

Conferencia: Fútbol de formación: intervención a partir de la diversidad

Julen Castellano Paulis (julen.castellano@ehu.es)

Universidad Del País Vasco

Facultad De Ciencias De La Actividad Física Y El Deporte

Departamento De Educación Física Y Deportiva



Resumen

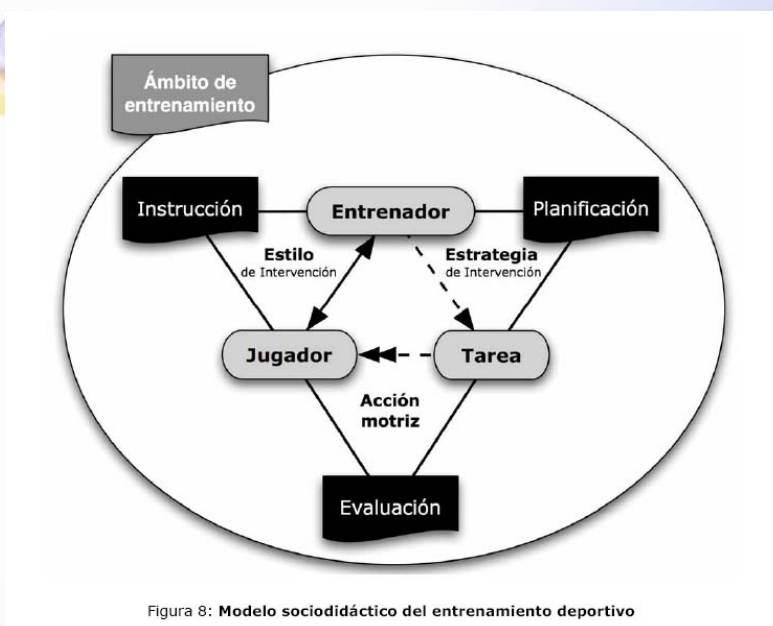
Parece que aumenta la atención que se le presta al concepto de *contexto de calidad* aplicado al proceso de formación deportiva. De todos los agentes implicados en este proceso formativo nos centraremos en el papel que juega el entrenador y concretamente en las propuestas prácticas que plantea. Es el entrenador el responsable de planificar, programar y llevar a cabo el proceso de intervención y por tanto, con acceso directo a los jugadores, a su formación. En esta línea pensamos que la influencia positiva de la formación del entrenador sobre-para los jugadores, lo hará también, por *ósmosis*, con los demás agentes (relaciones con las familias, clubes e instituciones) implicados en este periodo formativo.

El entrenamiento asume un papel protagonista en la adquisición y refinamiento de las competencias que necesitan los jugadores para jugar con eficacia. En este contexto, la pericia con que el entrenador construye y distribuye las tareas de entrenamiento desempeña un papel primordial en la implementación y desarrollo de la competencia necesaria para el juego. Sabemos, que los *efectos* de un tipo u otro de tareas o *situaciones motrices* no son los mismos. La *lógica* endémica de dichas actividades marca los *efectos esperados*, y por tanto, el grado de transferencia al juego. Una *lógica interna* similar de las tareas, próximas a la del fútbol, ofrece un pertinente método de entrenamiento para los jugadores, motivados por multitud de factores entre los que destacamos: la fácil configuración, flexibilidad (siempre adaptables a la *competencia motriz* de los jugadores), que potencia la solicitud de la *adaptabilidad* a las situaciones cambiantes del juego, entre otras; todo ello en el mismo contexto de *intermotricidad simultánea* en el que más tarde se le pedirá a los jugadores que actúen.

Siendo sinceros, todavía queda un largo camino para aproximarnos a conocer en qué medida las tareas diseñadas por los entrenadores cumplen con los objetivos motrices marcados previamente (los deseados), y por tanto, en qué grado se manifiestan realmente los *efectos obtenidos* en los jugadores. Para ello, es necesario que los investigadores se alíen con la sabia intuición de los entrenadores expertos en estas etapas formativas, y entre todos, lleven a cabo procedimientos



metodológicos sistematizados para la evaluación del proceso formativo. La evaluación de las conductas motrices requiere, fundamentalmente, la utilización de la observación como método, de manera rigurosa, para poder conocer y valorar desde el marco científico la actuación motriz del individuo o el equipo en la interacción de los duelos colectivos, dentro de su contexto natural de actuación mediante instrumentos de observación elaborados específicamente, pero sobre todo, que atiendan a la particularidad de la acción de juego del fútbol.



