un balón con efecto como por ejemplo chut a la portería al lado de una fila.

Además debemos exigir la exactitud máxima. Cuanto más experto es un futbolista, en tanto más alto porcentaje alcanzan la meta sus balones parados. En algunos toques de balón, por ejemplo: el chut a la portería, es ventajoso si estos alcanzan inesperadamente al guardameta. La exactitud de la dirección del balón se verá aumentada si el mecanismo básico del toque es correcto.

Los toques del balón podemos clasificarlos desde diferentes puntos de vista. Podemos atenernos, por ejemplo, a con qué parte del pie tocamos el balón, y así conocemos toques ejecutados con:

- El interior de pie.
- El empeine interior.
- El empeine total.
- El empeine exterior.
- El exterior de la puntera.
- La puntera.
- La rodilla.
- El talón.

El conocimiento y dominio de estos elementos facilitará, en gran medida, la efectividad del tiro en los jugadores y la ejecución de ejercicios que así lo permitan.

Capítulo II Análisis de los resultados.

2.1-Valoración y análisis de los resultados obtenidos.

La situación que enfrenta el equipo es la poca producción de goles por topes que en gran medida se debe a una mala selección de los esquemas tácticos a lo largo de todo el proceso de entrenamiento teniendo en cuenta el nivel de cada equipo. El análisis de algunos rasgos esenciales de los movimientos deportivos que individualmente integran las acciones técnicas-tácticas, conducen a una valoración más compleja ya que este o su manifestación en el juego, constituye una interacción fluida entre varios jugadores con tareas diferentes en cada uno de ellos.

Obviamente, los jugadores, deben estar preparados (funcionalmente) para cumplir cualquier acción; sin embargo, la alta especialización que se ha alcanzado en el deporte moderno, impone la necesidad de lograr una alta perfección de algunos jugadores (fundamentalmente medios y delanteros) para que encausen efectivamente las acciones técnico-tácticas a la ofensiva. La elección de estos jugadores debe basarse en el desarrollo de algunas características físicas y psíquicas alcanzadas por encima de los demás.

A continuación se ofrecen una serie de datos que fueron el resultado de una íntegra investigación y análisis que han arrojado una serie de dificultades presentadas en años anteriores por el equipo de la categoría de 9a11 años en la localidad de Velasco municipio Gibara.

En un nivel competitivo como el que impone el fútbol en el islabón de base como en el de alto rendimiento son patentes las exigencias técnicas-tácticas que se demandan a los

jugadores. Por ello, parece obvio, que el colectivo técnico deba esforzarse en estudiar y aplicar sistemas de entrenamiento que mejoren dichas cualidades en sus equipos. Los entrenadores se rodean de segundos entrenadores, preparadores físicos, fisioterapeutas y médicos del deporte para trabajar en equipo, y no dejar al azar ninguno de estos aspectos.

Analizando la tabla uno, donde aparecen los resultados de los diferentes campeonatos se observa que los indicadores de goles en contra 35 y juegos perdidos 23 tienen valores por encima de los demás, lo que indica que las acciones han sido insuficientes. Debido a todo esto los lugares alcanzados han pasado de un cuarto lugar en el 2011 al tercer lugar en el 2009 corroborando que con siete goles en quince topes es imposible ubicarse entre los dos primeros lugares aunque el objetivo sea obtener el primer lugar a nivel municipal. (Ver Anexo 1).

Las tablas de la dos a la cinco muestran los resultados alcanzados en cada uno de los partidos efectuados con el equipo de Gibara en los indicadores evaluados comportándose de acuerdo a las exigencias en el orden técnico-táctico para la etapa, teniendo en cuenta que el equipo al cual se enfrentaron está dentro de los tres mejores en el campeonato provincial. Dentro de los objetivos del equipo estaba acentuado en la etapa de preparación lograr la mayor cantidad de acciones ofensivas dentro de la zona para lograr más proximidad al área de tiro y por supuesto conseguir marcar gol.

Analizando los tiros a puerta en la tabla dos observamos que se comportaron bastantes cercanos en los tres juegos y con resultados muy por debajo para la categoría 9a11, que en los equipo ganadores es aproximadamente de 34 acciones de tiro como promedio. La tendencia mayor es hacia los tiros negativos acumulándose un total de 18 para un bajo

promedio de efectividad de 30.76 % en relación al total de partidos, aunque individualmente por partidos estuvieron alrededor de este resultado. Por supuesto que los tiros vienen precedidos para su eficacia por un pase bien comunicativo y donde se pudo constatar de que se comportaron de la misma manera y son propenso en su mayoría hacia los negativos con un total de 39 y una efectividad de 31.57 % para los tres partidos. Los pases por partido se comportaron alrededor del 30 %.(Ver Anexo 2).

