

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

**CRITERIOS DE SELECCIÓN DE DEPORTISTAS EN EL
FÚTBOL MASCULINO URUGUAYO SUB 17 DIVISIONAL A**

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 de Educación Física, Recreación y Deporte.

Tutor: Fabián Boyaro

MARIANA SPINOGLIO
IGNACIO TURRÉN

MONTEVIDEO

2018

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Quienes suscriben, Mariana Spinoglio e Ignacio Turrén declaramos la autoría del presente trabajo denominado “Criterios de selección de deportistas en el fútbol masculino uruguayo sub 17 divisional a”, haciéndonos cargos de su contenido como producto personal, bajo la tutoría de Fabián Boyaro.

En Montevideo, Uruguay, a los 13 días del mes de diciembre de 2018.

Mariana Spinoglio, C.I. 5.231.984-7

Ignacio Turrén, C.I. 4.643.470-0

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	8
1.1 Objetivo general	9
1.2 Objetivos específicos	10
2. ENCUADRE TEÓRICO	11
2.1 Fútbol	11
2.2 Condición física	11
2.3 Capacidades físicas.	12
2.4 Velocidad	12
2.4.1 Velocidad en el fútbol	13
2.5 Resistencia	13
2.5.1 Resistencia de base y resistencia específica en la práctica deportiva.	13
2.5.2 Diferentes manifestaciones de la resistencia	14
2.5.6 Resistencia en el fútbol.....	15
2.6 Fuerza	15
2.6.2 Fuerza rápida	17
2.6.3 Resistencia de fuerza	17
2.6.4 Fuerza en el fútbol.....	17
2.7 Flexibilidad	18
2.7.1 La flexibilidad en el fútbol.....	19
2.8 Criterios para la selección de talentos en fútbol juvenil	19
3. METODOLOGÍA	21
3.1 Modelo	21
3.2 Nivel	21
3.3 Tipo de diseño	21
3.4 Sujetos de estudio	22
3.4.1 Muestra	22
3.5 Instrumentos de recolección de datos	23
3.6 Estudio piloto	23
4. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	25
4.1 Preguntas en relación a factores de rendimiento y capacidades condicionales	25
4.2 Preguntas acerca de cada capacidad condicional específicamente.	29
4.3 Preguntas acerca de las capacidades condicionales relacionados a puestos específicos de juego	33

4.4 Preguntas acerca de la conexión entre los cuerpos técnicos de los clubes y el seleccionado nacional	36
5. DISCUSIÓN	39
6. CONCLUSIONES.....	42
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
ANEXOS.....	46

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Diferentes manifestaciones de la fuerza (Weineck, 2005, p.216)	16
Ilustración 2. Factores que influyen en el rendimiento deportivo (elaboración propia, 2018)	25
Ilustración 3. Identificación de capacidades.....	26
Ilustración 4. Importancia de las capacidades	27
Ilustración 5. Evaluación de las capacidades	28
Ilustración 6. Objetivos de evaluación de capacidades.....	28
Ilustración 7. Relevancia de las capacidades condicionales al momento de seleccionar jugadores (elaboración propia, 2018).	29
Ilustración 8. Importancia de la flexibilidad (elaboración propia, 2018).	30
Ilustración 9. Manifestaciones de la fuerza (elaboración propia, 2018).....	30
Ilustración 10. Identificación de la fuerza en situación de juego (elaboración propia).	31
Ilustración 11. Manifestaciones de la velocidad (elaboración propia, 2018).....	31
Ilustración 12. Identificación de la velocidad en situación de juego (elaboración propia, 2018).....	32
Ilustración 13. Manifestación de la resistencia.....	32
Ilustración 14. Identificación de la resistencia en situación de juego (elaboración propia, 2018).....	33
Ilustración 15. Relevancia de las capacidades en un golero (elaboración propia, 2018).....	33
Ilustración 16. Relevancia de las capacidades en un defensa central (elaboración propia, 2018).....	34
Ilustración 17. Relevancia de las capacidades en un defensa lateral (elaboración propia, 2018).....	34
Ilustración 18. Relevancia de las capacidades en un mediocampista central	34
Ilustración 19. Relevancia de las capacidades en un mediocampista lateral	35
Ilustración 20. Relevancia de las capacidades en un extremo (elaboración propia).	35
Ilustración 21. Relevancia de las capacidades en un delantero.....	35
Ilustración 22. Existencia de conexión entre el seleccionado nacional	36
Ilustración 23. Alcance de los clubes del nivel que pretende el seleccionado.....	37

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Entrevista a preparador físico.....	47
Anexo 2. Entrevista a entrenador	58
Anexo 3. Encuesta a entrenador estudio piloto	68
Anexo 4. Encuesta a preparador físico estudio piloto	72
Anexo 5. Diseño de pauta, encuesta a preparador físico.....	77
Anexo 6. Diseño de pauta, encuesta a entrenador.	82

RESUMEN

El objetivo principal de este trabajo fue el de analizar los criterios de selección de jugadores que utilizan los entrenadores y preparadores físicos de los clubes del fútbol uruguayo categoría sub 17 en cuanto a las capacidades físicas y los de sus pares del seleccionado nacional sub 17. Además, se buscó determinar cuáles son las capacidades más priorizadas y cómo se tienen en cuenta para cada puesto específico de juego. Se encuestaron mediante preguntas abiertas y cerradas a 30 de los 32 profesionales a cargo de realizar dicha tarea en los clubes de la divisional A del Campeonato Juvenil Uruguayo en su categoría sub 17 y se entrevistó a sus pares de la Selección Uruguaya. De esta forma, se utiliza un muestreo estratégico no probabilístico el cual concuerda con el universo y es elegido por conveniencia a partir de los objetivos planteados. Se concluye que a pesar de que las capacidades condicionales no son determinantes a la hora de realizar el proceso de selección de los deportistas ocupan un lugar fundamental dentro del mismo, teniendo en cuenta principalmente el trabajo a futuro. Además, se identificó que no existe un modelo de selección de jugadores estandarizado, mientras que se observaron diferencias en relación a las capacidades físicas más valoradas y su relación con los puestos específicos dentro del campo de juego.

Palabras clave: Fútbol. Selección. Capacidades físicas. Puestos específicos.

1. INTRODUCCIÓN

El siguiente trabajo se desarrolla en torno al criterio de selección de jugadores de fútbol masculino que tienen los cuerpos técnicos de las categorías sub 17 en el Uruguay, con respecto a las capacidades físicas que consideran relevantes para el rendimiento deportivo. Asimismo, el estudio pretende conocer en qué medida se relacionan con lo buscado por parte de sus pares en la selección nacional sub 17, determinando al mismo tiempo, si toman en cuenta diferencias según el puesto específico de juego. La importancia de este estudio radica en la búsqueda de conocimientos que aporten a la formación de los futbolistas en Uruguay, sabiendo que en dicho país todavía son pocas las investigaciones existentes sobre estos aspectos.

A su vez, esta investigación pretende servir como insumo para preparadores físicos y técnicos de fútbol, así como también ser de utilidad para los propios deportistas. Al mismo tiempo, busca determinar si existe consenso entre los profesionales a cargo de la selección nacional y los de los diferentes clubes de fútbol, pudiendo servir como herramienta para unificar criterios a futuro y aportar para el crecimiento de este deporte en el Uruguay, en cuanto a la formación de los futbolistas.

Los equipos estudiados fueron en su totalidad los presentes en el campeonato uruguayo de fútbol masculino 2018 de la divisional A, categoría sub 17, accediendo a una muestra que coincide con el universo debido a que fue relativamente acotado y otorgó una mayor validez de la propuesta. Además, se incluyó al seleccionado nacional de fútbol uruguayo sub 17, dando la posibilidad de completar la resolución de los objetivos planteados en su totalidad.

Según Rivas y Sánchez (2012, p.4) “el entrenamiento de las cualidades físicas del futbolista, siempre ha tenido una preponderancia importante dentro de los contenidos del entrenamiento del fútbol, ya fuese dentro de cualquier ciclo del entrenamiento; micociclo, microciclo, mesociclo o macrociclo”. Dentro de las finalidades de las prácticas que buscan preparar a los deportistas se encuentra la preparación física, la cual es importante determinar como funcional para la mejora del rendimiento del jugador y no sólo como un fin en sí misma (Cometti, 2002). Por su parte, Weineck (2005) aporta que la fuerza, velocidad y resistencia, son componentes de la condición física del futbolista, clasificados dentro de las capacidades condicionales, sosteniendo que son requerimientos de rendimiento básicos para la ejecución de acciones deportivas.

En un estudio realizado en la categoría Sub 13 del Fútbol Australiano, Larkin y O'Connor (2017) hallaron aspectos que los entrenadores entienden importantes a la hora de realizar la selección de jugadores para sus equipos. Una serie de aptitudes físicas, técnico-tácticas y psicológicas de los jóvenes jugadores fueron establecidas por los entrenadores

como significativas a la hora de determinar un juicio acerca de la posibilidad de incluir a los jóvenes en el primer escalón del fútbol formativo australiano. En este orden, Vaeyens et al., (2006) en un estudio realizado en Bélgica con jugadores de 12 a 15 años, afirman la existencia de diferencias en los niveles de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia, en favor de los jóvenes jugadores de elite, aquellos que participan de la máxima categoría de fútbol juvenil de dicho país.

Por otra parte, Pazo, Sáenz-López, Fradua, Barata, y Coelho (2011) toman como referencia la opinión de los coordinadores de las canteras más importantes del fútbol español, destacándose 5 dimensiones como claves a la hora de la selección y formación del futbolista de elite, entre las cuales se encuentran; contexto social y deportivo, psicológico individual, técnica, táctica y condición física. Dentro de esta última, se destaca la velocidad como cualidad más importante. En relación con lo antes dispuesto, estudios como el de Coelho e Silva et al. (2010) y Bidaurrazaga-Letona, Lekue, Amado, Santos-Concejero, Gil (2015), afirman que las variables relacionadas con aspectos fisiológicos no deberían tomarse exclusivamente en cuenta a la hora de seleccionar jugadores, apuntando a un análisis holístico de mayor complejidad al momento de tomar una decisión sobre el futuro del joven deportista.

Por otra parte, estudios realizados a nivel internacional (González de los Reyes, Fernández y Sedano, 2016; Rebelo, Brito, Maia, Coelho e Silva, Figueiredo, Bangsbo, Seabra, 2013; Calahorro, Zagalaz, Lara, & Torres-Luque, 2012) sostienen variaciones en cuanto a las características físicas de los futbolistas y su puesto habitual. En su trabajo, González de los Reyes *et al.*, identifican las características antropométricas y coordinativas de acuerdo con la edad, posición de juego y nivel de competencia en jóvenes jugadores de fútbol colombiano. Estos sostienen que los jugadores presentan diferencias significativas según su puesto en las variables antropométricas únicamente.

A partir de todo lo antes dispuesto, surge como pregunta de investigación ¿Qué criterios, en relación a las capacidades físicas, utilizan para seleccionar jugadores los entrenadores y preparadores físicos tanto de los clubes de fútbol masculino pertenecientes al campeonato uruguayo divisional A en la categoría sub 17, como los del seleccionado nacional sub 17?

1.1 Objetivo general

Analizar los criterios de selección de jugadores que utilizan los entrenadores y preparadores físicos de los clubes del fútbol uruguayo categoría sub 17 y sus pares del seleccionado nacional en cuanto a las capacidades físicas.

1.2 Objetivos específicos

Identificar las capacidades físicas priorizadas para conformar los planteles en el fútbol uruguayo masculino por los diferentes equipos en la categoría sub 17 divisional A y el seleccionado nacional sub 17.

Conocer los puntos de contacto entre las capacidades físicas que priorizan en la selección de jugadores los entrenadores y preparadores físicos de los clubes y sus pares del seleccionado nacional sub 17.

Describir de qué manera son ponderadas las diferentes capacidades condicionales según el puesto específico de juego al momento de seleccionar jugadores por parte de los cuerpos técnicos.

2. ENCUADRE TEÓRICO

2.1 Fútbol

Como deporte colectivo de cooperación-oposición y tal como explicita Castelo (1999), el juego del deporte fútbol se caracteriza por enfrentar a dos equipos que coordinan sus acciones en una dinámica determinada por objetivos antagónicos dentro de una misma situación de juego. Con respecto al desempeño de los jugadores sobre el terreno de juego, el autor detalla que el mismo estará pautado por la posición específica que ocupen, así como por su capacidad técnica, táctica, física y psicológica, siendo éstas determinantes a la hora de entrar en juego en el momento exacto. Asimismo sostiene que la utilización de la capacidad física de manera satisfactoria, respetando a su vez los principios del deporte, asegura una manera de actuar eficaz dentro del campo. En este orden, Bangsbo (1997) destaca la elevada capacidad física, entre otras características, como uno de los rasgos fundamentales en el futbolista de elite, así como también se denota la posibilidad del jugador de, a través de una elevada condición física, disimular debilidades en algún otro factor incidente en el juego.

2.2 Condición física

La condición física del deportista es uno de los pilares dentro de los factores que inciden en el rendimiento del mismo. Issurin (2014) sostiene que el desarrollo de la condición física en los atletas será, junto a una adecuada preparación a nivel técnico, táctico, psicológico e intelectual, de singular importancia en el rendimiento alcanzado en competición (objetivo último de cualquier entrenamiento deportivo de elite).

Por su parte, Weineck (2005) define a la condición física del futbolista como una suma de múltiples capacidades y habilidades, requisitos físicos, tácticos, técnicos y cognitivos, debiendo ser perfeccionadas respetando los principios del juego. Esto supone no contemplar la preparación física como un fin en sí mismo, sino que hacerlo con uno superior, el de mejorar la capacidad del deportista para jugar al fútbol. En este orden, el autor plantea que la preparación física del futbolista jamás puede aislarse de su actividad particular, así como tampoco resulta posible valorar únicamente los aspectos técnico-tácticos del deporte en cuestión, dejando a un lado los requisitos físicos que determinan dichas acciones.

Un comportamiento competitivo óptimo requiere una perfecta visión y percepción táctica del deportista. Un concepto táctico, sin embargo, sólo puede realizarse mediante una adecuada base técnica, una cierta forma física y la aplicación consciente de la capacidad intelectual. Ya que no es

posible aplicar una táctica si no existe el conocimiento técnico adecuado; ¿qué sentido tendría hablar de marcaje si el contrario es superior en velocidad y resistencia?; ¿de qué forma debería llevarse a cabo un juego de equipo cooperativo si los jugadores no saben reaccionar ante determinadas situaciones? (Weineck, 2005, p.16).

2.3 Capacidades físicas.

Verkhoshansky (2002) establece a las capacidades motrices como encargadas de la actividad muscular en los seres humanos, estableciendo respuestas frente a los distintos escenarios que se dan lugar en la actividad deportiva.

Las capacidades físicas, específicamente en el fútbol, han tomado un rol fundamental ya que su desarrollo en cada jugador permite superar con mayor facilidad las adversidades del juego en sí. Es por esto, que cada vez más las mismas se especifican a cada deporte y, en el fútbol especialmente, se lleva a cabo un minucioso trabajo buscando establecer cuáles son las capacidades que requiere el perfil del futbolista de elite, desarrollando las mismas en relación a las circunstancias que se desatan en el juego mismo, considerando la función y características de cada jugador (Frattarola y Sans, 1998).

2.4 Velocidad

Bosco (1996) establece que la velocidad de desplazamiento de un deportista en un espacio determinado es vital para el fútbol. A su vez, asocia esta capacidad a los futbolistas que sobresalen dentro del deporte de elite. Por su parte, Cometti (2002) sostiene que la velocidad de aceleración es la cualidad fundamental dentro del fútbol, exponiendo a su vez la existencia de diferencias significativas en la aceleración en 10 metros en favor de los jugadores de fútbol actuando en las principales ligas del mundo. Según Benedek/Palfai (tal como se cita en Weineck, 2005) la velocidad del futbolista es una capacidad múltiple. No sólo valoran la velocidad de reacción, los sprints, los cambios de dirección, sino que a su vez incorporan el rápido reconocimiento y la valoración de la situación. Es definida a su vez, como una característica muy compleja, compuesta por múltiples capacidades entre las cuales se encuentran la velocidad de realización, anticipación, decisión, de movimientos cíclicos y acíclicos.

2.4.1 Velocidad en el fútbol

Bangsbo (1997) determinó que el entrenamiento de la velocidad en futbolistas permite mejorar la percepción durante el juego, la realización de diferentes acciones inmediatas cuando son necesarias y la velocidad con la que producimos fuerza en ejercicios de alta intensidad. Rivas y Sánchez (2012) definen diferentes tipos de velocidad. La de percepción, referida a la capacidad tanto de percibir como de resolver; la de anticipación, basada en intuir con anterioridad acciones que suceden durante el juego; la de reacción, referida a accionar en el menor tiempo posible frente a un estímulo; la cíclica y acíclica en relación a la ejecución de los movimiento en poco tiempo; y la gestual que se aplica específicamente a la realización de acciones técnicas.

Enmarcado dentro del paradigma de la complejidad, Pol (2011) revisa los factores que condicionan la velocidad, dejando de lado el concepto de máxima velocidad de desplazamiento como pilar fundamental a la hora de definir y entrenar dicha capacidad. Entre los factores condicionantes de la velocidad incluye: la toma de decisiones (a nivel individual y colectivo o de equipo), condicionantes intrínsecos del deportista, su entorno, condicionantes de la tarea, fatiga, emociones, experiencias previas y las instrucciones del entrenador.

2.5 Resistencia

Según lo expuesto por Weineck (2005) la resistencia es la capacidad del deportista de soportar la fatiga psicofísica durante los esfuerzos prolongados inherentes a la actividad deportiva que realiza. Asimismo, la resistencia está asociada a la capacidad del jugador de recuperarse luego de un esfuerzo determinado. El concepto de resistencia como capacidad es muy amplio por lo que resulta necesario subdividirlo para lograr un mayor entendimiento del mismo y a su vez alcanzar una mayor especificidad a través de la descripción de sus diferentes manifestaciones.

2.5.1 Resistencia de base y resistencia específica en la práctica deportiva.

La resistencia de base o general, tal como expone Weineck (2005), no refiere a una práctica deportiva en particular, mientras que la específica toma como referencia y centra su desarrollo en las exigencias propias de la modalidad o deporte para el cual el deportista se prepara. El autor plantea que la resistencia general es primordial para generar una mejora en el rendimiento deportivo, ya sea en base a la competición o carga de entrenamiento. Además, señala que la misma ayuda a eliminar con mayor rapidez las sustancias

producidas por la fatiga optimizando así los tiempos de recuperación y permitiéndole al deportista una mejor adaptación a fuertes cargas. Esto a su vez, reduce la probabilidad de lesiones ya que al postergar la aparición de la fatiga, el sistema reflejo se encuentra activo por mayor lapso de tiempo. Del mismo modo, a través del desarrollo de la resistencia específica se registran mejoras en la velocidad de acción y reacción, disminuyendo los errores técnicos y tácticos gracias al nivel de atención y concentración, aumentando la estabilidad psíquica durante el juego. En otro orden, el autor sostiene que el desarrollo de la resistencia permitiría, en principio, tener una salud más estable elevando los niveles de respuesta inmunitaria.