Mtz de Santos, 2007; p. 389

1. La planificación a largo plazo: ¿cuánto tiempo?

Planificar a largo plazo es una de los axiomas que entrenadores y formadores deberían respetar cuando se enfrentan a un grupo de deportistas en su etapa formación. En este proceso el *contexto de calidad* del entorno deportivo es una de las cuestiones que se debería atender haciendo especial hincapié. En todo este proceso multitud de agentes son los implicados, y sobre ellos recae la responsabilidad de aportar y empujar en calidad la dinámica formativa. De todos los agentes implicados en este proceso formativo nos centraremos en el papel que juega el entrenador y, más concretamente, en la práctica que planifica, programa y pone en práctica, es decir, en su proceso de intervención.

El fútbol base o el fútbol de la formación debe regirse por normas, valores, rasgos... propios, diferentes, por su puesto, del fútbol profesional o de rendimiento. Curricular o no, el fútbol de la base debería apostar por una clara orientación formativa y educativa.



[Planificando a largo plazo]



<http://www.ltad.ca/Content/Overview/Impact.asp>

2. Los efectos y las transferencias: ¿cualquier cosa vale?

Para abordar la parte más práctica de la intervención, es decir, cuando el entrenador o monitor decide y elige de entre todo el espectro de actividades motrices posibles y se las plantea a los jugadores), la cantidad y calidad de sus propuestas tienen su importancia.

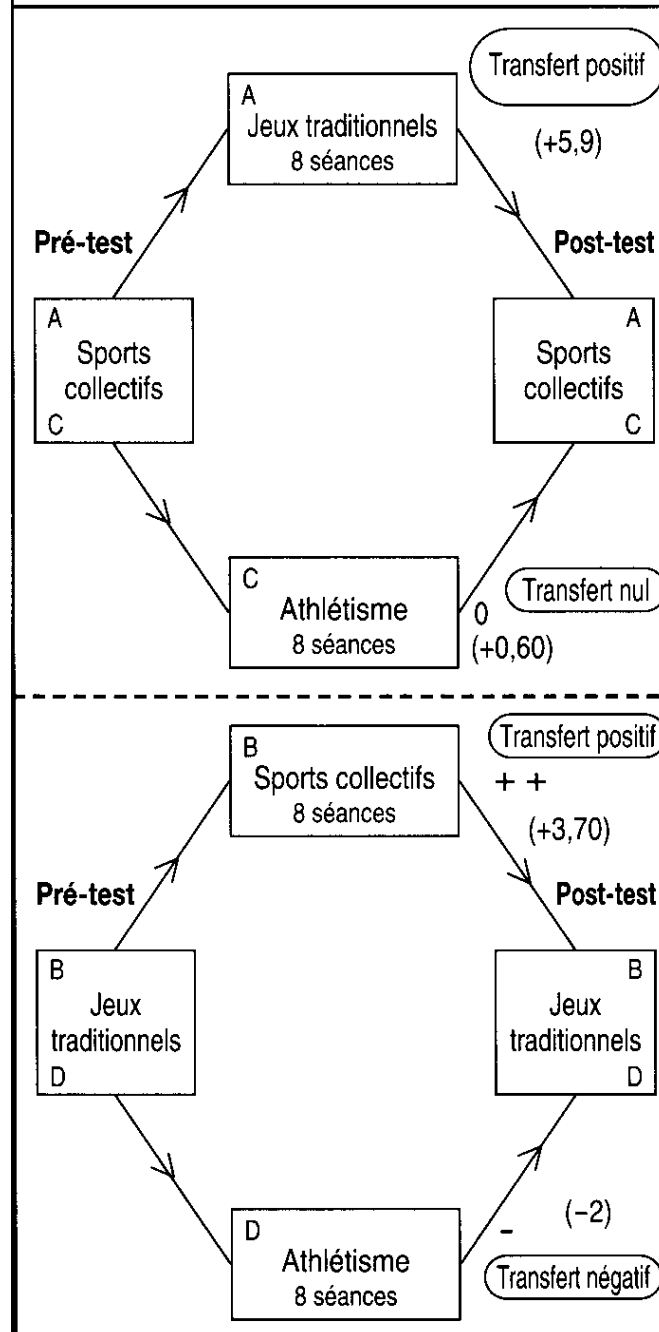
Con relación al primero de ellos, el tiempo de práctica, podríamos utilizar ciertos indicadores que aportan una información más precisa del tiempo que se le dedica a realizar los contenidos prácticos de los entrenamientos y cuál es el grado de solicitud de participación que se le solicita a los jugadores, para ello podremos echar manos de conceptos como: distribución de las sesiones, distribución de las tareas intra-sesión, tiempo de pausa, tiempo efectivo, densidad de práctica intra-tarea, entre otros, válidos todos para evaluar (una parte) de los programas de intervención.

