

ASPECTOS METODOLÓGICOS A CONSIDERAR EN LAS ESCUELAS DE INICIACIÓN AL FÚTBOL

Joan Ortí Ferreres
Universitat Jaume I

Resumen

En el presente artículo veremos cómo ha de ser la iniciación deportiva en una escuela de fútbol para conseguir llegar con el mayor número de jugadores a fases avanzadas de rendimiento. El proyecto en la iniciación ha de basarse en aspectos pedagógicos de forma que entendemos el entrenamiento como un proceso de enseñanza y aprendizaje siendo el entrenador el educador que lleva a cabo dicho proceso. Este proyecto formativo de las escuelas de fútbol no solo atiende a los aspectos relacionados específicamente con el fútbol (técnica, táctica, condición física) sino también a aspectos relacionados con valores de cooperación, respecto, aceptación...

Una vez establecido el punto de partida valoraremos la toma de decisiones como un elemento fundamental del entrenador. Estas decisiones pueden darse en todo el proceso de enseñanza aprendizaje y, por tanto, van desde antes de llevar a cabo el entrenamiento, hasta durante y después de finalizar el mismo.

Finalmente, estableceremos una serie de recomendaciones para que la toma de decisiones en cada una de estas fases sea más productiva y garante de la calidad de la iniciación deportiva de nuestros niños.

Abstract

In this article we will see how it will be a sports initiation school football to get to get more players to later stages of performance. The project initiation be based on pedagogical aspects of training so that we understand as a process of teaching and learning being the coach educator who performs this process. This training project football schools not only address issues specifically related to football (technical, tactical, fitness) but also issues related to values of cooperation, respect, acceptance ...

Once the point value the decision-making as a fundamental element of the coach. These decisions can be all over the teaching-learning process and, therefore, range from before conducting the training, even during and after the end of it. Finally, we will establish a series of recommendations for decision making in each of these phases is more productive and guarantor of the quality of sports initiation of our children.

Introducción

El fútbol es un deporte de gran difusión a nivel internacional. Tal vez sea el deporte más conocido y practicado alrededor del mundo. Es por ello que para atender esta demanda social se crean, al igual que en otros deportes de gran aceptación, las escuelas de iniciación.

En las escuelas de iniciación al fútbol la formación de los entrenadores es considerada, o tendría que ser considerada, un aspecto fundamental ya que en sus manos dejamos unos niños/adolescentes con unas características y particularidades que hacen que se deba desarrollar el trabajo de una u otra forma.

El incremento de la motivación y interés por la práctica deportiva en general y específica del fútbol, el desarrollo de los aspectos técnicos y tácticos, la potenciación y desarrollo de su condición física ligada a su desarrollo evolutivo, la formación en valores como el respeto, solidaridad, cooperación... son elementos o aspectos que deberían estar entre las prioridades del entrenador de fútbol base o de las escuelas de iniciación deportiva. Es más, siguiendo la idea general de “escuela” de iniciación al fútbol, el concepto de entrenador tendría que sustituirse por el concepto “educador” ya que en una primera medida este tendría que ser su objetivo principal.

Desafortunadamente, la formación y características de la persona vinculada a la escuela deportiva no tiene demasiado que ver con el concepto “educador-entrenador” de forma que, aunque se presupone que los clubs de alto nivel sí que consideran la formación y características de los entrenadores de fútbol base, en las escuelas de iniciación al fútbol de clubes amateurs muchas veces son los padres, hermanos y personas voluntarias las que dirigen y forman a nuestros jóvenes con planteamientos, en ocasiones, que se alejan de los aspectos educativos más fundamentales. Esta idea de persona voluntaria “formadora-entrenadora” no debe alejarse de los planeamientos educativos y formativos que corresponden y requieren los niños/adolescentes estando estos por encima del rendimiento y la competición.