Rivas y Sánchez (2012) diferencian estos tipos de resistencia dentro del período de entrenamiento, y a partir de esto determinan que, la de base es utilizada para comenzar el proceso de acondicionamiento físico básico luego de un período de quietud, y la resistencia específica se enfoca en la preparación del deportista para la competición.

2.5.2 Diferentes manifestaciones de la resistencia

La mencionada capacidad puede dividirse de diferentes maneras según sea el punto de vista que se adopte para ello. En relación con esto, Weineck (2005) plantea distintos tipos de resistencia según el suministro energético utilizado por el deportista, la duración del esfuerzo y el porcentaje de musculatura implicado en el ejercicio.

- Resistencia aeróbica y anaeróbica

Mientras que en la resistencia aeróbica la combustión oxidativa de los productos químicos dispone de suficiente oxígeno, en la resistencia anaeróbica el suministro energético debe realizarse sin oxidación debido a la falta de oxígeno, lo que sucede en movimientos de elevada intensidad. Durante la práctica deportiva ninguna de estas actúa de manera pura, sino que su demanda dependerá de la duración e intensidad de las acciones.

- Resistencia de corta, media y larga duración

En relación a la duración de los esfuerzos, Weineck (2005) distingue la resistencia de corta, media y larga duración. En el primer caso se habla de esfuerzos de entre 45 segundos y 2 minutos de duración utilizando un suministro energético anaeróbico, mientras que en el segundo, se incluyen los correspondientes a cargas de entre 2 y 8 minutos de tiempo, utilizando un suministro energético aeróbico creciente. En el último caso la producción de energía es por vía aeróbica y abarca a todas las cargas que se extienden por más de 8 minutos.

- Resistencia global y local

Tomando en cuenta la musculatura implicada en el ejercicio, el autor define resistencia global, como aquella en la cual se solicita más de una sexta o séptima parte del

total de la musculatura, mientras que denomina resistencia local a aquella que demanda la participación de menos de un sexto o séptimo de la masa muscular.

2.5.6 Resistencia en el fútbol

La Real Federación Española de Fútbol (tal como se cita en Rivas y Sánchez, 2012) ha determinado a la resistencia como capacidad física a través de la cual los futbolistas son capaces de realizar las acciones técnico-tácticas que demanda el deporte durante el tiempo que dure el partido. A su vez se plantea la resistencia, como la capacidad de soportar la fatiga producida por las exigencias del juego, sin que sus aptitudes para encarar la actividad se vean disminuidas por la misma. En relación con lo antes expuesto, Frattarola y Sans (1998) definen a la resistencia como la capacidad del jugador que le permite realizar acciones a máxima intensidad, en una dinámica intermitente y para las cuales se requiere de una elevada precisión.

Por su parte, enmarcado dentro del paradigma de la complejidad, Pol (2011, p.114) define la resistencia como;

La capacidad del futbolista de mantener y/o adaptar sus capacidades de interacción con el entorno competitivo, aún a pesar de la interacción de condicionantes como la fatiga o la alteración emocional, por lo que podrá mantener un comportamiento de manera eficaz y eficiente en su interacción con el entorno a lo largo del proceso competitivo.

A su vez Pol (2011), menciona la importancia de entrenar dicha capacidad teniendo en cuenta no sólo al jugador, sino también tomando como referencia la interacción del mismo con el entorno, con el equipo. De esta manera, se sostiene que los objetivos de entrenamiento no deberán verse simplemente de forma individual, sino que por el contrario, se valorará el comportamiento colectivo eficaz y eficiente, a medida que la fatiga actúe sobre el mismo.

2.2 Fuerza

Según lo establecido por Bosco (2000), la fuerza es la capacidad muscular para modificar la forma de un cuerpo, pudiendo a su vez alterar la aceleración del mismo provocando movimiento. En términos fisiológicos el autor la define como la capacidad de producir tensión por parte del músculo, dependiendo esto de factores tales como el número de sarcómeros, la longitud y el tipo de fibra muscular. Estas características influirán sobre la activación muscular, así como también en el tipo de movimiento realizado por los deportistas.

Respecto a este tema, Weineck (2005) plantea la dificultad de encontrar una definición precisa de fuerza, siendo ésta tan compleja y variada en cuanto a sus formas de manifestación. Por tal motivo, distingue diferentes tipos de la fuerza y define cada una de ellas para alcanzar una mayor precisión en su conceptualización. En primera instancia, engloba los diferentes tipos de fuerza dentro de la fuerza general y específica, tomando como referencia la acción de todos los grupos musculares, independientemente del deporte practicado, por un lado, y la manifestada frente a una modalidad deportiva específica, por el otro. En el caso de la fuerza específica, se toman como referencia aquellos músculos que participan de ciertos movimientos relativos al deporte en cuestión. A partir de esto se puede observar a continuación los diferentes tipos de fuerza que define dicho autor (ver ilustración 1).

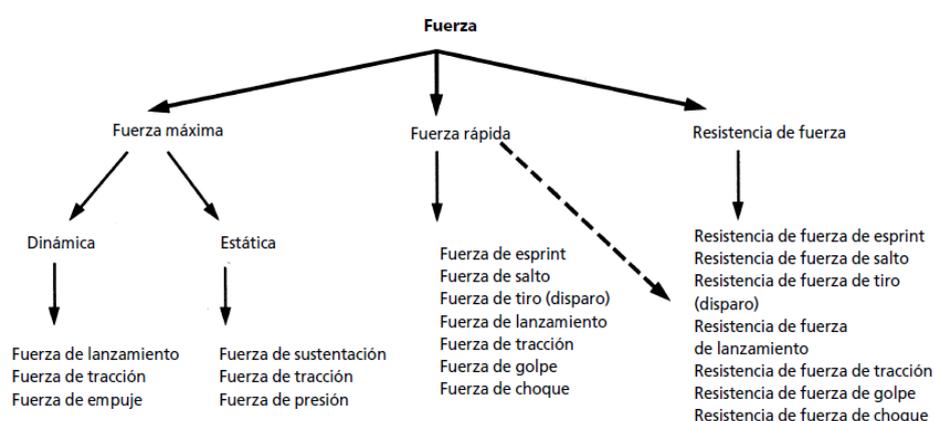


Ilustración 1. Diferentes manifestaciones de la fuerza (Weineck, 2005, p.216)

De esta manera, Weineck (2005) expone los 3 tipos principales de fuerza; la fuerza máxima, la fuerza rápida y la resistencia de fuerza, teniendo en cuenta que las mismas jamás se presentan de forma pura sino que se expresan de manera combinada.

2.6.1 Fuerza máxima

En relación con la fuerza máxima Stiff y Verkhoshanky (2004) la definen como la capacidad de un grupo muscular de producir un grado de tensión máxima, de manera voluntaria, en respuesta a una determinada carga externa. Según los autores ésta dependerá, entre otros factores, del grado de hipertrofia muscular del deportista, y de la sección transversal del músculo. A su vez, el desarrollo de la fuerza máxima en el deportista estará supeditado a la coordinación que presente tanto a nivel intra como intermuscular.

2.2.2 Fuerza rápida

Según lo aportado por Weineck (2005) la fuerza rápida es la que se relaciona con el sistema neuromuscular y su capacidad de mover el cuerpo en el menor tiempo posible. Los movimientos de fuerza rápida son regulados por programas almacenados en el sistema nervioso central, los cuales se caracterizan por ser más cortos en los deportistas que presentan mayor talento. El autor sostiene que este tipo de fuerza va a depender, en mayor medida, del entrenamiento que se lleve a cabo, teniendo en cuenta la especificidad del deporte para el cual se está preparando el deportista. Las exigencias de la actividad van a ser las que determinen la orientación del desarrollo de la fuerza rápida, observándose diferencias en sus manifestaciones en un mismo individuo, pudiendo establecer movimientos rápidos con sus piernas y no así con sus brazos.

2.2.3 Resistencia de fuerza

Acercas de la relación establecida entre la fuerza y la resistencia como capacidades determinantes dentro del rendimiento deportivo, Bompa y Buzzichelli (2016) sostienen que la combinación de las mismas genera la capacidad de realizar un número elevado de repeticiones de un gesto dado, frente a una determinada resistencia, durante un período prolongado. Los autores aseguran que, en los deportes de equipo tales como el fútbol o el básquetbol, la resistencia de la potencia es la que prepondera debido a la importancia de la fuerza en el desarrollo de las diferentes acciones de juego. En este sentido, Bosco (2000) sostiene que la resistencia a la fuerza rápida está relacionada con la lógica misma de los deportes de equipo, en los cuales las exigencias son de carácter intermitente, donde las acciones mantienen un carácter explosivo y son dinámicas, seguidas de pausas activas o pasivas.

2.2.4 Fuerza en el fútbol

En referencia a la fuerza en el fútbol, Bompa (tal como se cita en Rivas y Sánchez, 2012) hace referencia a que debe entrenarse en busca de atender las necesidades fisiológicas del juego, colaborando para una actividad efectiva por parte de los jugadores, resultando inútil que se enfoque la misma al desarrollo de grandes músculos.

Según lo establecido por Weineck (2005), la fuerza-velocidad, la fuerza máxima, y la fuerza-resistencia son parte fundamental en la preparación del futbolista. En primera instancia sostiene que la fuerza-velocidad es la que se acerca más a la dinámica del fútbol, con esfuerzos de alta intensidad y corta duración asociados a saltos, arranques, frenos,

todos ellos a tener en cuenta durante la sesión de entrenamiento. La fuerza máxima y la fuerza resistencia, también son remarcadas como importantes para el desarrollo de la condición física del deportista determinando; la primera, una mejora en el grado de desarrollo de la fuerza-velocidad y la segunda, un rol importante dentro de la musculatura de apoyo.

Por otra parte, el autor, define los siguientes objetivos en el entrenamiento de la fuerza del futbolista:

- Incrementar su rendimiento futbolístico
- Prevención de lesiones
- Prevención de vicios posturales

En relación a lo expuesto anteriormente, Roca (2008) define a la fuerza de juego como aquella que integra las manifestaciones relacionadas específicamente con el fútbol, tanto con sus aspectos técnico-tácticos, como también los psicológicos y sociales dentro de la complejidad que implica la práctica de este deporte. Son señaladas, por ejemplo, la fuerza para golpear el balón, para saltar, para realizar distintos desplazamientos y para luchar contra el rival. En este orden, Pol (2011) establece que la fuerza específica en el fútbol debe ser tomada como aquella que respeta los patrones coordinativos del jugador, de esta manera se estará preparando al mismo para las exigencias a las cuales se enfrentará durante el juego. Asimismo, el autor realiza un especial énfasis en el entrenamiento de la fuerza para la prevención de lesiones comunes en el deporte fútbol, manifestando la importancia en la selección de los ejercicios a realizar por parte de los jugadores, tomando los gestos deportivos como referencia y los patrones de movimiento del futbolista, a la hora de marcarlos. A su vez, plantea la necesidad de monitorizar las cargas de entrenamiento, así como también la recuperación de los jugadores, como puntos clave en la metodología de trabajo en general y de la fuerza en particular.

2.3 Flexibilidad

Al momento de realizar ejercicios donde se pone en juego la mayor amplitud angular, ya sea causada por factores externos o internos al organismo, es que aparece la flexibilidad como capacidad psicomotora que permite disminuir las resistencias que se producen durante dicha ejecución por nervios, músculos y articulaciones, y sus mecanismos de fijación y estabilización (Di Santo, 2012).

Esta capacidad basada en la movilidad articular y la elasticidad muscular, permite ejecutar movimientos con gran agilidad y destreza. La movilidad articular hace referencia a lo que el músculo puede llegar a moverse dependiendo de una estructura ósea y ligamentosa que rodea la articulación, por otro lado, la elasticidad muscular se refiere a la

capacidad de un músculo para estirarse y permitir que una o más articulaciones se desplacen en su rango de movimiento. Vale apreciar, que la flexibilidad no es generalizable a todo el cuerpo, sino que debe tenerse en cuenta según cada articulación (Naclerio, 2011).

2.3.1 La flexibilidad en el fútbol

Considerando la flexibilidad como aquella capacidad que permite alcanzar niveles de elongación óptimos para realizar movimientos propios del fútbol, no se incluye a la misma dentro de las capacidades más importantes en relación al rendimiento, aunque sí se considera primordial para la prevención de lesiones. Además, suele ser útil para la ejecución de técnicas donde muchas veces el jugador debe lograr una posición de forma forzada, como por ejemplo en un remate. También, colabora satisfactoriamente en el aprendizaje técnico, evitando que haya una limitación por la falta de fluidez en los movimientos debido a una deficiencia en esta capacidad (Frattarola y Sans, 1998).

2.8 Criterios para la selección de talentos en fútbol juvenil

En relación a la selección de talentos deportivos, Martin, Nicolaus, Ostrowski y Klaus (2004) plantean que el principal problema en la búsqueda de talentos, teniendo en cuenta a su vez que no existe un concepto operativo del mismo, es su “diagnóstico”, es decir, cómo identificar al joven talentoso pudiendo predecir a su vez, si este será capaz de desarrollar su capacidad de rendimiento en el futuro. No obstante, los autores plantean la importancia de aspectos tales como la herencia genética, desarrollo evolutivo, exigencias del entrenamiento orientado hacia el rendimiento y otras propiedades psíquicas como determinantes en relación al talento deportivo. En este orden se expone que es dentro de las capacidades físicas en donde se han centrado los esfuerzos a la hora de diagnosticar a los jóvenes, a causa de la imposibilidad de valoración certera de la herencia genética y otros aspectos que son determinantes a la hora de identificar un talento deportivo. Así son seleccionados aquellos que se sitúan por encima de la media en relación a sus pares y en este sentido la evaluación de la condición física aparece como un aspecto cuantitativo en la predicción de futuros deportistas de elite.

Por otra parte, Weineck (2005) plantea que será importante enfocar la aptitud buscada en el momento que transcurre el individuo, conectándola con su proceso de desarrollo como deportista, priorizando las cualidades que más colaboran en la mejora del rendimiento a largo plazo, analizando las mismas y concretando un diagnóstico que aproxime a una conclusión acerca del grado de aptitud del joven.

Martin, *et. al.* (2004) establecen la importancia de evitar incluir solamente a los talentos deportivos en los procesos de selección, manifestando la consideración que deben tener aquellos jóvenes interesados en el deporte que presenten condiciones adecuadas para la actividad, permitiéndoseles la posibilidad de desarrollarse bajo un régimen de entrenamiento orientado al alto rendimiento.

Por su parte, Castelo (1999) sostiene que la selección de talentos es una de las tareas más importantes y difíciles del entrenador en el proceso de formación del equipo, haciendo hincapié en el trabajo en equipo por parte de las categorías de formación, los entrenadores que guían la evolución deportiva de los jóvenes y la red de observadores.

3. METODOLOGÍA

3.1 Modelo

La metodología a seguir en esta investigación se centra dentro de un enfoque mixto en el cual, según Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2014, p. 534), “se recolectan y analizan datos cuantitativos y cualitativos y la interpretación es producto de toda la información en su conjunto.” Con esto, busca dirigirse a un terreno donde la investigación resulta lo más completa posible combinando la subjetividad con la objetividad de diversos datos.

En primera instancia, el método cualitativo permitirá “comprender y profundizar los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con el contexto” (Hernández Sampieri *et. al.*, p.364). Aquí, se tiene un contacto profundo con los estudiados, cuerpo técnico de la selección nacional sub17.

Por su parte, los métodos cuantitativos brindan, según Hernández Sampieri *et al.* (p.217), “múltiples tipos de instrumentos para medir variables de interés y en algunos casos llegan a combinarse varias técnicas de recolección de datos.” En esta ocasión, permite recolectar información específica de los cuerpos técnicos de juveniles, de los diferentes clubes pertenecientes a la divisional A de la AUF, en cuanto a las capacidades físicas que resaltan de los jugadores y si es que existen diferencias según el puesto, haciendo énfasis en lo que se busca para la permanencia dentro del equipo.

3.2 Nivel

Este estudio alcanza un nivel descriptivo ya que el mismo no busca realizar comparaciones ni relacionar variables, sino que se enfoca en analizar una realidad específica en torno a los cuerpos técnicos del fútbol uruguayo masculino en la categoría sub 17 de la divisional A. De esta manera para estudiar determinado fenómeno, se recoge información que permite conocer a fondo una variable específica: qué características físicas son relevantes para la selección de jugadores (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2010).

3.3 Tipo de diseño

Al ser un estudio no experimental, descriptivo, el mismo tiene un diseño transversal. Como expresan Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (p.151, 2010) el mismo, “recolecta datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir

variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede.”

3.4 Sujetos de estudio

En este estudio se valora como universo a los cuerpos técnicos de los planteles masculinos de la categoría sub 17 pertenecientes al campeonato uruguayo 2018 divisional A de fútbol masculino y al del seleccionado masculino en la correspondiente edad. Los mismos son representados específicamente por su director técnico y preparador físico.

Los equipos tomados en cuenta son los siguientes:

- Club Atlético Atenas
- Club Atlético Cerro
- Club Atlético Fénix
- Club Atlético Juventud
- Club Atlético Peñarol
- Club Atlético Rentistas
- Club Atlético River Plate
- Club Nacional de Fútbol
- Club Sportivo Miramar Misiones
- Danubio Fútbol Club
- Defensor Sporting Club
- Institución Atlética Sud América
- Liverpool Fútbol Club
- Montevideo Wanderers Fútbol Club
- Racing Club de Montevideo
- Rampla Junior Fútbol Club
- Selección Uruguay de Fútbol (sub 17)

3.4.1 Muestra

La muestra, coincide con el universo, ya que el mismo es relativamente acotado y el estudio de todos sus miembros es accesible y aumenta la validez de los resultados. Precisamente, con la muestra “se trata de elegir un conjunto de unidades del universo de estudio de acuerdo a determinados criterios que el investigador considera relevantes en función de su objetivo de investigación” (Sautú, Boniolo, Dalle y Elbert, 2005, p.156). Puede considerarse este tipo de muestreo, como estratégico no probabilístico, ya que la muestra se

escoge por conveniencia en relación a los objetivos planteados, ligada a la subjetividad de los investigadores (Cea, 2001).

3.5 Instrumentos de recolección de datos

En primera instancia se pusieron en práctica dos entrevistas aplicadas en el cuerpo técnico de la selección nacional categoría sub 17, una al entrenador y otra distinta al preparador físico. La entrevista semi estructurada utilizada, perteneciente a la metodología cualitativa, permitió a los investigadores ser activos en la recolección de datos, entablado una comunicación que posibilitó la obtención de información concreta y acertada acerca del tema en el cual se centró el estudio. La misma fue conformada por una batería de preguntas guía, posibilitando a su vez la modificación del orden o formulación de las preguntas durante la puesta en práctica (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2010).