Con relación al segundo, la calidad, creemos que hacer uso de los conceptos de *lógica interna* y *dominio de acción motriz* (Parlebas, 2001) toma relevancia, también para evaluar (ahora desde una dimensión más cualitativa) el proceso de formación deportiva. Si queremos atender a la lógica interna del fútbol deberemos ajustarnos a su especificidad, es decir, al conjunto de características y propiedades que le dan sentido propio, particular. A partir de este filtro, la intervención práctica de los entrenadores o monitores tendrá una repercusión clave en los *efectos* y las *transferencias* (Parlebas, 2001; Parlebas y Dugas, 1998) que provocan o podrían provocar en los jugadores.



Adejeje - 2010

Tableau 2



Parlebas y Dugas (1998)



3. Diagnóstico del entrenamiento: ¿cuál es la ‘realidad’ del entrenamiento?

Hace casi 40 años que se comenzó a preguntarse sobre los contenidos de entrenamiento (Reilly, 1979). Incluso, desde hace una quincena de años han ido apareciendo multitud de publicaciones (Moore et al, 1998; Helsen, et al, 2000; Berry et al, 2008) que, usando la técnica de la entrevista, indagan en la formación deportiva de jugadores talentosos que les permitió llegar a ser expertos.

568 T. Reilly

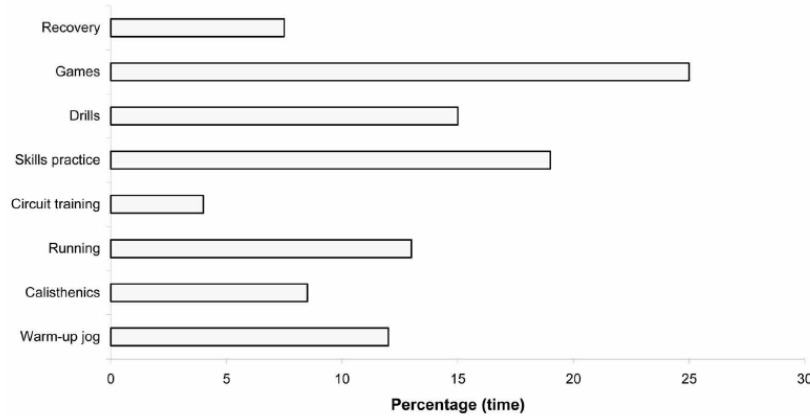
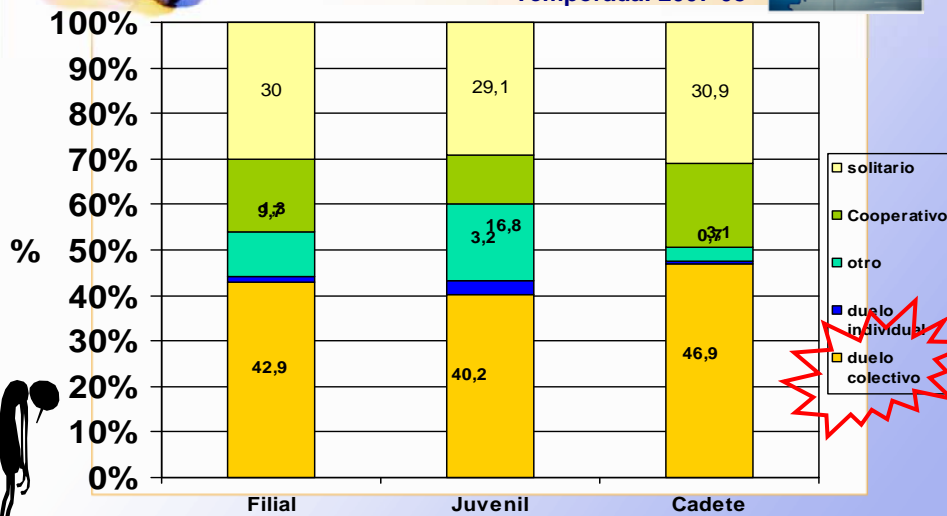


Figure 4. The traditional allocation of training time to its different components. Sessions started with a warm-up and callisthenics (flexibility and agility) and ended with drills and games (from Reilly, 1979).