En el presente artículo analizaremos el proceso de iniciación deportiva al fútbol desde la entrada en las escuelas de fútbol hasta finalizar en el alto rendimiento tratando de otorgar la máxima importancia al proceso formativo integral del niño y a la perspectiva formativa-educativa que han de tener las escuelas de fútbol base. Finalmente ofreceremos una serie de

estrategias metodológicas relacionadas con la actuación del entrenador-educador con la finalidad de incrementar la cualidad de la iniciación deportiva.

La iniciación deportiva en las escuelas de fútbol

Se ha escrito mucho sobre cómo ha de ser la iniciación deportiva y el deporte educativo. Diferentes autores como Bayer, 1979; Blázquez, 1986; Le Boulch, 1991... han tratado de justificar la importancia de la iniciación deportiva entendida como un proceso pedagógico y formativo donde la importancia radica en el participante y no en el contenido.

Entendiendo la iniciación deportiva al fútbol de esta manera, no importan tanto los ejercicios, actividades y juegos que se desarrollan en las escuelas de fútbol base como las condiciones en que se den esas prácticas. El hecho de que exista compañerismo entre los miembros del grupo, se dispongan de materiales y instalaciones adecuadas, el entrenador cree dinámicas positivas, los padres se responsabilicen de las actividades exteriores de la escuela de fútbol, exista un respeto por el adversario y el árbitro, se eviten comportamientos antideportivos, etc. configura las condiciones que ha de tener una escuela de fútbol base para que pueda formar, en un primer momento personas y, posteriormente, jugadores.

En una misma línea encontramos a Seirul-lo (1995). Según este autor:

Lo educativo de las prácticas deportivas, no es el aprendizaje de sus técnicas o tácticas, ni siquiera los beneficios físicos y psíquicos de una buena preparación física que sustenta su rendimiento, sino que lo realmente, y único educativo son las condiciones en que pueden realizarse esas prácticas que permitan al deportista comprometer y movilizar sus capacidades de tal manera que esa experiencia organice y configure su propio yo, logre su auto-estructuración. (p. 63).

Durante la vida, el niño atraviesa diferentes períodos y etapas pero siempre es un ser humano de forma que hay que enseñarlo y educarlo para que sea persona con todos los valores y actitudes que ello conlleva.

La responsabilidad de la educación y formación del niño no solo recae en los padres, la escuela y sus compañeros. Esta responsabilidad también recae en todos aquellos adultos que dirigen la actividad del niño por lo que las escuelas de fútbol también tienen una importancia formativa, más allá de los elementos específicos del deporte, del niño. Además, cabe destacar que el niño acude y pasa en ella largos períodos con lo que su contribución a la formación del mismo también presenta grandes posibilidades, especialmente, cuando está motivado y interesado en participar de las actividades que la escuela ofrece.

En la figura 1 encontramos las fases por las que atraviese el niño desde su inclusión en las escuelas de iniciación al fútbol hasta finalizar su carrera deportiva.

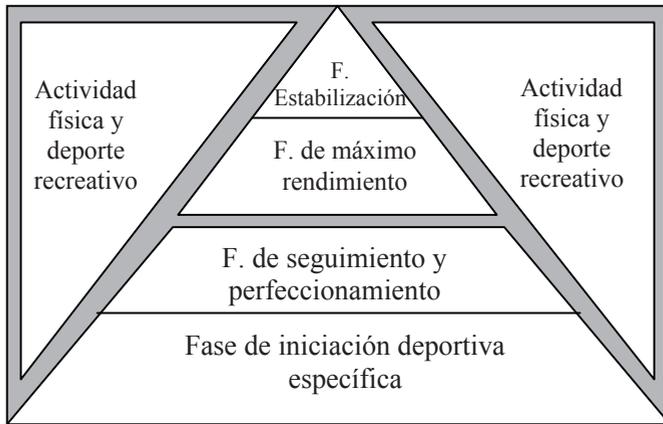


Figura 1. Estructuración de las fases del proceso de entrenamiento. Modificado a partir de López Bedoya (1995:212).