La tabla tres muestra los resultados alcanzados en las recepciones durante los tres partidos, observándose que fue disminuyendo la efectividad de hacia lo negativo del primero al último localizándose entre el 31.25 % y el 41.17 %, resultado más alto durante el partido inicial. De forma general la efectividad se localizó en el 37,50 % en los tres partidos, de hecho se puede considerar que las incidencias mayores estuvieron centradas fundamentalmente por la mala colocación de los jugadores al no ponerse de frente por la dirección en que viene la pelota. (Ver Anexo 3).

Los pases se comportaron, tanto en los indicadores negativos como positivos, bien agrupados por partidos y de forma general la efectividad incremento por partido y de manera general llega hasta un total de 37 pases positivos para un 50.68 % de efectividad lo que ha corroborado la incidencia de los ejercicios propuestos hacia esta dirección. (Ver Anexo 4).

La tabla cuatro muestra los resultados de la segunda medición en dos de los parámetros evaluados. Se observa que los indicadores en los tiros a puerta aumentaron sus valores. Los tiros positivos se incrementaron en cada uno de los partidos y de forma general se elevaron hasta 18 lo que representa un 37.50 % de efectividad. Se hicieron mayor cantidad de tiros producto de la elaboración de mayor cantidad de acciones ofensivas lo

que incremento los disparos a puerta debido en lo fundamental a la realización de algunos de los ejercicios propuestos que están orientados hacia esta dirección. No obstante al incremento de los indicadores evaluados todavía existen dificultades con los disparos a puerta, lo que afecta la anotación de goles para el equipo. El equipo continúa su preparación al próximo campeonato municipal a través de la misma propuesta de ejercicios.

Los resultados de las recepciones y los tiros lo muestra la tabla cinco, donde se puede observar que existió un incremento en número de recepciones positivas por partido y de forma general llegaron hasta 73 predominando las positivas para alcanzar un 48.71 % de efectividad, que aunque es un indicador bajo se constató que se mejoraron algunas deficiencias de la primera medición, pero todavía se debe seguir trabajando en la colocación de frente a la pelota. (Ver Anexo 5).

Al observar la tabla 6 donde se hace una comparación entre el 1er y 2do tope queda demostrado que en el 2do tope hubo una mejoría en los resultados luego de haber propuesto los ejercicios técnicos-tácticos demostrando así mejores resultados en los aspectos a evaluar. (Ver Anexo 6).

2.2 Metodología de enseñanza en el proceso evolutivo; aspectos técnicos y tácticos a tener en cuenta.

El conjunto de ejercicios con incidencia en el fútbol en edad escolar, está sustentado en referencias bibliográficas, resultados de investigaciones preliminares y el empleo de diferentes métodos científicos, orientaciones metodológicas provenientes de los programas del “Deporte para Todos”, la adaptación, adecuación y combinación de

métodos y procedimientos adecuados para el aprendizaje del fútbol y sus principios básicos de juego.

Además son reflejo de la revisión de materiales nacionales e internacionales de prestigiosos entrenadores de este deporte. Todos los ejercicios que se proponen están pensados y adaptados a las características individuales y colectivas de fútbol en edad escolar y de sus principios de juego para ser realizados con balón en variados entrenamientos.

Planteamientos iniciales.

El entrenamiento ha de ser una optimización a nivel técnico, táctico y físico del individuo que se ha de plasmar en cada situación propuesta a los jugadores para resolver las múltiples situaciones que se le puedan plantear en el juego, escogiendo de su repertorio de posibilidades la mejor opción en el tiempo necesario.

La táctica individual requiere de calidad técnica, pues ella es el instrumento del que el jugador se valdrá para dar cuerpo a sus diferentes intenciones (Bayer, 1986). En cada situación, el jugador ha de poder dar respuesta a las preguntas de "dónde", "cuándo" y "cómo", es decir, implementar en el espacio y el tiempo una cierta forma de motricidad. Por tanto estamos hablando de una relación directa con la dimensión espacio-temporal, elemento estructural funcional de cualquier deporte de oposición, y que confiere elementos y posibilidades de actuación como la propia "anticipación", fundamental para los deportes de equipo, y trascendental para la táctica individual, en la medida que se va a solicitar al individuo, que de la respuesta adecuada, para la situación planteada, y en el menor tiempo posible, o cuanto menos, en el momento justo.

Procedimientos.

- Los jugadores deben pasar por una serie de niveles o etapas que les van a llevar desde su primer contacto con el fútbol escolar, hasta el alto rendimiento.
- Programación coherente, dando tiempo suficiente en cada etapa de aprendizaje y adecuándonos a las posibilidades del individuo a nivel evolutivo, evitando saltarnos pasos necesarios en la educación motriz del niño.
- Los objetivos son adecuados en un trabajo que ha de plantearse fundamentalmente a largo plazo.
- La etapa de formación del fútbol escolar está dotada de una progresión de ejercicios y formas, que intentan asegurar un correcto desarrollo del aprendizaje de los contenidos técnico-tácticos escogidos para esa etapa.

2.3 Características generales y fundamentación de los ejercicios técnico-tácticos para el entrenamiento de fútbol en edad escolar y de sus principios de juego.

