

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

METODOLOGÍAS DE ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL
URUGUAYO MASCULINO EN JUVENILES NACIDOS EN EL
AÑO 2000

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

Tutor: Jorge Botejara

MALENA ARISMENDI

GONZALO CASTAÑO

MONTEVIDEO

2015

ÍNDICE

RESUMEN	4
1. INTRODUCCIÓN	5
2. MARCO TEORICO.....	7
3. METODOLOGÍA	11
4. ANÁLISIS DE DATOS.....	14
4.1. Presentación de los resultados	14
4.2. Discusión	19
5. CONCLUSIONES.....	24
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	26
7. ANEXO 1. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	30
7.1. Instrumento de observación	30
7.2. Cuestionario de las sesiones de entrenamiento para los entrenadores	31
7.3. Cuestionario de formación académica para entrenadores.....	33
8. ANEXO 4. TABLAS DE POSICIONES DE LA PRIMERA DIVISIÓN DEL FUTBOL URUGUAYO SUB 16.	34
9. ANEXO 5. DATOS OBTENIDOS DEL CUESTIONARIO	36
10. ANEXO 6. FICHAS DE OBSERVACIONES	38

LISTA DE ILUSTRACIONES

Gráfico 1. Comparación del porcentaje de tiempo dedicado al ataque - defensa, y trabajos técnicos - tácticos.....	16
Gráfico 2. Cuantificación del tiempo (minutos) utilizado para cada metodología.	17
Gráfico 3. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 1.	18
Gráfico 4. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 2.	18
Gráfico 5. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 3.	18
Tabla 1. Resumen estadístico de la variable años como entrenador en divisiones formativas.	14
Tabla 2. Comparación de la importancia de los aspectos del juego prioritarios para los futbolistas en formación.....	15
Tabla 3. Comparación de la importancia otorgada en una sesión de entrenamiento en el período competitivo.	15
Tabla 4. Recuento de la pregunta: ¿Ha utilizado siempre la misma metodología de entrenamiento?	16

RESUMEN

Esta investigación trata de analizar la relación entre la formación académica de los entrenadores y sus propuestas metodológicas; y la importancia que le otorgan los entrenadores a los diferentes aspectos dentro de una sesión. Para esto se utilizó una metodología de tipo mixta, obteniéndose datos tanto cuantitativos como cualitativos, en donde se analizaron mediante un cuestionario a todos los entrenadores de fútbol de la categoría sub 16, y mediante fichas de observación, se registraron nueve sesiones de entrenamiento de tres equipos elegidos intencionalmente. Podemos destacar que se obtuvieron como resultados más importantes, que todos los entrenadores que dirigen a la categoría sub 16 de fútbol masculino son titulados con formación en la materia, y no hay entrenadores con otro título dentro del área del fútbol o el entrenamiento; los grupos de entrenadores experimentados y muy experimentados, difieren solo en la importancia otorgada a los aspectos físicos ($p=0,02$), tanto para la formación del deportista, como para la importancia de este aspecto en una sesión de entrenamiento; todos los demás aspectos preguntados, son utilizados de igual manera por ambos grupos. En cuanto a las observaciones, podemos destacar que principalmente se utilizan tres formas de entrenamiento (global, espacios reducidos, y sin oposición), en donde solo difieren en las formas de aplicación (tiempos, participantes).

Palabras claves: Metodologías. Entrenadores. Fútbol. Divisiones juveniles.

1. INTRODUCCIÓN

El fútbol es un deporte de los más populares en nuestro país y en el mundo entero. En el año 2011, el diario electrónico Montevideo Portal, publicó una nota en la que expresaba que en la última década, Uruguay exportó al exterior 1414 jugadores de fútbol, según datos proporcionados por la AUF (Asociación Uruguaya de Fútbol). Es por eso que decidimos estudiarlo, abordando algunos aspectos que consideramos importantes.

Según Castelo (1999) expresa que la naturaleza del fútbol consiste en la confrontación directa de dos entidades colectivas que planifican y coordinan sus acciones para actuar una contra la otra; sus comportamientos están determinados por las relaciones antagónicas de ataque – defensa. Según Parlebas (2001), en los deportes de cooperación y oposición se generan situaciones motrices donde surge la competición y se da interacción entre compañeros y adversarios.

El fútbol es un deporte táctico por excelencia, en la que se implican la necesidad de resolución de las situaciones de juego, esto es, problemas tácticos continuamente variables que derivan del gran número de compañeros y de adversarios con objetivos opuestos (CASTELO, 1999). Según Parlebas (2001) la táctica es la solución práctica frente a los problemas que pueden plantearse en situaciones de juego predeterminadas, es la propuesta establecida en el campo de juego. En nuestra búsqueda de información para esta investigación, encontramos dos formas de definir a la táctica: una desde el punto de vista de la ofensiva y otra a de la defensiva. Bayer (1992) caracteriza cinco principios operacionales (tanto para la defensa como para el ataque), que se dan dentro de los juegos colectivos de oposición e invasión. Por su parte, Contreras (2005) atribuye a la progresión como el principio fundamental para avanzar en el terreno, hacia la valla adversaria, ya sea de forma individual o colectiva; mientras que Bangsbo y Peitersen (2002) caracterizan a la táctica desde el punto de vista defensivo, enumeran que los principios de temporización, cobertura y escalonamiento son básicos para evitar que el adversario progrese en el terreno.

Como antecedentes de este proyecto podemos mencionar la investigación realizada por Sánchez, Molinero y Yagüe (2012), quienes estudiaron los beneficios que tiene entrenar la táctica para mejorar la técnica individual de los niños en formación del deporte fútbol. Por otro lado, la investigación realizada por Sánchez *et al.* (2014), estudia el entrenamiento en espacios reducidos, y concluye que este tipo de metodología mejora la formación de los futbolistas, ya que luego de haber realizado su intervención, los deportistas mejoraron la conducción del balón, el regate, la agilidad y la resistencia. También relevamos antecedentes en nuestro país y encontramos un proyecto de investigación que busca

indagar sobre las prácticas de los entrenadores que trabajan en las divisiones juveniles del fútbol uruguayo, intentando identificar los modelos de enseñanza/entrenamiento y las metodologías que se elaboran y aplican durante las sesiones de trabajo (GIORDANO *et al.* 2015).

Las preguntas disparadoras para comenzar con nuestra investigación son: ¿Cómo es la enseñanza de la técnica y la táctica del fútbol en la categoría sub 16 de los equipos de la primera división del fútbol uruguayo? ¿Qué nivel de formación académica tienen los entrenadores en esta categoría?

El objetivo general que nos planteamos para esta investigación es analizar la relación entre la formación académica de los entrenadores y sus propuestas metodológicas; y los diferentes aspectos dentro de una sesión.

Los **objetivos específicos** que nos planteamos son:

- Describir la formación académica y la experiencia de los entrenadores.
- Relevar las propuestas metodológicas utilizadas por los diferentes equipos de fútbol.
- Describir la importancia que le otorgan los entrenadores a diferentes aspectos dentro de una sesión.

2. MARCO TEORICO

Patiño, Girón y Arango, (2007) expresan que la técnica en el fútbol refiere a los movimientos que son más adecuados para conseguir la mayor eficacia en la resolución, e implican el mínimo gasto energético. La técnica es un medio para dominar los principios tácticos. Si en la formación, los deportistas logran maestría técnica, estos dejarán de prestarle atención a la técnica, para centrar su foco en acciones tácticas dadas por compañeros y adversarios. El fútbol es un juego abierto en el cual las situaciones que se producen condicionan la toma de decisiones y posteriores ejecuciones técnicas. El jugador que se amolde a las diferentes situaciones es el que tendrá éxito en el momento de la resolución del problema dentro del campo.

Solá (2005) expresa que la táctica no es secundaria a la técnica, ni la técnica lo es respecto de la táctica. Ambas funcionalidades actúan simultáneamente de forma integrada y dejan sin discusión cuál es más importante, si la técnica o la táctica, las dos lo son. También abordaremos el concepto de táctica, Ferrés (2010) la define como el comportamiento decisional de un deportista, el cual se relaciona con la capacidad de percibir e interpretar la situación de juego. Además agrega que algunas condicionantes de la táctica es tener un correcto dominio técnico y poseer la condición física adecuada, factores que pueden impedir que el deportista gestione correctamente sus recursos. Otros autores que afirman estas ideas son Martin, Carl y Lehnertz (2001), quienes expresan que la esencia del comportamiento táctico, se basa en la elección de la forma de actuar más pertinente en el momento justo, y agrega que este comportamiento depende de las capacidades de condición física, las técnicas deportivas y las capacidades psíquicas.

Como mencionamos anteriormente, Bayer (1992) plantea para los deportes colectivos de oposición e invasión, cinco principios defensivos y cinco principios ofensivos. Los principios defensivos son: anular las situaciones de finalización del rival, recuperar el balón, impedir la progresión del adversario, proteger la propia portería, y reducir el espacio de juego del contrario; mientras que los principios ofensivos son: conservar la posesión del balón, crear acciones ofensivas, progresar hacia el campo del rival, crear situaciones de finalización, y conseguir una anotación en la meta contraria. Todos estos principios son complementarios y opuestos, y cada equipo debe seguirlos según la fase de juego en la que se encuentra (ataque o defensa). Contreras (2005) atribuye a la progresión como el principio fundamental para avanzar en el terreno de juego, hacia la valla adversaria, ya sea de forma individual o colectiva. Bangsbo y Peitersen (2002) caracterizan a la táctica explicando algunos principios que son muy importantes para la defensa, como la temporización,

cobertura y escalonamiento. La temporización refiere a intentar enlentecer una jugada del adversario que posee el balón, dificultando que este progrese o elabore una jugada fácilmente, intentando incorporar compañeros a la acción defensiva. Por otro lado, la cobertura consiste en que un compañero defensa se encuentre cerca del jugador que está realizando una marca próxima al adversario que posee el balón, para actuar de ayuda por si el atacante sobrepasa la primera marca. Mientras que el escalonamiento es un principio que se realiza cuando un jugador defensa es desbordado por un adversario con balón, de manera que un compañero del equipo defensor sale a marcar al jugador que posee el balón, mientras que el primer defensa mencionado va a ocupar lo más rápido posible la posición y las funciones que dejó el segundo defensor, que se encontraba realizando la cobertura. Todos estos principios son básicos para evitar que el adversario progrese en el terreno de juego.