Al observar la figura nos encontramos como el niño entra en la escuela de fútbol para iniciarse de forma específica a este deporte. Es por ello que en esta fase se debe introducir al niño al fútbol desarrollando los aspectos técnicos y tácticos básicos, así como desarrollar las capacidades condicionales y coordinativas generales y específicas del fútbol mediante planteamientos adaptados a sus características evolutivas.

En esta primera fase de especialización se suele cometer el error de querer obtener resultados a corto plazo y con un material muy primitivo ya que el niño está inmerso en un proceso de maduración y desarrollo constante con lo que aparecen ciertas dificultades en el desarrollo de los aspectos técnicos.

La segunda fase denominada de seguimiento y perfeccionamiento se caracteriza porque se trabaja en profundidad las capacidades que inciden en la práctica del fútbol así como por el desarrollo y perfeccionamiento de los aspectos técnico-tácticos. Las cargas y el entrenamiento ya esta sistematizado pues la competición reglada es un objetivo fundamental.

El máximo rendimiento, los jugadores de fútbol ya dominan los aspectos técnicos y tácticos en profundidad, se corresponde con la tercera fase. En esta, el trabajo se fundamenta en el desarrollo del potencial físico vinculado a dichos aspectos y de forma específica al fútbol.

Finalmente, encontramos la fase de estabilización y mantenimiento que consiste en, una vez alcanzado el máximo potencial, intentar mantenerlo para evitar la caída del mismo debido a la involución de las capacidades físicas del ser humano como consecuencia del envejecimiento funcional.

Tal como podemos ver en la figura, la pirámide se va estrechando a lo largo de las diferentes fases de forma que los jugadores que llegan al alto rendimiento y a la fase de mantenimiento y estabilización son muy pocos en comparación con los que entraron en la escuela de fútbol. Es por eso, que la escuela de fútbol, en un primer momento ha de considerar las características del niño y formarlo integralmente desarrollando todo su potencial de forma que pueda adaptarse a cualquier situación deportiva posterior.

La toma de decisiones. Elemento fundamental de las situaciones de enseñanza-aprendizaje de las escuelas de iniciación al fútbol

La enseñanza en la iniciación deportiva al fútbol, al igual que en cualquier otro tipo de pedagogía, se fundamenta en una toma de decisiones. El hecho de poder racionalizar dichas decisiones favorece y permite llevar a cabo actuaciones con un mayor rigor y eficacia. Por ejemplo, ante una situación como la pérdida de un partido de liga, el entrenador que cuando llegue a casa repase su actuación y la de su equipo es posible que vea determinados planteamientos y actuaciones que hayan sido erróneos. Es por ello, que si hubiera tenido un mayor tiempo para poder analizar y tomar decisiones (racionalizar la situación) seguramente su actuación y por extensión la de su equipo hubiera sido un tanto diferente. Ahora bien, la racionalización cuando está sometida a estrés, ansiedad, presión es más compleja que ante situaciones placenteras y de bienestar.

La toma de decisiones del entrenador de fútbol, al igual que de cualquier situación de enseñanza-aprendizaje, se puede organizar en tres grupos según Mossom y Ashworth (1993, p. 21-24) que son:

1. Preimpacto.
2. Impacto.
3. Postimpacto.

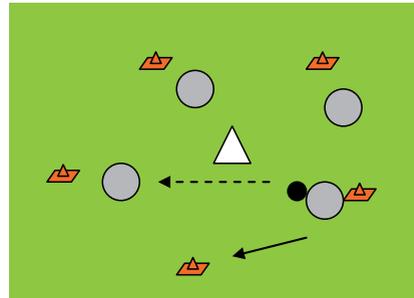
Las situaciones de preimpacto son decisiones tomadas antes de producirse la relación o contacto personal entre el entrenador de fútbol y el niño-alumno. Así, cuando el entrenador plantea el objetivo de la sesión de entrenamiento, prepara los contenidos a trabajar, como se va a colocar, donde van a entrenar, como va a transmitir la información...