Para el aspecto cuantitativo el instrumento de recolección de datos fue el cuestionario, englobado en una encuesta de iguales características para los cuerpos técnicos de todos los clubes pertenecientes a la muestra (16), realizando una para los preparadores físicos y otra diferente para los entrenadores. Las mismas se componen de algunas preguntas abiertas y de preguntas cerradas ya que éstas se realizarán previamente con opciones de respuestas predeterminadas (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2014).

El formato de base es igual tanto en la entrevista como en la encuesta, pero cambia el instrumento ya que la combinación enriquece la recolección de información y permite acceder a una mayor población. Es así, que surgen instrumentos pertenecientes a ambas metodologías que permiten ubicar el estudio dentro de un enfoque mixto, y de esta manera combinar datos de valor deductivo e inductivo.

3.6 Estudio piloto

Se llevaron a cabo las entrevistas al preparador físico (ver anexo 1) y director técnico de la selección nacional sub 17 (ver anexo 2) y la encuesta se puso en práctica con un entrenador (ver anexo 3) y un preparador físico (ver anexo 4) que se encuentran actualmente trabajando en divisiones juveniles masculinas pertenecientes al campeonato 2018 de la AUF.

Los diseños de pauta de las encuestas se ajustaron luego de su prueba (ver anexos 5 y 6). A partir de la misma se agregó la pregunta 3.1 en ambas, ya que con ésta se llegará de una manera más profunda a responder el objetivo general planteado y se renombraron los puestos específicos de juego en las preguntas 12, 13, 14, 15, 16, 17 y 18 para

especificar mejor a quién se hace referencia realmente, ya que como estaba formulado con anterioridad generaba dudas.

4. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Aquí se presentan las respuestas de preparadores físicos y entrenadores de sub 17 de todos los equipos pertenecientes al campeonato de la AUF, divisional A. En total fueron 30 encuestados ya que dos se negaron a participar de la investigación. Además éstas se acompañan de las respuestas brindadas por el preparador físico y el entrenador del seleccionado nacional sub 17 en las entrevistas realizadas.

4.1 Preguntas en relación a factores de rendimiento y capacidades condicionales

¿Qué factores de rendimiento son tenidos en cuenta para conformar los planteles?

FÍSICOS	COGNITIVOS	SOCIALES	OTROS
Coordinación	Entendimiento del juego.	Entorno cercano.	Rendimiento futbolístico.
Estado físico	Cap. psicológicas	Medio en el que vive.	Habilidad.
Aptitud física	Táctica	Núcleo familiar.	Competencia.
Capacidad físicas/condicionales (fuerza, velocidad y resistencia).	Toma de decisiones.	Desempeño en los estudios.	Técnica.
Antropometría	Comprensión del modelo de juego		Minutos jugados en la categoría anterior.
Estructura muscular / ósea	Resolución de situaciones durante el juego.		Aspectos físicos y técnico-tácticos según posición de juego.
Somatotipo	Inteligencia.		Trayectoria reciente y pasada del deportista.
Fuerza máxima y explosiva.	Capacidad mental.		Disciplina.
Potencia aeróbica			Compromiso.
Velocidad aeróbica máxima.			Receptividad.
Velocidad técnica y táctica			Continuidad deportiva
Perfil fisiológico			Desempeño futbolístico en los partidos del campeonato.

Ilustración 2. Factores que influyen en el rendimiento deportivo (elaboración propia, 2018)

¿Cómo condicionan las capacidades condicionales el rendimiento del equipo y el entrenamiento?

Catorce de los encuestados, establecieron que dichas capacidades condicionan de gran manera el rendimiento del equipo y el entrenamiento en lo que tiene que ver al modelo de juego. Se destacan los modelos dinámicos, donde la velocidad juega un rol primordial, la intensidad es fundamental y la fuerza se desarrolla en situaciones de duelo 1vs1.

Nueve encuestados manifestaron que las capacidades condicionan por las características que se buscan en los jugadores, lo que va muy relacionado al aspecto anterior del modelo de juego. Desarrollar en los deportistas una buena forma física que permita soportar el ritmo de juego, la intensidad y la temporada en general surge como fundamental. Se prioriza el trabajo de las capacidades como un punto a tener en cuenta dentro de la planificación. También el cuerpo técnico de la selección nacional se destacó en esta categoría, señalando que buscan jugadores fuertes, veloces, resistentes y flexibles.

Un encuestado indicó que las capacidades condicionales son importantes pero no determinantes y otro determinó que de ninguna manera las capacidades condicionales influyen en el entrenamiento y/o rendimiento deportivo.

¿Cómo se identifican las capacidades físicas en los jugadores?

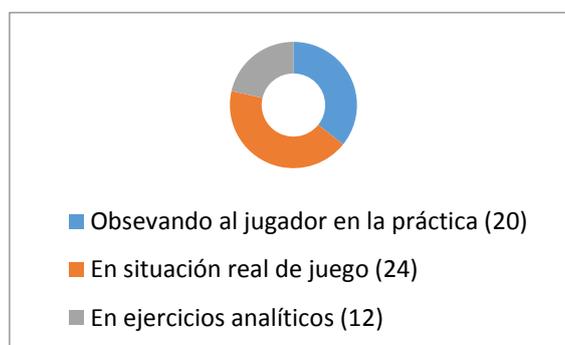


Ilustración 3. Identificación de capacidades físicas (elaboración propia, 2018)

Como puede identificarse en la Ilustración 3, las capacidades físicas de los jugadores son identificadas principalmente, en situación de juego y también mediante la observación en la práctica. En menor medida se realiza a través de ejercicios analíticos. Otras formas de identificar las capacidades físicas manifestadas fueron, las evaluaciones y testificaciones, la monitorización del entrenamiento y mediante la percepción subjetiva del esfuerzo.

¿Cómo se valoran las capacidades condicionales en situaciones de juego partido o entrenamiento?

Del total de encuestados, seis declararon que valoran las capacidades condicionales simplemente mediante la observación. También el cuerpo técnico del seleccionado nacional señaló que ésta era una de las formas de valorarlas para seleccionar jugadores. Relacionado a esto, doce señalaron que se fijan en ejecuciones y tareas específicas, principalmente en duelos 1vs1 y 2vs2, en sprints, en transiciones, en jugadas y en el desarrollo de la táctica; también declaró en este sentido el cuerpo técnico del seleccionado.

Por otro lado, cuatro de los encuestados señalaron que lo hacen a través de la tecnología, como son videos, monitorización cardíaca y GPS. Además, cinco señalaron que utilizan diferentes test analíticos planificados y escalas de esfuerzo.

Cinco encuestados indicaron que se basan en la percepción del jugador para valorar las capacidades condicionales en las diferentes situaciones, se habla con él y se valora la percepción subjetiva que éste tenga.

Por último sólo dos determinaron que no evalúan las capacidades en situación de juego, partido o entrenamiento.

¿Cuán importantes son las capacidades físicas al momento de seleccionar un jugador para que conforme el equipo?

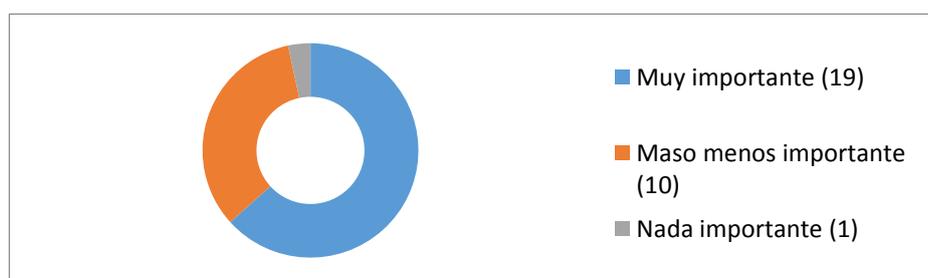


Ilustración 4. Importancia de las capacidades físicas al seleccionar jugadores (elaboración propia, 2018).

La mayoría de los clubes sostienen que las capacidades físicas son muy importantes al momento de seleccionar jugadores (ver ilustración 4). Para el cuerpo técnico de la selección nacional también son muy importantes, éste sostiene que los tres aspectos fundamentales son el físico por la realidad de la alta competencia y el mantenimiento del rendimiento y el técnico como psicológico; ya que la permanencia en el alto rendimiento es producto de las capacidades físicas y además de las psicológicas.

¿Cómo se evalúan las capacidades condicionales al momento de seleccionar jugadores?



Ilustración 5. Evaluación de las capacidades condicionales (elaboración propia, 2018).

En los clubes se evalúan las capacidades condicionales principalmente a simple vista aunque gran parte también lo hace mediante test (ver ilustración). El cuerpo técnico del seleccionado nacional evalúa las capacidades condicionales a través de la observación en la cancha de los niveles de potencia. Luego a partir de evaluaciones específicas, trabajo pliométrico y fuerza reactiva. Utilizan también diferentes testificaciones junto a una monitorización con gps. Entre ellos se encuentran el Test de Yo-Yo; Squat Jump, contramovimiento y Abalakov en alfombra de saltos, así como también disponen de células fotoeléctricas para la velocidad. Para finalizar realizan cuestionarios personales acerca de condiciones de vida ej. ¿Niño sedentario?

¿Qué objetivo le ven a la evaluación de dichas capacidades?



Ilustración 6. Objetivos de evaluación de capacidades condicionales (elaboración propia, 2018)

Las capacidades condicionales a nivel de clubes se evalúan principalmente como herramienta para trabajar a futuro (ver ilustración 6), lo que es para resaltar ya que es un aspecto modificable en los deportistas que no debería determinar una selección a nivel de juveniles. Otros objetivos que los cuerpos técnicos manifiestan son acerca de planificación,

complemento para el perfil del jugador, ubicación del deportista en su puesto específico de juego, valoración de progresos, prevención de lesiones y mejora del rendimiento deportivo.

El cuerpo técnico del seleccionado nacional, señala que la evaluación de las capacidades condicionales no determina la conformación de los planteles, ya que se considera que a estas edades se podrán mejorar. La manifiestan como herramienta para trabajar a futuro, ya que generan bases de datos y luego lo utilizan para elegir el protocolo de entrenamiento y las cargas.

4.2 Preguntas acerca de cada capacidad condicional específicamente.

¿Qué tan relevante considera las siguientes capacidades al momento de seleccionar jugadores?

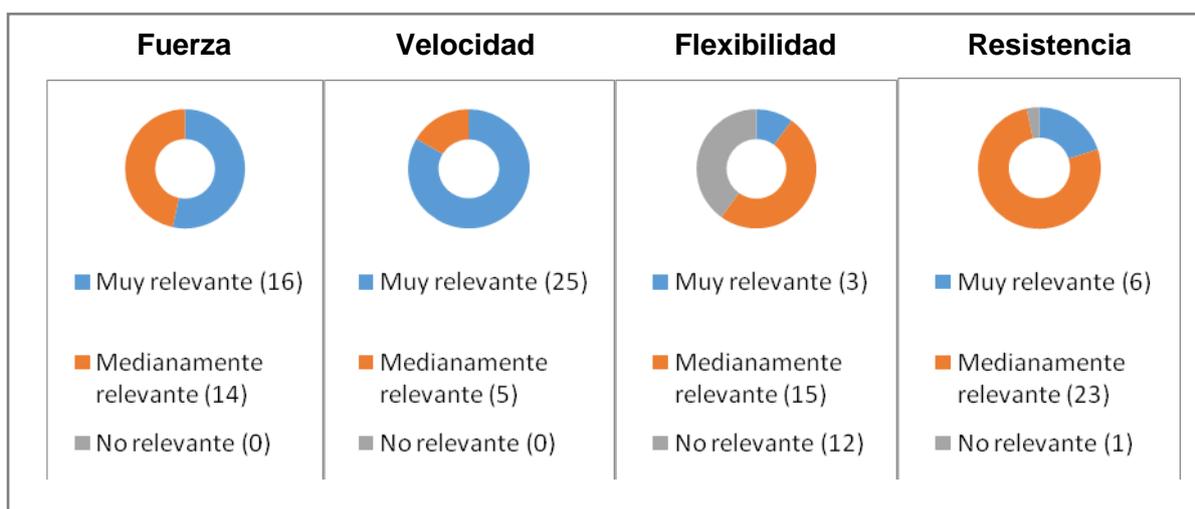


Ilustración 7. Relevancia de las capacidades condicionales al momento de seleccionar jugadores (elaboración propia, 2018).

Como puede distinguirse en la Ilustración 7, la capacidad más tenida en cuenta al momento de seleccionar jugadores en los diferentes clubes es la velocidad, seguida por la fuerza. Según el cuerpo técnico del seleccionado nacional, la capacidad más preponderante es la fuerza, luego la velocidad (de ejecución, de toma de decisiones y de razonamiento) pero la determinan como un derivado de la primera (se busca mejorar a través del trabajo de la fuerza, no de trabajos específicos de velocidad).

A partir de esto identificamos concordancia entre lo establecido por los clubes y el seleccionado nacional.

¿A qué se asocia la importancia de la flexibilidad en los jugadores?

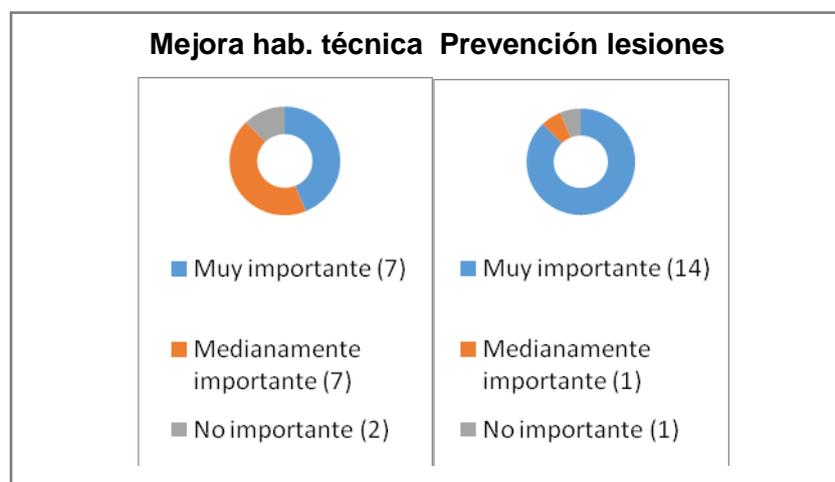


Ilustración 8. Importancia de la flexibilidad (elaboración propia, 2018).

A nivel de clubes se valoran los trabajos de flexibilidad como preventivos para disminuir el riesgo de lesiones, lo mismo determina el seleccionado Nacional. Cuerpos técnicos también la relacionaron al placebo del jugador y a las mejoras en las demás capacidades condicionales.

¿Qué tanto se valoran las siguientes manifestaciones de la fuerza en los jugadores?

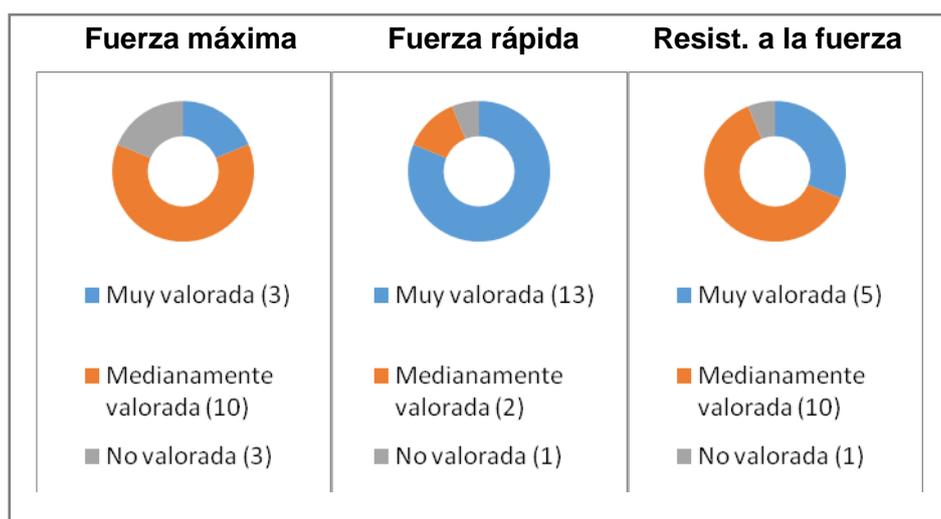


Ilustración 9. Manifestaciones de la fuerza (elaboración propia, 2018).

Dentro de las manifestaciones de la fuerza en los jugadores la más valorada es la fuerza rápida (ver ilustración 9). También se identificó que se valora la fuerza explosiva, preventiva, la hipertrofia y la RFD.

¿En qué situación de juego identifica la fuerza de los jugadores?

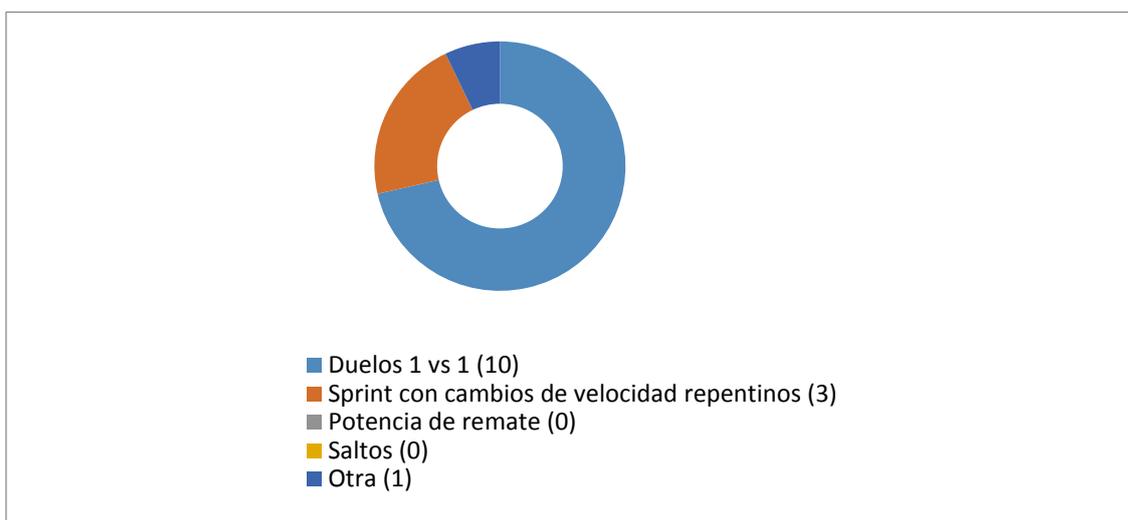


Ilustración 10. Identificación de la fuerza en situación de juego (elaboración propia).

¿Qué tanto se valoran las siguientes manifestaciones de la velocidad en los jugadores?