Leo Marcos, García Calvo y Sánchez Miguel (2011) expresan que el fútbol es un deporte en donde hay una adaptación constante. Dentro del juego, los equipos continuamente cambian de fases, pasan de estar atacando (posesión del balón), a estar defendiendo (sin posesión del balón). Es por esto, que dichos autores expresan que se deben realizar y programar entrenamientos tácticos, que permitan simular de forma real el juego, transmitiendo situaciones reales de competición; generando así, algunas pautas de ejecución que les pueda ayudar en la resolución de problemas dentro del juego.

Arruza y Ruiz (2005) plantean que la metodología de trabajo que el técnico elige en la etapa de desarrollo del deportista, demuestra qué tipo de futbolista quiere formar. Si se pretende jugadores que resuelvan situaciones, las propuestas no deben ser analíticas y repetitivas. El método analítico presenta una acción de juego pero aislada del mismo, teniendo en cuenta pocos elementos que intervienen en la competencia (fundamentalmente solo se utiliza la pelota). Aquí se enfatiza la ejecución, en la técnica correcta, priorizándose la repetición del gesto, buscando automatizarlo; mientras que el método global busca poner a los jugadores en una situación de juego en donde se encuentran algunos de los elementos del mismo (pelota, adversario y meta a cumplir).

Martín y Lago (2005) expresan que el fútbol, al tener un carácter sistémico hace que se manifiesten determinadas propiedades emergentes que no se pueden reducir a la suma de las acciones individuales de los jugadores. Desde el punto de vista del estudio del juego, se debe tener en cuenta la interrelación que se establece entre los participantes a diferentes niveles. Dichos autores consideran tres contextos de análisis: el microsistema, la lucha entre atacante y defensor (situaciones 1x1); el mesosistema interacciones parciales, que integra los enfrentamientos entre grupos reducidos de jugadores en zonas determinadas (2x2, 3x3,

etc.); y por último, el macrosistema equipo, que supone un nivel superior de organización, y donde se manifiesta la táctica de equipo o estrategia. Las decisiones tácticas son igualmente multidimensionales, aumentando exponencialmente la dificultad de resolución de las situaciones de juego. Una vez definido el sistema táctico y la organización en las diferentes fases del juego (ataque, defensa, contraataque, etc.), se producen modificaciones tanto a nivel del microsistema, donde los diferentes jugadores ejecutan sus acciones técnico-tácticas individuales ofensivas y defensivas oponiéndose a sus rivales, como también en el mesosistema, generándose situaciones de superioridad, igualdad e inferioridad en zonas reducidas (2x1, 2x2, 2x3, etc.).

Uno de los métodos de entrenamiento utilizado por los entrenadores es el juego en espacios reducidos. Casamichana, *et al.* (2011) expresan que los espacios reducidos son tareas de entrenamiento con los rasgos de un duelo colectivo, donde se da la colaboración y la oposición. El mismo se juega en un espacio común y con participación simultánea. Es importante remarcar que los espacios reducidos están basados en la metodología global integrada y estructurada ya que aparte de simular la competencia, tiene estructura de juego y reglas. Ferro (2013) explica que los espacios reducidos son trabajos que se utilizan habitualmente para entrenar y desarrollar la capacidad condicional del futbolista, permitiendo realizar trabajos técnico-tácticos y físicos al mismo tiempo, realizando así un entrenamiento con mayor especificidad e introduciendo al balón como un elemento más de trabajo. Estos ejercicios son amplios y variados, ya que permiten ser modificados en función del objetivo que se propone en la sesión de entrenamiento.

Algunos de los antecedentes que pudimos encontrar en las investigaciones mencionadas anteriormente, con relación a los objetivos que nos planteamos son que algunos autores como Sánchez, Molinero y Yagüe (2012), consideran a la táctica como el factor esencial de la intervención en deportes colectivos. Lo que implica que en el entrenamiento del futbolista, la automatización deja paso a la adaptación; frente a la ejecución, cobra más importancia las posibilidades de resolución; y en vez de primar la forma plástica de un movimiento, se busca su utilidad para el juego.

Otra de las investigaciones que encontramos como antecedentes, es la que estudia la importancia del juego en espacios reducidos (SÁNCHEZ *et al.*, 2014), la cual podemos relacionar con la metodología global integrada, que es utilizada para la práctica del deporte en las edades de 10 a 16 años. Esta investigación fundamenta que este tipo de metodología mejora la formación de los deportistas, ya que luego de realizados los tests (pre-test y post-test), los futbolistas mejoraron la conducción del balón y el regate, además de obtener buenos resultados en la agilidad y la resistencia. La metodología global integrada tiene

como fortaleza revivir el juego. Es considerada como una herramienta fundamental para la mejora del futbolista, y además es motivante en estas edades. Dichos tests consisten en: conducción del balón en línea recta lo más rápido posible; conducción del balón en una distancia corta, realizando 10 veces un ida y vuelta completando 9 giros transportando el balón; test de regate, donde se realizan 4 cambios de dirección con balón en un circuito dispuesto; test de golpeo de balón con la cabeza intentando anotar un gol sin sobrepasar una línea preestablecida; test de golpeo del balón con el pie intentando impactar el balón impulsado a otro balón en movimiento; test de salto horizontal con acción libre de brazos; test de agilidad donde el sujeto debe recorrer 5 veces una distancia de 10 metros lo más rápido posible; y el test de course-navette que consiste en recorrer una distancia de 20 metros de forma ininterrumpida según la velocidad de desplazamiento controlada por señales acústicas.

Un proyecto de investigación desarrollado en nuestro país, que se encuentra en misma línea, y tiene objetivos relacionados con los que nosotros planteamos, es la realizada por Giordano *et al.* (2014), la cual estudia el entrenamiento del pensamiento táctico en los jugadores juveniles del fútbol uruguayo, e intenta expresar la realidad del fútbol uruguayo en juveniles.

Esta investigación propone conocer cómo son las prácticas en divisiones juveniles, que tipo de roles cumplen los directores técnicos, qué saberes se aplican en ellas y por qué, así como también, qué tipo de relación proponen al jugador. Especialmente, esta investigación se centra en las propuestas de enseñanza-entrenamiento y las metodologías que utilizan los entrenadores de las divisiones juveniles en relación a la formación del pensamiento táctico. Algunos resultados que se obtuvieron fueron que es posible realizar una primera fuente teórica sobre el entrenamiento del pensamiento táctico del jugador de fútbol de la sub 15 división de la AUF en Uruguay, la cual corresponde a juveniles nacidos en el 2000 y además promueve una mirada crítica acerca de la enseñanza y entrenamiento del fútbol uruguayo. (GIORDANO, 2014, p. 2).

3. METODOLOGÍA

Esta investigación es de tipo mixto, ya que se obtendrán datos tanto cuantitativos como cualitativos. Según Hernandez Sampieri, Fernandez Collado y Baptista (2010) los métodos mixtos de investigación son la integración de los métodos cuantitativo y cualitativo en un solo estudio, con el propósito de obtener un panorama más completo del fenómeno estudiado. Con este método podemos formular el planteamiento con mayor claridad, para estudiar el problema con mayor profundidad. El diseño de esta investigación de corte descriptivo, ya que tiene como objetivo estudiar los niveles de más de una variable en una población. Este diseño consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas, objetos o situaciones, para proporcionar así su descripción.

Hernandez Sampieri, Fernandez Collado y Baptista (2010) clasifican el muestreo del método mixto en: probabilístico (cuantitativo) y no probabilístico (cualitativo). La muestra tiene como objetivo un balance entre la cantidad de categorías y la representatividad. En esta investigación utilizamos el muestreo no probabilístico ya que su elección es intencional, buscando una cierta representatividad. La muestra elegida son tres de estos entrenadores, designados según los resultados obtenidos en los últimos cinco años con sus equipos de fútbol, datos que se pueden encontrar en los anexos de este proyecto. Se eligió un equipo que termina en los primeros lugares de la tabla de posiciones, uno de mitad de tabla y uno que termina en los últimos lugares. Además realizaremos cuestionarios a todos los entrenadores de primera división de fútbol uruguayo de la categoría sub 16, para analizar las herramientas metodológicas utilizadas por los diferentes equipos de futbol, e indagar en su formación académica. Vale resaltar que para el análisis de datos en este trabajo respetaremos el anonimato de dichos equipos, así como también la identidad de los entrenadores implicados.

Los instrumentos que seleccionamos para obtener y analizar datos son observaciones y cuestionarios.

La observación estructurada, se usa para controlar los hechos del campo estudiado, requiriendo de un observador que coloque esos hechos en categorías previamente definidas. El observador registra y codifica los hechos simultáneamente mientras está en el lugar a estudiar. Por lo tanto, las tres etapas del proceso implican, a) registro constante de los hechos tal como suceden, b) codificación de estos hechos en categorías previamente especificadas y c) análisis posterior de los hechos con el objetivo de proporcionar descripciones de la investigación (BLAXTER, HUGHES Y TIGHT, 2005). Realizaremos observaciones de las prácticas de fútbol de los diferentes equipos, y tomaremos registro de

las mismas para luego realizar una comparación de las metodologías utilizadas por los entrenadores; para esto utilizamos como herramienta la ficha de observación. Benguría, *et al.* (2010) explican que la ficha de observación es un tipo de procedimiento que guarda similitudes con el registro de sucesos. Una forma de tomar registro de los datos es dividir la sesión de entrenamiento por intervalos de tiempo (20 segundos, determinados minutos, etc.) y se realiza un cuadro donde se toman registro de los sucesos; se marca cualquiera de las categorías de comportamiento que se dan en la sesión.