Las situaciones de impacto engloban todas las decisiones tomadas durante la ejecución de la tarea, en nuestro caso, durante la ejecución del entrenamiento. Asimismo, también forman parte de la situación de impacto aquellos ajustes o correcciones sobre el entrenamiento que

vamos llevando a cabo durante el mismo. Por ejemplo, en la situación de preimpacto habíamos pensado efectuar lanzamientos a portería desde fuera del área con 8 balones (dos para cada jugador). Al llegar al entrenamiento, se han perdido dos balones con lo que ya no hay un balón por cada jugador. En este caso, el entrenador decide que haya dos grupos con 3 jugadores. Esta decisión ha estado tomada durante la fase de impacto.

Finalmente, encontramos las situaciones de postimpacto las cuales engloban tanto las decisiones referentes a la evaluación de la actividad o entrenamiento como la información que ofrecemos para que posteriormente mejore el mismo.

Aunque en nuestro caso planteamos estas tres situaciones en relación con a la sesión de entrenamiento, estas mismas pueden plantearse ante la realización de una tarea o ejercicio de forma exclusiva. Por ejemplo, el entrenador en la fase de preimpacto plantea una situación de 4 x 1 en con cambio de posición después de realizar un pase a un compañero con cinco conos, un balón y libre de toques por jugador. De esta forma tiene claro el objetivo, el contenido, el material a utilizar, el juego



inicial para sortear quien para en el inicio de la tarea... Como buen entrenador que es coloca y organiza la situación antes que vengan sus alumnos/jugadores. Al llegar sus jugadores pasa a explicar la tarea, iniciando así la fase de impacto. Los jugadores comienzan a participar de la actividad efectuando un sorteo para ver quien la para, tal y como tenía planeado el entrenador. Una vez efectuado el sorteo, un jugador comienza a parar de forma que dicho jugador nunca consigue atrapar el balón. Los jugadores aburridos van a hablar con el entrenador pues no están conformes con la tarea. El entrenador, en la fase de postimpacto, y ante el fracaso de su tarea plantea dos alternativas: limitar el número de toques por jugador a uno o dos toques y reducir el espacio entre los conos. Así pues, los jugadores reinician de nuevo la actividad.

Por tanto, con el ejemplo anterior hemos visto como la toma de decisiones en las tres fases puede llevarse a cabo tanto dentro de una misma tarea, como dentro de una sesión de entrenamiento.

Recomendaciones en la toma de decisiones en una sesión de entrenamiento

Tal y como establecemos en trabajos anteriores (Ortí, 2004), *un excelente conocimiento teórico de los juegos no es sinónimo de una correcta práctica debido a que, en ocasiones, se*

atiende simplemente al conocimiento de los mismos dejando de lado ciertos aspectos metodológicos y organizativos fundamentales. (p. 76)

El entrenador no debe limitarse al conocimiento teórico y práctico de los ejercicios de entrenamiento sino que ha de ir más allá, ha de plantear dinámicas enriquecedoras, creativas y constructivas para poder conseguir los objetivos planteados en el entrenamiento.

A continuación planteamos una serie de recomendaciones prácticas para llevar a cabo una sesión de entrenamiento en cualquier nivel pero, especialmente, en las escuelas de iniciación al fútbol pues los usuarios son principalmente niños/adolescentes que junto al aprendizaje también quieren obtener experiencias satisfactorias, reencontrarse con sus amigos, disfrutar del fútbol...