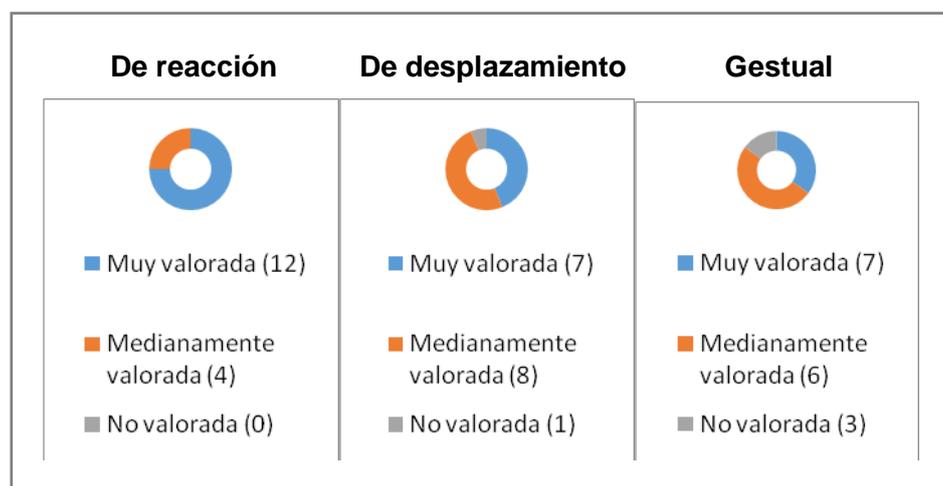


Ilustración 11. Manifestaciones de la velocidad (elaboración propia, 2018)

La velocidad de reacción es la más valorada dentro de las manifestaciones de la velocidad en los jugadores (ver ilustración 11). Algunos profesionales también determinaron que se valora la velocidad cognitiva (lectura de juego, toma de decisiones, resolución de problemas) y la velocidad específica de juego (progresiones y controles).

¿En qué situación de juego identifica la velocidad de los jugadores?

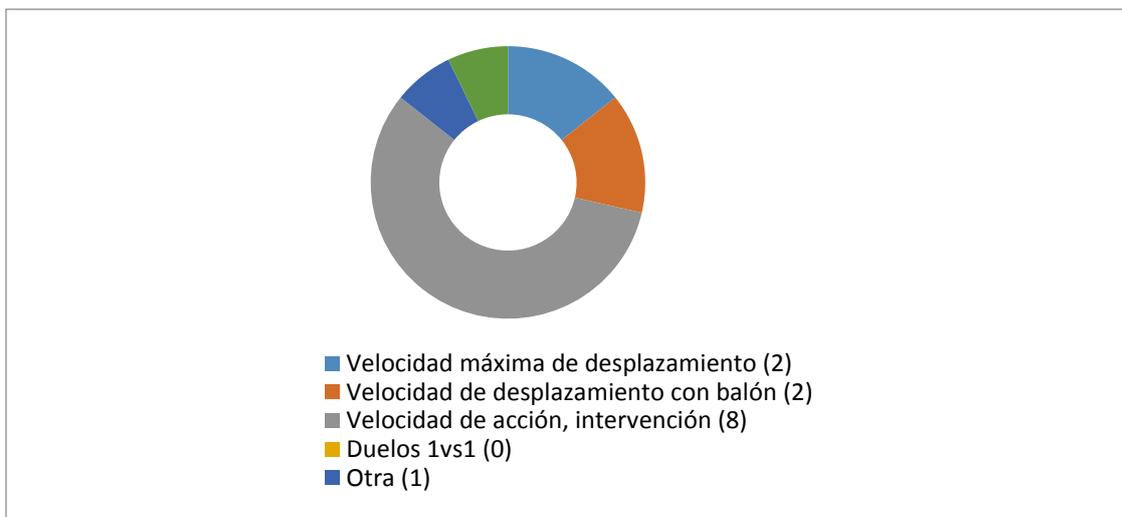


Ilustración 12. Identificación de la velocidad en situación de juego (elaboración propia, 2018).

¿Qué tanto se valoran las siguientes manifestaciones de la resistencia en los jugadores?

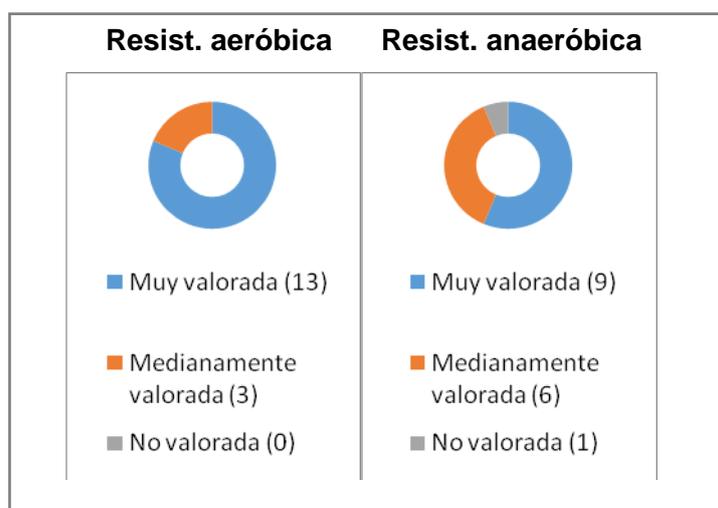


Ilustración 13. Manifestación de la resistencia (elaboración propia, 2018).

La resistencia aeróbica es la manifestación más valorada de dicha capacidad (ver ilustración 13), mientras que la resistencia anaeróbica es apreciada en menor medida. Además, también se valora particularmente la potencia aeróbica, la resistencia a los esfuerzos neuromusculares máximos, la resistencia específica relacionada al estrés del partido y la resistencia de juego.

¿En qué situación de juego identifica la resistencia de los jugadores?

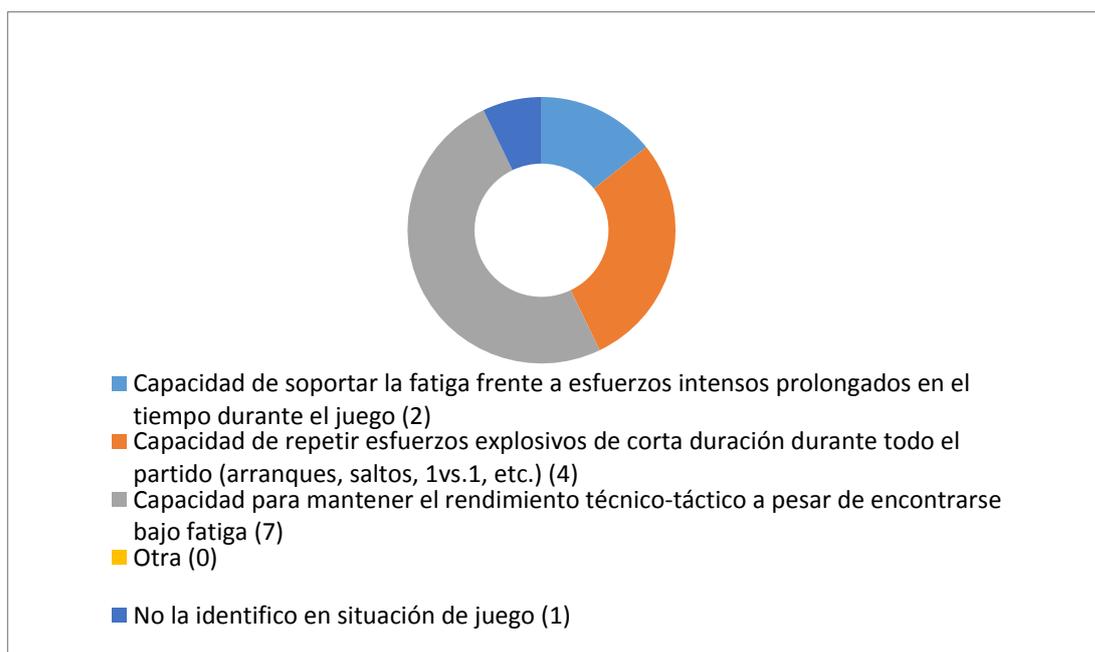


Ilustración 14. Identificación de la resistencia en situación de juego (elaboración propia, 2018).

4.3 Preguntas acerca de las capacidades condicionales relacionados a puestos específicos de juego

¿Qué capacidad considera más relevante en un golero?

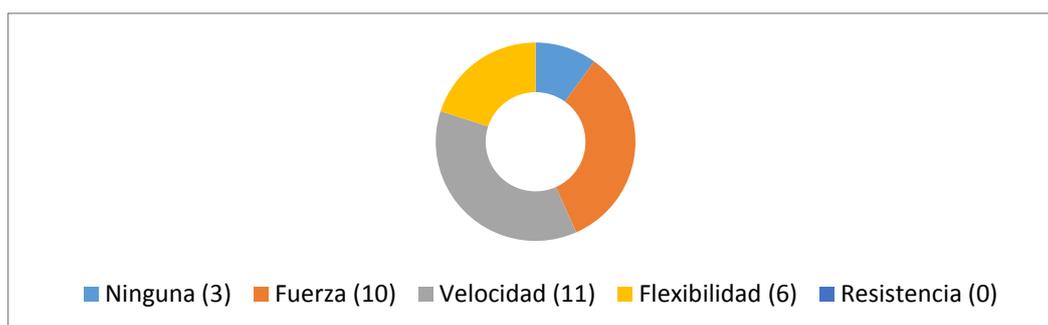


Ilustración 15. Relevancia de las capacidades en un golero (elaboración propia, 2018).

¿Qué capacidad considera más relevante en un defensa central?

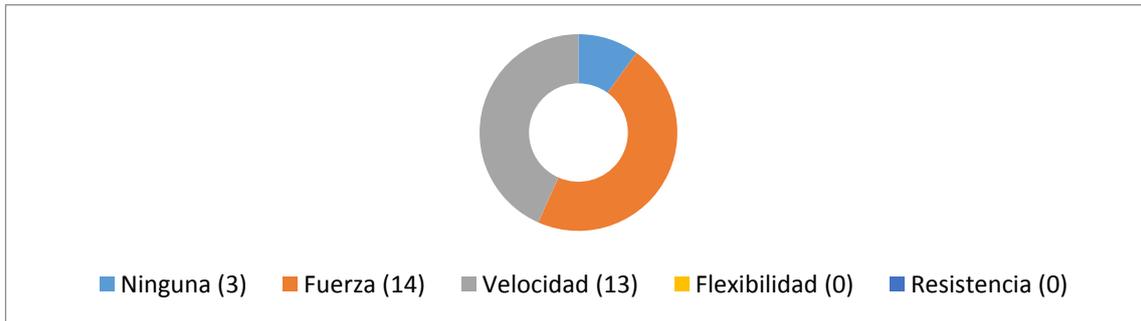


Ilustración 16. Relevancia de las capacidades en un defensa central (elaboración propia, 2018).

¿Qué capacidad considera más relevante en un defensa lateral?

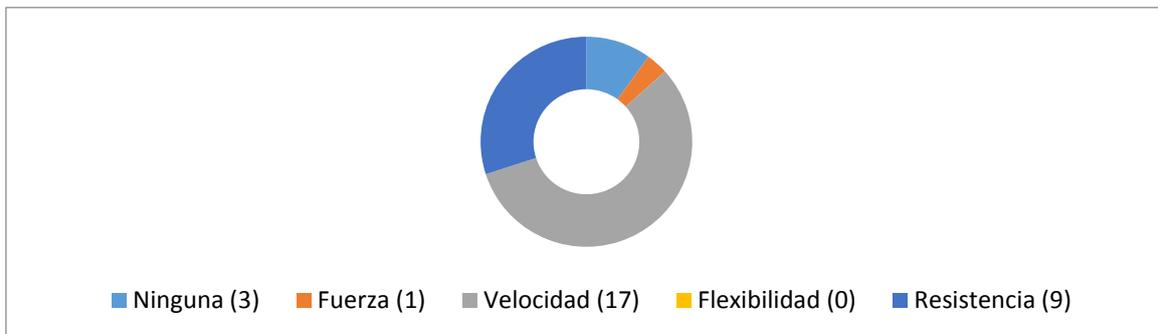


Ilustración 17. Relevancia de las capacidades en un defensa lateral (elaboración propia, 2018).

¿Qué capacidad considera más relevante en un mediocampista central?

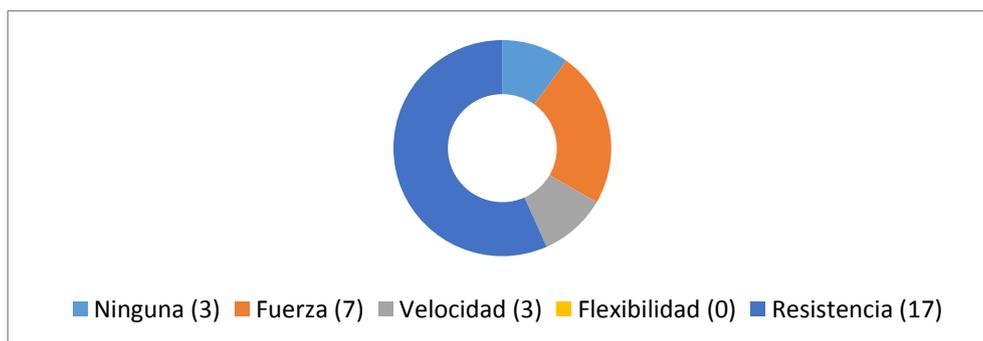


Ilustración 18. Relevancia de las capacidades en un mediocampista central (elaboración propia, 2018).

¿Qué capacidad considera más relevante en un mediocampista lateral?

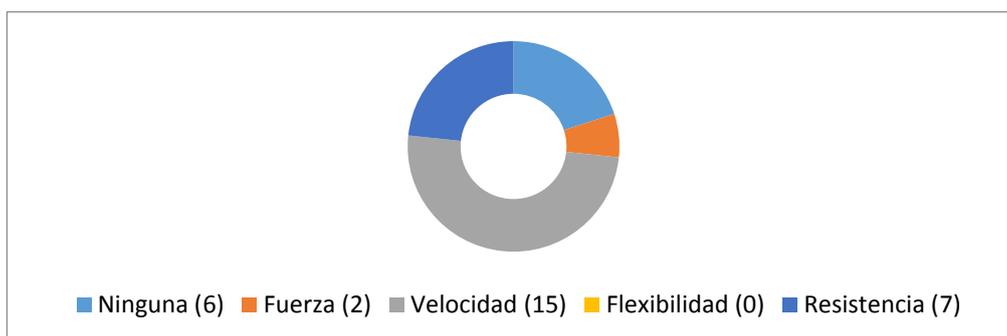


Ilustración 19. Relevancia de las capacidades en un mediocampista lateral (elaboración propia, 2018).

¿Qué capacidad considera más relevante en un extremo?

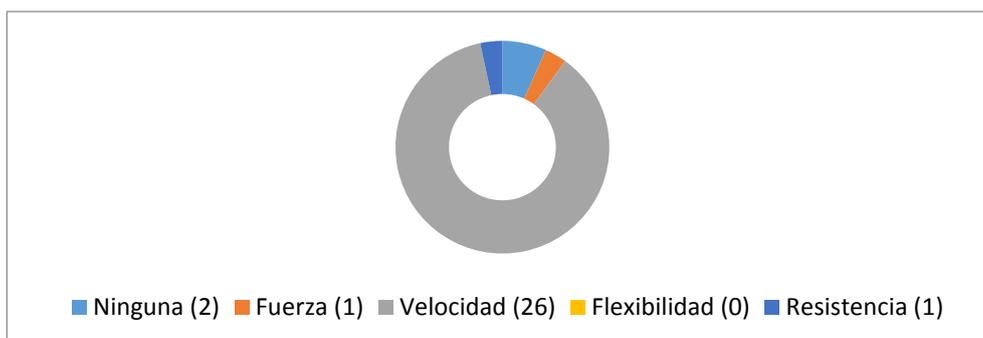


Ilustración 20. Relevancia de las capacidades en un extremo (elaboración propia).

¿Qué capacidad considera más relevante en un delantero?

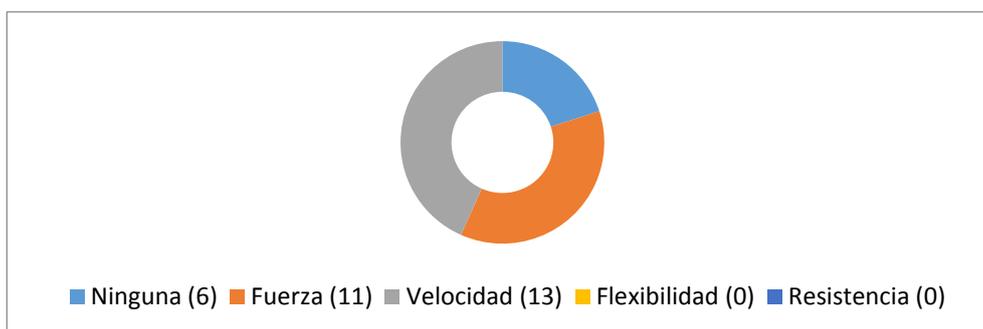


Ilustración 21. Relevancia de las capacidades en un delantero (elaboración propia. 2018).

El cuerpo técnico del seleccionado nacional, deja en claro que según el puesto varían las capacidades preponderantes y ello debe tenerse en cuenta a la hora de

programar. Se pone de ejemplo que, en el caso de un lateral-volante las distancias recorridas van a ser mucho mayores que las de un zaguero central, que las de un punta o la de los goleros. Por tanto, entienden que es una valoración que se debe hacer constantemente, centrándose en cada jugador en función del lugar que ocupa en la cancha, de sus recorridos, y su performance.

En los delanteros y defensas priorizan la agresividad y velocidad de reacción, el no tener miedo al rival ni al roce. En los volantes destacan la resistencia en velocidad, mientras que lo goleros resaltan la velocidad de reacción y la potencia. Igual así, se prioriza la fuerza en todos, ya que con ella consideran que se alcanzan mejores niveles de las demás. También, se busca la polifuncionalidad de los futbolistas, es decir que puedan participar en distintos puestos.

A nivel de clubes se considera como más relevante la velocidad en todos los puestos salvo en el mediocampista central que se destaca la resistencia (ver ilustraciones 15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21). Esto coincide en parte con la visión que mantiene el seleccionado nacional ya que como mencionamos con anterioridad resaltan en varios puestos diferentes manifestaciones de la velocidad.

4.4 Preguntas acerca de la conexión entre los cuerpos técnicos de los clubes y el seleccionado nacional

En cuanto al trabajo de planificación y desarrollo de las capacidades físicas de los jugadores juveniles ¿identificas conexión con el trabajo realizado por el seleccionado nacional sub 17?