Objetivos Generales:

- Orientar los sistemas de enseñanza y aprendizaje **del fútbol en edad escolar**, atendiendo a la formación del niño en función de los elementos, destrezas, agilidad y habilidades necesarias que hagan posible alcanzar las condiciones óptimas para la iniciación en el juego.

Objetivos específicos:

- Crear destrezas y habilidades físico – técnico y tácticas que permitan darle solución a las acciones y principios básicos del juego.

- Desarrollar el espíritu de lucha, la combatividad, la confianza, seguridad y la decisión para solucionar las situaciones de momentos difíciles que se puedan presentar.
- Desarrollar valores éticos y morales de los niños atletas, así como su disciplina y correcta formación.

2.4 Propuesta de ejercicios técnico-tácticos para el entrenamiento de fútbol en la edad escolar y de sus principios de juego.

Ejercicio Nº-1. Rondo estático.

(Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud del juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnico, táctico, físico y psicológico. (Pases, interceptaciones, controles orientados, anticipación, atención, toma de decisión)

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

En un cuadrado de 8 x 8, cuatro jugadores situados en cada uno de los de los conos y otro en el interior con rol de defensor.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 4 x 1. Los futbolistas se irán pasando el balón de manera precisa y rápida, intentando que el jugador que está en el centro no intercepte ninguno de los pases. Si esto ocurre cambiará el rol con el jugador que la perdió. Los jugadores exteriores no se pueden mover de su cono por lo que los pases deben de tener una total precisión.

4. Reglas del juego.

Se juega a dos toques máximo, obligando al jugador a utilizar diferentes piernas si realiza esos dos toques. Cada vez que el balón de una vuelta completa sin cambiar el sentido al cuadrado será una vida para los jugadores exteriores.

5. Variantes de la tarea.

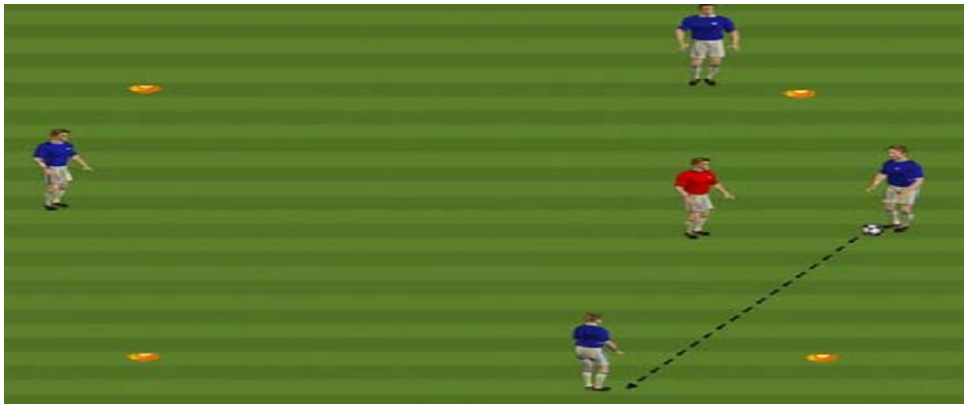
Incluir el pase al mismo jugador que lo ha emitido.

Ejercicio N°– 2. Rondo en movimiento.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud y movilidad en el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Pases laterales, interceptaciones, controles orientados, anticipación, atención, toma de decisión, apoyos, capacidad aeróbica.)

Gráfico del ejercicio.



Desarrollo.

1. Organización inicia.

En un cuadrado de 8 x 8, cuatro jugadores situados en cada uno de los lados del cuadrado y otro en el interior con rol de defensor.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 4 x 1. Los futbolistas se irán pasando el balón de manera precisa y rápida, intentando que el jugador que está en el centro no intercepte ninguno de los pases. Si esto ocurre cambiará el rol con el jugador que la perdió. Los jugadores exteriores se pueden mover cada uno entre los dos conos que delimitan su lado del cuadrado pero sin entrar en el mismo.

4. Reglas del juego.

Se juega a dos toques máximo, obligando al jugador a utilizar diferentes piernas si realiza esos dos toques.

5. Variantes de la tarea.

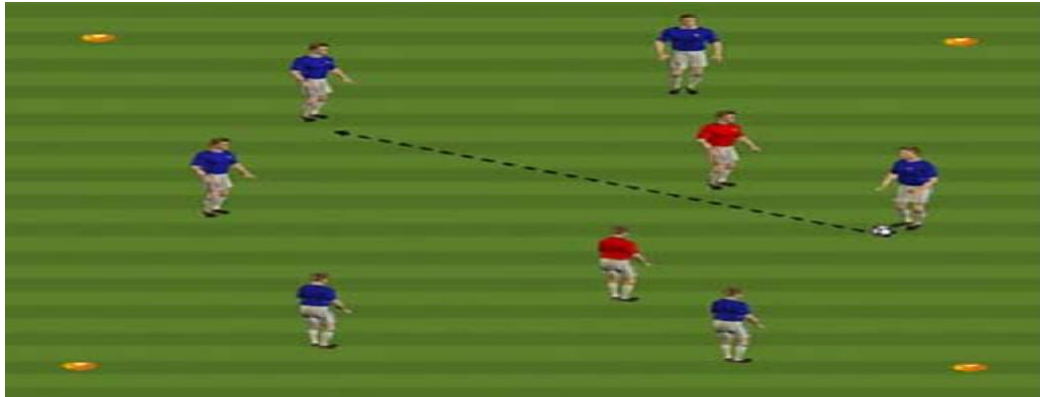
Incluir secuencias de toque 1-2-1 o crear dificultades en la acción jugando solo a un toque.

