

**Efecto de un programa de juegos colectivos y simplificados en el nivel técnico-táctico  
colectivo defensivo y ofensivo de la cobertura, permuta, pared y contraataque de futbolistas  
infantiles del Club Futuras Estrellas de Buga**

**David Steven Guzmán Zuleta.**

**Nicolás Federico Vidal Escobar.**

**Unidad Central Delvalle Del Cauca**

**Facultad Ciencias De La Educación**

**Programa De Licenciatura En Educación Básica Con Énfasis En Educación Física**

**Recreación Y Deporte**

**Tuluá - Colombia**

**2015**

**Efecto de un programa de juegos colectivos y simplificados en el nivel técnico-táctico  
colectivo defensivo y ofensivo de la cobertura, permuta, pared y contraataque de futbolistas  
infantiles del Club Futuras Estrellas de Buga**

**David Steven Guzmán Zuleta.**

**Nicolás Federico Vidal Escobar.**

**Trabajo De Grado Para Optar Por El Título De Licenciado En Educación Básica Con  
Énfasis En Educación Física, Recreación Y Deporte**

**Director**

**Albeiro Dávila Grisales**

**Unidad Central Delvalle Del Cauca**

**Facultad Ciencias De La Educación**

**Programa De Licenciatura En Educación Básica Con Énfasis En Educación Física**

**Recreación Y Deportes**

**Tuluá - Colombia**

**2015**

## **Agradecimientos**

Son muchos los logros que durante el transcurso de nuestras vidas esperamos alcanzar, y en ese camino se presentan dificultades que pueden hacernos perder el rumbo, pero sin importar cuál sea el problema siempre lucharemos para poder llegar hacia donde se encuentran dichos objetivos.

En el transcurrir de ese proceso encontramos personas de gran importancia que nos ayudan a construir nuestro presente, por tal motivo agradecemos enormemente al Mg. Albeiro Antonio Dávila Grisales, quien con su gran aporte ayudo a forjar este proyecto, a Reynel Saavedra Ocampo, quien nos ha dado la oportunidad de trabajar con él durante más de 3 años en el Club Deportivo Futuras Estrellas donde realizamos la intervención, a nuestras novias María Alejandra Solano Soto y Leidy Yhoana Valero Escobar quienes nos aguantaron tantas horas de estrés y cansancio, a mi compañero de proyecto de grado que estuvimos en todo momento durante el desarrollo del proyecto.

A todos ellos solo queda expresarles nuestra gratitud por ser piezas fundamentales en la construcción de nuestros proyectos de vida, infinidad de bendiciones a todos ellos. Al comenzar nuestro trabajo de grado empezamos a sentir una sensación muy agradable que no sabemos explicar, por qué es mucha la felicidad que tenemos para que se cumpla con un sueño tan anhelado, pero nada de eso hubiera sido posible sin la ayuda primeramente de DIOS, que nos mantuvo con salud para poder realizar el proyecto y asistir a clases, de mi compañero de trabajo de grado y del apoyo incondicional de nuestras novias, madres, abuelos, padres y de nuestros profesores de la UCEVA.

No tenemos si no palabras de agradecimientos a todas estas personas que DIOS puso en nuestro camino para salir adelante ; a ti te damos la gloria y la honra y en el nombre de Jesús te pedimos que bendigas de una manera sobreabundante a todas las personas que hicieron parte de este trabajo y en el trascurso de nuestra formación profesional, a nuestros compañeros, a la universidad y a nuestra carrera de la cual nos sentimos muy orgullosos DIOS LES BENDIGA.

ATT: Nicolás Federico Vidal Escobar - David Steven Guzmán Zuleta.

## **Dedicatoria**

Principalmente a Dios, que nos mantiene con salud y con ganas de ser mejores cada día, a nuestras madres Piedad Escobar Rengifo y Asenth Zuleta Ruiz, que nos han acompañado durante este proceso, ya que, fueron piezas fundamentales para poder iniciar y culminar nuestros estudios, y a nuestros padres Richard Guzmán Ángel y Jorge Humberto Escobar Abadía que siempre nos ayudaron a formarnos en el campo profesional y como personas íntegras.