Benguría *et al.* (2010) caracterizan al cuestionario como un documento formado por un conjunto de preguntas coherentes y organizadas, que a su vez deben estar estructuradas y secuenciadas de acuerdo a una determinada planificación. Los participantes a los que se les aplica este tipo de colecta de datos, deben responder en forma positiva o negativa, o elegir entre determinadas opciones. Además agregaremos una pregunta abierta en el final del cuestionario para intentar enriquecer los datos que más nos interesan.

Observamos nueve entrenamientos de cada equipo elegido completando fichas de observación, la cual está creada en base a una ficha de observación ya validada y utilizada por Botejara (2014) en un proyecto de investigación. De esta manera obtendremos datos importantes de estas prácticas, para su posterior análisis. Intentaremos ver si existe actualización en la formación de los entrenadores, qué metodologías utilizan para desarrollar los entrenamientos, qué planificaciones se proponen sesión a sesión, para analizar si estas estrategias metodológicas pueden estar asociadas al rendimiento de los equipos.

Estas metodologías que observaremos nos revelarán datos y explicarán el por qué de los ejercicios realizados en las prácticas de fútbol. Dichos cuestionarios y fichas de observación se exponen en los anexos de esta investigación.

Luego de la recolección de datos, se procederá a los análisis para poder estudiar de forma correcta los mismos. Para el análisis de datos cuantitativos se utilizó el programa estadístico informático SPSS 22, realizando la prueba T-student para relacionar y analizar las variables a estudiar. En esta ocasión se recurrirá a una persona especializada en la materia. Por otra parte, para las observaciones realizadas, se utilizó un análisis cualitativo, describiendo y analizando lo observado, con la ayuda del programa Microsoft Excel.

Para analizar los datos se dividió al conjunto de entrenadores en dos grupos (experientes y muy experientes), definiendo como punto de corte la mediana estadística de la variable “experiencia en formativas” (10 años), formando así dos grupos de 8 entrenadores. Se eligió esta edad teniendo en cuenta como referencia las investigaciones de Serrano, *et al.* (2013), Cunha Barros, *et al.* (2010), y Hernández Moreno y Ávila Romero

(2000), donde plantean un corte de edad para dividir grupos de entrenadores con experiencia, cercanos al que fue tomado en nuestra investigación. En cuanto a la ficha de observación, tomaremos como referencia equipo 1, al equipo mejor posicionado en la tabla de posiciones; equipo 2, al equipo de mitad de tabla; y equipo 3 al equipo de final de tabla.

4. ANÁLISIS DE DATOS

4.1. Presentación de los resultados

Nuestro análisis de datos cuenta con un estudio de tipo cuantitativo, y otro de tipo cualitativo complementario. Comenzaremos exponiendo los datos de corte cuantitativos y luego los cualitativos.

Como mencionamos anteriormente, para un mejor análisis de datos se dividió al conjunto de entrenadores en dos grupos de ocho mediante la mediana estadística de la variable: años como entrenador en divisiones formativas, como se puede observar en la siguiente tabla. A dichos grupos se los denominó como experientes (>10 años) y muy experientes (<10 de años).

Años como entrenador en divisiones formativas	
Media	10,6875
Error típico	1,709577799
Mediana	10,5
Moda	15
Desviación estándar	6,838311195
Varianza de la muestra	46,7625
Mínimo	2
Máximo	28
Suma	171
Cuenta	16

Tabla 1. Resumen estadístico de la variable años como entrenador en divisiones formativas.

Para el análisis estadístico se utilizó la prueba estadística T-student para comparar los dos grupos de entrenadores (experientes y muy experientes) en cuanto a: sus formas de trabajo, la importancia que le dan a los diferentes aspectos dentro de la sesión, y el período competitivo.

Unos de los datos que se estudiaron fue la importancia que le otorgan los entrenadores, a los aspectos del juego que deben ser prioritarios para los jugadores en formación, dividiendo esta categoría en: calidad técnica, calidad táctica individual, estrategia, capacidad física y capacidad psicológica. Estos datos se complementaron con la posterior pregunta de qué importancia le conceden como entrenador en el período competitivo a: lo

táctico, lo técnico, lo físico, lo psicológico y lo cognitivo. Dichos datos fueron comparados entre los diferentes grupos, arrojando los siguientes datos expresados en las tablas que se muestran a continuación, en donde se puede observar que en el único aspecto en donde se encontraron diferencias significativas para ambos estudios fue en lo referido a la capacidad física con un $p=0,02$.

Experiencia		N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Calidad técnica	Experiente	8	4,38	,744	,263
	Muy experiente	8	4,63	,518	,183
Calidad táctica individual	Experiente	8	4,50	,535	,189
	Muy experiente	8	4,88	,354	,125
Estrategia	Experiente	8	4,25	,707	,250
	Muy experiente	8	4,25	,707	,250
Capacidad física	Experiente	8	3,88	,641	,227
	Muy experiente	8	4,88	,354	,125
Capacidad Psicológica	Experiente	8	4,25	,707	,250
	Muy experiente	8	4,38	,744	,263

Tabla 2. Comparación de la importancia de los aspectos del juego prioritarios para los futbolistas en formación.

Experiencia		N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Lo Táctico	Experiente	8	4,13	,991	,350
	Muy experiente	8	4,63	,518	,183
Lo Técnico	Experiente	8	4,38	,744	,263
	Muy experiente	8	4,75	,463	,164
Lo Físico	Experiente	8	4,00	,535	,189
	Muy experiente	8	4,88	,354	,125
Lo Psicológico	Experiente	8	4,25	,707	,250
	Muy experiente	8	4,50	,756	,267
Lo Cognitivo	Experiente	8	4,63	,518	,183
	Muy experiente	8	4,38	,518	,183

Tabla 3. Comparación de la importancia otorgada en una sesión de entrenamiento en el período competitivo.

Por otro lado, se obtuvieron datos relacionados a la importancia que los entrenadores le daban en sus sesiones a los trabajos enfocados en ataque – defensa, y trabajos técnicos – tácticos. En los cuales no se encontraron diferencias significativas entre los grupos de experientes y muy experientes ($p>0,05$). En el gráfico a continuación se muestran los resultados obtenidos de esta comparación.

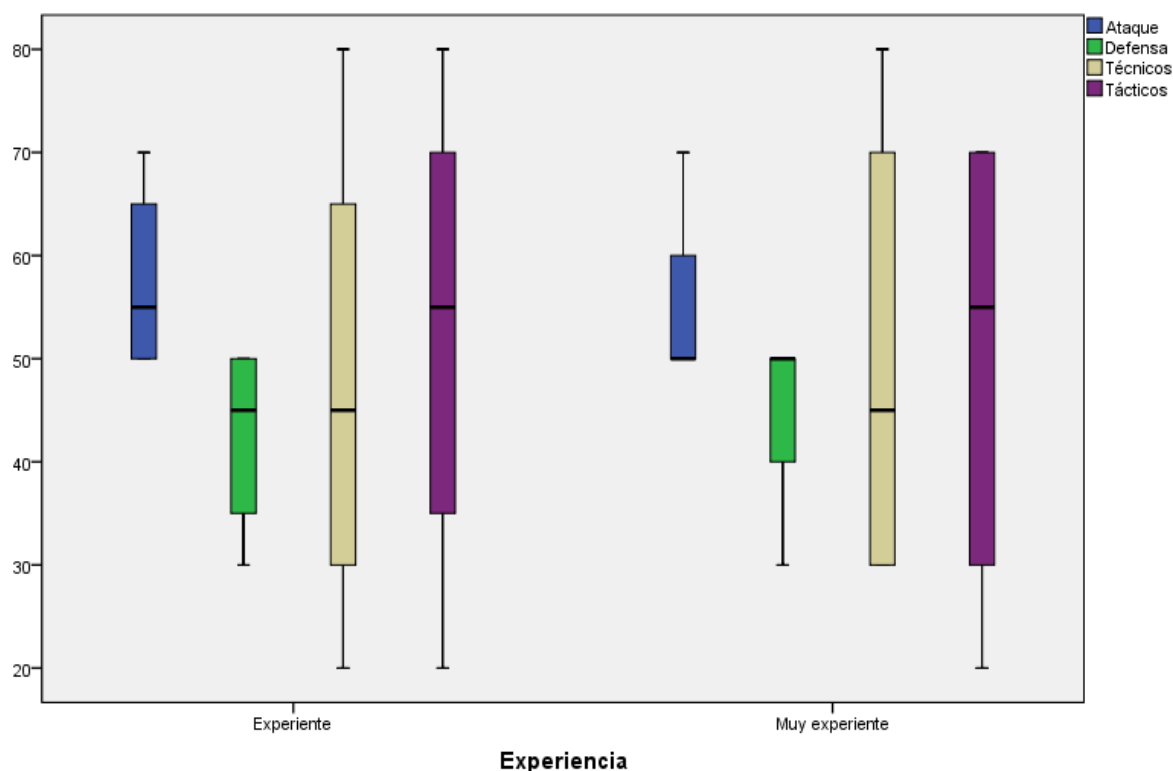


Gráfico 1. Comparación del porcentaje de tiempo dedicado al ataque - defensa, y trabajos técnicos - tácticos.

Para completar nuestra toma de datos en cuanto a formación académica y de experiencia en formativas de los entrenadores de fútbol uruguayo sub 16, y pasando a la presentación de datos cualitativos, exponemos a continuación los resultados de la pregunta abierta realizada en el cuestionario dirigido a los entrenadores. Dicha pregunta pretendía averiguar si la metodología que los entrenadores utilizan en sus prácticas es la misma a la que utilizaban cuando comenzaron a dirigir equipos, contestando sí o no y explicando el por qué.