Ejercicio Nº – 3. Doble rondo.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración en el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Pases laterales y de penetración, interceptaciones, controles orientados, anticipación, atención, toma de decisión, apoyos, capacidad aeróbica.).

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

En un cuadrado de 15 x 15, seis jugadores situados en el exterior con papel atacante y dos jugadores en el interior con rol de defensores.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 6 x 2. Los futbolistas se irán pasando el balón de manera precisa y rápida, intentando que los jugadores que están en el centro no intercepten ninguno de los pases. Si esto ocurre cambiará el rol con el jugador que la perdió, saliendo el jugador que más tiempo llevara en el centro de los dos. Los jugadores exteriores no se deben cambiar de sitio, pero sí moverse hacia un lado u otro sin sobrepasar la posición de sus compañeros adyacentes.

4. Reglas del juego.

Se juega a un solo toque, aunque cabe la posibilidad de poder dar más toques siempre y cuando estos sean con el balón elevado y no a ras de suelo. Si contabilizan 20 pases seguidos, cada jugador obtendrá una vida.

5. Variantes de la tarea.

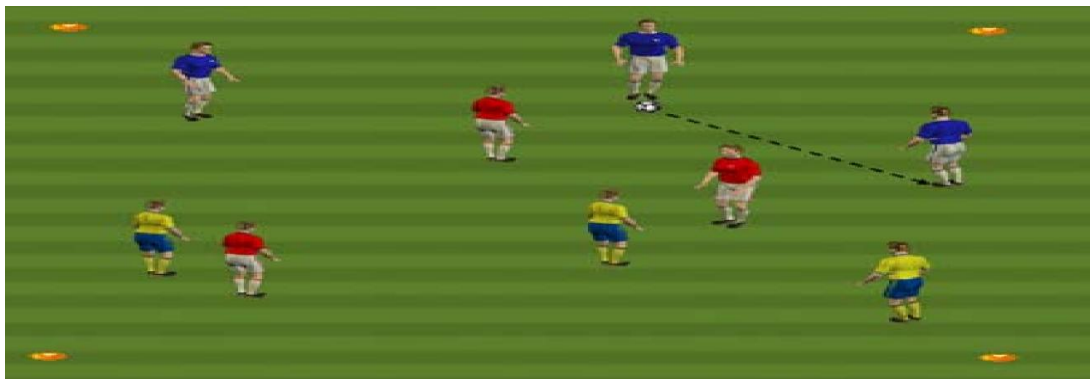
Se puede jugar por parejas, de forma que cuando haya robo salgan los dos del centro y entre el emisor y el que iba a ser receptor del pase interceptado. No se puede jugar con los compañeros que tenemos a los lados próximos.

Ejercicio Nº– 4. Tres equipos.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Pases, interceptaciones, regates, anticipación, atención, toma de decisión, apoyos, capacidad aeróbica.).

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

En un cuadrado de 35 X 35, juegan tres equipos de tres componentes cada uno.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios, petos de colores y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 3 x 3 + 3, donde dos equipos tendrán que mantener la posesión del balón y el otro equipo tener que recuperarla. El equipo al que le sea interceptado el pase pasará a intentar recuperarlo.

4. Reglas del juego.

Se juega obligatoriamente a dos toques con lo que obligamos al jugador que vaya a recibir ocupar un espacio libre para poder desarrollar la acción técnica.

5. Variantes de la tarea.

Añadir más componentes a cada equipo (4, 5 o 6) y también incrementar por lo tanto el espacio.

Ejercicio N°-5. Tres equipos.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado).

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Pases, interceptaciones, cargas, anticipación, atención, cambios de orientación, trabajo en equipo, apoyos, desmarques de apoyo, capacidad aeróbica.).

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

En un cuadrado de 30 x 30, dos equipos de cuatro componentes y fuera del espacio otro equipo con los mismos jugadores.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios, petos de colores y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 4 x 4 + 4. Los futbolistas del interior intentarán conservar la posesión del balón.

Para ello pueden ayudarse de los comodines exteriores, a los cuales no se le puede robar el balón. El equipo que tenga el balón jugará a conservarlo, mientras que el que no lo tenga intentará recuperarlo.

Los jugadores comodines exteriores no pueden jugar entre ellos, pero tienen movilidad absoluta entre los dos conos que delimitan su lado del cuadrado.