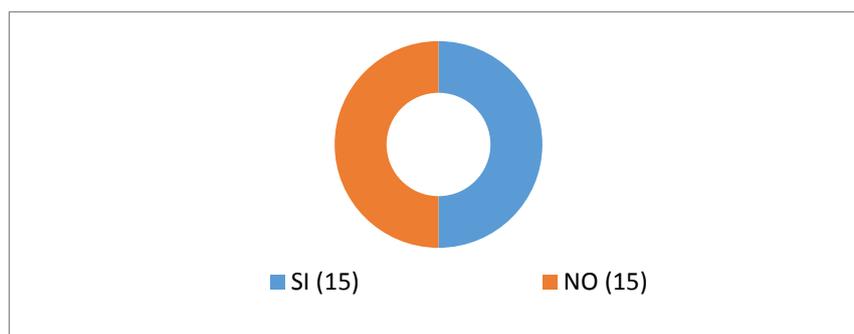


Ilustración 22. Existencia de conexión entre el seleccionado nacional y los clubes (elaboración propia, 2018).

Un 50% de los profesionales encuestados mencionó que no existe conexión entre el trabajo realizado por el seleccionado nacional y el de los clubes, el otro 50% declaró lo contrario. Por su parte, el seleccionado nacional identifica que hay conexión diaria con los clubes, pero sólo con aquellos que tienen jugadores en la selección.

¿Considera posible alcanzar el nivel físico de los jugadores pretendido por el seleccionado nacional sub 17 con el trabajo de los clubes?

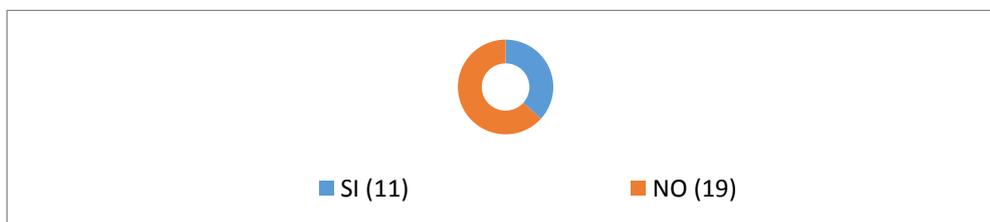


Ilustración 23. Alcance de los clubes del nivel que pretende el seleccionado nacional de los jugadores (elaboración propia, 2018).

El cuerpo técnico del seleccionado nacional comparte que hay 7 u 8 clubes que nutren a la selección de los cuales 4 tienen un nivel muy bueno y tratan de ir por la misma línea de trabajo. Manifiestan que depende del preparador físico que esté en cada club y su forma de trabajar, entendiendo que hoy en día hay metodologías muy diversas y que no tiene que ser una buena y otra mala o incompatibles entre sí, siempre y cuando haya una fundamentación y planificación completa atrás. Comparten además, que hay algunos clubes que se alinean con la selección en aspectos de formación integral, incluyendo a su vez los hábitos alimenticios, algo que al día de hoy se sugiere de vital importancia.

Diez de los encuestados señalaron que no es posible alcanzar dicho nivel físico por la falta de condiciones que posee la institución en la que se desarrollan ya sea a nivel de infraestructura, jugadores o profesionales a cargo. Cuatro determinaron que no es posible debido a la falta de conexión entre los cuerpos técnicos de los clubes y el cuerpo técnico del seleccionado nacional.

Por otro lado, cinco encuestados señalaron que es posible alcanzar el nivel físico pretendido por el seleccionado nacional en los clubes a partir de un trabajo coordinado y planificado.

Por último indicar que de los encuestados seis manifestaron que en parte es posible y en parte no, entendiendo que en algunos aspectos la infraestructura es perjudicial, el nivel competitivo también y la calidad de jugadores seleccionados; pero más allá de eso se puede lograr un trabajo similar. Habiendo un caso que manifiesta que ellos no se ven superados en infraestructura por el seleccionado nacional.

El cuerpo técnico del seleccionado nacional señala que llegan futbolistas muy jóvenes y se detectan muchas carencias desde el punto de vista físico, pero no es una determinante a nivel de selección. No dejan de lado a un futbolista que tiene determinadas condiciones, o de lectura, de comprensión de la jugada o de talento porque esté débil en alguna de las capacidades que son imprescindibles para el puesto que desarrolla sino que

apuestan a trabajarlo. También admiten que ellos simplemente eligen los mejores de los clubes, que ya seleccionaron los mejores del baby fútbol, por lo que en este aspecto para los clubes el nivel de jugadores es escaso por la gran cantidad de instituciones que hay.

5. DISCUSIÓN

El principal objetivo de este estudio es el de analizar los criterios de selección de jugadores que utilizan los entrenadores y preparadores físicos de los clubes del fútbol uruguayo categoría sub 17 en cuanto a las capacidades físicas y los de sus pares del seleccionado nacional sub 17. En este sentido los resultados revelan que la importancia que, tanto entrenadores como preparadores físicos, le otorgan a la condición física del jugador al momento de seleccionar talentos deportivos no parece ser determinante de manera aislada. Esto queda de manifiesto al enumerar, en primer término, una cantidad de factores que influyen en el rendimiento del joven, asociados a aspectos cognitivos, sociales, y por supuesto, a las habilidades relacionadas al deporte específicamente. A su vez, lo antes expuesto se relaciona con lo planteado por Weineck (2005) acerca de la selección de talentos y su dependencia de una infinidad de factores, que escapan del análisis y que aún hoy en día resulta imposible resolver de manera exitosa. En esta línea, diferentes estudios, entre los que se encuentran el de Pazo *et al.* (2011), Coelho e Silva *et al.* (2010) y Bidaurrazaga-Letona *et al.*, (2015), sostienen que las variables relacionadas con aspectos fisiológicos no deberían tomarse exclusivamente en cuenta de manera determinante, entendiendo que este proceso es mucho más amplio, precisándose un análisis holístico de la situación de cada uno de los jugadores en particular.

A pesar de lo manifestado anteriormente, las capacidades físicas son entendidas como una característica muy importante a la hora de seleccionar jugadores por la mayor parte de los profesionales encargados de llevar a cabo este proceso. Así lo demuestran varias investigaciones como las de González de los Reyes *et al.* (2016), Larkin & O'Connor (2017), Rebelo *et al.* (2013), Coelho e Silva *et al.* (2010) y Bidaurrazaga-Letona *et al.* (2015); en donde se hace especial énfasis en dicho aspecto a través de testificaciones, para establecer diferencias en relación al nivel competitivo y los perfiles por posiciones específicas. En algunos de estos estudios incluyen a su vez parámetros antropométricos que se suman a las evaluaciones de las capacidades físicas, con el objetivo de alcanzar un perfil de futbolista de elite en dicho aspecto, relacionándolo a su posición específica dentro del terreno de juego.

Con respecto a la valoración de las capacidades físicas en situación de juego o entrenamientos, se sostuvo que la misma se hace en mayor medida a través de la observación del rendimiento del jugador en situación de juego. Además, hay quienes realizan monitorización cardíaca o bien utilizan la herramienta del video análisis, indicando a su vez la percepción subjetiva del esfuerzo del jugador a través del diálogo con este último. Los test también son utilizados como herramientas para contar con información acerca de la situación de los jugadores con respecto a las diferentes capacidades físicas,

como la fuerza, velocidad y resistencia. En este sentido, modelos de detección de talentos como el expuesto por Vaeyens *et al.* (2006), incluyen tests de habilidades específicas del deporte tales como el dribbling o el disparo a portería, reconociendo grandes diferencias entre jugadores jóvenes de elite y no de elite.

En relación a lo destacado por los entrenadores y preparadores físicos con respecto a la relevancia de las distintas capacidades a la hora de seleccionar jugadores, se establece a la velocidad como capacidad más relevante, seguida por la fuerza y la resistencia, dejando en último lugar, la flexibilidad. Esto concuerda con lo establecido por Pazo *et al.* (2011) en su estudio acerca de la formación de jugadores de fútbol desde la perspectiva de los coordinadores de cantera en el fútbol español. Por otra parte, el cuerpo técnico del seleccionado nacional uruguayo sub 17 establece que la fuerza es la capacidad más relevante al momento de seleccionar jugadores, colocando la velocidad en un segundo plano, siendo esta una expresión de la primera. En este orden, Coelho e Silva *et al.* (2010) en su estudio con jugadores sub 14, también plantean la importancia de la fuerza como uno de los 3 indicadores en los cuales los jóvenes jugadores de elite tendrían ventaja frente a los demás. Junto a la fuerza, mencionan la agilidad y velocidad asociadas a los jugadores de elite.

En cuanto a las diferentes manifestaciones de la fuerza y velocidad, se sostiene que la fuerza rápida es la más valorada y que suelen identificar esta capacidad en los duelos 1 vs.1, mientras que la velocidad de reacción es la expresión más valorada de dicha capacidad. En este orden, la velocidad de acción e intervención relacionada con el juego es la más puntuada. Esto parece alejarse de los modelos y protocolos de selección de talentos utilizados en varios estudios como los de Rebelo *et al.* (2013), Vaeyens *et al.* (2006), Calahorra *et al.* (2012); en los cuales se tienen en cuenta, tanto la velocidad como la fuerza de los jugadores, a través de diferentes tests de saltos y velocidad.

En consecuencia a lo sugerido por Di Santo (2012), y en la misma orientación que el Seleccionado Nacional Sub 17 respecto a la flexibilidad y su importancia en los jóvenes futbolistas, los entrenadores y preparadores físicos de los clubes sugieren como muy importante su entrenamiento, ayudando a prevenir lesiones, remarcando en algunos casos, la importancia de su desarrollo como medio para mejorar las habilidades técnicas.

Por otra parte, con respecto a la resistencia como capacidad condicional, los profesionales de los clubes resaltan la resistencia aeróbica como manifestación más relevante. Además, la misma es identificada en situación de juego mediante la observación, como la posibilidad de mantener el rendimiento técnico-táctico a pesar de encontrarse bajo fatiga. Esto último resulta similar a lo enunciado por Pol (2011), en relación a la resistencia como capacidad física, quien determina que para la identificación y desarrollo de la misma no se deberá tener en cuenta solamente al jugador, sino que por el contrario, se tomará

como referencia su interacción con el entorno que lo rodea, de tal manera que su comportamiento colectivo no se resienta bajo fatiga.

En relación con la información obtenida con respecto a los puestos específicos y la capacidad física más relevante en ellos, este estudio, a diferencia del realizado por Coelho e Silva *et al.* (2010) y Vaeyens *et al.* (2006), ha tomado en consideración a los goleros aun sabiendo que el análisis de este puesto sumamente específico, con ciertas características propias del mismo, solicitaría mayor grado de profundidad y desarrollo, siendo importante a su vez, contar con la visión de un especialista como la figura del entrenador de goleros. Con respecto a esta posición en el campo, se ha manifestado una intención por la velocidad y la fuerza como capacidades más relevantes. La velocidad en este caso sería tomada con respecto a las manifestaciones que influyan en su juego, es decir principalmente de acción y reacción (Weineck, 2005). El cuerpo técnico de la selección sub 17 realiza el mismo planteo frente a estas manifestaciones de la velocidad. Estudios como el de Bidaurrezaga-Letona *et al.* (2015) sostienen que los goleros son más lentos, pero para esta afirmación se toman en cuenta registros en pruebas tales como el 15m sprint test, no específicos de su actividad en el campo.

Por su parte, frente a la capacidad física más relevante en un defensa central, se advierte como la fuerza y la velocidad fueron las más valoradas por los profesionales, siguiendo la línea de Rebelo *et al.* (2013) quienes sostienen que las expectativas de los entrenadores con respecto a la fuerza son colmadas por los jugadores, en un puesto en donde las acciones de contacto, así como los duelos con los oponentes se repiten. Este estudio no toma como referencia los laterales, sino que son incluidos dentro del grupo de defensores, siendo que tanto preparadores físicos como entrenadores, de clubes como de la selección, valoran la velocidad y la resistencia como claves para dicho puesto. Estas capacidades fueron las más valoradas para mediocampistas laterales y centrales respectivamente. La velocidad en este caso, es considerada como un rasgo de los jóvenes mediocampistas de elite por el estudio de Rebelo *et al.* (2013). En este sentido y según lo establecido por Calahorra *et al.* (2012) los mediocampistas son capaces de cubrir mayores distancias, tanto en Yo-Yo Tests, como en el campo, superando a defensas y atacantes, siendo la resistencia su capacidad más preponderante. Mientras tanto, con respecto a los extremos y delanteros, la capacidad más valorada fue la velocidad, siendo similar a lo expuesto por el cuerpo técnico de la Selección.

6. CONCLUSIONES

En primera instancia, es necesario establecer que el proceso de selección de jugadores juveniles es muy amplio, abarca aspectos varios más allá de las capacidades condicionales, aunque a su vez estas son fundamentales y más aún cuando se proyecta a futuro para una sostenibilidad en el alto rendimiento.

Hoy en día en el fútbol uruguayo, la selección de jugadores abarca una multitud de criterios dependiendo de la metodología de trabajo de cada profesional a cargo de los diferentes clubes. No se identifica una estandarización ni un modelo de identificación de talentos establecido, se destaca la observación del perfil futbolístico en general del jugador en situación real de juego por sobre otras herramientas de detección.

Se concluye que por más que las capacidades condicionales no son la prioridad a tener en cuenta en el proceso de selección de jugadores, las mismas ocupan un lugar importante. La más priorizada por los cuerpos técnicos de los clubes resulta ser la velocidad mientras que por parte del seleccionado nacional surge la fuerza, siendo que consideran que la velocidad es una manifestación de ésta.

Haciendo referencia a los puestos específicos de juego se determinan en cada uno de ellos diferentes capacidades priorizadas y se establece que ello es fundamental debido a las funciones que se cumplen en cada uno.

Dentro de las limitaciones de este estudio se encuentra el instrumento utilizado para la recolección de datos ya que el mismo redujo la información que se podría haber llegado a obtener si se hubieran aplicado entrevistas en vez de encuestas. Además, se identifica como una debilidad haber reducido el estudio solamente a los aspectos físicos dejando de lado variables psicológicas, sociales y cognitivas, ya que estas enriquecerían de gran forma el mismo.

Según lo antes expuesto, resulta interesante para un futuro investigar acerca de los demás aspectos que son tenidos en cuenta al momento de seleccionar jugadores más allá de las capacidades físicas, los que se incluyen dentro de las variables psicológicas, sociales y cognitivas. En este orden, podría abordarse un nuevo estudio con un enfoque multidisciplinario, donde primen aportes de profesionales de diferentes áreas de trabajo.

También resulta importante indagar en la forma de trabajo de las capacidades físicas, para que todos los clubes más allá de la infraestructura que poseen puedan alcanzar niveles similares en sus deportistas, apuntando a un perfil de elite internacional no sólo en el seleccionado nacional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bangsbo, J. (1997) Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Bidaurrezaga-Letona, I.; Lekue, J. A.; Amado, M.; Santos-Concejero, M., & Gil, S. M. (2015). Identifying talented young soccer players: conditional, anthropometrical and physiological characteristics as predictors of performance. RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte, 39(11), 79-95. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2015.03906>
- Bompa, T. y Buzzichelli C. (2016) Periodización del entrenamiento deportivo. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Bosco, C. (1996). *Aspectos fisiológicos De La Preparación Física Del Futbolista*. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Bosco, C. (2000) Capítulo I. En: *La fuerza muscular. Aspectos metodológicos*. (14-44) Barcelona, España: INDE.
- Calahorra, F., Zagalaz, M. L., Lara, A. J., & Torres-Luque, G. (2012). Análisis de la condición física en jóvenes jugadores de fútbol en función de la categoría de formación y del puesto específico. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 109(3), 54-62.
- Cea, M. (2001). La selección de las unidades de observación: el diseño de la muestra. En: Cea, M. *Metodología cuantitativa: estrategias y técnicas de investigación social*. (pp. 159-219) Madrid, España: Síntesis sociología.
- Coelho E, Silva M. J., Figueiredo A. J., Simoes F., Seabra A., Natal A., Vaeyens R., Philippaerts R., Cumming S. P., Malina R. M. (2010) Discrimination of u-14 soccer players by level and position. *Int J Sports Med*; 31: 790–796
- Cometti, G. (2002). La Preparación Física en el fútbol. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Di Santo, M. (2012) Capítulo 1: Aspectos conceptuales introductorios. En: *Amplitud de Movimiento*. (1-22) Barcelona, España: PAIDOTRIBO.

- Frattarola, C. y Sans A. (1998) Preparación física. En: *Programa de entrenamiento FÚTBOL BASE para la etapa de tecnificación*. (185–228) Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- González de los Reyes, Y., Fernández, J. y Sedano, S. (2016) Características de jóvenes futbolistas colombianos en el terreno de juego. *Apunts: educación física y deportes*, 126. 55-63. doi:[http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2016/4\).126.06](http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2016/4).126.06). Heredia, Costa Rica.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2010) *Metodología de la investigación*. (5ª.ed.) México, D. F.: McGraw-Hill Education.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014) *Metodología de la investigación*.(6ª.ed.) México, D. F.: McGraw-Hill Education.
- Issurin, V. (2014) Entrenamiento Deportivo. Periodización en Bloques. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Larkin, P., & O'Connor, D. (2017). Talent identification and recruitment in youth soccer: Recruiter's perceptions of the key attributes for player recruitment. *PLoS One*. 2017; 12(4): e0175716. pmid:28419175 *MHSalud*, vol. 10, núm. 2, agosto-diciembre, 2013, pp. 1-131
- Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. & Rost, K. (2004). Metodología general del entrenamiento infante juvenil. Barcelona, España: Paidotribo.
- Naclerio, F. (2011) Sección II: Entrenamiento y evaluación de las capacidades físicas. En: *Entrenamiento deportivo. Fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes*. (95-306) Madrid, España: Ed. Médica panamericana.
- Pazo, C. I., Sáenz-López, P., Fradua, L., Barata, A. J., y Coelho, M. J. (2011). La formación de los jugadores de fútbol de alta competición desde la perspectiva de los coordinadores de cantera. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 104, 56-65
- Pol, R. (2011). La Preparación ¿Física? en el fútbol. El proceso de entrenamiento desde las ciencias de la complejidad. España: MC Sports.

- Rebelo, A., Brito, J., Maia, J., Coelho-e-Silva, J., Figueiredo, A., Bangsbo, J. & Seabra, A. (2013) Anthropometric Characteristics, Physical Fitness and Technical Performance of Under-19 Soccer Players by Competitive Level and Field Position. *International Journal of Sports and Medicine*.doi:10.1055/s-0032-1323729.
- Rivas, M. y Sánchez, E. (2012). Fútbol. Entrenamiento actual de la condición física en el futbolista. De los métodos clásicos a los más actuales. Universidad Nacional Heredia, Costa Rica.
- Sautú, R., Boniolo, P., Dalle, P., y Elbert, R. (2005) Recomendaciones para la redacción del marco teórico, los objetivos y la propuesta metodológica de proyectos de investigación en ciencias sociales. En: Sautú, R.: Boniolo, P.: Dalle, P.: y Elbert, R. *Manual de metodología: construcción del marco teórico, formulación de los objetivos y elección de la metodología*. (pp.135-159) Bs. As., Argentina: Clasco. Universidad Nacional
- Stiff, C. yVerkhoshansky, Y. (2004) Superentrenamiento. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Vaeyens, R. Malina, RM. Janssens, M. Van Renterghem, J. Bourgois, J. Vrijens, R.M. Philippaerts. (2006). A multidisciplinary selection model for youth soccer: the Ghent Youth Soccer Project. *Br J Sport Med*; 40 (11): 928–34.
- Verkhoshansky, Y. (2002) Capacidades motoras del hombre. En: *Teoría y metodología del entrenamiento deportivo*. (237-310) Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Weineck, J. (2005) Entrenamiento de las principales capacidades motoras. En: *Entrenamiento Total*. (125-493) Barcelona, España: PAIDOTRIBO.
- Weineck, J. (2005) Fútbol Total. Entrenamiento físico del futbolista. Barcelona, España: PAIDOTRIBO.