ATT: Nicolás Federico Vidal Escobar - David Steven Guzmán Zuleta

## Contenido

Resumen.....	11
Abstract .....	13
Introducción.....	15
1 Desarrollo de aspectos técnico-tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el Fútbol. ....	22
1.1 Definición y generalidades del fútbol.....	22
1.2 Desarrollo de aspectos técnicos ofensivos y defensivos colectivos en el futbol. ....	24
1.2.1 Definición de técnica.....	24
1.2.2 Técnica colectiva.....	26
1.2.3 Técnica defensiva.....	27
1.3 Desarrollo de principios tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el fútbol.....	27
1.3.1 Definición de táctica.....	27
1.4 Principios ofensivos.....	30
1.4.1 Definición de pared .....	31
1.4.2 Definición de contraataque.....	32
1.5 Principios defensivos.....	33
1.5.1 Definición de cobertura .....	34
1.5.2 Definición de permuta .....	35
1.6 Los juegos generales y simplificados para desarrollar aspectos técnicos- tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el futbol. ....	36
1.6.1 Definición de juego .....	36
1.7 Juegos polivalentes.....	39
1.8 Juegos simplificados.....	40
2 Metodología.....	43
2.1 Hipótesis.....	43
2.1.1 Hipótesis de la investigación.....	43
2.1.2 Hipótesis Nula .....	44
2.2 Diseño metodológico.....	44

2.3	Enfoque y alcance. ....	44
2.4	Población y muestra .....	45
2.5	Variables.....	45
2.5.1	Variable Dependiente. ....	45
2.5.2	Variable independiente.....	46
2.6	Metodología de recolección de datos y análisis de datos. ....	47
2.7	Criterios de inclusión.....	48
2.7.1	Criterios de exclusión. ....	48
2.8	Instrumento.....	48
2.8.1	Herramienta de evaluación del rendimiento de juego (HERJ). ....	48
2.9	Método de análisis de la información.....	49
3	Resultados. ....	50
4	Análisis y discusión.....	64
5	Conclusiones .....	68
6	Recomendaciones.....	69
	Referencias.....	70

## Listado de tablas

Tabla 1. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de las permutas .....	50
Tabla 2. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de las coberturas .....	51
Tabla 3. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo de las paredes .....	52
Tabla 4. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo de los contraataques .....	53
Tabla 5. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado .....	54
Tabla 6. Prueba de normalidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado .....	55
Tabla 7. Prueba de homogeneidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado .....	56
Tabla 8. Prueba de hipótesis para muestras relacionadas de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado.....	57
Tabla 9. Prueba de hipótesis para muestras independientes de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado .....	58

Tabla 10. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado .....	59
Tabla 11. Prueba de normalidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado .....	60
Tabla 12. Prueba de homogeneidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado .....	61
Tabla 13. Prueba de hipótesis para muestras relacionadas de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado .....	62
Tabla 14. Prueba de hipótesis para muestras independientes de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado .....	63

## Apéndices

Apéndices 1 programa de entrenamiento de juegos colectivos generales y simplificados específicos (variable independiente) .....	73
Apéndice 2 sesión n° 1 del programa de entrenamiento.....	74
Apéndice 3 sesión n° 2 del programa de entrenamiento.....	76
Apéndice 4 sesión n°3 del programa de entrenamiento.....	77

## Resumen

Este estudio cuasi-experimental de diseño pre prueba y post prueba y grupo control, de alcance explicativo tuvo como objetivo determinar el efecto de un programa que utilizó los juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica para el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos contraataque y pared en el futbol en los niños de la categoría infantil del Club Deportivo Futuras Estrellas de Buga distribuidas en dos grupos, uno experimental y uno control, para lo cual se planteó un programas de 12 semanas.