4. Reglas del juego.

Se juega a tres toques máximo, pero los comodines tienen el límite en dos. Cada cierto tiempo se

debe cambiar los equipos para que todos pasen por el rol de comodín

5. Variantes de la tarea.

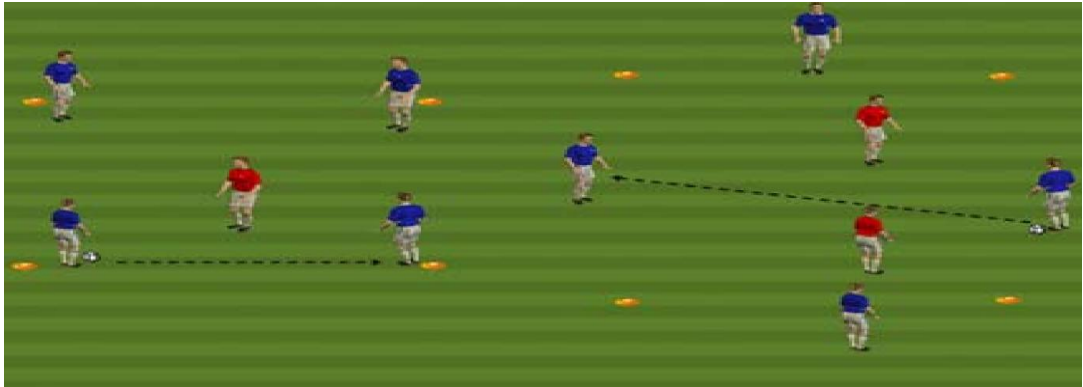
Se puede jugar también con tres equipos de tres jugadores. Poder jugar entre los comodines a los que también se puede interceptar.

Ejercicio Nº-6. Rondo combinados.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos (Pases, interceptaciones, anticipación, atención, toma de decisión, capacidad aeróbica y velocidad.)

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

Dos cuadrados diferentes: uno de 8 x 8 con cuatro en el exterior y un defensor y otro de 12 x 12 con cuatro atacantes y dos defensores, lo que hace un total de 11 jugadores.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Dos tareas diferentes, en un cuadrado posesión 4 x 1 y en el otro 4 x 2. Los futbolistas mantendrán la posesión del balón y cuando escuchen el silbato del entrenador cambiarán rápidamente de rondo. Los últimos en llegar son los nuevos componentes que pasarán a defender. El último jugador que llegue al cuadrado de 4 x 1, al no tener sitio pasará a defender también en el de 4 x 2. Cuando un futbolista pierda la posesión cambiará el rol con el que la recuperó.

4. Reglas del juego.

Se juega a dos toques máximo en el cuadrado de 4 x 2, mientras que en el otro es a un solo toque.

Los futbolistas del cuadrado grande tendrán libertad de movimiento, mientras que los otros estarán situados en los respectivos conos.

5. Variantes de la tarea.

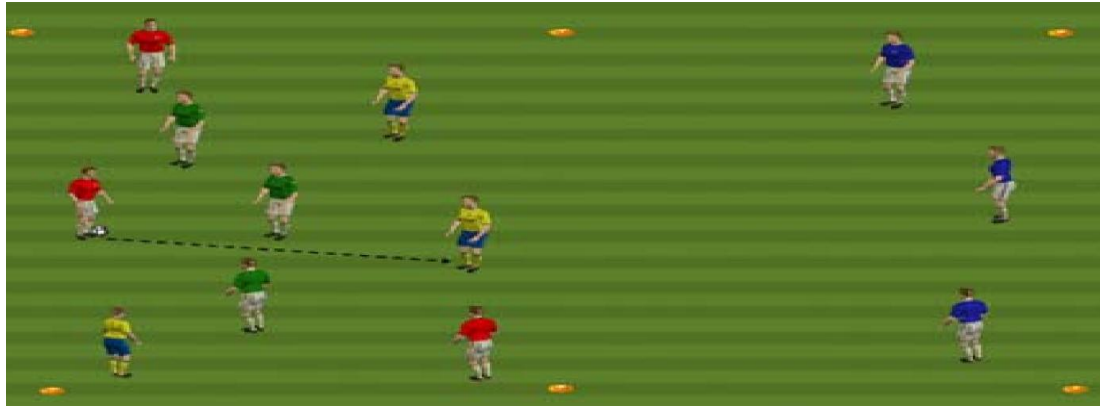
Jugar en cada rondo con una pierna diferente, por ejemplo en el 4 x 2 el pase siempre hay que darlo con la pierna no dominante.

Ejercicio N°-7. Pasa calles.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: realizar ejercicios a través de juegos para el trabajo técnico, táctico, físico y psicológico. Pases, interceptaciones, regates, controles, cargas, cambios de orientación, atención, anticipación, toma de decisión, trabajo en equipo, desmarques de apoyos, capacidad aeróbica.

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial

En un campo de fútbol 7, se divide este por la mitad. En una de ellas, aproximadamente en un rectángulo de 30 x 25, se desarrollará la posesión, mientras que en la otra descansarán los otros futbolistas. Se hacen cuatro equipos de tres componentes cada uno.