(Reilly, 2005)

¿cómo se entrena?

Muestra: 3 equipos de fútbol
63 sesiones de entrenamiento
Temporada: 2007-08





De una u otra forma, solo si se sabe lo que se hace en los entrenamientos, si disponemos de datos empíricos (cuantitativos y cualitativos) estaremos en condiciones de evaluar los programas de intervención, con los que podremos justificar (con cierto margen de error) los efectos obtenidos en los jugadores. Son varias (aunque hay muchas mas) las alternativas que podríamos barajar para llevar a cabo este tipo de diagnóstico.

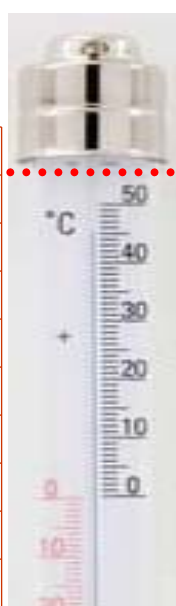
Nivel I

FUTBOMETRO

A partir de los participantes



10
9
8
7
6
5
4
3
2
1



A	B
7/10	7/10
3/6	3/6
3/10	2
2	2
3/10	1
2	1
1	1
3/10	0
2	0
1	0

Nivel II

Puntuación	0	1	2	4
Unidad 1		Un jugador	2 jugadores	3 ó +
Unidad 2*	Ningún jugador	Un jugador	2 jugadores	3 ó +
Portero	No	Un portero	Un portero cada unidad	
Balón	No	Si		
*Si es un duelo colectivo sigue puntuando				
Espacio	Separado		Común	
Dianas	No orientado		Orientado	Polarizado
Participación	Alterna		Simultánea	
Marcador	No		Si	
PUNTUACIÓN TOTAL OBTENIDA:				
1-5 (Otra actividad)	6-10 (Pre-fútbol)	11-15 (Cuasi-fútbol)	16-20 (Fútbol)	

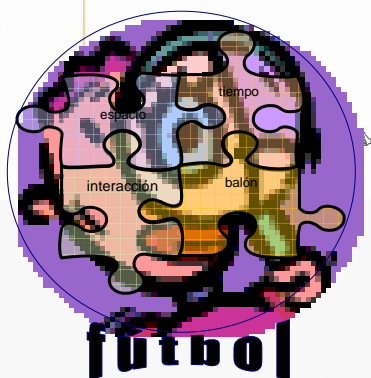


4. El dominio de acción motriz: ¿a qué jugamos cuando lo hacemos a fútbol?

Como sabemos, el reglamento condiciona en gran medida la actuación de los jugadores de fútbol, limita la puesta en juego de sus *conductas motrices*, que en realidad son *socio-motrices*, y que de manera irrevocable les sitúa en un contexto de incertidumbre social. Estas ‘limitaciones’ reglamentarias que caracterizan la lógica interna del fútbol podemos agruparlas en cuatro grandes bloques de derechos y obligaciones con respecto al tiempo, espacio, al uso del balón y a los demás participantes (compañeros y adversarios). A partir del reglamento (fundamentalmente), todo un sistema de rasgos pertinentes puede ser detallado, de manera exclusiva, para el fútbol.

¿a qué jugamos?

Rasgos de la lógica interna



• DUELO COLECTIVO: colaboración y oposición

• **Espacio Individual de Interacción (EII)**

• **Espacio polarizado**

• **Secuencia libre de posesiones**

Sociomotor (Intermotricidad simultánea)

• Exclusividad estable (2 unidades)

• Espacio común

• Espacio semi-salvaje

• Tiempo límite

• Soporte de marca

• Signo de interacción de marca antagonista

• Participación simultánea respecto al móvil

...

Conocer la lógica interna de cualquier deporte nos acerca de forma pertinente la identidad de la actividad en cuestión. Ser sabedores de las características endógenas del fútbol, sitúa a los preparadores en una posición aventajada, que facilitará enormemente el desarrollo de su labor diaria. Respetar la especificidad del juego en los entrenamientos es una regla de oro a mantener. ¿Cuál es esta especificidad?