ANEXOS

Anexo 1. Entrevista a preparador físico

Entrevistado: Jorge Calvi, Preparador Físico Selección Uruguay sub 17.

Entrevistadores: Mariana Spinoglio, Ignacio Turrén.

Fecha: 23 de Junio de 2018

Hora de Inicio: 12:00

Hora de finalización: 12:25 aproximadamente.

Código de transcripción:

- JC: Jorge Calvi
- MS: Mariana Spinoglio
- IT: Ignacio Turrén

IT: Estamos con el Profesor Jorge Calvi, Preparador Físico de la Selección Nacional Sub-17, este, hoy el día 23 de junio de 2018, siendo las 12 del mediodía en el Complejo Celeste. Y bueno, comenzamos con la entrevista profe.}

JC: Arriba.

IT: Qué nos puede decir acerca de los criterios que tienen en cuenta para conformar los planteles en cuanto a los diferentes factores de rendimiento.

JC: Bien, primeramente nace la captación que hacemos nosotros, nace de una observación que le hacemos a, al futbolista en su propio club como si, bueno, primeramente por su desempeño futbolístico en, en los partidos del campeonato. Y bueno a partir de ahí sí, cuando entra ya a lo que es la, el Complejo, el Complejo Celeste, ya el punto de evaluación alcanza otros matices como ser; las capacidades físicas, la capacidad mental, ehh, todo ese tipo de componentes que integra el fútbol ¿no?, este, se, generalmente hacemos algunos chequeos desde el punto de vista físico pero preponderantemente, este, el criterio que se utiliza básico es su capacidad futbolística.

IT: Correcto, bien, y en relación a las capacidades físicas, ¿qué aspectos considera importantes en un futbolista juvenil?

JC: Y bueno, todos. Todos porque, ehh, nosotros por ejemplo ahora estamos trabajando con la sub 17 pero, por ejemplo cuando trabajábamos con la sub 15 lo que nos daba cierta ventaja, o, o, o teníamos un, un plus era con aquellos futbolistas que tienen una maduración

un tanto precoz, pero que eso después va desapareciendo con el correr del tiempo. Ya ahora en la sub 17 eso ya no lo tenemos, entonces sí, aquellos, aquellos deportistas que en las pruebas que le hacemos desde el punto de vista físico tienen algún, algún nivel por encima de lo normal son para, son de una observación un poco más aguda, y le damos un poquito más de prioridad.

IT: Correcto. ¿Qué capacidades considera más relevantes al momento de seleccionar los jugadores?

JC: Bueno, lo que pasa es que no los seleccionamos por la capacidad. Nosotros acá, primero que nada tiene que ser un jugador de fútbol y a partir de ahí tratamos de darle las capacidades en que los vemos más debilitados. Eh sabiendo que el entrenamiento es individualizado y que a veces ese trabajo cuesta hacerlo porque no contamos con, con, con el recurso humano necesario como para dotar a cada uno de ellos con las cosas que necesiten. Porque todos sabemos que son 11 futbolistas, y los 11 son con capacidades diferentes, pero sí que desde el punto de vista de las capacidades físicas, ehh, nosotros consideramos preponderantemente la fuerza, y ahí apuntamos.

MS: ¿Y cómo la evalúan? O sea, ¿Cómo se dan cuenta de la capacidad de cada jugador de la fuerza?

JC: Y primero a través de la observación en la cancha, ehh, que, en los niveles de potencia a través de tantos, de tantos años mirando uno detecta que hay niveles superiores y niveles inferiores, pero, ehh, hay formas de evaluarla. Por ejemplo el trabajo pliométrico, el trabajo de potencia, el trabajo de fuerza reactiva, todo ese tipo de cosas, y bueno generalmente ahí los jugadores que tienen un, un nivel de fuerza diferente se, se nota enseguida.

MS: Muy bien.

JC: En los trabajos de circuitos de potencia, por ejemplo, de fuerza reactiva, de trabajos pliométricos, ahí enseguida salta.

IT: Bien, este, y específicamente digamos nos comentaba de la fuerza profe, de, ¿y de las otras capacidades que valoran ustedes?

JC: Bueno, el otro detalle importante, eh, la otra capacidad básica que desnivela también es la velocidad, pero lo, pasa que lo consideramos como una, como un derivado de la fuerza

¿no? Este, pero indudablemente son aquellas acciones que desnivelan hoy en el fútbol todos sabemos que es la velocidad y no es un detalle menor como para dejarlo, como para dejarlo pasar. Pero las desarrollamos simplemente como, eh, mayormente en situación de juego. No es que hagamos trabajos específicos de velocidad, simplemente que la mejor, tratamos de mejorar a través del aumento de la fuerza.

MS: Y en relación a las otras capacidades. Algo que...

JC: Y bueno las otras capacidades que tenemos son la resistencia. La resistencia general, la resistencia específica, y si las trabajamos pero poco. Nosotros acá hay que, habría que, que meterse un poquito en lo que es el trabajo de Selección. Nosotros los tenemos 3 días a la semana, lunes, martes y miércoles, después eh, el resto sigue con el club y generalmente los períodos de acondicionamiento físico básico que es donde se trabaja preponderantemente la resistencia, la hacen en su club. Entonces acá llegan con un nivel ya determinado que lo podemos ir mejorando a través de trabajos pero no es nuestro principal factor de preocupación.

IT: Correcto. Bien, y en cuanto a la flexibilidad. ¿Qué nos...

JC: Bueno la flexibilidad sí, también, este, tenemos, hay unas buenas máquinas que, que, para trabajarlas. Y también este, a los efectos de la prevención de, de lesiones y todo ese tipo de cosas, eh, en líneas generales tratamos de que cada finalización del entrenamiento, este, tomar en cuenta un trabajito de flexibilidad y también en los trabajos preventivos que, que este presente.

IT: Correcto. Bien, bueno, ehh, masomenos nos decía Profe, pero, ¿cómo identifican las capacidades en los jugadores, ya puntualmente los que ya seleccionan digamos?

JC: Bueno hay diferentes testificaciones, acá por suerte tenemos, ehh, los trabajos que hacemos con gps, y ahí detectamos cuantos, los recorridos, las aceleraciones, las desaceleraciones, generalmente hay una batería de test establecida que es; un Yo-Yo, es un, saltos en la alfombra, los de, los de, Squat Jump, Contramovimiento y Abalakov. Y después hacemos test de velocidad con células fotoeléctricas. Eso, esas pruebas se hacen al principio cuando llega el futbolistas, el deportista, y durante los períodos de preparación específica para la compe..., previo a la competencia también los volvemos a hacer.

MS: ¿Y eso lo hacen una vez que ya tienen la selección de jugadores?

JC: No necesariamente.

MS: ¿O antes o...?

JC: Por ejemplo, en sub 15 ahora lo están haciendo ya con la primera captación. Calculo que se está generando un banco de datos, que puede servir para después comparar ¿no?

MS: ¿Y esos resultados pueden ser una determinante de quien queda y quién no? O sea...

JC: No. Por eso te digo que generalmente lo, lo que prima es el nivel futbolístico a estas edades, porque consideramos que las capacidades físicas las pueden llegar a mejorar, excepto que estén demasiado deterioradas, pero si estuvieran demasiado deterioradas el futbolista no, no, no tuvo destaque en su club. Entonces siempre vienen acompañados de un combo que implica la parte futbolística, con la parte física ¿no? Lo que más a veces trabajamos es la parte mental, que es ordenar a ese futbolista para que, para acompañarlo en todo lo que tiene que ver con la formación integral, en este caso con Selecciones juveniles.

MS: Y cuando te referís a nivel futbolístico... ¿qué es lo que priorizas?

JC: Y la lectura de juego, la técnica, el concepto táctico que puede tener, el sentido colectivo, sentido solidario, la resiliencia, la capacidad para esforzarse, digo, todo lo que vemos día a día en un partido de fútbol y se pone de manifiesto. Todas esas capacidades que no atañen a lo que tiene que ver nada más que con la, con lo que es preparación física. Está puesto de manifiesto.

IT: Correcto, este, bien. Y en situación de juego, entrenamiento y partidos... nos hablaba de gps también. Pero, ¿cómo valoran las capacidades físicas en situaciones reales? Ya sea de juego, de entrenamiento...

JC: Bueno, eh, hoy por hoy el Gps ya se lo pueden colocar el día de los partidos, eso lo valoramos. Pero después uno va ensayando la observación, ensayando el ojo, y va detectando. Nosotros por ejemplo, y ustedes vieron el entrenamiento de hoy y había un trabajo de duelos, y ahí se ponen de manifiesto todas esas exposiciones de fuerza, de potencia de las que estamos hablando, de resistencia. Y bueno este, el 1 contra 1 es un ejercicio básico para determinar esas, esas cualidades ¿no? Que son desnivelantes hoy, a

nivel, a nivel futbolístico, estrictamente, en base a una capacidad física. En un ejercicio de 1 contra 1, de 2 contra 2, este, hay una manifestación muy amplia de lo que son las capacidades físicas y, y los diferentes niveles que puede tener un futbolista con otro. Y bueno esos puntos comparativos influyen.

IT: Perfecto.

JC: A nivel de seleccionar futbolistas. ¿No?

IT: Sí, sí.

MS: Y esas evaluaciones que hacen de las capacidades, que nos comentabas... ¿Qué objetivo tienen para ustedes?

JC: Bueno, generar un banco de datos. Este, también puede ser para prevenir lesiones, porque por ejemplo, la, la, la prueba de velocidad se hace arrancando con una pierna o arrancando con otra. La fuerza, los ejercicios de potencia también a veces. Entonces vos podés detectar ahí, desde el punto de vista biomecánico, cosas para trabajar en la prevención, y este, y sino también, generalmente se forma un banco de datos que vos sabes si un futbolista... por ejemplo alcanza un determinado nivel en el salto y viene de una lesión y lo estás recuperando, eso puede ser una buena medida para saber en qué grado de la recuperación está.

MS: Claro.

JC: O sea, tiene muchas utilidades. Por ejemplo, en la primera cuando no estaban los gps todavía, en el primera, campeonato sub 15 que hicimos acá, nosotros mediamos el grado de fatiga del futbolista a través de las pruebas de, de alfombra. Según el nivel de salto, veíamos el grado de fatiga. Si el, si, nosotros sabíamos cuánto saltaban ellos en estado bien, después de haber jugado un partido esos valores disminuyen y a medida que aumenta la recuperación van retomando el nivel normal. Y bueno, eso todavía a veces lo podemos usar.

IT: Correcto. Bien. Ehh. Y pasando a, a lo que son los puestos específicos del juego. En, o sea, ¿Qué diferencia encuentra según el puesto específico y las capacidades? O sea en relación a las capacidades...

JC: Bueno, son, claro, según el puesto, varía la capacidad preponderante, y eso tenemos que tenerlo en cuenta a la hora de programar nuestros entrenamientos. Eh, que no todos trabajan de la misma manera. Por ejemplo, si tenemos un latera-volante las distancias van a ser mucho mayores que las de un zaguero central, que las de un punta, los goleros por supuesto trabajan a parte con su, con su propio entrenador. Y eso es una valoración que se debe hacer constantemente, que darle a cada uno en función del lugar que ocupa en la cancha, en función de sus recorridos, y su performance.

IT: Y puntualmente en lo que es la selección... ¿qué pretenden ustedes de, en cuanto a las capacidades físicas, digamos, en cada puesto específico?

MS: En cada puesto específico

JC: Bueno, eh, lo que pretendemos es, son jugadores fuertes, veloces y resistentes... y flexibles. Y si tenemos todo eso bárbaro, y ahí en función de las testificaciones que hacemos, aquellos valores que no alcancen un nivel maso menos normal tratamos de irlos compensando. Pero no nos, en este país no nos podemos poner muy exquisitos con que pretendemos tantas cosas porque somos 3 millones de habitantes. Y somos pocos los clubes y está todo focalizado... por suerte está bastante centralizado, por suerte o por desgracia, no sé si es una, si es una virtud. Pero esta todo centralizado en lo que es Montevideo. Ya vienen desde muy jóvenes acá y se detectan muchas carencias desde el punto de vista físico, pero no es una determinante a nivel de selección. Hoy nosotros no podemos estar dejando de lado a un futbolista que tiene determinadas condiciones, o de lectura o de comprensión de la jugada o de talento, porque esté débil en alguna de las capacidades que son imprescindibles para el puesto que desarrolla. Tenemos que trabajarlo con él.

IT: Claro.

JC: ¿Me explico?

IT: Sí, sí.

MS: Y... ¿podés decirnos de cada puesto qué... como qué capacidad ves como más específica?

JC: Bueno sí, la fuerza en todos. La fuerza en todos porque es la que, la que les permite llegar eh... con un desarrollo de la fuerza yo puedo obtener mayor resistencia, puedo tener

mayor velocidad, entonces es la que atacamos más y la que trabajamos más. Pero después la que, la que nos interesa también es la velocidad, la velocidad de reacción, y bueno, esté, la resistencia anaeróbica. Son las que buscamos preponderantemente, la capacidad de repetir varias veces el mismo esfuerzo, por eso hacemos ejercicios intermitentes. O sea que no solamente explote una vez, sino que tenga la capacidad de explotar sucesivamente las veces que le sea requerido el juego.

MS: Y eso... ¿lo generalizas a todos los puestos?

JC: Y sí..

MS: No por ejemplo ta... que el delantero sea más veloz, que el defensa... ¿o algo así?

JC: Y no, porque hoy, hoy ya los delanteros te están corriendo 9 o 10 kilómetros tal cual como, casi como un volante. Quizás los zagueros centrales son los que corren menos pero, a este nivel no podemos ser tan exquisitos porque aparte tampoco estamos crucificando ningún jugador con ningún puesto. Hoy por hoy también la, la, el ser polifuncional es una herramienta que cada futbolista tiene para poder integrar una lista de un plantel.

MS: Claro.

JC: Y esa polifuncionalidad a veces abarca dos puestos diferentes, por ejemplo el zaguero y el lateral, son puestos diferentes, con recorridos diferentes, con sectores de la cancha diferentes, pero a su vez el mismo jugador puede jugar de un lado y del otro. Entonces no podemos obviar una forma de trabajar y por eso a veces, a veces los trabajos específicos... este... los hacemos, pero a veces no son tan específicos.

MS: No está bueno encasillarlos...

JC: Ahí está...

IT: Bien...

MS: En cuanto al trabajo de planificación para el entrenamiento de las capacidades, que es como en lo que estamos centrados... ¿Sientes que hay una conexión con los clubes afiliados a la AUF? O sea ¿Cómo que si ves entre la Selección y los Clubes de la AUF algo que haya algún contacto para entrenar?

JC: No, Contacto hay, hay contacto porque los clubes reciben diaria... ehh, cuando nosotros terminamos nuestro microciclo que es lunes, martes y miércoles los clubes reciben una información de qué fue lo que hicieron acá. Nosotros ya sabemos que en el club van a ir jueves y viernes, y esta categoría juegan los sábados. Indudablemente estamos, excepto 3 o 4 clubes, sabemos que no todos cuentan con lo que nosotros contamos acá para ofrecerle al deportista. Pero en líneas generales notamos que cada vez se está trabajando mejor en todos los clubes, que si bien acá tenemos una perspectiva diferente y unos recursos diferentes, no nos podemos quejar de que, de que el trabajo en los clubes sea malo, al revés, vienen muy bien.

MS: Y ahora por ejemplo... ¿ellos entrenaron ahora y se van a jugar partidos?

JC: No, ellos hoy no juegan, hoy entrenaron. ¿Viste el entrenamiento de hoy?

MS: Sí.

JC: Es imposible que puedan jugar hoy.

MS: No por eso, pero como dijiste que ellos jugaban los sábados.

JC: Ah no claro, pero este grupo justamente viaja a jugar la semana.

MS: Entonces está como aislado del club...

JC: Nosotros entrenamos lunes, martes y miércoles. En líneas generales en todo el año entrenamos lunes, martes y miércoles, y los jueves y viernes van a su club para jugar el sábado. Cuando tenemos un partido como en este caso que tenemos un partido internacional en la semana, esta semana entrenaron todo con nosotros.

MS: Ahí va, bien.

JC: Y lo que hacemos es que, la competencia principal es el Sudamericano que es en marzo, ahí los tomamos un par de meses antes y trabajan con nosotros todo el tiempo. Y ahí hacemos una preparación específica.

MS: Bien. Y en relación a la selección de los jugadores. Que ustedes, que vos me decías que ustedes como no priorizan tanto lo físico, sino otros aspectos futbolísticos. ¿Crees que

en los clubes se prioriza lo mismo también al momento de detectar jugadores para la formación de cuadros?

JC: Sí, y mirá, creo que en los clubes más todavía. Porque es muy poco el material que hay para recurrir, entonces yo lo que tengo que elegir es alguien que juegue bien al fútbol y después lo voy a dotar de cualidades físicas. Es que los clubes tienen una competencia mucho más feroz que nosotros. Nosotros vamos y elegimos de los clubes, eh, es un poco la misma selección que hacemos sólo que nosotros tenemos que agudizar un poco más el ojo porque estamos, tenemos que elegir los mejores de cada uno de esos clubes, que eligieron a su vez a los mejores de, de baby fútbol. ¿No?

MS: Sí, sí.

IT: Claro.

JC: Pero ni que hablar que pienso yo, yo no eh... yo cuando trabajaba en el club, lo primero que buscaba es que, que el jugador tuviera un entendimiento del juego con, como primer requisito.

IT: Bien, e ¿identifican clubes en particular que trabajen digamos en la misma orientación de ustedes en cuanto, no sólo a la selección sino al desarrollo de, de los talentos en este caso?

JC: Sí, sí. Te podría decir que nosotros generalmente, eh... la, las estadísticas indican que hay 8, hay 7 u 8 clubes que son los que nutren a la selección. De esos 7 u 8 hay 4 clubes que sobre, que se destacan sobre los demás y tienen un trabajo que es muy bueno a nivel de juveniles. Y por supuesto que dentro de sus posibilidades están tratando de ir en la misma línea de nosotros.

IT: Bien... este... en cuanto al calendario dentro de, de la, de lo que es la selección de futbolistas... ¿cómo, cómo se organiza lo que es la preselección y después la selección?

