

La enseñanza del fútbol con el empleo de los fundamentos técnicos, relacionados con las acciones de juego. (II)

Manuel Enrique Cedeño-Martínez. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Ernesto Estrada-Infante. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Eleonar Arévalo-Cedeño. Facultad de Cultura Física. Granma-Cuba.

Resumen:

El presente artículo brinda un enfoque contemporáneo de la preparación deportiva, enmarcado en un carácter lúdico para el desarrollo de las habilidades deportivas. En el mismo se integran algunos componentes técnico-tácticos y físicos en función de armonizar la preparación de los atletas; así como la posibilidad de controlar el rendimiento deportivo individual y colectivo en los indicadores fundamentales del juego.

Palabras clave: preparación deportiva/ fundamentos técnicos / fútbol.

Abstract:

The present article offers a contemporary focus of sports preparation, delimited in a character related to games for the development of sports abilities. In this article, are also included some technical-tactical and physical components forwards the athletes preparation; so as the possibility to control the sports collective and individual performance in the games fundamental indicators.

Words key: sport preparation / technical foundations / soccer.

Introducción:

El fútbol es un deporte que siempre ha propiciado el empleo de nuevos métodos de enseñanza. Como en todo deporte de conjunto el rendimiento no se puede medir o cronometrar ya que lo que predomina es el rendimiento en las acciones dependiendo de la mejor actitud técnica para lograr la mayor coordinación del equipo en el desarrollo de las acciones de juego, manteniendo la capacidad de continuidad del esfuerzo.

El funcionamiento de un equipo, depende de la suma y encadenamiento de acciones que pueda producir la capacidad técnica de quienes lo integran, con la

intención de alcanzar entre todos y en cualquier situación de juego, la mayor coordinación posible. En principio, las combinaciones que se generan por la tenencia y la circulación del balón, parten de la colocación que los jugadores adopten en el terreno, pero su ejecución esta condicionada por el apoyo y el sostén que se presten entre si para realizar los distintos movimientos, tanto para atacar como para defender.

Por lo antes expuesto se puede decir que el juego brinda mayores posibilidades creativas, eleva el nivel motivacional en aras de encontrar nuevas formas de solución de una tarea motora en una situación real y contextual; de ello se deriva que, llevando el aprendizaje al contexto de juego se puede aprender y ejercitar las habilidades deportivas y básicas de una forma libre, alegre, pero seria y con una meta u objetivo a cumplir.

Desarrollo:

La enseñanza en condiciones de acciones de juego presupone la puesta en práctica de un esquema de trabajo que sin eliminar las formas convencionales de planificación se debe caracterizar por el desarrollo de la técnica y los fundamentos propios del juego para potenciar y elevar rendimientos en conjunto.

Queda claro que en todo proceso de entrenamiento esta implícito el aumento del rendimiento, lograr determinados objetivos y superarlos. La ejercitación es esencial cuando tiene sentido de progresión, define un propósito, representa un medio para lograr desarrollo y lograr resultados.

Cuando en el desarrollo de las prácticas no se generan o promueven exigencias a nivel competitivo, los rendimientos no se traducen en resultados en correspondencia a los tipos de esfuerzos que requieren para soportar y dominar en las acciones.

No se debe insistir con actividades separadas dentro de las sesiones de entrenamiento como la preparación física, por un lado y la preparación técnico táctica por otro. Como fundamentos del juego no deben convertirse en ejercitación distintas de contenidos, por el contrario deben guardar total unidad con miras a las demandas del juego.

El entrenamiento en un clima lúdico responde a un concepto total en la sesión de trabajo, aunando hasta donde sea posible el acondicionamiento físico con la capacidad técnica en condiciones de juego para satisfacer las necesidades tácticas. Los fundamentos de la técnica individual para las acciones del juego sirven como preparación específica aplicada al rendimiento colectivo por las repeticiones y la creatividad que estas motivan en su desarrollo, pero sobre todo por las demandas que exige el juego para el funcionamiento del equipo.

Con este tipo de práctica se pretende eliminar ejercitaciones tediosas con repeticiones mecánicas y rutinarias, la ejercitación debe concentrarse en todo aquello que es típico del fútbol despertando la creatividad colectiva para la solución de situaciones variables.