A pesar de que el futbol es un deporte colectivo, en los procesos de formación deportiva se continúa realizando prácticas pedagógicas de enseñanza aprendizaje con ejercicios conductistas de forma individual, que para el niño se tornan monótonos y poco atractivos, además de coartar la interacción y cooperativismo para resolver situaciones tácticas propias de los juegos colectivos, que no dependen de un solo jugador, sino de un equipo, a pesar de que algunos deportistas infantiles presentan una mejor predisposición motriz sobre otros; de allí surgió la propuesta de estudio utilizando como estrategia pedagógica los juegos colectivos generales y simplificados dentro del proceso metodológico de enseñanza y aprendizaje de los componentes técnico-táctico colectivos defensivos y ofensivos.

Dentro de los resultados se destaca el mejoramiento de aspectos técnico-tácticos colectivos defensivos (permutas y coberturas) en las que se apreció un incremento del 45% en la efectividad su ejecución, de la misma forma, en los aspectos técnico-tácticos ofensivos (paredes y contraataques) el incremento de efectividad fue del 45,5%.

Se concluye señalando que la aplicación del programa de juegos simplificados y juegos colectivos generales como estrategia pedagógica de aprendizaje que presenta efectos significativos en los niveles de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo (permutas y coberturas) y técnico-táctico colectivo ofensivo (paredes y contraataques) del grupo de futbolistas infantiles del Club Futuras Estrellas de Buga.

**Palabras clave:** fútbol, técnica, táctica, táctica colectiva, técnica colectiva, juegos simplificados, juegos generales.

## **Abstract**

This quasi-experimental study design pretest, posttest and control group of explanatory scope aimed to determine the effect of a program using specific general and simplified collective games as a teaching strategy for learning technical and tactical elements collective defensive coverage and swap and collective offensive counterattack and wall in the soccer groups in the junior class children from Future Stars Sports Club at Buga, divided into two groups, one experimental and other control for which a 12-week programs was raised.

Although soccer is a team sport, in the process of sport training it continues to perform teaching and learning pedagogical practices with individually behavioral exercises, for child this become monotonous and unattractive, besides restricting interaction and cooperative to resolve tactical situations own from collective games that do not depend on one player, but a team, even though some children have a better motor sport willingness over others; hence the proposed study comes as a teaching tool using simplified general methodological group games in the teaching and learning of technical and tactical offensive and defensive collective components.

Within results is outstanding the improvement at technical and tactical collective defense aspects (swaps and hedges) in which a 45% increased on effectiveness and execution was observed, in the same way, in the technical-tactical offensive (wall stands aspects and counterattacks) increasing effectiveness was 45.5%.

It concludes that implementation of a simplified program based on games and group games overall learning as a pedagogical strategy has a significant impact on technical and tactical development collective defense levels (swaps and hedges) collective technical and tactical offensive (walls and counter) on children soccer players group from Club Future Stars at Buga.

**Keywords:** Soccer, technique, tactics, collective tactics, collective technique, simplified games, general games.

## Introducción

Esta investigación permitió determinar el efecto de un programa que utilizó los juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica para el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque de un grupo de niños de la categoría alevín del Club Futuras Estrellas de Buga.

El fútbol es un deporte colectivo de carácter socio-motriz que implica una comunicación constante entre los compañeros de un grupo y una contra comunicación con el grupo de deportistas del equipo oponente, de allí que sea considerado como un deporte socio-motriz de cooperación oposición, lo que hace más compleja su forma de entrenamiento y preparación deportiva; de forma tradicional, se trabaja la preparación física, técnica y táctica de forma separada, utilizando ejercicios individuales o en parejas, requiriendo más tiempo de trabajo, y ante todo una gran dificultad en el conocimiento de los elementos técnico-tácticos relacionados con los principios tácticos del fútbol, lo que restringe el desarrollo cognitivo socio-motriz, es decir, la capacidad para resolver situaciones de juego por la falta de interacción con sus compañeros; además, la práctica de ejercicios conductistas de forma individual se vuelven monótonos y poco atractivos para los niños, además de coartar la interacción y cooperativismo para resolver situaciones tácticas propias de los juegos colectivos, que no dependen de un solo jugador, sino de un equipo, a pesar de que algunos deportistas infantiles presentan una mejor predisposición motriz sobre otros. Por tal razón, la propuesta de investigación se planteó la siguiente pregunta:

¿Qué efecto presenta un programa que utiliza los juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica para el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque de un grupo de niños de la categoría alevín del Club Futuras Estrellas de Buga?