JC: Nosotros eh, en sub 17, que es la categoría de la cual estamos hablando empezamos en marzo un trabajo de, de un año y lo desarrollamos para marzo del otro año, o sea que tenemos un año. Este, generalmente hacemos 3 o 4 meses la selección de los futbolistas cambiando los núcleos de trabajo. Después, empezamos con una competencia internacional con una base, que puede tener una base fija de 12, 13 jugadores y después hay 7 u 8 que pueden ir cambiando. Y después afinamos la preparación sobre lo que es el fin de año, y

para los últimos 3 meses ya con un trabajo específico con ellos, que nos los quedamos nosotros a los jugadores, los clubes los ceden sin ningún problema hasta ahora, y ahí trabajamos nosotros exclusivamente con los futbolistas.

IT: Claro.

JC: Ese es el calendario.

MS: ¿Y este grupo que tienen ahora ya vendría a ser el definitorio o se va variando?

JC: No, no, recién estamos en la etapa del medio. Estamos en junio, y nosotros estamos preparando para marzo del año que viene. Recién ahora vamos a empezar con lo que es competencia internacional. Que nos ofrece, la competencia internacional nos ofrece un punto de vista diferente que es para lo cual nos estamos preparando.

MS: Claro.

JC: Que no nos, no nos da la competencia de entre casa. Entonces por eso tenemos que empezar a probar en competencia internacional, ver su desempeño, ahí volver a evaluar y ahí si hay que hacer algún retoque en un grupo se va haciendo.

IT: Correcto. Y una pregunta profe que quedó colgada de la anterior. Este, Podría decirnos algún punto de contacto que encuentre entre lo que ustedes pretenden y cómo los jugadores llegan en cuanto a algunas de las valencias físicas que ustedes consideran importantes... En cuanto a la fuerza, cómo ven que llegan. Este, algunos puntos de contacto que pueda determinar.

JC: Pero puntos de contacto, ¿cómo? no te entiendo muy bien.

IT: En cuanto a lo que es que el jugador llega preparado, por ejemplo, para realizar determinados ejercicios de fuerza que ustedes consideran importantes...

JC: No, sí, sí, hay clubes que trabajan perfectamente. Depende un poco del Preparador Físico que esté en cada club. Por ejemplo, como ejemplo a lo que vos me estás preguntando, hubo una época en la que yo recibía jugadores de un determinado club que el Preparador Físico le gustaban los trabajos de, de fuerza, y los ejercicios los conocían perfectamente, y a veces nos llega gente que trabaja con otra metodología de trabajo, que

no conocen lo que es un levantamiento de pesas. No hacen un arranque, no hacen un segundo tiempo de potencia, por ejemplo, por decirte ejercicios específicos. Y eso después hay que equiparlo, pero depende mucho de eso, del Preparador Físico que esté en cada club. Hoy hay diferentes metodologías de trabajo, hay gente que trabaja de una manera, hay gente que trabaja de otra. Hay gente que prioriza la fuerza, hay gente que prioriza el juego, hay gente que prioriza el desarrollo de las capacidades físicas trabajadas de forma analítica, y bueno todo, todo eso nos varía un poco a nosotros nuestros esquemas de trabajo. Pero, es una variable que hay que tener en cuenta.

IT: Ahí está, correcto, muy bien.

MS: Y.. ¿algo más que te parezca relevante para contarnos en cuanto a la selección así, captación de jugadores?

JC: Bueno como contarles, que yo soy profesor de liceo y me parece que el fútbol es una herramienta fabulosa como para que aporte a la educación integral del deportista y de las personas de este país. Hoy por hoy lo que representa la selección la imagen que estamos dando a, al primer nivel, este, me parece que es un espejo, un reflejo, que tendrían que ver varias de las organizaciones y si, en lo posible varios clubes, para trabajar maso menos de la misma manera, porque lo que logramos acá... a nivel atencional, a nivel de educación de los, de los mismos chiquilines que van al liceo a veces es, eh... me resulta incomparable... lograr, como logras, como se logra la atención de los chiquilines acá cuando le hablamos, le decimos una cosa y vas un liceo y ves que esos mismos chiquilines tienen todas las notas bajas es increíble. Acá no vuela una mosca cuando hacemos una charla. Y vamos al liceo, y nadie te atiende y todo es un caos. Entonces me gustaría poder integrar más, ver, bajo qué forma se puede llegar a eso. En lo personal pienso que cada vez tenemos que ir más desde, desde el gimnasio al aula, y no desde el aula al gimnasio, pero bueno es un desafío importante que tenemos que atender un poquito más y ver si se puede hacer algo.

IT: Muy bien, bárbaro.

MS: Perfecto, por ahí...

IT: Bueno muchas gracias Profe.

JC: Pero por favor, estamos a las órdenes.

Anexo 2. Entrevista a entrenador

Entrevistado: Alejandro Garay, Entrenador de la Selección Uruguay sub 17.

Entrevistadores: Mariana Spinoglio, Ignacio Turrén.

Fecha: 23 de Junio de 2018

Hora de Inicio: 12:00

Hora de finalización: 12:25 aproximadamente.

Código de transcripción:

- AG: Alejandro Garay
- MS: Mariana Spinoglio
- IT: Ignacio Turrén

IT: Estamos con Alejandro Garay Entrenador del Seleccionado Nacional sub 17, a quien le agradecemos su tiempo, siendo el 23 de junio de 2018, y eh, las 12:48 iniciamos la entrevista.

Este... Alejandro qué nos podría decir acerca de los criterios que tienen en cuenta para conformar eh... los planteles en cuanto a los diferentes factores de rendimiento...

AG: Lo primero es que juegue y se destaque en su club. Eh, que tenga cierto destaque técnico, notoriedad dentro de su barrio, de su hábitat, de su club. Lo vamos a observar, y después tenemos algunos parámetros que están, maso menos, son muy subjetivos, pero son basados en aspectos físicos, fundamentalmente y actitudinales. En los aspectos físicos está relacionado al somatotipo, a la velocidad, que ya algún esbozo de velocidad podemos ver, y después en lo actitudinal. El que, si tiene carácter, y ver, ver cómo se maneja, y ese tipo de cosas. Esos son parámetros básicos de observación, para invitarlos ¿no? Y después hay todo un scouting y una solicitud de datos, que está relacionada con el club, con los padres, con la familia, eh... todos esos datos si nosotros antes de convocarlos los tenemos es un insumo que le damos mucha importancia.

IT: Correcto. Y en relación a las capacidades físicas propiamente dicho eh... ¿qué considera importante en un futbolista juvenil? Desde su rol de entrenador...

AG: Nosotros estamos en la etapa formativa plenamente, pero si hay elementos relacionados con la flexibilidad, la coordinación, la velocidad, y ya lo tienen incorporado, para nosotros es un elemento facilitador de todo lo otro. Porque esos son los tres aspectos fundamentales.

IT: Claro, bien, este, bien, en general nos comentaba un poco, pero para ahondar un poquito más ¿qué piensa al seleccionar un jugador? ¿Qué se le viene a la cabeza?

AG: Primero que ellos están en una etapa, en las edades que manejamos nosotros que están, eh, en una etapa en la cual todavía están definiendo qué van a hacer, tanto dentro del fútbol como en la vida. Y en la vida hay chiquilines que ya cuando salen del colegio primario tienen claro que es lo que van a hacer, qué van a estudiar, se, se visualizan, tienen un proyecto de vida y le ponen cierta pasión. Y en el fútbol algo parecido pasa, uno nota en aquellos chiquilines, quiénes son los que tienen pasión por lo que van a hacer y dentro del campo los especialistas los especialistas en cada puesto. Entonces los que vemos que son delanteros, delanteros, esos no los cambiamos de lugar, o no le ofrecemos la alternativa de otro puesto. A los zagueros y a los goleros. Pero después hay todo un, entre comillas, un “relleno” de posiciones, que tienen cierta similitud, en los consumos energéticos y en las, en las capacidades físicas que son parecidas de un volante con un lateral, de un zaguero con un volante central. Digo todas esas cosas que se dan nos hacen ir, en todo este tiempo, ofreciéndole alternativas pero a los especialistas no los tocamos, los dejamos. El que es goleador, lo dejamos de goleador, no lo tocamos, pero le ofrecemos sí la posibilidad de que experimente en otro puesto y definan de qué van a jugar.

IT: Bien. Y en relación a, a ese grupo digamos... que, que, que está entre una cosa y otra digamos. Que ya tiene su puesto pero que todavía puede cambiarlo... ¿Qué valoran ustedes? O sea que, ¿qué valora desde el rol de entrenador en cuanto a las capacidades físicas como las más sobresalientes de ese grupo?

AG: Y bueno, lo primero, este, nosotros vemos eh, en base a evaluaciones hacemos una proyección de... nosotros creemos que la fuerza es el inicio de todo, y con fuerza tenemos todo lo otro que queremos. Velocidad, potencia, este, la flexibilidad misma también se trabaja, entonces ese tipo de cosas. Pero después un elemento fundamental es la velocidad, es la velocidad. Velocidad de ejecución, velocidad de toma de decisiones y razonamiento, que es diferente a la de la toma de decisiones. La de razonamiento es un paso previo, el razonamiento digo, es un paso previo, en milésimas de segundo antes de la toma de decisión y de ejecución. Entonces nosotros tomamos muy en cuenta eso, después, en los aspectos personales los hábitos que va incorporando como deportista, como niño, como ciudadano, los valores, valores, el respeto en todos los sentidos. Respeto por el juego, respeto por el rival, respeto por el compañero, respeto por la gente que trabaja, respeto en

el ómnibus, respeto en el colegio. Todo eso lo vamos, este, trabajando y viendo qué respuesta tenemos de ellos, entonces por ese lado va un poco cómo encaramos la tarea.

MS: Y al momento de seleccionar jugadores... ¿qué, qué lugar ocupa para vos la capacidad física? ¿Las capacidades físicas?

AG: Y es fundamental. Acá hay dos, hay tres aspectos fundamentales que el, el físico, el técnico y psicológico. Son las tres patas que componen al futbolista. El físico porque la realidad del fútbol de la alta competencia, en este rol de seleccionador, hace que pase a ser una valencia preponderante para el desarrollo, para el mantenimiento del rendimiento. Cuanto más permanencia en el alto rendimiento tengo, es producto de las capacidades físicas y además de las psicológicas ¿no? Pero le damos una importancia muy... no la tengo cuantificada en porcentaje pero es muy importante.

MS: Bien.

IT: Nos hablaba de la, de los que ya tienen vocación por ser delanteros, por ser defensas, goleros... este, bueno y después todo el resto. ¿Identifica alguna capacidad dentro de los que son delanteros, defensas, este como preponderante en cuanto al físico?

AG: Sí... ¿en cuanto a lo físico?

IT: En cuanto a sí, las capacidades...

AG: La agresividad. Sí, sí, la agresividad. Es decir la agresividad y la velocidad de reacción, es decir, son detalles del delantero y detalles del defensa, son específicos. Y otra de las cosas es el... el... la agonística super desarrollada, es decir, ellos tienen la capacidad de, de hacer, de no tener miedo al rival, al roce, son corajudos, en una palabra, es el coraje.

MS: ¿Y diferencias que, que encuentres según los puestos en cuanto a las capacidades físicas?

AG: Ah, hay muchas, por ejemplo hay puestos que están relacionados más a la resistencia, velocidad, resistencia a la velocidad.

MS: ¿Cómo cuáles?

AG: Los volantes, volantes externos, los laterales, y algunos delanteros también porque vemos a, a Cavani que es un claro ejemplo de la resistencia en velocidad. Este pero después la, como te digo la resistencia en ese tipo de futbolistas, la velocidad de reacción y potencia en los góleros, en los “nueves” y en los zagueros también, y ta. La repentinización en los volantes internos también, es decir, son elementos que hacen al puesto.

MS: Perfecto,

IT: Y, y en... o sea ¿Dónde ven ustedes en situación de juego reflejadas las, las, las capacidades digamos?

AG: ¿Las capacidades físicas?

MS: ¿Dónde ve como Entrenador? ¿Dónde se...?

AG: En todo, en todo momento. Porque el fútbol es un, es un deporte acíclico pero además es imprevisible. No es, no tiene esa... esa lectura predeterminada como puede tener básquetbol o el rugby u otros deportes de conjunto, que se intuye y se... y como que se lee y de ahí se desprende que hay muchas cosas predecibles en esos otros deportes. En el fútbol es impredecible entonces una de las capacidades más asombrosas del futbolista es la adaptación y la reacción a lo que viene, porque es inesperado, aunque puede ser parecido, nunca es igual pero es inesperado además. En todo sentido porque hasta en la velocidad de la pelota es diferente. De un futbolista a otro, de una... de un ejercicio a otro, o de un gesto técnico a otro. Y para eso se necesita una gran capacidad de adaptación pero a su vez una gran memoria almacenada que está muy emparentada con lo intuitivo, con... como que parece que fuera algo que ya traemos adentro pero es algo aprendido que tenemos en reserva y lo sacamos sin... casi sin... casi lo sacamos de forma inconsciente. Yo creo que no, que todo es consciente pero este, el cuerpo responde a algunos estímulos en forma, ya que lo tiene previsto, y eso es el acumulado, el acumulado de historia de trabajo, y esa es una de las capacidades fundamentales del fútbol. Si vos me decís como lo tengo que definir no sé, pero hay, porque hay un componente importante de todos los elementos que juegan, desde lo genético, fundamental, eh, todo lo aprendido, y todas las experiencias previas, si le dio resultado o no le dio resultado, es decir, esas cosas pasan mucho en el fútbol.

IT: Correcto.

MS ¿Y cómo evalúan las capacidades físicas al momento de seleccionar los jugadores?

AG: Se hacen diferentes test de... eso es bastante medible, bastante. Porque por ejemplo eh, después de los test y las evaluaciones se hace todo un cuestionario, porque si nos vemos ante las evaluaciones con una realidad que nos llama la atención la poca capacidad aeróbica por ejemplo, empezamos a preguntar y es un niño sedentario, un "niño de apartamento", entonces ahí está la consecuencia, entonces hay que rever todo eso y hacer estrategias de protocolos de entrenamiento que contemplen eso. A su vez de no sacarlo de lo específico del fútbol, entonces todas esas cosas lo logramos con las evaluaciones, con testificaciones. Hay diferentes test de todo tipo.

MS: ¿Y esas evaluaciones eh, son una determinante al momento de qué jugador elegir y cuál no?

AG: No, en estas edades no. Lo que, lo que sí es determinante es para elegir el protocolo de entrenamiento y las cargas. Y de cómo te armás los microciclos, mesociclos, y todo lo, los trabajos para ese chico, complementarios de la actividad en común.

MS: ¿O sea que las capacidades las ven más en situación de juego qué específicamente mediante evaluaciones?

AG: No, no. Las vemos más específicamente en evaluaciones que en capacidad de juego, de juego. Porque hay futbolistas que disimulan mucho sus carencias, por capacidad naturales, intuitivas y capacidades técnicas.

MS: Sí, sí, pero al momento de seleccionar un jugador lo ven en situación de juego ¿o no?

AG: Sí, sí, nosotros por lo general eh... creo que no, no, no, no tiene nada que ver lo que vos decís en el sentido que nosotros para seleccionarlo... si juega bien lo seleccionamos.

MS: Claro.

AG: Y nosotros vemos... Estamos en una edad en qué lo podemos mejorar. Nosotros los pensamos en el campeonato, en la competencia, pero más que nada pensamos a los 23 años, 24, Selección Mayor.

MS: Claro.

AG: Ese es un poquito

MS: Proyecto.

AG: Capaz, capaz que no lo dije de antemano pero esos son los... Nosotros tenemos un objetivo que es formar futbolistas para la Mayor. Que tenemos competencias y las queremos ganar, sí, pero no es a cualquier precio. Nosotros tenemos que tener, tener una base grande de la pirámide para que la... El Maestro pueda elegir a futuro. Entonces capaz que lo que tu decías recién que yo por un tema de, de verlo, evaluarlo en el juego lo saco... pero tengo que evaluar la proyección de ese niño. De repente juega 20 o 25 minutos a gran nivel y después cae. Alguna razón hay, física, de concentración, de motivación, hay muchos tipos de aspectos que hacen que él pueda bajar. De alimentación, de todo su entorno, descanso, todos esos elementos que juegan a la hora del rendimiento los ponemos en la balanza. ¿Vale apostar? ¿Vale hacerle todo un trabajo suplementario? Y... por lo general nos inclinamos porque sí. Si juega bien, pero a su vez tiene buenos hábitos, le gusta aprender...

MS: tiene ganas...

AG: Y es actitudinalmente es bueno apostas... a ese apostás.

IT: Correcto. Bien. Y... ¿Cómo se organiza el proceso de selección para la conformación del, del plantel digamos?

AG: Visualización, ir, visitar. Ehh charlas directas con los entrenadores y los coordinadores. Eh... buscar mucha información y después ir a verlos en el lugar.

IT: Correcto. ¿Y en cuanto al calendario de ustedes, de su actividad propiamente dicha acá en la selección?

AG: Es muy irregular en cuanto a, a no poderlo armar, por; primero, por los campeonatos nuestros que tienen, que son irregulares; segundo, porque nosotros estamos siempre con dificultades económicas para armar un calendario previo de salidas internacionales, que en la etapa de formación son fundamentales. Fundamentales porque lo que da el, la competencia internacional no lo da ninguna competencia acá. Ninguna. Entonces es necesario, y te diría vital, tener esa experiencia. Entonces ta... cuando van apareciendo los vamos sembrando en el año, pero si pedimos que en la etapa final de preparación, ahí sí un acumulado de partidos importantes, más la preparación final para ir a disputar el

campeonato. Pero andamos alrededor de los 20, 24 partidos internacionales cada selección, cada periodo de preparación.

MS: Bien.

IT: Bien eh... Y en el trabajo de selección digamos de jugadores... ¿se hace un trabajo en conjunto con los otros equipos, con los equipos digamos que componen el campeonato de la AUF?

AG: Sí, sí, siempre. Nosotros por ejemplo tenemos un, un, el... los microciclos nuestros de trabajo, la unidad de trabajo es lunes, martes y miércoles, entonces les llamamos las, las "tres E". Nosotros enseñamos el lunes, entrenamos el martes y, ejecutamos y evaluamos el, el miércoles con partidos de fútbol, prácticas de fútbol interno o amistosos con clubes de acá. Cuando es en el exterior es diferente porque los tenemos todo el día con nosotros y ahí tenemos toda una serie de trabajos que... Nosotros trabajamos muy poco a veces en aspectos tácticos porque queremos trabajar en lo específico, en lo técnico, individual para mejorar capacidades por las condiciones de trabajo que hay acá, que en los clubes no lo tienen. Pero a nosotros nos gustaría, de repente, tener otro formato de preparación. Por ejemplo se me ocurre 20 días de corrido todos juntos, mañana y tarde, eh, supongo que puede ser mucho más efectivo que esto de ir sembrando, porque hay... es muy variable la convocatoria porque hay chiquilines que tienen problema el sábado, no vienen el lunes y el miércoles había quedado pendiente devolución de lo que habíamos hecho en la semana, se te descuelgan, se olvidan por la edad... No es muy constante ¿no? Eh... es como que todas las semanas es un volver a empezar.