2. Recursos materiales

Balones reglamentarios, petos de colores y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea

Posesión de balón 3 x 3 + 3, en donde dos equipos mantienen la posesión del balón en uno de los rectángulos. El juego pasa al otro rectángulo cuando los jugadores que están defendiendo recuperen el balón. Pasan a defender los jugadores que están en el otro rectángulo y a fase de recuperación el equipo que perdió el balón o lo lanzó fuera.

4. Reglas del juego

Existe libertad de toques para los jugadores atacantes, para después ir limitando el número a tres y posteriormente a dos.

5. Variantes de la tare.

El equipo que pierde la posesión del balón y pasa a recuperar puede ir haciendo un trabajo complementario con el preparador físico (abdominales, lumbares, estiramientos).

Ejercicio Nº – 8 Lado opuesto.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado)

a)- objetivos: Contenidos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos, pases, interceptaciones, atención, anticipación, toma de decisión, trabajo en equipo, cerrar espacios, capacidad aeróbica.

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

En un cuadrado de 15 x 15, tres parejas, de las cuales dos se sitúan en el exterior del cuadrado y una es la defensora en el interior del cuadrado. Las parejas estarán situadas en los lados opuestos y nunca lateralmente.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio.

3. Información de la tarea.

Posesión de balón 4 x 2, donde el objetivo por parte de los atacantes es conseguir un pase directa-mente hacia el lado opuesto del cuadrado. De esta forma se conseguirá un punto para la pareja que lo realice. La pareja que define intentará evitar esa progresión frontal y recuperar el balón. El jugador que pierda el pase pasará junto a su pareja a ser los nuevos defensores. Si tras un determinado tiempo los atacantes no han intentado el pase se le pita pasivo y pierden un punto. Gana la pareja que más puntos acumule.

4. Reglas del juego.

Se juega a dos toques máximo con la particularidad de que ambos deben hacerse muy rápidamente y sin espacio de tiempo entre ellos. Los atacantes tienen libertad de movimiento en sus lados de los cuadrados.

5. Variantes de la tarea.

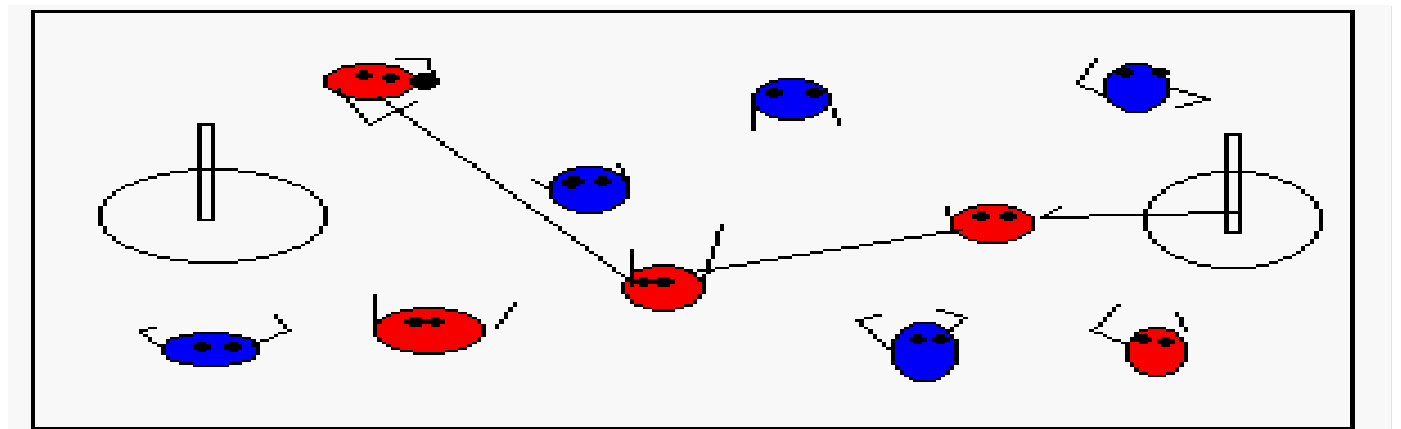
Incrementar el espacio y el número de componentes con una posesión 8 x 4 por parejas con las mismas condiciones y también organizados por parejas.

Ejercicio Nº –9 Balón al poste.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado).

a)- objetivos: Contenidos técnicos, tácticos y físicos. Pases, atención, anticipación, toma de decisión, trabajo en equipo, cerrar espacios, capacidad aeróbica.

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

Crearemos un campo de juego de unos 25 metros de largo por 10 de ancho en el que dibujaremos dos círculos, uno en cada zona defensiva de cada equipo, en el que situaremos un poste en el centro.

2. Recursos materiales.

Balones reglamentarios y conos para delimitar el espacio, dos postes.

3. Información de la tarea.

Juegan 9x9 jugadores por equipos, deben intentar derribar el poste del equipo contrario mediante pases realizados, con la dificultad de que no está permitido desplazarse con el balón sin realizar un pase.