		Metodología	
		No	Si
Experiencia	Experiente	3	5
	Muy experiente	1	7
Total		4	12

Tabla 4. Recuento de la pregunta: ¿Ha utilizado siempre la misma metodología de entrenamiento?

Los datos obtenidos en las sesiones de entrenamiento a partir de la observación de campo, son los que se expresan en la gráfica siguiente. En ella se puede ver las diferentes metodologías de trabajo de los distintos equipos.

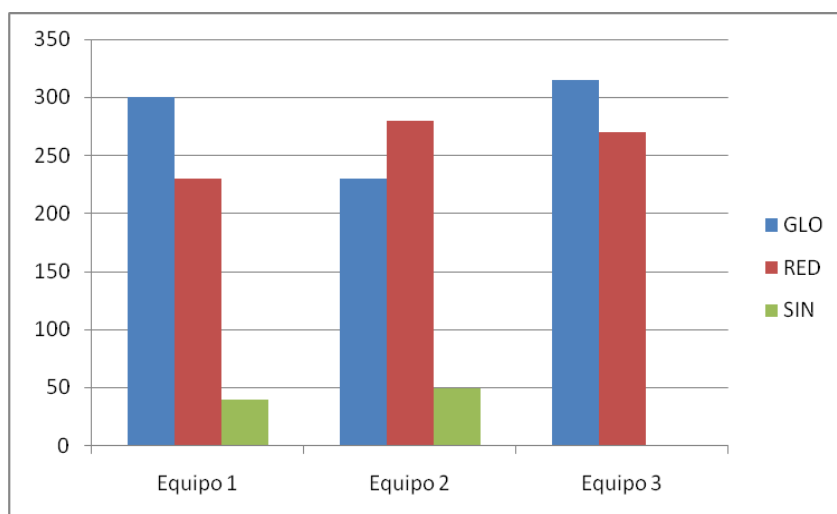


Gráfico 2. Cuantificación del tiempo (minutos) utilizado para cada metodología.

Presentaremos una breve descripción de esta grafica, la cual relaciona las variables metodología de cada equipo en función de tiempo de actividad. Pudimos observar que el tiempo total de actividad utilizado era muy similar en los tres equipos. De las sesiones observadas, podemos ver que el equipo número uno utiliza con mayor frecuencia la metodología global con un porcentaje de tiempo de 52,6%, los entrenamientos de trabajos reducidos ocupan un 40%, mientras que los trabajos sin oposición conforman un 7% del total de sus prácticas; por otro lado, del quipo número dos se puede observar que la metodología global ocupa dentro del total de sesiones un 41%, los trabajos reducidos son una forma de entrenamiento que predomina para ese equipo (50%), y los ejercicios sin oposición ocupan un 8,9% de sus prácticas. Del equipo número tres se pueden observar que elige para sus prácticas solo dos metodologías de entrenamiento, metodologías globales (53,8%) y espacios reducidos (46,2%).

Comparamos la variable metodología y tiempo de actividad y en su totalidad pudimos observar que el equipo dos es el que dedica más tiempo de actividad a metodologías globales, el equipo tres es el que dedica más tiempo de actividad en formas de entrenamiento con espacios reducidos en comparación con los otros equipos. El equipo dos es el que predomina trabajando sin oposición, y se destaca la ausencia de trabajos sin oposición en el equipo 3.

Cada metodología utilizada por los equipos, se compone de diferente manera. Es por eso que presentamos a continuación el recuento de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad, según la cantidad de jugadores implicados en la propuesta y la metodología correspondiente.

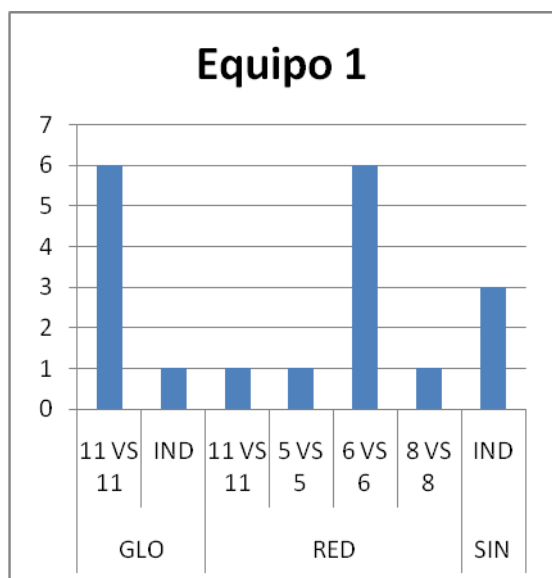


Gráfico 3. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 1.

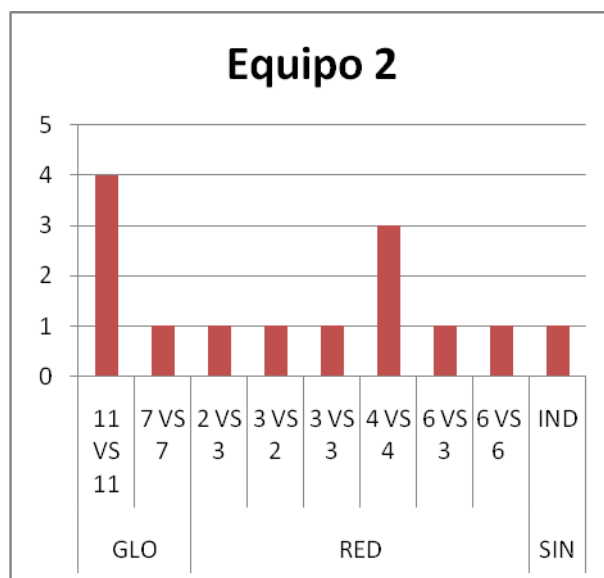


Gráfico 4. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 2.

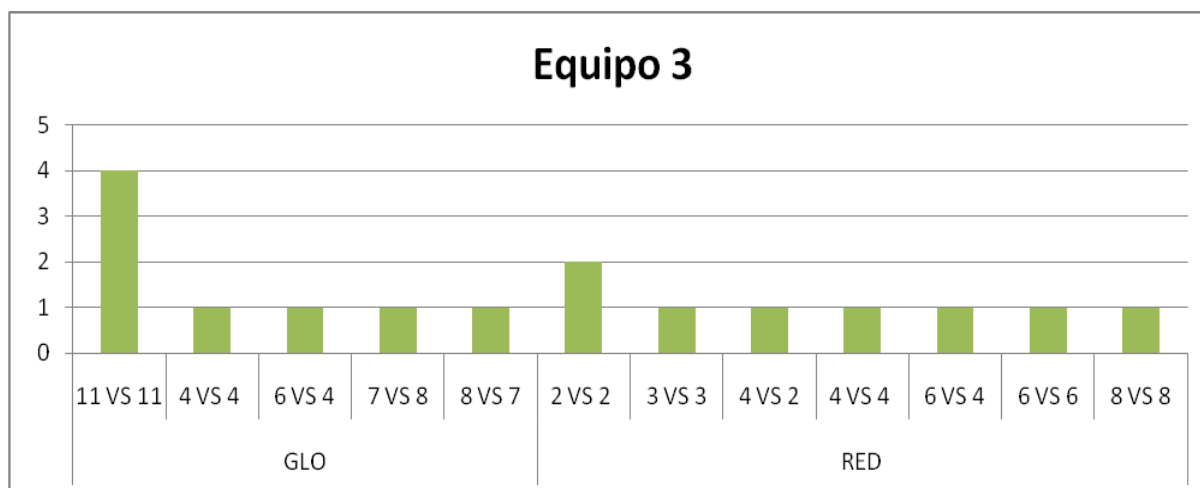


Gráfico 5. Cuantificación de la cantidad de veces que se utiliza cada actividad desarrollada, por metodología. Equipo 3.

4.2. Discusión

A partir de los datos analizados del cuestionario que se le realizó a los entrenadores de fútbol de la categoría sub 16, podemos interpretar que los entrenadores llevan a cabo sus prácticas de forma similar, ya que no se encontraron diferencias significativas entre los grupos de experientes y muy experientes, en relación al tiempo utilizado para los trabajos de ataque – defensa, y trabajos técnicos – tácticos. Estos entrenadores tienden a enfocar sus tareas hacia el ataque, aunque la comparación entre ataque – defensa es muy pareja. Mientras que con lo referido a los trabajos técnicos – tácticos, la paridad se hace aún mayor.

La idea de que la técnica y la táctica son trabajadas casi de igual forma, reafirma la idea de Solá (2005), quien expresa que la táctica no es secundaria a la técnica, ni la técnica lo es respecto de la táctica, sino que ambas funcionalidades actúan simultáneamente de forma integrada, dejando sin discusión cuál es más importante, si la técnica o la táctica, las dos lo son. En esta misma idea de pensamiento se encuentra Ferrés (2010), quien expresa que la táctica es el comportamiento decisional de un deportista, el cual se relaciona con la capacidad de percibir e interpretar la situación de juego, y a esto le agrega, que algunas condicionantes de la táctica es tener un correcto dominio técnico y poseer la condición física adecuada, factores que pueden impedir que el deportista gestione correctamente sus recursos. Sánchez, Molinero y Yagüe (2012), consideran a la táctica como el factor esencial de la intervención en los deportes colectivos. Esto implica que en el entrenamiento del futbolista, la automatización deja paso a la adaptación; frente a la ejecución, cobra más importancia las posibilidades de resolución. Es por esto que pensamos que podría haber una leve preferencia en los dos grupos de entrenadores (experientes y muy experientes), a priorizar trabajos tácticos en vez de trabajos técnicos. Por otro lado, autores como Martin, Carl y Lehnertz (2001), también refuerzan estos conceptos, afirmando que la esencia del comportamiento táctico, se basa en la elección de la forma de actuar más pertinente en el momento justo, y agregan que este comportamiento depende de las capacidades de condición física, las técnicas deportivas y las capacidades psíquicas.