Fase de preimpacto

- Considerar las características evolutivas del niño a la hora de seleccionar ejercicios, actividades y juegos.
- Elaborar una ficha de sesión. Esta obliga a reflexionar sobre los objetivos, contenidos, metodología, etc. de la sesión de entrenamiento con lo que garantiza un correcto desarrollo y puesta en marcha de la misma.
- Tener claros los objetivos de la sesión de forma que las actividades, ejercicios y juegos atiendan y busquen la consecución de estos objetivos.
- Utilizar técnicas basadas en el descubrimiento, es decir, que el propio jugador trate de averiguar y solucionar las situaciones planteadas. Aunque es conveniente e interesante introducir estas metodologías en la iniciación deportiva para estimular la creatividad del jugador, en ocasiones, también es conveniente utilizar metodologías más directivas para solucionar determinadas situaciones de juego colectivo.
- Si el trabajo es de carácter técnico, es conveniente que no exista fatiga ya que esta dificulta dicho desarrollo. Una consideración metodológica es la combinación y alternancia de actividades más intensas y dinámicas con actividades estáticas. Hay que tener especial cuidado con las actividades de carácter estático en situaciones de frío.
- Buscar el desarrollo y formación integral del jugador. No interesa tener jugadores técnica, táctica y físicamente dotados que después no sean buenos compañeros, creen dinámicas positivas en el grupo...

- Utilizar la competición como un medio para potenciar, desarrollar y alcanzar los objetivos planteados. La competición ha de ayudar a desarrollar las personas, es decir, es el medio para conseguir los objetivos y no un fin en sí mismo. A diferencia del alto rendimiento, en las escuelas de fútbol y, especialmente, en el fútbol base no debe valer ganar a cualquier precio.
- Utilizar materiales diversos para estimular la creatividad, variedad...
- Plantear calentamientos y fases de vuelta a la calma. Si se educa correctamente en la necesidad de un calentamiento antes del entrenamiento o partido así como de una fase de vuelta a la calma con estiramientos, carrera continua... los jugadores, a largo plazo, tendrán un menor número de lesiones y por tanto una mayor y mejor vida deportiva.
- Conocer, antes de llevar la sesión, el material y espacio disponible para llevar a cabo la sesión de entrenamiento. En muchas ocasiones, el hecho de tener en la escuela de fútbol numerosos equipos conlleva que los espacios de práctica varíen día a día. Es por ello necesario que exista una buena coordinación para conocer espacios y materiales disponibles con la finalidad de alterar en lo mínimo el planteamiento inicial del entrenamiento.
- Variar los juegos, ejercicios y actividades con el fin de enriquecer en conocimientos al jugador. Buscar para cada objetivo diferentes formas de trabajo con el fin de conseguirlo a través de la diversión y recreación.
- Llegar con suficiente antelación al entrenamiento. Con ello se pretende que el material, la distribución espacial de los juegos, ejercicios y actividades esté planteada antes de comenzar la sesión.

Fase de impacto

- Buscar dinámicas que favorezcan la distribución y recogida del material. Cabe recordar que no solo somos entrenadores sino también educadores.
- Adoptar una forma circular en las explicaciones con el fin que todos los jugadores puedan ver la explicación. La visión frontal evita la distracción y falta de atención del jugador.
- Favorecer la participación de todos los jugadores adoptando diferentes roles de forma que no aparezca la especialización de funciones, especialmente en las etapas iniciales del fútbol base.
- Aprovechar la actitud positiva del niño hacia el juego y el fútbol, tratando de buscar situaciones globales de juego que mantengan el potencial lúdico durante el mismo.