La práctica tiene que reflejar la realidad y plantear situaciones con iguales exigencias a las de las competencias. Las repeticiones invariables limitan y cortan las iniciativas encasillando a los jugadores en sus recursos técnicos

El cambio consiste en aplicar los fundamentos del juego para incrementar la eficiencia en el aprendizaje para su desarrollo, potenciando las acciones técnicas en funciones del equipo, la motivación que se expresa al trabajar con exigencias y situaciones reales a las que se producen en el juego, satisfacen las necesidades y las inquietudes psicológicas de los jugadores, conformando un comportamiento dado en todo proceso de enseñanza-aprendizaje, ejercitación y entrenamiento, al predisponer y estimular el acondicionamiento físico y técnico para la realización de las acciones. Crece el interés, se consolida el aprendizaje y se trabaja siempre con miras a las acciones de juego.

La progresión del aprendizaje requiere de repeticiones con exigencias crecientes y estímulos distintos. Las sensaciones que se perciben se van acopiando y acumulando por las vivencias que se gravan en la memoria, afirmando la madurez necesaria a medida que crece la experiencia, se perfecciona la actitud técnica para el dominio de las situaciones en el juego.

Se plantea que la dinámica del juego de fútbol es inspirativa, impensada. Pero esto en realidad no es así, pues es el resultado de un largo proceso de ejercitación instintiva, intuitiva, imitativa, por las experiencias que se acumulan por el hecho

de jugar y jugar y que se reproducen con infinidad de variaciones imprevistas u orientadas en el desarrollo del entrenamiento. El aprendizaje debe estar controlado, guiado y evaluado por el profesor, pero el alumno tiene la libertad para resolver y decidir dentro del encadenamiento de los actos técnicos que se originan para crear, ensayar y reproducir variantes para funcionar en equipo.

Es imprescindible considerar, que todas las situaciones de juegos llevan implícitos cuatro habilidades básicas en el desarrollo comprensivo y lógico ofensivo y defensivo.

1. Anticipar y pasar
2. Jugar en triángulo
3. Desmarcarse
4. Juego de pared

En ellos se utiliza obligatoriamente las siguientes ideas de juego:

Jugador con balón

Equipo con balón

Jugador sin balón

Equipo sin balón

El rendimiento se controlará mediante la observación de los jugadores en juegos de 7 vs. 7 mediante los siguientes indicadores.

Indicadores a valorar:

1 - Colocación en la posición

- Proyección de ataque

- Proyección de defensa

- Fluidez de los movimientos

- Coordinación.

2 - Acciones individuales y colectivas al ataque y a la defensa.

- Apoyos

- Pases

- Control

- Recepción del balón

3 - Disposición para el juego.

- Ayuda al compañero
- Ritmo de ejecución

Criterios de evaluación. Test de talento de juego

EXCELENTE 5 puntos: Cuando ejecuta con fluidez, ritmo variado según el momento, en los aspectos del juego (cooperación, oposición), colocación, control del balón, pase preciso y lógico.

BIEN 4 puntos: Cuando ejecuta con ritmo de ejecución adecuado en los aspectos técnicos-tácticos, a pesar de tener algunas deficiencias; cooperación u oposición según la situación del juego, control del balón y pase acorde con el problema a solucionar.

REGULAR 3 puntos: Cuando realiza el ritmo de juego con poca variación, no estabiliza Correctamente la coordinación de los movimientos de las acciones individuales y colectivas; ejecutando oposición y cooperación según la situación del juego.

DEFICIENTE 2 puntos: No es capaz de realizar con variabilidad de acciones su actuación en el contexto del juego; deficiente la coordinación; poca participación en la oposición y cooperación, con insuficiente eficacia, pases imprecisos.

Conclusiones:

El desarrollo del proceso de entrenamiento en un constecto lúdico no solo garantizará un elevado nivel de las acciones, para satisfacer las demandas del juego a los practicantes sino que logrará la unidad necesaria entre los componentes de la preparación del deportista, considerando las necesidades e intereses de los atletas, convirtiéndose en sujeto y objeto de su propio desarrollo y la orientación y conducción precisa del entrenador.

Citas y notas:

1. José D"amico. (2007). Consideraciones sobre los fundamentos del juego. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes.

Enseñanza de fútbol con empleo de fundamentos técnicos.

2. Herminia Watson. (2008). Teoría y práctica de los juegos. Ciudad de La Habana. Editorial Deportes.