Como mencionamos anteriormente, tanto los entrenadores experientes como los muy experientes, dicen proponer tareas enfocadas de igual modo hacia el ataque como a la defensa, no expresan como prioritaria ninguna de las dos fases. Leo Marcos, García Calvo y Sánchez Miguel (2011), afirman que en el fútbol hay que tener una continua adaptación, ya que continuamente los equipos se encuentran cambiando de fases, según la tenencia del balón. Es por esto, que se deben planificar y realizar entrenamientos tácticos que permitan

simular las situaciones reales de juego, generando acciones similares a la competición, realizar tareas enfocadas tanto al ataque como a la defensa, así como también, incluir las transiciones ataque – defensa y defensa – ataque que se dan dentro del juego.

Quizás se podría relacionar que los entrenadores interpretan conceptos y tienen ideas similares por la formación académica que ellos tienen, ya que con el cuestionario que realizamos, pudimos observar que todos los entrenadores (excepto uno) han estudiado en el mismo Instituto (ISEF), y ninguno tiene otra formación terciaria en el área.

Por otro lado, también observamos paridad en cuanto al enfoque que tienen las sesiones de entrenamiento para los diferentes entrenadores, ya que los dos grupos consideran con similar prioridad los diferentes aspectos consultados; es decir, no se encontraron diferencias significativas ($p > 0,05$) para la importancia otorgada hacia lo técnico, lo táctico, la estrategia, lo cognitivo y lo psicológico. Sin embargo, para las variables “capacidad física” y “lo físico”, si se encontraron algunas diferencias estadísticas significativas ($p = 0,02$), dejando a la vista que los entrenadores muy experimentados le conceden mayor importancia a estos aspectos, tanto en una sesión, como para la formación de los futbolistas.

Pasando al análisis cualitativo de esta investigación, consideramos las respuestas a la pregunta abierta realizada en el cuestionario: “¿Siempre ha utilizado la misma metodología de entrenamiento?”. En una primera evaluación estadística, podemos ver que 12 de los 16 entrenadores encuestados (75%), contestaron que siempre han utilizado las mismas metodologías para entrenar. Vale resaltar que 7 de esos 12 entrenadores que contestaron que siguen realizando las mismas metodologías de entrenamiento, forman parte del grupo de “muy experimentados”, y solo un entrenador muy experimentado afirma haber cambiado sus metodologías con el correr de los años.

Se debe resaltar que la gran mayoría de los entrenadores coinciden en que hay que tener una formación continua y actualizarse siempre que sea posible, buscar diferentes métodos de entrenamiento para mejorar, es decir, avanzar junto con el continuo desarrollo del deporte. Según los entrenadores encuestados, consideran que todas las metodologías de entrenamiento son buenas, y se debe tener un equilibrio tanto en la planificación como en sus usos, apuntar a metodologías de entrenamiento integrado, donde se incluyan diferentes aspectos (físicos, técnicos, tácticos) dentro de las tareas planteadas.

En base a estos datos expuestos, y analizando las respuestas realizadas, podríamos pensar que los entrenadores menos experientes son los que más utilizan nuevas formas de entrenamiento, y buscan la actualización constante para mejorar sus prácticas de entrenamiento.

A partir de las diferentes metodologías utilizadas por los entrenadores, analizaremos sus sesiones de entrenamiento. Sanchez (2014) plantea que la metodología global mejora la formación de los deportistas, ya que luego de realizados los tests (pre-test y post-test) en su investigación, los futbolistas mejoraron la conducción del balón y el regate, además de obtener buenos resultados en la agilidad y la resistencia. La metodología global integrada tiene como fortaleza revivir el juego. Es considerada como una herramienta fundamental para la mejora del futbolista, y además es motivante en estas edades, por lo que podemos decir que para los sujetos estudiados, la metodología con la cual da más resultados en los trabajos para juveniles dentro del fútbol es la metodología global. Como pudimos ver las sesiones observadas de los tres equipos, podemos decir que esta metodología es de las más frecuentes dentro de las prácticas de fútbol en juveniles sub 16, dentro de la muestra estudiada.

En las prácticas observadas, pudimos ver que los entrenadores no utilizan las metodologías analíticas como forma de entrenamiento, le dan una mayor importancia a las tareas globales, ya que tienen en cuenta que los futbolistas están en una etapa de desarrollo dentro de este deporte. Como expresa Arruza y Ruiz (2005) la metodología de trabajo que el técnico elige en la etapa de desarrollo del deportista, demuestra qué tipo de futbolista quiere formar. Si se pretende jugadores que resuelvan situaciones, las propuestas no deben ser analíticas y repetitivas. El método analítico presenta una acción de juego pero aislada del mismo, teniendo en cuenta pocos elementos que intervienen en la competencia (fundamentalmente solo se utiliza la pelota), esto no contribuye a una buena formación integral del futbolista.

Con los resultados obtenidos, podemos encontrar que otra forma de entrenamiento que se emplea mucho en este tipo de edades son los espacios reducidos. Este tipo de forma de entrenamiento presenta muchos beneficios a la hora de formar a un futbolista, Ferro (2013) expresa los espacios reducidos son trabajos que se utilizan habitualmente para entrenar y desarrollar la capacidad condicional del futbolista, permitiendo realizar trabajos técnico-tácticos y físicos al mismo tiempo, realizando así un entrenamiento con mayor especificidad e introduciendo al balón como un elemento más de trabajo.

Martín y Lago (2005) explican que para estudiar el juego, se debe tener en cuenta la interrelación que se establece entre los participantes a diferentes niveles. Consideran tres contextos de análisis: el microsistema, la lucha entre atacante y defensor (situaciones 1x1); el mesosistema interacciones parciales, que integra los enfrentamientos entre grupos reducidos de jugadores en zonas determinadas (2x2, 3x3, etc.); y por último, el macrosistema equipo, que supone un nivel superior de organización, donde se manifiesta la táctica de equipo o estrategia, y las decisiones tácticas son multidimensionales, aumentando exponencialmente la dificultad de resolución de las situaciones de juego.

En las prácticas de fútbol observadas se pueden observar claramente que los tres entrenadores utilizan habitualmente como forma de entrenamiento el mesosistema (trabajos en espacios reducidos), y el macrosistema (juegos globales), otorgándole menor importancia al microsistema. Una apreciación que se puede percibir, es que los dos equipos que tienen mejores resultados en el campeonato, son los que dedican algún tiempo en sus sesiones a tareas de oposición de 1x1 y definiciones al arco. Pernía Fernández *et al.* (2014), plantean que en situaciones de 1x1 y 1x1+1 (superioridad numérica en el ataque), se incorporan algunas tareas de entrenamiento, en donde los futbolistas deben definir jugadas teniendo diferentes tipos de estímulos externos, estos mejoran tanto sus habilidades técnicas, como las tácticas, físicas y cognitivas.

Analizando las metodologías de entrenamiento de cada equipo, nos pareció adecuado examinar para luego poder describir, cómo son utilizadas estas metodologías. Para esto realizamos una descripción del recuento de cada metodología y la cantidad de jugadores implicados dentro de la actividad. Creemos importante resaltar que los entrenadores de los equipos 1 y 3, pertenecen a los muy experimentados, y el entrenador del equipo 2 a los experimentados, teniendo en cuenta la clasificación anteriormente realizada.

El equipo 1 trabaja de forma global siempre con actividades de 11vs11; en los espacios reducidos, tiende a utilizar el 6vs6 como forma de entrenamiento; y suele realizar tareas de 1vs1. El equipo número 2 también utiliza como trabajos globales el 11vs11, mientras que los espacios reducidos, prefiere trabajarlos de 4vs4, destacándose también que utiliza en ocasiones, trabajos reducidos con menos y con más participantes, no solo con igualdad numérica, sino que además propone actividades de desigualdad numérica, tanto para el ataque como para la defensa; y los trabajos sin oposición fueron trabajados una sola vez en las nueve sesiones observadas. El equipo 3 también prefiere trabajar de forma global con actividades 11vs11, pero también utiliza actividades globales con menos

integrantes, priorizando con superioridad numérica a veces al ataque y otras veces a la defensa; y en los trabajos reducidos se puede observar una mayor variedad de actividades, ya sea con pocos integrantes (2vs2), como con mayor cantidad de participantes (8vs8), enfocado a veces a la superioridad numérica en el ataque.

Comparando las metodologías de los cuadros utilizadas en las nueve sesiones observadas, podemos ver que los tres equipos trabajan de forma global de la forma 11vs11, en cantidades similares de veces; los equipos 2 y 3, además trabajan de forma global con menos cantidad de personas, y el equipo 1, incorpora a sus prácticas tareas globales de 11vs11 pero sin oposición, con marca pasiva, priorizando fundamentalmente el trabajo táctico del juego, enlenteciendo las tareas propuestas para enseñar-aprender jugadas y principios de juego determinados. Bangsbo y Peitersen (2002) caracterizan a la táctica explicando algunos principios que son muy importantes para la defensa, como la temporización, cobertura y escalonamiento. Las tareas en espacios reducidos también son utilizadas en la misma cantidad de veces, pero las formas de trabajo son diferentes: el equipo 2 y 3 trabajan en espacios reducidos chicos, con pocos integrantes en el juego, y de forma muy variada; mientras que el equipo 1 trabaja con espacios reducidos predominantemente de forma 6vs6. Con respecto a los trabajos de definiciones al arco y 1vs1, podemos observar tres grandes ideas por parte de los entrenadores: el equipo 1 incluye en sus sesiones tareas cortas en tiempo, de 1vs1 en tres oportunidades de las nueve observadas; el equipo 2 propone esta actividad en una sola sesión pero mayor cantidad de tiempo que el equipo 1; y el equipo 3 no incluye estas propuestas de entrenamiento en ninguna de las sesiones observadas.