Existen investigaciones sobre diversos métodos de entrenamiento en el fútbol, como los juegos simplificados para desarrollar diferentes aspectos técnico-tácticos en el fútbol; y así mejorar el rendimiento en el juego y la toma de decisiones; a continuación se hará un breve resumen de los estudios más representativos realizados sobre juegos simplificados específicos y juegos generales, que precisamente fueron abordados en esta investigación, específicamente los juegos donde se evalúa de forma conjunta los elementos técnico-tácticos y las tomas de decisión.

Quizás, uno de los estudios más importantes, que sirvió de referencia, es el realizado por González Villora, donde planteó una investigación descriptiva de corte transversal con un grupo de futbolistas de diferentes categorías de la fundación del Albacete Balompié de la cantera 853, seleccionando 14 niños de la categoría pre benjamín, 13 de la categoría benjamín, 14 de la categoría alevín y 16 de la categoría infantil, para un total de 57 jugadores, utilizándose el instrumento de evaluación del rendimiento de juego, con base en la observación y con ayuda de la cámara de video, realizándose un análisis cualitativo y cuantitativo; además de dos entrevistas, una estructurada y otra no estructurada sobre el conocimiento técnico-táctico aplicado al fútbol. Como conclusiones más importantes de este estudio se destacan en lo referente al conocimiento declarativo y procedimental teórico en fútbol que la etapa de mayor avance es la categoría infantil (12 y 13 años), pues se ven beneficiados por los conocimientos adquiridos en las categorías precedentes, existiendo en esta etapa diferencias significativas con las categorías benjamín y alevín; así mismo, la investigación concluyó que la categoría pre benjamín no se

puede considerarse claramente como una etapa ideal para iniciarse en el fútbol; pero al final de la categoría benjamín (8 y 9 años), los jugadores realizan un juego direccionado en la cooperación-oposición, teniendo en cuenta las fases ofensiva, defensiva y ciertos medios que las interrelacionan, por tanto, esta investigación sugiere iniciar el proceso de enseñanza-aprendizaje de principios tácticos básicos al iniciar la categoría benjamín, pues en estas edades se aprecia a nivel cognitivo un avance cualitativo importante (2008, pp 293, 297, 308, 591, 593, 594).

Así mismo, en otro estudio, se analizó el componente técnico-táctico, para lo cual se diseñó una herramienta que valora el rendimiento técnico-táctico de los futbolistas en etapas de aprendizaje, siendo una propuesta dirigida a los entrenadores de fútbol base (Vera Haro, Pino, Romero & Moreno, 2007, p 29)

Otro estudio realizado por Terry Rodríguez, se propuso una herramienta de evaluación donde se valora el nivel técnico-táctico de niños de 10 y 11 años, con lo que se pretende contribuir a los entrenadores de fútbol base en el mejoramiento de las concepciones teórico-metodológicas de la evaluación en los procesos de formación deportiva (2008, p 4).

En otra investigación, a nivel local, de diseño pre experimental realizada en la Institución Educativa “Gimnasio del Pacífico” de Tuluá, se determinó el efecto de un programa de desarrollo de las capacidades coordinativas equilibrio, orientación y reacción en el mejoramiento de los fundamentos técnicos control, conducción, regate, golpeo y tiro, teniendo una duración de 10 semanas, en la que se observaron mejoras (Arias García & Correa, 2013, p.4).

Otro proceso investigativo que aportó en la fundamentación de la presente propuesta fue la realizada por Caiza y Pijal, quienes elaboraron una guía didáctica que contenía actividades lúdicas, y que buscaba el desarrollo de habilidades coordinativas y su aplicación en los

fundamentos técnicos del fútbol, para niños y niñas de 10 a 12 años. Fue una investigación mixta que se apoyó tanto en el trabajo de campo, como en la revisión bibliográfica. (2012)

Rivillas (2013) en su trabajo de investigación sobre la evaluación del aprendizaje táctico en función del número de participantes, intervino una población de jugadores de 14 años divididos en tres grupos a los cuales sometió a situaciones diferentes: Un grupo en situaciones 3 vs 3, otro grupo 5 vs 5 y un grupo control que tuvo entrenamiento fundamentado en elementos técnicos-analíticos con sesiones de 90 minutos.