- Utilizar las demostraciones breves para dotar de un mayor dinamismo a la explicación de las actividades.
- Ayudarse de una pequeña pizarra para plantear determinadas situaciones de juego, especialmente, cuando se lleve a cabo un trabajo táctico.
- Utilizar los refuerzos verbales como una forma de motivación del grupo.
- Utilizar el feedback de reforzamiento y correctivo. Evitar la utilización del feedback neutro o ambiguo ya que no ofrecen información precisa con lo que el jugador no puede mejorar o variar su actuación.
- Evitar que el sol dé de frente a los jugadores. Es difícil mantener la concentración cuando el sol da de frente por eso es mejor que el entrenador se coloque de frente al sol mientras que a los jugadores no les dé el mismo.
- Cuidar el vocabulario evitando palabras burdas, despectivas, provocadoras... Asimismo, utilizar un vocabulario que pueda ser entendido por el jugador. En ocasiones, con el objeto de demostrar conocimientos, el entrenador utiliza un lenguaje ajeno al jugador que se está iniciando con lo cual este no comprende las tareas debido a la excesiva complejidad del mismo.
- Evitar las transiciones largas de actividades ya que puede conllevar el aburrimiento, el despiste, la falta de atención.
- Considerar la seguridad de los ejercicios y actividades. Estos no pueden conllevar un riesgo físico para los jugadores.

Fase de postimpacto

- Efectuar una valoración sobre el grado de consecución de los objetivos planteados.
- Añadir y efectuar modificaciones a la hoja de sesión que nos ayudaran a no caer en los mismos errores cuando de nuevo probemos dichas actividades.
- Utilizar toda la información que hemos yendo obteniendo durante el entrenamiento para desarrollar una reflexión posterior que sirva para elaborar las nuevas sesiones de entrenamiento.

Conclusión

El entrenador de las escuelas de fútbol y que participa en el fútbol base ha de tener claro que es el primer eslabón de una cadena que se inicia con ellos y que cuyo objetivo principal ha de ser la formación de personas responsables con valores hacia la vida, el deporte y la actividad física positivos. Junto a este objetivo principal, por ello son educadores, caben otros objetivos como son el conocimiento y dominio técnico y táctico del fútbol así como el desarrollo de las capacidades específicas.

También es fundamental que el niño tenga experiencias satisfactorias de forma que se evite el abandono deportivo de las escuelas de fútbol. El niño quiere jugar, pasárselo bien, hacer amigos... pues es lo que corresponde con su edad. Hay que evitar la obstinación y empecinamiento de los entrenadores y padres con la consecución de la victoria y el triunfo en esas edades a cualquier precio ya que estas provocan actitudes contrarias y asimismo crean niveles de ansiedad excesivos para los niños que acaban provocando el odio hacia la actividad deportiva y, finalmente, el abandono deportivo.

Los resultados deportivos de las escuelas de fútbol base han de estar, aunque en ocasiones choquen con los criterios de gestión del club ya que aquellos en que sus equipos ganen competiciones y estén bien situados tendrán un mayor número de clientes, supeditados al éxito formativo y educativo de los niños. Es decir, la educación y la formación van por delante de la victoria y el resultado. Hay que potenciar la imagen de las escuelas de fútbol como instituciones que fomenten los valores, el respeto, la cooperación, es decir la formación de personas junto al aprendizaje y desarrollo de los aspectos técnicos, tácticos y de condición física del deporte específico.

El entrenador es también un gestor y dinamizador del grupo de forma que las dinámicas y valores que fomente acabaran siendo asimilados en mayor o menor medida por sus jugadores. Es por ello que en el fútbol base, la persona responsable de los niños ha de ser un educador antes que entrenador.

Finalmente, y a modo de conclusión, hay que entrenar como te hubiese gustado que te hubieran entrenado en aquel momento de tu vida.

Bibliografía

BAYER, C. (1979): *L'enseignement des jeux sportifs collectifs*. Paris: Vigot.

BLÁZQUEZ, D. (1986): *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca.

- LE BOULCH, J. (1991): *El deporte educativo*. Buenos Aires: Paidós.
- LÓPEZ BEDOYA, J. (1995): Entrenamiento temprano y captación de talentos en el deporte en *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- MOSSTON, M. Y ASHWORTH, S. (1993): *La enseñanza de la educación física*. Barcelona: Hispano-Europea.
- ORTÍ, J. (2004): *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Barcelona: INDE.
- SEIRUL·LO, F. (1995): Valores educativos del deporte en *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.