5. CONCLUSIONES

En base a los resultados obtenidos en esta investigación podemos destacar como principales resultados, que en la categoría sub 16 de fútbol uruguayo de primera división masculina, todos los entrenadores son titulados con formación en la materia, y no hay entrenadores con otro título dentro del área del fútbol o el entrenamiento. Analizando las respuestas realizadas, podríamos pensar que los entrenadores experientes son los que más utilizan nuevas formas de entrenamiento, y buscan la actualización constante para mejorar sus prácticas de entrenamiento.

Tanto los entrenadores experientes como los muy experientes, le otorgan similar importancia para el desarrollo de los jugadores en formación a los aspectos: calidad técnica, calidad táctica individual, estrategia, capacidad física y capacidad psicológica; así como también le brindan similar importancia como entrenadores en el período competitivo a los aspectos: táctico, técnico, físico, psicológico y cognitivo. Estos dos grupos de entrenadores solo difieren en la importancia concedida a los aspectos físicos, tanto para la sesión de entrenamiento como para la formación del deportista, en donde los entrenadores muy experientes, consideran que se le debe hacer mayor hincapié en estos aspectos ($p=0,02$).

También se encontró paridad en la forma de proponer las prácticas. Tanto los entrenadores experientes como los muy experientes, trabajan el ataque y de defensa con similar importancia, así como también lo hacen con los fundamentos técnicos y los tácticos.

En base a las nueve practicas observadas de tres equipos elegidos, pudimos observar que las metodologías que se utilizan para las sesiones de entrenamiento son muy similares: global, espacios reducidos, y definiciones y 1vs1, variando solamente el tiempo de duración de las tareas, y las modificaciones de estas. Todos los equipos utilizan asiduamente el método global de 11vs11, destacándose el equipo 3 por además proponer tareas globales con menos cantidad de jugadores; además este equipo es el que más varía en sus propuestas de trabajo en espacios reducidos (metodología muy utilizada por los tres equipos); mientras que el equipo 1 es el que menos varía en estas propuestas. Los trabajos de oposición 1vs1 y de definiciones al arco, son utilizados solo por los equipos 1 y 2, en donde, el entrenador del equipo 1 propone esta metodología en períodos cortos de tiempo, en el 33% de sus sesiones, mientras que el equipo 2 prefiere utilizar esta metodología en largos períodos de tiempo, en un 11% de sus sesiones. Vale destacar que el entrenador que

dirige al quipo 3 es muy experiente, el del equipo 1 también, pero destaca como aspecto fundamental la constante actualización, y el entrenador del quipo 2 es experiente.

Al no encontrarse diferencias en las formas de entrenamiento y en las importancias otorgadas a los diferentes aspectos por parte de los diferentes entrenadores, quizás la diferencia en los resultados esté en el cómo se trabaja, por ejemplo, los tiempos dedicados a las propuestas, las metodologías utilizadas, la inclusión de metodologías de oposición 1vs1 y definiciones, la actualización en el área.

Pensamos que esta investigación sirve para proporcionar una visión actual del trabajo de los entrenadores de fútbol de la categoría sub 16 en Uruguay. Los datos expuestos anteriormente fueron obtenidos de la observación de nueve prácticas de tres equipos elegidos intencionalmente, para saber de forma general cómo se trabaja en la categoría sub 16 del fútbol uruguayo masculino. Por lo que si se desea realizar un estudio exhaustivo de cómo son las sesiones de entrenamiento en dicha categoría, quizás habría que estudiar más cantidad de equipos y sesiones de entrenamiento.

Al haberse encontrado solo diferencias significativas en la relevancia e importancia otorgada por los entrenadores a los aspectos físicos, pensamos que este puede ser un posible problema de estudio a analizar en una futura investigación.

También pensamos que otro posible tema de estudio puede ser la comparación entre los resultados que se obtienen en la categoría sub 16 de fútbol uruguayo, con categorías más grandes. ¿Los equipos que tienen éxito en las categorías juveniles como es la sub16, son los que también ganan cuando llegan a 3era o 1era división? Entendiendo que las categorías formativas sirven para el desarrollo de los futbolistas: los equipos de fútbol, ¿Buscan resultados a largo plazo o en las formativas?, ¿Cuáles son sus prioridades?.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARRUZA, Joseán; RUIZ, Luis Miguel. **El proceso de tomas de decisiones en el deporte**. Barcelona: Paidós Iberia, 2005.

BANGSBO, Jens; PEITERSEN, Birger. **Fútbol. Jugar en defensa**. Barcelona: Paidotribo, 2002.

BAYER, Claude. **La enseñanza de los juegos deportivos colectivos**. Barcelona: Hispano Europea, 1992.

BENGURÍA, Sara., *et al.* **Observación: Métodos de investigación en educación especial**. 2010. Disponible en: <https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/Observacion_trabajo.pdf> Acceso en: 25 abr. 2015.

BOTEJARA, Jorge. **Análisis de la enseñanza y entrenamiento de la táctica en deportes de cooperación y oposición en el Uruguay**. 33 p. 2014. Proyecto de Investigación (Posgrado de Educación Física y Deporte Escolar). Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes; Instituto Nacional de Educación Física, Catalunya, Barcelona; Montevideo, 2014

BLAXTER, Loraine; HUGHES, Christina; TIGHT, Malcolm. **Cómo se hace una investigación**. Barcelona: Gedisa, 2005.

CASAMICHANA, David *et al.* Demanda fisiológica en juegos reducidos de fútbol con diferente orientación del espacio. **International Journal of Sport Science**, España, v. 7, n.23 p. 141-154, abr. 2011. Disponible en: <<http://www.cafyd.com/REVISTA/02306.pdf>> Acceso en: 11 jun. 2015.

CASTELO, Jorge. **Fútbol. Estructura y dinámica del juego**. Barcelona: INDE, 1999.

CONTRERAS, Fernando. Principios tácticos del fútbol. **Escuela de fútbol**, Bogotá. 2005. Disponible en: <<http://www.alleniamo.com/download.com/tattica/contreras/17146422-Principios-Tacticos-Del-Futbol.pdf>> Acceso en: 17 abr. 2015.

CUNHA BARRIOS, Gabriel. Autopercepción de las competencias profesionales de los entrenadores de fútbol en función de la experiencia personal y de la formación académica. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, Murcia, v.10, n.1 p. 23-36, ene/jun. 2010. Disponible

en:<http://www.researchgate.net/publication/45205884_Autopercepcin_de_las_competencias_profesionales_de_los_entrenadores_de_ftbol_en> Acceso en: 19 nov. 2015.

DOMÍNGUEZ, María Noel. Paren de salir. **Montevideo Portal**, Montevideo. 2011. Disponible en: < <http://www.futbol.com.uy/auc.aspx?127964>> Acceso en: 18 jul. 2015.

FERRÉS, Carlos. El Entrenamiento del Pensamiento Táctico en los Deportes. **Monografías.com**, Montevideo, p. 1-21, 2010. Disponible en: <<http://www.monografias.com/trabajos-pdf4/entrenamiento-del-pensamiento-tactico/entrenamiento-del-pensamiento-tactico.pdf>> Acceso en: 6 de abril 2015.

FERRO, Santiago. **Variación de la intensidad en diferentes propuestas de entrenamiento en espacios reducidos para el entrenamiento en fútbol**. 69 p. 2013. Tesis de Grado (Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte). Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes, IUACJ, Montevideo, 2013.

GIORDANO, Jorge *et al.* **La formación del pensamiento táctico en los jugadores juveniles del fútbol uruguayo**. Instituto Superior de Educación Física - Universidad de la República, 2014. Disponible en: <<http://www.isef.edu.uy/files/2014/10/SARNI-M.pdf>> Acceso en: 11 jun. 2015.

HERNANDEZ SAMPIERI, Roberto; FERNANDEZ, Carlos; BAPTISTA, Pilar. **Metodología de la investigación**. Perú: Mc Graw Hill, 2010.

LEO MARCOS, Francisco Miguel; GARCÍA CALVO, Tomás; SÁNCHEZ MIGUEL, Pedro Antonio. **Relevancias de las transiciones defensa – ataque en el fútbol e importancia de su preparación a través del entrenamiento integrado**. Alicante, 2011. Disponible en: <<http://altorendimiento.com/relevancias-de-las-transiciones-defensa-ataque-en-el-futbol-e-importancia-de-se-preparacion-a-traves-del-entrenamiento-integrado/>> Acceso en: 18 nov. 2015.

MARTÍN ACERO, Rafael; LAGO PEÑAS, Carlos. **Deportes de equipo: comprender la complejidad para elevar el rendimiento**. Zaragoza: INDE, 2005. 164 p.

MARTIN , Dietrich; CARL, Klaus; LEHNERTZ, Klaus. **Manual de metodología del entrenamiento deportivo**. Barcelona: Editorial Paidotribo, 2001.

MORENO HERNÁNDEZ, Francisco; AVILA ROMERO, Francisco. Las estrategias de búsqueda visual elaboradas por los entrenadores durante un proceso de detección de errores en la ejecución técnica: transferencia de visualización en dos y tres dimensiones. I

Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte, España, p. 339-351, 2000.

PARLEBAS, Pierre. **Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz**. Barcelona: Paidotribo, 2001. 500 p.

PATIÑO, Walter; GIRÓN, Víctor; ARANGO, Andrés. **Parámetros técnico – tácticos para la selección de jugadores de fútbol en las categorías sub 13 -16 con miras al alto rendimiento**. Medellín, 2007. Disponible en: <<http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/106-parametros.pdf>> Acceso en: 11 jun. 2015.