Cada vez que un equipo logre derribar el poste contrario obtendrá un punto.

4. Reglas del juego.

No está permitido desplazarse con el balón sin pasar.

5. Variantes de la tarea.

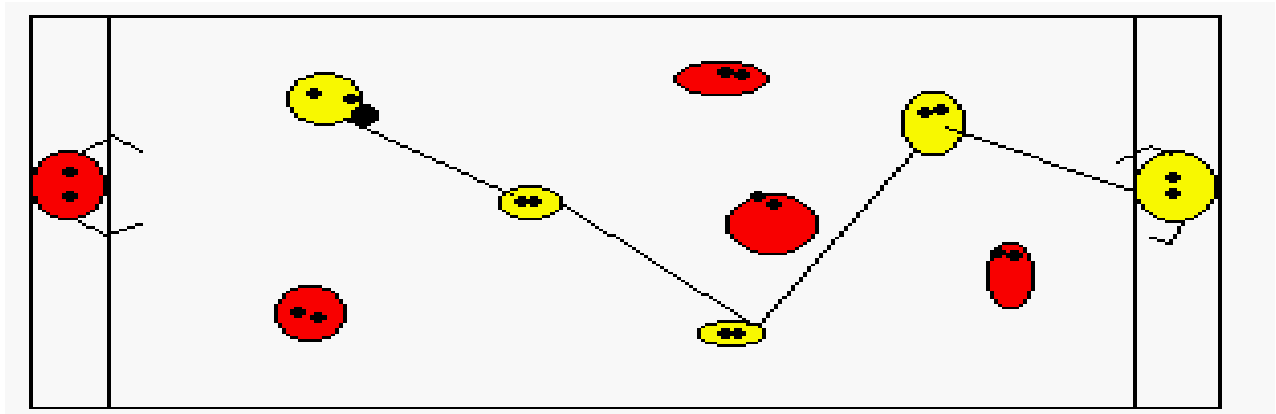
Se puede realizar fintas y realizar paredes.

Ejercicio Nº–10. El portero móvil.

Observación metodológica: (Ejercicios para su aprendizaje en edad escolar. Se orienta para contrarrestar el agrupamiento de los niños encima del balón, se favorece el principio de la amplitud, movilidad y penetración el juego para recibir desmarcado).

a)- objetivos: Contenidos técnicos, tácticos y físicos. Pases, atención, anticipación, toma de decisión, trabajo en equipo, regates, controles, desmarques de apoyos, cerrar espacios, capacidad aeróbica.

Gráfico del ejercicio



Desarrollo.

1. Organización inicial.

Se jugará en la mitad del terreno, dividiremos el grupo en dos equipos que ocupan la mitad de cada campo. Y un jugador de cada equipo se situará en las porterías.

2. Recursos materiales

Balones reglamentarios y postes.

3. Información de la tarea.

Para comenzar el balón se lanza al aire entre dos jugadores de cada equipo. El equipo que se hace con el balón debe intentar mediante pases, conducciones y fintas llegar hasta la portería contraria para realizar el tiro en gol si es posible. El portero puede moverse por toda la zona de marca de forma lateral, pero sin entrar en el campo de juego.

4. Reglas del juego.

El portero no puede salir del área. Seguiremos la reglas de un partido de fútbol, con la salvedad que un mismo jugador no puede realizar más de tres toques al balón sin haberlo pasado antes.

5. Variantes de la tarea.

Realizar más de tres toques al balón sin haberlo pasado antes. Realizarse un auto pase.

Conclusiones

1-Los elementos teóricos expuestos sobre la efectividad del tiro en el fútbol constituyen aspectos esenciales para poder diseñar los ejercicios para la preparación técnico-táctica de los jugadores, acorde a las nuevas exigencias del deporte de alto rendimiento, y en todas sus direcciones.

2- Durante la observación de los partidos de preparación contra el equipo de Gibara, se pudo comprobar que los jugadores, no dominaban los planteamientos tácticos ofensivos individuales a utilizar, así como en algunos de ellos tenían insuficiencias en el dominio de los elementos técnicos que componen la acción. Los indicadores con mejor incidencia en los resultados fueron los tiros (sobre la marcha) fundamentalmente en las zonas ofensivas.

3-La propuesta de los ejercicios técnicos-tácticos durante la etapa de entrenamiento, variando la complejidad de los mismos influyó positivamente en el accionar de los jugadores. Se comprobó un mayor dominio del tiro sobre la marcha en situaciones de juego.

4- La efectividad de una medición a otra se pudo corroborar que los resultados por los ejercicios propuestos que conllevaron a mejorar los resultados fundamentalmente en la etapa de entrenamiento, ocupando el 3er lugar en los juegos municipales por lo que se valida esta aplicación.

Recomendaciones

1- Que se planifiquen los ejercicios especiales de la técnica debidamente dosificados, teniendo en cuenta las características de estas edades.