En este sentido, Otelo, González y Calvo consideran que los deportes de invasión tienen gran aceptación entre los estudiantes y profesores de las disciplinas físicas, por lo tanto diseñaron un plan de entrenamiento con base instrumentos de dos contra uno en fútbol en contexto escolar, tratando de superar la tradicional mirada motriz, para centrarse en la dimensión cognitiva, con una herramienta que permitió que los estudiantes se involucraran en el proceso de evaluación. (2012)

González et al, en un estudio, valoraron el conocimiento técnico táctico en 14 jugadores de ocho años, evaluándose bajo una estrategia de fútbol modificado 2 vs. 2, se valoró en este proyecto la toma de decisiones y la ejecución. Los resultados en general mostraron jugadas breves, tácticas básicas y no utilizando el pase como mecanismo comunicativo. En igual sentido se dirigió el proyecto de Serra, González y García, quienes en un contexto similar de niños entre 8 y 9 años evaluaron la toma de decisiones y la ejecución. (2011)

Actualmente en la ciudad de Buga se encuentran establecidos 15 Clubes de Fútbol debidamente constituidos a nivel legal, estos clubes manejan la parte de formación e iniciación en este deporte con la posterior transferencia a la modalidad competitiva. El desarrollo de esta investigación se realizó en el Club Deportivo Futuras Estrellas, encontrándose ubicado en las Canchas del barrio Santa Rita, al sur de la Ciudad.

El Club Deportivo Futuras Estrellas cuenta con más de cien alumnos constituido principalmente por niños, en las diferentes categorías divididas por edades y entrenadas por profesores calificados para el desarrollo del proceso de aprendizaje motriz en cuanto a las habilidades y técnicas necesarias que son fundamentales en este campo. Desde el inicio de este Club y hasta la actualidad la participación en certámenes a nivel departamental y nacional han sido numerosas; logrando resultados positivos.

Por otro lado con respecto al diseño metodológico de este proyecto tuvo un enfoque cuantitativo de corte longitudinal debido a que la muestra fue intervenida durante 12 semanas; el alcance es explicativo por que se determinó el efecto de un programa de entrenamiento de juegos colectivos generales y simplificados específicos en los niveles de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de la cobertura y la permuta, y colectivo ofensivo de la pared y contraataque en el fútbol de los niños de 12 y 13 años del Club Futuras Estrellas de Buga; así mismo, el diseño de este estudio fue cuasi experimental de pre-prueba post-prueba y grupo control, siendo seleccionada la muestra a conveniencia, por ende, este estudio es no probabilístico.

La población estuvo conformada por niños de edad prepuberal que practican el Fútbol de modalidad formativa, los deportistas se distribuyeron en 2 grupos que fueron seleccionados por conveniencia donde se conformó un grupo experimental con 8 niños a los cuales se les realizó el

programa, y el grupo control con 8 niños a los cuales solo se les valoró al inicio y final de la investigación, continuando con su entrenamiento convencional

Este estudio presentó como variables dependientes los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque, y como variable independiente el programa de entrenamiento sistemático de juegos colectivos generales y simplificados específicos estructurado en 3 fases, con una duración de 12 semanas, realizándose 5 sesiones semanales de 90', donde se incluye los tiempos activos y pasivos, característicos de un deporte colectivo de tipo intermitente, es decir, con constantes pausas, dedicadas a las explicaciones y repetición continua de bloques de ejercicios grupales.

Este estudio tuvo como objetivo general determinar el efecto de un programa de entrenamiento de juegos colectivos generales y simplificados específicos en los niveles de aprendizaje técnico-táctico colectivo defensivo de la cobertura y la permuta, y colectivo ofensivo de la pared y contraataque en el fútbol de los niños de 12 y 13 años del Club Futuras Estrellas de Buga. ¿Qué efecto presenta un programa que utiliza los juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica para el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque de un grupo de niños de la categoría alevín del Club Futuras Estrellas de Buga?