RIERA RIERA, Joan. Estrategia, táctica y técnica deportivas. **Apunts**, Barcelona, n. 39, p. 45-56, ene./mar., 1995.

RUIZ PEREZ, L. M; ARRUZA GABILONDO, Joseán. **El proceso de toma de decisiones en el deporte**. Barcelona: Paidós, 2005.

SÁNCHEZ, Javier; MOLINERO, Olga; YAGÜE, José María. Incidencia de dos métodos de entrenamiento-aprendizaje sobre la técnica individual de futbolistas de 6 a 10 años de edad. **Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación**. España, n. 22, p. 26-32, 2012. Disponible en: <[Dialnet-IncidenciaDeDosMetodologiasDeEntrenamientoaprendiz-3984906%20\(1\).pdf](http://Dialnet-IncidenciaDeDosMetodologiasDeEntrenamientoaprendiz-3984906%20(1).pdf)> Acceso en: 22 mar. 2015.

SÁNCHEZ, Javier *et al.* Efectos de un entrenamiento con juegos reducidos sobre la técnica y la condición física de jóvenes futbolistas. **Revista internacional de ciencias del deporte**, España, n.10, p.221-234, 2014. Disponible en: <<http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2014.03704>> Acceso en: 6 abr. 2015.

SERRANO, João *et al.* The Importance of Sports Performance Factors and Training Contents From the Perspective of Futsal Coaches. **Journal of Human Kinetics**, Katowicw, n.38, p.151-160, 2013. Disponible en: <<file:///C:/Users/Victor/Desktop/Serrano-et-al.-2013.-Importance-sports-performance-factors-and-training-futsal-coaches.pdf>> Acceso en: 19 nov. 2015.

SOLÀ, Josep. Estudio funcional del saber deportivo para la comprensión de la táctica. **Apunts**, Barcelona, p. 26-35 oct./dic. 2005.

ANEXOS

7. ANEXO 1. INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

7.1. Instrumento de observación

La siguiente ficha de observación será completada observando las sesiones de entrenamiento de los tres cuadros de fútbol elegidos.

Criterios del instrumento de observación:

- Criterio 1: Metodología utilizada
- Criterio 2: Tiempo de la actividad
- Criterio 3: Número de participantes (ataque y defensa)
- Criterio 4: Igualdad o desigualdad
- Criterio 5: Utilización de puestos específicos
- Criterio 6: ejercicio cerrado o abierto

Las categorías de observación de cada uno de los criterios serán:

Criterio 1 – Metodología utilizada:

- NOA – Sin actividad
- EXP – Actividad detenida por explicaciones grupales del técnico
- SIN – Tiempo de actividad. Sin oposición
- 1x1 – Actividades de oposición 1x1
- RED – Actividades de grupos reducidos
- GLO – Actividad de juego reglado

Criterio 2 – Tiempo de la actividad: cuantificación del tiempo empleado para la actividad propuesta.

Criterio 3 – Número de participantes (ataque - defensa):

- IND Situaciones sin oposición y 1x1
- 2x1 – Superioridad ofensiva o defensiva
- 2x2 – Igualdad 2x2. Equilibrio atacantes-defensores
- 3x2 – Superioridad ofensiva o defensiva
- ...
- 11x11 – Igualdad 11x11. Equilibrios atacantes-defensores

Criterio 4 – Igualdad o desigualdad numérica:

- SUPA – Énfasis del ejercicio en los elementos de ataque
- SUPD – Énfasis del ejercicio en los elementos de defensa

Criterio 5 – Utilización de puestos específicos:

- ESPE – Se utilizan puestos específicos.
- NOES – No se utilizan puestos específicos.

Criterio 6 – Respuestas cerradas o abiertas.

- RC – La tarea propuesta se basa en respuestas cerradas.
- RA – La tarea propuesta se basa en respuestas abiertas.

7.2. Cuestionario de las sesiones de entrenamiento para los entrenadores

El siguiente cuestionario pedimos que sea completado por los entrenadores elegidos luego de finalizar con su sesión de entrenamiento, con el propósito de utilizar los datos obtenidos en una investigación de fútbol de categorías juveniles en Uruguay. Vale destacar que las respuestas tendrán un carácter confidencial y anónimo en la investigación a realizar.

Le pedimos que complete los datos y remarque su respuestas según la consigna. En el caso de la última tabla del cuestionario, se le dará la misma luego de terminada cada sesión.

Agradecemos su colaboración.

Escala de valoración para tus respuestas:

1	2	3	4	5
Poca importancia	Alguna importancia	Media importancia	Bastante importancia	Máxima importancia

- 1- Valore la importancia de los aspectos del juego que usted entiende debe ser prioritario en los jugadores en formación:

	1	2	3	4	5
Calidad técnica (fundamentos)					
Calidad táctica individual (tomar buenas decisiones)					
Estrategia (disciplina táctica)					
Capacidad física					
Capacidad psicológica					

- 2- Durante el periodo competitivo, en una sesión tipo de práctica indique la importancia que otorga a los siguientes aspectos:

	1	2	3	4	5
Lo táctico					
Lo técnico					
Lo físico					
Lo psicológico					
Lo cognitivo					

- 3- ¿Qué porcentaje de tiempo dedicaría usted en el período competitivo a los trabajos de ataque y defensa?

	Porcentaje (%)
Ataque	
Defensa	

- 4- Estos tiempos que usted mencionó sobre los trabajos en ataque y defensa, ¿Qué porcentaje le dedica usted a los trabajos técnicos y a los trabajos tácticos?

	Porcentaje (%)
Trabajos técnicos	
Trabajos tácticos	

7.3. Cuestionario de formación académica para entrenadores

El siguiente cuestionario pedimos que sea completado por los entrenadores elegidos luego de finalizar con su sesión de entrenamiento, con el propósito de utilizar los datos obtenidos en una investigación de fútbol de categorías juveniles en Uruguay. Vale destacar que las respuestas tendrán un carácter confidencial y anónimo en la investigación a realizar.

Le pedimos que complete los datos y remarque su respuestas según la consigna. En el caso de la última tabla del cuestionario, se le dará la misma luego de terminada cada sesión. Agradecemos su colaboración.

1- Datos institucionales:

Institución:

Categorías en las que entrena actualmente:

2- Datos personales

Fecha de nacimiento:

Sexo: Masculino Femenino

Cantidad de años como entrenador/a (federados):

Cantidad de años como entrenador/a en formativas:

Formación profesional (titulación):
Otros títulos de formación superior:
Experiencia como deportista profesional (federados):
Experiencia deportiva mayor:
Experiencia deportiva en formativas:
Teniendo en cuenta el concepto de metodología como el conjunto de organización, normas y formas de entrenamiento, que incluyen la selección y orden de determinados métodos y contenidos. A lo largo de su carrera como entrenador, ¿Ha seguido siempre la misma metodología de entrenamiento? Si responde "no", mencionar qué otra metodología utilizó.

8. ANEXO 4. TABLAS DE POSICIONES DE LA PRIMERA DIVISIÓN DEL FUTBOL URUGUAYO SUB 16.

Torneo apertura 2014

COMET - Asociación Uruguaya de Fútbol Fecha: 30.06.2015 Hora: 19:29:04 UYT Impreso por: Diego Antognazza (36577)



Tabla

NO IMAGE AVAILABLE

Organización: (58290) ASOCIACION URUGUAYA DE FUTBOL
Competición: CAMPEONATO URUGUAYO SUB-16 A 2014 - 2014 / TORNEO APERTURA SUB-16 A 2014 - 2014
NÚMERO TOTAL DE RESULTADOS: 1

Pos.	Club	PJ	G	E	P	GF	GC	DG	Pts
1.	RIVER PLATE	14	11	1	2	30	10	20	34
2.	DEFENSOR SPORTING	14	9	5	0	42	12	30	32
3.	DANUBIO	14	9	3	2	35	16	19	30
4.	LIVERPOOL	14	9	3	2	32	13	19	30
5.	PEÑAROL	14	9	1	4	41	12	29	28
6.	FENIX	14	9	1	4	27	14	13	28
7.	NACIONAL	14	8	1	5	26	11	15	25
8.	CERRO	14	6	3	5	17	23	-6	21
9.	WANDERERS	14	5	5	4	22	21	1	20
10.	RENTISTAS	14	4	1	9	13	31	-18	13
11.	BELLA VISTA	14	3	2	9	14	28	-14	11
12.	CENTRAL ESPAÑOL	14	3	1	10	16	36	-20	10
13.	MIRAMAR MISIONES	14	2	3	9	17	33	-16	9
14.	DEPORTIVO MALDONADO	14	2	1	11	16	47	-31	7
15.	CERRO LARGO	14	0	1	13	11	52	-41	1
16.	RACING	0	0	0	0	0	0	0	0

Torneo clausura 2014

COMET - Asociación Uruguaya de Fútbol Fecha: 30.06.2015 Hora: 19:30:12 UYT Impreso por: Diego Antognazza (36577)



Tabla

NO IMAGE AVAILABLE

Organización: (58290) ASOCIACION URUGUAYA DE FUTBOL
Competición: CAMPEONATO URUGUAYO SUB-16 A 2014 - 2014 / TORNEO CLAUSURA SUB-16 A 2014 - 2014
NÚMERO TOTAL DE RESULTADOS: 1

Pos.	Club	PJ	G	E	P	GF	GC	DG	Pts
1.	PEÑAROL	14	10	2	2	35	15	20	32
2.	DANUBIO	14	10	1	3	36	16	20	31
3.	RIVER PLATE	14	9	3	2	34	17	17	30
4.	NACIONAL	14	9	1	4	36	10	26	28
5.	LIVERPOOL	14	8	3	3	28	11	17	27
6.	DEFENSOR SPORTING	14	8	3	3	23	15	8	27
7.	WANDERERS	14	6	4	4	24	20	4	22
8.	FENIX	14	6	3	5	22	16	6	21
9.	CENTRAL ESPAÑOL	14	4	3	7	21	29	-8	15
10.	CERRO	14	4	3	7	16	27	-11	15
11.	BELLA VISTA	14	3	3	8	13	25	-12	12
12.	RENTISTAS	14	3	3	8	15	27	-12	12
13.	MIRAMAR MISIONES	14	2	4	8	10	26	-16	10
14.	CERRO LARGO	14	2	1	11	10	38	-28	7
15.	DEPORTIVO MALDONADO	14	2	1	11	13	44	-31	7