2-A través de la comisión provincial de fútbol instrumentar un sistema de superación profesional que contribuya a la difusión e introducción de las experiencias emanadas de esta investigación.

3-Que durante la aplicación de estos ejercicios en etapas posteriores, se vayan registrando en las memorias a fin de acopiar las mejores experiencias en aras de lograr una mayor objetividad en el entrenamiento de este deporte.

4-Los ejercicios propuestos en esta investigación, deben aplicarse desde la etapa de preparación general hasta la etapa competitiva, así como las variantes que cada entrenador pueda elaborar de los mismos en correspondencia con el nivel y la necesidad del equipo y las características de las escuelas.

Bibliografía

1. Aguirre, J. (1999) Reflexiones sobre el aprendizaje motor. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 58: 41-47.
2. Dzhamgarov, ATS y Z. Puni (1990). Psicología de la educación física y el deporte. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
3. Castro, Ruz, Fidel. Discurso pronunciado en la EIDE (Mártires de Barbados) INDER. Ciudad de la Habana 1977.
4. Forteza de la Rosa, Armando (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
5. Gorbunov, G. D (1988). Psicología del deporte. URSS.
6. Harre, Dietricli (1973). Teoría del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana, Editorial Científico-Técnica.
7. Hernández, M. (1990) La actividad física y el deporte en el ámbito de la ciencia. Apuntes: Educación Física y Deporte (Barcelona) 22 : 5-10.
8. Horst, Wein (1995). La clave del éxito en el hockey. Editorial Juan Manuel Orgueira. Buenos Aires.
9. John, Freud (1977). Estadística elemental moderna. Ciudad de La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

10. Jürgen, Weineck (1994). Entrenamiento óptimo. Editorial Hispano Europea, SA. Barcelona España.
11. Kurt, Meinel (1977). Didáctica del movimiento. La Habana: Editorial Orbe.
12. Martinez Hugo Jara (1991). La motricidad en el Voleibol escolar. Educación Física de Chile 225: 8-11.
13. Matveev, L (1993). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú. Editorial Ráduga.
14. Ortega, Pino y Cimarro Jesús (1997). La conducción en el Fútbol. Aplicación táctica. Educación Física Chile. 244: (12-16).
15. Ortega, Pino José y Cimarro Urbano Jesús (1991). Nuevas perspectivas en el entrenamiento en Fútbol. Educación Física Chile. 225: 3 -13.
16. Ozolin, N.G (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica, p 364
17. Raya Antonio Pugnaire (1991). Aspectos relevantes en el aprendizaje de habilidades básicas en Fútbol. Educación Física de Chile 225: 3 -7.
18. Rodionov, A.V (1986). Psicología del entrenamiento deportivo. Ciudad de La Habana. Editorial Científico Técnica.
19. Spiegel, Sidney (1970). Diseño experimental no paramétrico. Ediciones Revolucionarias. La Habana.

ANEXO 1.

Tabla Nro. 1.

RESULTADOS DE LOS ULTIMOS CAMPEONATOS MUNICIPALES							
Año	Juegos Jugados	Juegos ganados	Juegos Empatados	Juegos Perdidos	Goles a Favor	Goles en Contra	Lugar General
2009	15	5	2	8	7	12	3ro
2010	12	6	1	5	12	8	2do
2011	12	4	2	10	7	15	4to
TOTAL	39	15	5	23	26	35	

ANEXO 2.

Tabla Nro. 2.

PRIMER TOPE DE PREPARACION VELASCO vs GIBARA.						
Juegos Jugados	Tiros a puerta +	Tiros a puerta -	%Efectividad	Pase+	Pases -	% Efectividad
1	3	6	33.33	5	11	31.25
2	2	5	28.57	7	15	31.81
3	3	7	30	6	13	33.33
TOTAL	8	18	30.76	18	39	31.57

ANEXO 3.

Tabla Nro. 3.

Juegos Jugados	Recepción +	Recepción -	% Efectividad
1	7	10	41.17
2	9	14	39.13
3	5	11	31.25
TOTAL	21	35	37.50

ANEXO 4.

Tabla Nro. 4.

SEGUNDO TOPE DE PREPARACION VELASCO vs GIBARA.						
Juegos Jugados	Tiros a Puerta +	Tiros a Puerta -	% Efectividad	Pases +	Pases -	% Efectividad
1	4	8	33.33	10	14	41.66
2	8	12	40.0	15	10	60.0
3	6	10	37.5	12	12	50.0
TOTAL	18	30	37.50	37	36	50.68

ANEXO 5.

Tabla Nro. 5.

Juegos Jugados	Recepción +	Recepción -	% Efectividad
1	9	12	42.85
2	18	9	66.66
3	15	10	60.00
TOTAL	42	31	48.71

ANEXO 6.

Tabla Nro. 6.

COMPARACION DE % ENTRE 1ER Y 2DO TOPE VELASCO vs GIBARA.			
	% TIROS a PURTA	% PASES	% RECECCIONES
1ER TOPE	30.76	31.57	37.50
2DO TOPE	37.50	50.68	48.71