Una dificultad que se nos plantea es la de escoger los rasgos que caractericen la lógica interna de la actividad. Nosotros hemos partido de los criterios de la acción motriz (Parlebas, 2001), lo que permite agrupar al tiempo que diferenciar el conjunto de actividades ludomotrices existentes y por existir. De esta manera podremos reconocer y emparejar las actividades o tareas que mantengan unas características principales comunes en su lógica interna (espacio de acción estable o variable, consumo energético, interacción, relación temporal, vértigo, riesgo...).

Disponer de una diferenciación de **dominios de la acción motriz** no basta para predecir todas las consecuencias que comportan la práctica de las actividades pero ofrece un sustento que nos permitirá desarrollar una programación de la enseñanza, entendemos, coherente. Partimos de la base de que la semejanza de rasgos de la lógica interna debería favorecer las transferencias del aprendizaje, aunque esto no siempre ocurre de manera automática (Parlebas, 2001). Aun así, nos quedan pendientes nuevas fases en este proceso de intervención: la evaluación y las decisiones a tomar.

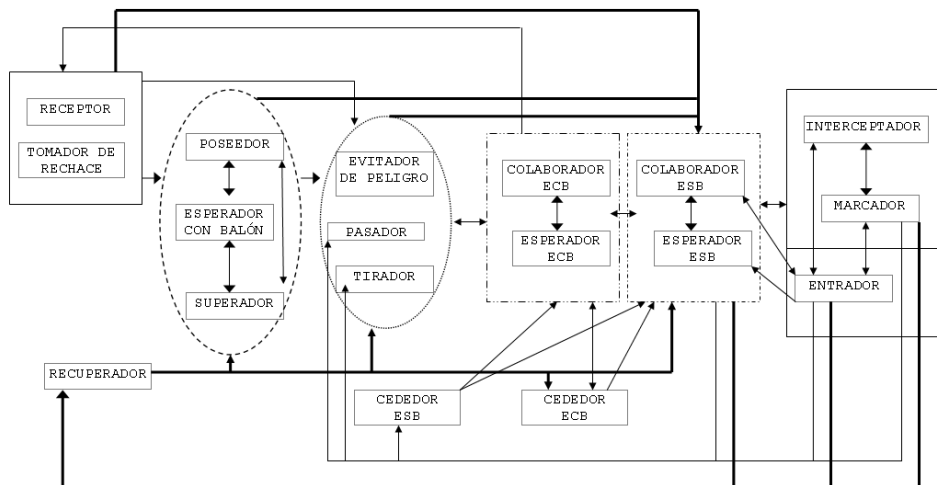
5. Evaluación de la intervención: ¿hemos conseguido los efectos deseados?

En esta última fase, la de comprobar si las tareas diseñadas por los entrenadores cumplen con las expectativas previstas es una cuestión todavía sin resolver, requiere de rigurosos trabajos al respecto. La intuición del entrenador es en este caso de gran valor, porque debe proponer la dirección que deben tomar las formas jugadas que él desea incluir en los entrenamientos, aunque esta experiencia no es suficiente. Si pretendemos ser rigurosos, la observación asistemática e informal debe dar paso a una observación sistemática de las situaciones motrices, donde los objetivos, las unidades de observación, los sistemas taxonómicos, las técnicas de muestreo, el registro de los datos, la calidad de los mismos y las técnicas analíticas estén coherentemente organizados (Anguera, 1990).

Ya se han propuesto diferentes alternativas para describir la dinámica de funcionamiento del juego en su vertiente espacial, mediante **Locogramas** (Parlebas, 2001) o **Balongramas (Vales, 1998)**, midiendo aspectos temporales a través de **Cronogramas** (Parlebas, 2001), registrando las decisiones motrices que los jugadores toman durante el juego utilizando **Ludogramas (Parlebas, 2001)**, o mediante el **SOCCAF** (Castellano, 2000) que permite contextualizar y secuenciar la interacción generada en cualquier enfrentamiento de duelo colectivo.