Torneo Liguilla 2014

COMET - Asociación Uruguaya de Fútbol

Fecha: 30.06.2015 Hora: 19:33:06 UYT Impreso por: Diego Antognazza (36577)



Tabla

NO IMAGE AVAILABLE

Organización: (58290) ASOCIACION URUGUAYA DE FUTBOL

Competición: CPTO. CLASIFICATORIO JUVENILES SUB16 2014 - 2014 / 2014 SUB-16 B LIGUILLA - 2014

NÚMERO TOTAL DE RESULTADOS: 1

Pos.	Club	PJ	G	E	P	GF	GC	DG	Pts
1.	JUVENTUD	14	7	5	2	37	18	19	26
2.	RACING	14	6	7	1	36	18	18	25
3.	ATENAS	14	5	5	4	30	25	5	20
4.	RAMPLA JUNIORS	14	4	6	4	22	22	0	18
5.	PROGRESO	14	4	5	5	26	24	2	17
6.	HURACAN	13	5	2	6	14	22	-8	17
7.	PLAZA COLONIA	13	3	7	3	20	23	-3	16
8.	CERRITO	14	1	3	10	14	47	-33	6

Torneo Apertura 2015

COMET - Asociación Uruguaya de Fútbol

Fecha: 30.06.2015 Hora: 19:35:43 UYT Impreso por: Diego Antognazza (36577)



Tabla

NO IMAGE AVAILABLE

Organización: (58290) ASOCIACION URUGUAYA DE FUTBOL

Competición: CAMPEONATO URUGUAYO SUB-16 A 2015 - 2015 / TORNEO APERTURA SUB-16 A 2015 - 2015

NÚMERO TOTAL DE RESULTADOS: 1

Pos.	Club	PJ	G	E	P	GF	GC	DG	Pts
1.	LIVERPOOL	15	12	3	0	45	13	32	39
2.	PEÑAROL	15	10	3	2	41	17	24	33
3.	DANUBIO	15	11	0	4	37	19	18	33
4.	DEFENSOR SPORTING	15	7	5	3	36	23	13	26
5.	WANDERERS	15	7	3	5	28	24	4	24
6.	CERRO	15	7	2	6	19	19	0	23
7.	CENTRAL ESPAÑOL	15	6	4	5	21	18	3	22
8.	RACING	15	6	2	7	19	26	-7	20
9.	RENTISTAS	15	6	2	7	15	32	-17	20
10.	FENIX	15	4	7	4	22	17	5	19
11.	RIVER PLATE	15	4	5	6	27	23	4	17
12.	NACIONAL	15	4	3	8	26	25	1	15
13.	BELLA VISTA	15	4	3	8	20	30	-10	15
14.	MIRAMAR MISIONES	15	3	3	9	17	38	-21	12
15.	ATENAS	15	3	2	10	15	40	-25	11
16.	JUVENTUD	15	1	3	11	16	40	-24	6

Torneo Clasificatorio 2015

COMET - Asociación Uruguaya de Fútbol

Fecha: 30.06.2015 Hora: 19:36:41 UYT Impreso por: Diego Antognazza (36577)



Tabla

NO IMAGE AVAILABLE

Organización: (58290) ASOCIACION URUGUAYA DE FUTBOL

Competición: CAMPEONATO URUGUAYO SUB-16 B 2015 - 2015 / TORNEO CLASIFICATORIO SUB-16 B 2015 - 2015

NÚMERO TOTAL DE RESULTADOS: 1

Pos.	Club	PJ	G	E	P	GF	GC	DG	Pts
1.	CERRITO	9	9	0	0	24	9	15	27
2.	PLAZA COLONIA	9	4	4	1	15	8	7	16
3.	TACUAREMBO	8	5	1	2	11	5	6	16
4.	HURACAN	8	5	1	2	15	11	4	16
5.	DEPORTIVO MALDONADO	8	4	2	2	20	11	9	14
6.	EL TANQUE SISLEY	9	3	4	2	13	12	1	13
7.	SUD AMERICA	9	3	1	5	13	17	-4	10
8.	VILLA ESPAÑOLA	9	2	1	6	8	17	-9	7
9.	RAMPLA JUNIORS	9	2	0	7	10	21	-11	6
10.	BOSTON RIVER	8	1	1	6	8	15	-7	4
11.	PROGRESO	8	0	3	5	7	18	-11	3

9. ANEXO 5. DATOS OBTENIDOS DEL CUESTIONARIO

Formación académica y deportiva

Edad	Años como entrenador (federados)	Años como entrenador formativas	Formación profesional	Otros títulos	Experiencia como deportista profesional	Exp. Deportiva mayor	Exp. Deportiva formativas	Metodología
38	8	8	ISEF	no	si	no	si	si
54	19	17	ISEF	no	si	si	si	no
45	10	5	ISEF	no	no	no	no	no
	2	2	ISEF	si	si	si	si	si
33	4	7	ISEF	no	no	no	si	no
41	9	9	ISEF	no	si	si	si	no
56	20	14	ISEF	no	si	si	si	si
56	15	15	ISEF	no	si	si	si	si
54	15	15	ISEF	no	si	si	si	si
52	14	13	ISEF	si	si	si	si	si
54	32	28	ISEF	no	si	si	si	si
51	4	2	ISEF	no	si	si	si	si
40	15	15	ISEF	si	si	si	si	si
38	11	6	ISEF	no	si	si	si	si
52	14	12	ISEF	no	si	si	si	si
41	3	3	IUACJ	no	si	si	si	si

Aspectos prioritarios en la formación de los futbolistas

Técnica	Táctica	Estrategia	Cap Física	Cap Psicológica
3	5	5	4	4
4	5	4	5	5
4	5	4	3	3
4	5	5	4	5
5	5	5	5	5
5	4	4	4	4
4	5	5	5	4
5	5	4	5	5
5	4	4	5	5
5	5	4	4	4
5	5	5	5	5
5	4	3	3	4
5	5	3	5	3
5	4	4	4	4
4	5	5	5	4
4	4	4	4	5

Importancia otorgada en una sesión de entrenamiento en período competitivo

Táctico	Técnico	Físico	Psicológico	Cognitivo
5	3	4	4	5
5	4	4	4	4
4	5	4	4	5
5	4	4	5	5
5	5	5	5	5
3	4	4	3	4
5	5	5	4	4
4	5	5	5	5
4	5	5	5	5
5	5	5	5	5
5	5	5	5	4
3	5	4	5	4
4	5	5	3	4
3	5	3	4	4
5	4	5	5	4
5	4	4	4	5

Porcentaje de tiempo otorgado al ataque – defensa y a trabajos técnico – táctico

Ataque	Defensa	Técnicos	Tácticos
50	50	30	70
50	50	30	70
50	50	50	50
70	30	20	80
50	50	40	60
60	40	60	40
50	50	40	60
70	30	80	20
50	50	70	30
50	50	30	70
50	50	50	50
60	40	80	20
60	40	70	30
70	30	70	30
60	40	30	70
50	50	30	70

10. ANEXO 6. FICHAS DE OBSERVACIONES

Equipo 1

Metodología	Tiempos de actividad	Número de participantes	Igualdad o desigualdad	Puestos específicos	Ejercicio cerrado o abierto
GLO	50	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	30	5 VS 5	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	60	IND	SUPA	ESPE	RA
RED	10	8 VS 8	SUPA - SUPD	ESPE	RA
SIN	15	IND	SUPA - SUPD	ESPE	RC
SIN	10	IND	SUPA	NOES	RC
GLO	60	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
GLO	20	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	35	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	15	11 VS 11	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	40	11 VS 11	SUPA	ESPE	RA
GLO	20	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	30	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	30	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
SIN	15	IND	SUPA - SUPD	ESPE	RC
GLO	50	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	30	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	30	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	20	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA

Equipo 2

Metodología	Tiempos de actividad	Número de participantes	Igualdad o desigualdad	Puestos específicos	Ejercicio cerrado o abierto
GLO	60	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	50	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	40	4 VS 4	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	30	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	40	4 VS 4	SUPA	NOES	RC
RED	30	3 VS 3	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	50	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
SIN	50	IND	SUPA	NOES	RA
RED	30	4 VS 4	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	30	3 VS 2	SUPA	NOES	RA
RED	30	2 VS 3	SUPD	NOES	RA
GLO	30	7 VS 7	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	30	6 VS 3	SUPA	NOES	RA
GLO	60	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA

Equipo 3

Metodología	Tiempos de actividad	Número de participantes	Igualdad o desigualdad	Puestos específicos	Ejercicio cerrado o abierto
GLO	30	4 VS 4	SUPA - SUPD	ESPE	RC
RED	30	8 VS 8	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	30	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
RED	30	3 VS 3	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	30	6 VS 6	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	30	6 VS 4	SUPA	ESPE	RC
GLO	40	6 VS 4	SUPA	ESPE	RC
RED	30	4 VS 2	SUPA	NOES	RA
RED	30	2 VS 2	SUPA	NOES	RA
GLO	30	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
GLO	50	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA
GLO	40	8 VS 7	SUPA	ESPE	RC
GLO	40	7 VS 8	SUPD	ESPE	RC
RED	45	4 VS 4	SUPA - SUPD	NOES	RA
RED	45	2 VS 2	SUPA - SUPD	NOES	RA
GLO	55	11 VS 11	SUPA - SUPD	ESPE	RA