IT: Correcto.

MS: Y en cuanto a la, en cuanto a la selección específica de jugadores... ¿Crees como que van por la misma línea ustedes de la Selección y los clubes? ¿O sea que los clubes al momento de detectar jugadores para adquirir a los planteles...?

AG: Depende, los clubes tienen la libertad de que, de que pueden dejar libre todos los años grupos. Y el tema del resultado en algunos condiciona más todavía toda esa elección. Quieren ganar el momento. Hay chiquilines que juegan muy bien porque tienen una... en las edades tempranas porque hay una maduración precoz, hay cantidad de elementos que hacen que pueda jugar más que otros y a la larga capaz que un gran porcentaje de esos niños no termina ayudando a los equipos de primera división. Se quedan en el camino.

MS: Claro.

AG: Mientras que los otros que tienen maduración más tardía pero más previsible si se quiere... este... son los que engordan los planteles de todos los, los equipos. Entonces, va mucho con la cabeza de los entrenadores pero los clubes se afilian mucho... los grandes por lo menos quieren ganar todos la, la, la tabla general entonces distorsiona un poco lo que es lo formativo.

IT: Bien, y en relación a eso, este... ¿visualiza algunos puntos de contacto entre lo que ustedes pretenden y, y los clubes?

AG: Algunos sí. Hay muchos clubes que se alinean a nosotros, muchos.

MS: ¿Y en qué aspectos?

AG: En los aspectos formales, en los aspectos de, de formación integral. Se preocupan de que concurren a un centro educativo. Se preocupa de los hábitos alimenticios y sanitarios. Se preocupan de todas esas cosas que a nosotros nos... eso... porque de acá sale esa semilla sembrándolo, pero desde el rol nuestro es mucho más fácil, porque es selección eh... los podemos sacar de una nómina. Nosotros jugamos con ese poder entrecomillas que nos da la pelota, y la convocatoria. Pero a los clubes a veces se les hace más difícil porque son vendedores, porque tienen que sacar chiquilines, hay todo una serie de condicionamientos que nosotros no los tenemos. Entonces se nos hace más, más tranquila la tarea en ese sentido.

MS: ¿Pero no hay como un trabajo... no se global?

AG: ¿Integrado?

MS: Claro integrado ¿no?...

AG: No, no, sólo por, por afinidad y por conocimiento con algunos clubes pedimos cosas específicas y nos ayudan.

MS: ¿De charlas?

AG: Sí, sí. Por ejemplo un chiquilín que tenga problemas con la marca, por ejemplo, le decimos, “hacéle trabajo en la semana de marca porque estamos haciendo una, una, una...una metodología para ir mejorando la marca” entonces le pasamos detalles y ellos lo hacen.

MS: Ahí va... está bueno.

AG: Sí, sí. Sería ideal que tuviéramos trabajos en común. Con algunos clubes tenemos, otros no tanto.

MS: Y en cuanto al desarrollo físico este... ¿ven algún punto de contacto entre lo que ustedes pretenden y lo que les llega digamos? ¿O lo que ustedes seleccionan en los clubes?

AG: Depende, depende. Hay muchos... Se diferencian bastante los clubes en trabajo. De acuerdo primero a sus condiciones físicas ¿no? Cómo son las instalaciones, la infraestructura que posee y también de cómo son los entrenadores. Hay entrenadores que están afiliados a... a usar eh... máquinas, pesas, no pesas, y otros no, directamente no. Ahora se ha, se ha metido en el medio la periodización táctica, entonces cuando los chiquilines van a los, a los equipos que lo, que lo practican... prácticamente no hacen ningún complemento, ni de pesas ni de nada. Yo digo que las pesas eh... o hay elementos mecánicos o de gimnasio que son muy suplementarios pero además también dan muchísima respuesta rápida, o respuesta rápida no... Dan respuesta adecuada a necesidades físicas, que bien contemplados se puede hacer. Pero cuando los clubes adoptan esta metodología de la periodización les falta tiempo, no es que no lo hagan, pero les falta tiempo. Porque es complementario, este... entonces ahí como que se atrasan un poquito. Pero bueno son metodologías que hay que respetar, porque además se está experimentando también, son metodologías nuevas. Y como todo se relaciona con el éxito y con el resultado, en algunos lados va a dar resultado y se incorporan. Porque en el fútbol no todo es bueno, porque el resultado legitima cosas a veces que son, entre comillas son disparates, aberrantes.

MS: ¿Y algo más que puedas así contarnos que creas relevante en la selección de jugadores? ¿A esta edad y...?

AG: Lo fundamental es la pasión y cuando ellos... eh... lo fundamental en los chiquilines es eh... cuando ellos incorporan hábitos de deportistas. Ese es el paso que más cuesta, en el

fútbol uruguayo principalmente. Eh... hábitos sanos, es decir, buen descanso, buen entrenamiento, buena alimentación, buen estudio, eh... que la cabeza esté entrenada, que el cuerpo esté entrenado, que el cuerpo esté bien alimentado, que esté bien descansado. Y los vínculos, los vínculos sanos. Los vínculos con los representantes, los vínculos con los clubes, los vínculos con los tíos, con los padres, los abuelos, que sean vínculos sanos y que todo el mundo entienda que lo que tienen es un niño que juega al fútbol, no es un niño futbolista. No un futbolista que es niño. Entonces en ese juego de palabras hay cosas muy importantes, eh son que juegan al fútbol y no futbolistas niños. Entonces cuando todo el mundo... el entorno lo entiende... Y el otro elemento fundamental en el crecimiento de los futbolistas es el manejo de la frustración. En el cómo lo maneja cada uno la frustración. Pero por lo general el que mejor la maneja es el que está bien rodeado, el que está contentado, lo que yo decía antes, el que sabe que la vida de él no depende de un error, y que mamá o papá estén peleados o estén bien no depende de lo que yo haga en la cancha. Tan simple como eso...

MS: Fundamental.

AG: Tan simple y tan complicado...

IT: Bueno, espectacular.

AG: Bueno gurises espero que les haya servido.

IT: Sí espectacular, muchas gracias Alejandro.

Anexo 3. Encuesta a entrenador estudio piloto

ENCUESTA ENTRENADOR

1. ¿Qué factores tienen en cuenta para conformar los planteles en cuanto a los diferentes factores de rendimiento?

- A la hora de conformar un plantel siempre hago un análisis de los objetivos planteados previamente junto con nuestro modelo de juego. Lo principal es buscar la competencia interna dentro del plantel así el nivel futbolístico grupal subirá. Buscamos jugadores con aptitudes para realizar más de 1 función dentro del campo.

2. ¿En qué nivel consideras importante las capacidades físicas al momento de seleccionar un jugador para que conforme el cuadro?

Muy importante

Maso menos importante

Nada importante, considero otras cosas

¿Cuáles?.....

3. ¿Qué tan relevante considera las siguientes capacidades al momento de seleccionar jugadores?(**INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más relevante, 2 medianamente relevante, 3 no relevante**).

Fuerza 1

Velocidad 1

Flexibilidad 3

Resistencia 2

4. ¿En qué situación de juego identificas la fuerza de los jugadores? (**Marque una única opción**)

Duelos 1 vs 1.

Sprint con cambios de dirección repentinos

Potencia de remate

Saltos

Otra ¿Cuál?.....

No la identifico en situación de juego

5. ¿En qué situación de juego identificas la velocidad de los jugadores? **(Marque una única opción)**

- Velocidad máxima de desplazamiento**
- Velocidad de desplazamiento con balón
- Velocidad de acción, intervención
- Duelos 1 vs 1.
- Otra ¿Cuál?.....
- No la identifico en situación de juego

6. ¿En qué situación de juego identificas la resistencia de los jugadores? **(Marque una única opción)**

- Capacidad de soportar la fatiga frente a esfuerzos intensos prolongados en el tiempo durante el juego**
- Capacidad de repetir esfuerzos explosivos de corta duración durante todo el partido (arranques, saltos, 1vs.1, etc.)
- Capacidad para mantener el rendimiento técnico-táctico a pesar de encontrarse bajo fatiga
- Otra ¿Cuál?.....
- No la identifico en situación de juego

7. ¿A qué asocias la importancia de la flexibilidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más importante, 2 medianamente importante, 3 no importante).**

- Mejora habilidades técnicas 2
- Prevención de lesiones 1
- Otra, ¿cuál? Mayor posibilidad en acciones rápidas y de coordinación

8. ¿Cómo identificas las capacidades físicas en los jugadores?**(Marque una o más opciones)**

- Observando al jugador en la práctica**
- En situación real de juego**
- En ejercicios analíticos
- De otra forma. ¿Cuál?.....

9. ¿Cómo evalúas las capacidades físicas al momento de seleccionar jugadores?**(Marque una o más opciones)**

- A simple vista**
- No nos fijamos en eso

- Mediante test
- De otra forma. ¿Cuál? **Buscamos mediante ejercicios globales la mayor cantidad de repeticiones de situaciones reales dentro del juego, ahí evaluamos lo que queremos del jugador y si lo vemos apto para aplicarlo.**

10. ¿Qué objetivo le ven a la evaluación de dichas capacidades?

- Trabajo a futuro**
- Determinación de quién conformará el equipo y quién no
- Otro. ¿Cuál?.....

11. En situación de juego, entrenamiento y/o partido, ¿Cómo valoran las capacidades físicas?

En base a las tareas que pretendemos que realicen es donde evaluamos y valoramos las capacidades físicas del jugador.

12. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un golero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza**
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia
-

13. ¿Qué capacidad consideras más relevante en medio campista? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia**

14. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza**
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

15. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un extremo? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad**
- Flexibilidad
- Resistencia

16. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un volante? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia**

17. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia**

18. En cuanto al trabajo de planificación y desarrollo de las capacidades físicas de los jugadores juveniles ¿identificas conexión con el trabajo realizado por el seleccionado nacional sub 17?

- Si**
- No

19. Sientes que lo pretendido por la selección nacional sub 17 en cuanto al nivel físico de los jugadores, ¿puede alcanzarse con el trabajo de cada club?

- Si
- No**

¿Por qué? Debido a la crítica situación que se vive actualmente en la mayoría de los clubes del país. No hay infraestructura para que los buenos profesionales puedan desarrollar debidamente su trabajo.

¡MUCHAS GRACIAS POR SU TIEMPO!

Anexo 4. Encuesta a preparador físico estudio piloto

ENCUESTA PREPARADOR FÍSICO

1. ¿Qué factores tienen en cuenta para conformar los planteles en cuanto a los diferentes factores de rendimiento?

A la hora de conformar los planteles, se toman diferentes factores en cuenta, primero y principal el rendimiento individual del jugador y la forma física en la que se encuentra, luego el rendimiento colectivo que tiene dentro del campo de juego, y por último otro factor muy importante es su biotipo, si el jugador físicamente va a tener un buen desarrollo a futuro.

2. ¿En qué nivel consideras importante las capacidades físicas al momento de seleccionar un jugador para que conforme el equipo?

- Muy importante
- Maso menos importante
- Nada importante, considero otras cosas

¿Cuáles?.....
.....

3. ¿Qué tan relevante considera las siguientes capacidades al momento de seleccionar jugadores?(**INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más relevante, 2 medianamente relevante, 3 no relevante**).

- Fuerza 2
- Velocidad 1
- Flexibilidad 2
- Resistencia 1

4. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la fuerza en los jugadores? (**INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada**).

- Fuerza máxima 2
- Fuerza rápida 1
- Resistencia a la fuerza 1
- Valoro otra. ¿Cuál?.....

5. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la velocidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una: 1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada).**

- De reacción 1
- De desplazamiento 1
- Gestual 2
- Valoro otra. ¿Cuál?.....

6. ¿A qué asocias la importancia de la flexibilidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más importante, 2 medianamente importante, 3 no importante).**

- Mejora habilidades técnicas 2
- Prevención de lesiones 1
- Otra, ¿cuál?

7. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la resistencia en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada).**

- Resistencia aeróbica 1
- Resistencia anaeróbica 1
- Otra. ¿Cuál?.....

8. ¿Cómo identificas las capacidades físicas en los jugadores?**(Marque una o más opciones)**

- Observando al jugador en la práctica
- En situación real de juego
- En ejercicios analíticos
- De otra forma. ¿Cuál?.....

9. ¿Cómo evalúas las capacidades físicas al momento de seleccionar jugadores?**(Marque una o más opciones)**

- A simple vista
- No nos fijamos en eso
- Mediante test
- De otra forma. ¿Cuál?.....

10. ¿Qué objetivo le ven a la evaluación de dichas capacidades?

- Trabajo a futuro
- Determinación de quién conformará el equipo y quién no
- Otro. ¿Cuál?.....

11. En situación de juego, entrenamiento y/o partido, ¿Cómo valoran las capacidades físicas?

A simple vista.

12. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un golero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

13. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

14. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

15. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

16. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

17. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un extremo? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

18. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un delantero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

19. En cuanto al trabajo de planificación y desarrollo de las capacidades físicas de los jugadores juveniles ¿identificas conexión con el trabajo realizado por el seleccionado nacional sub 17?

- Si
- No

20. Sientes que lo pretendido por la selección nacional sub 17 en cuanto al nivel físico de los jugadores, ¿puede alcanzarse con el trabajo de cada club?

- Si
- No

¿Por qué?

.....

.....

.....

¡MUCHAS GRACIAS POR SU TIEMPO!

- Flexibilidad
- Resistencia

3.1. En función de la pregunta anterior y las capacidades más priorizadas por usted, ¿en qué medida éstas condicionan el rendimiento específico de su equipo y entrenamiento?

.....

.....

.....

.....

4. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la fuerza en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una: 1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada).**

- Fuerza máxima
- Fuerza rápida
- Resistencia a la fuerza
- Valoro otra. ¿Cuál?.....

5. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la velocidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una: 1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada).**

- De reacción
- De desplazamiento
- Gestual
- Valoro otra. ¿Cuál?.....

6. ¿A qué asocias la importancia de la flexibilidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una: 1 más importante, 2 medianamente importante, 3 no importante).**

- Mejora habilidades técnicas
- Prevención de lesiones
- Otra, ¿cuál?

7. ¿Qué tanto valoras las siguientes manifestaciones de la resistencia en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una: 1 más valorada, 2 medianamente valorada, 3 no valorada).**

- Resistencia aeróbica
- Resistencia anaeróbica
- Otra. ¿Cuál?.....

8. ¿Cómo identificas las capacidades físicas en los jugadores?(**Marque una o más opciones**)

- Observando al jugador en la práctica
- En situación real de juego
- En ejercicios analíticos
- De otra forma. ¿Cuál?.....

9. ¿Cómo evalúas las capacidades físicas al momento de seleccionar jugadores?(**Marque una o más opciones**)

- A simple vista
- No nos fijamos en eso
- Mediante test
- De otra forma. ¿Cuál?.....

10. ¿Qué objetivo le ven a la evaluación de dichas capacidades?

- Trabajo a futuro
- Determinación de quién conformará el equipo y quién no
- Otro. ¿Cuál?.....

11. En situación de juego, entrenamiento y/o partido, ¿Cómo valoran las capacidades físicas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

12. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un golero? (**Marque una única opción**)

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad

- Flexibilidad
- Resistencia

13. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

14. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

15. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

16. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

17. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un extremo? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

18. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un delantero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

19. En cuanto al trabajo de planificación y desarrollo de las capacidades físicas de los jugadores juveniles ¿identificas conexión con el trabajo realizado por el seleccionado nacional sub 17?

- Si
- No

20. Sientes que lo pretendido por la selección nacional sub 17 en cuanto al nivel físico de los jugadores, ¿puede alcanzarse con el trabajo de cada club?

- Si
- No

¿Por qué?

.....

.....

.....

¡MUCHAS GRACIAS POR SU TIEMPO!

3.1. En función de la pregunta anterior y las capacidades más priorizadas por usted, ¿en qué medida éstas condicionan el rendimiento específico de su equipo y su modelo de juego?

.....

.....

.....

.....

.....

4. ¿En qué situación de juego identificas la fuerza de los jugadores? **(Marque una única opción)**

- Duelos 1 vs 1.
- Sprint con cambios de dirección repentinos
- Potencia de remate
- Saltos
- Otra ¿Cuál?.....
- No la identifico en situación de juego

5. ¿En qué situación de juego identificas la velocidad de los jugadores? **(Marque una única opción)**

- Velocidad máxima de desplazamiento
- Velocidad de desplazamiento con balón
- Velocidad de acción, intervención
- Duelos 1 vs 1.
- Otra ¿Cuál?.....
- No la identifico en situación de juego

6. ¿En qué situación de juego identificas la resistencia de los jugadores? **(Marque una única opción)**

- Capacidad de soportar la fatiga frente a esfuerzos intensos prolongados en el tiempo durante el juego
- Capacidad de repetir esfuerzos explosivos de corta duración durante todo el partido (arranques, saltos, 1vs.1, etc.)
- Capacidad para mantener el rendimiento técnico-táctico a pesar de encontrarse bajo fatiga
- Otra ¿Cuál?.....
- No la identifico en situación de juego

7. ¿A qué asocias la importancia de la flexibilidad en los jugadores? **(INDIQUE CON NÚMEROS DEL 1 AL 3 pudiendo repetir la numeración en más de una:1 más importante, 2 medianamente importante, 3 no importante).**

- Mejora habilidades técnicas
- Prevención de lesiones
- Otra, ¿cuál?

8. ¿Cómo identificas las capacidades físicas en los jugadores?(**Marque una o más opciones**)

- Observando al jugador en la práctica
- En situación real de juego
- En ejercicios analíticos
- De otra forma. ¿Cuál?.....

9. ¿Cómo evalúas las capacidades físicas al momento de seleccionar jugadores?(**Marque una o más opciones**)

- A simple vista
- No nos fijamos en eso
- Mediante test
- De otra forma. ¿Cuál?.....

10. ¿Qué objetivo le ven a la evaluación de dichas capacidades?

- Trabajo a futuro
- Determinación de quién conformará el equipo y quién no
- Otro. ¿Cuál?.....

11. En situación de juego, entrenamiento y/o partido, ¿Cómo valoran las capacidades físicas?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....
12. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un golero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

13. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

14. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un defensa lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

15. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista central? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

16. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un mediocampista lateral? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial

- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

17. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un extremo? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

18. ¿Qué capacidad consideras más relevante en un delantero? **(Marque una única opción)**

- Ninguna en especial
- Fuerza
- Velocidad
- Flexibilidad
- Resistencia

19. En cuanto al trabajo de planificación y desarrollo de las capacidades físicas de los jugadores juveniles ¿identificas conexión con el trabajo realizado por el seleccionado nacional sub 17?

- Si
- No

20. Sientes que lo pretendido por la selección nacional sub 17 en cuanto al nivel físico de los jugadores, ¿puede alcanzarse con el trabajo de cada club?

- Si
- No

¿Por qué?

.....

.....

.....

¡MUCHAS GRACIAS POR SU TIEMPO!