RED DE UNIDADES DE INTERACCIÓN MOTRIZ EN EL FÚTBOL



Por otro lado sabemos que la adecuación de los contenidos de entrenamiento no es una tarea sencilla. Requiere una larga práctica por parte de los jugadores y, como no, del entrenador, es decir, la propuesta práctica a desarrollar en los entrenamientos será específica para cada equipo y entrenador. Las necesidades, virtudes y/o defectos de unos y otros deben orientar de forma específica los tipos de contenidos a poner en práctica. Sabemos que cada entrenador tiene un concepto de juego propio, un estilo definido, una estrategia particular, un sistema de base, unos tipos de jugadores peculiares, etc... que hacen que no se puedan repetir los diseños de los entrenamientos de forma universal. La elección de unas u otras actividades, de unas u otras modificaciones de los parámetros tendrá un fin que deberá ir acorde a la realidad propia del equipo y sus responsables.

De momento, la utilidad de esta estrategia resulta evidente y enriquecedora, porque permite acondicionar y orientar el fútbol como contenido hacia ciertas formas jugadas para enfatizar o remarcar determinados aspectos del juego o conductas de los jugadores que queremos potenciar, haciendo que éstos se vean favorecidos. Es decir, con formas jugadas próximas al fútbol para conseguir potenciar aspectos concretos del juego, de forma más remarcada sin por ello prescindir o renunciar al rico contexto sociomotriz del fútbol. Necesitamos generar contenidos de entrenamiento que sean sencillos pero no más simples, para no perder la riqueza contextual de la acción motriz del mismo, explotando al máximo la riqueza motriz de las interacciones que se configuran, transforman y trasladan en el juego.



6. Referencias

- Anguera, M. T. (1990). Metodología observacional. En J. Arnau, M. T. Anguera y J. Gómez (Eds.), *Metodología de la investigación en Ciencias del Comportamiento* (pp.125-136). Murcia: Secretariado de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Berry, J., Abernethy, B., & Côté, J. (2008). The Contribution of Structured Activity and Deliberate Play to the Development of Expert Perceptual and Decision-Making Skill. *Journal of sport & exercise psychology*, 30, 685-708.**
- Cárdenas Vélez, D. y López López, M. (2000). El aprendizaje de los deportes colectivos a través de los juegos con normas. *Habilidad Motriz*, 15, 22-29.
- Castellano, J. (2005). Confección de tareas de entrenamiento en fútbol. *El Entrenador Español*, 107. <http://comiteentrenadoresfef.com/> [fecha de consulta 1 de junio de 2010].
- Castellano, J. (2008). Análisis de las posesiones de balón en fútbol: frecuencia, duración y transición. *Motricidad - European Journal of Human Movement*, 21, 179-196.
- Grupo de Estudio e Investigación Praxiológica (2000). *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona: Inde.
- Helsen, W. F., Hodges, N. J., Van Winckel, J., & Starkes, J. L. (2000). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 727-736.**
- Hernández Moreno, J. (1994). *Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: Inde.
- Hill-Haas, S., Dawson, B., Coutts, A., & Rowsell, G. (2009). Physiological responses and time-motion characteristics of various small-sided soccer games in youth players. *Journal of Sports Sciences*, 1, 1-8.
- Martínez de Santos, R. (2008). *La praxiología motriz aplicada al fútbol*. Tesis Doctoral. Vitoria-Gasteiz: Universidad del País Vasco
- Martínez de Santos, R., Blanco-Villaseñor, A., Sánchez, F. J., & Los Arcos, A. (2009). Heart rate recording optimization in soccer. In T. Reilly and A. F. Korkusuz (Eds.), *Science and Football VI* (pp. 267-271). London: Routledge.
- Martínez de Santos, R., Castellano, J. & Los Arcos, A. (2005). Coaching strategies in a Spanish 1st division club's football school. In T. Reilly, J. Cabri & D. Araújo (Eds.), *Science and Football V* (pp. 579-583). London: Routledge.
- Moore, P. M., Collins, D. J., Burwitz, L., Tebbenham, D., Abbott, A., & Arnold, J. (1998). Identification and development of talent in selected UK sports. *Journal of Sports Sciences*, 16(1), 23.**
- Parlebas, P. (1996). Los universales de los juegos deportivos. *Praxeología Motriz*, Vol. 1, 0, 15-30.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Parlebas, P. et Dugas, E. (1998). Transfert d'apprentissage et domaines d'action motrice. *Education Physique Et Sport*, 270, 41-47.
- Reilly, T. (2005). An ergonomics model of the soccer training process. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 561-572.