Para el cumplimiento de este objetivo se deben llevar a cabo unos objetivos específicos, destacándose la valoración pre y post de los niveles de aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en el fútbol utilizando el análisis de video en el test de juego 3 vs 3, así mismo, se diseñó un programa de juegos colectivos generales y simplificados específicos en los niveles de desarrollo

técnico-táctico colectivo defensivo de la cobertura y la permuta, y colectivo ofensivo de la pared y contraataque en el fútbol. Por último se compararon los resultados de los niveles de desarrollo de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en el fútbol de los grupos control y experimental.

La necesidad de ver mejorías significativas en las capacidades, aptitudes deportivas de los niños de la categoría infantil del club deportivo futuras estrellas ha hecho que se tome la decisión de crear un programa de entrenamiento basado en juegos colectivos generales y juegos simplificados para llegar a tener un mejor juego en grupo y una mayor cooperación a la hora de afrontar algún encuentro deportivo.

Es por esto que se ha tomado grandes teóricos del fútbol para diseñar y adaptar un programa de entrenamiento para que así sea eficiente la aplicación de este y poder llegar a cumplir los objetivos trazados durante el nacimiento de este documento.

Como conclusión se ha decidido intervenir en la formación deportiva de niños de 12- 13 años del club deportivo futuras estrellas de la ciudad de Guadalajara de Buga con un método de enseñanza basado en juegos colectivos generales y simplificados, donde se estimulará la imaginación y el desarrollo óptimo de la creatividad de los niños, también, en esta forma de enseñanza se inculcarán algunos aspectos técnicos-tácticos, este programa se le dará aplicación a partir del año 2015. Rigiéndonos por la ley 115 (Congreso de Colombia, 1994, págs. art.36-42), que hablan de la educación no formal, y dentro de esos parámetros se incluye la formación deportiva, la cual se ejecuta fuera de las instituciones educativas, además, promueve el libre desarrollo de la personalidad y a los estilos de vida saludable.

## **1 Desarrollo de aspectos técnico-tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el Fútbol.**

### **1.1 Definición y generalidades del fútbol.**

El fútbol es un deporte competitivo, sumamente popular, que se juega con dos equipos de 11 jugadores cada uno, que se mueven conduciendo una pelota de forma redonda, con los pies, dentro de un campo rectangular de juego, de medidas variables de aproximadamente 100 metros de largo por 75 metros de ancho, de césped, natural o artificial, con dos arcos enfrentados, cada uno defendido por un arquero que debe impedir que el equipo contrario introduzca dentro de ese arco el balón. Si esto sucede el equipo que logra ingresar la pelota en el arco contrario anota un gol. Las manos solo se usan para hacer los saques. (Cota Higuera, 2012).

El fútbol es más que un deporte, es disciplina, es dedicación, es arte, es sudor, esfuerzo y lágrimas. No es correr solo detrás de un balón, es darle caricias con las diferentes superficies de contacto. Es el que te despierta sentimiento y patriotismo cuando vistes los colores de tu país o del equipo del cual eres hincha. Es el motor que pone a soñar a muchos niños, jóvenes o adultos en conseguir grandes cosas y cambiar su estilo de vida.

El fútbol es un fenómeno de masas que cada vez está alcanzado una mayor difusión, según los datos que maneja la FIFA en el año 2006, aproximadamente 265 millones de personas juegan al fútbol regularmente de manera profesional, semi-profesional o

amateur, considerando tanto a hombres, mujeres, jóvenes y niños. (...) hacen de este deporte un movimiento de masas (Castellano, Perea, & Mendo, 2008, pág. 929).

El fútbol es sinónimo de vida hay obstáculos y barreras que pasar, decepciones que vivir, solo queda superarlas y levantarse para sanar el dolor rápidamente. Este deporte es humanidad, aceptación, tolerancia, unión, etc... El fútbol es jugarse el orgullo y los sueños, para así lograr decir que hacen lo que más les gusta y que son felices, En fin, el fútbol es una pasión, un sentimiento que se juega con el alma.

El fútbol es un deporte de equipo de colaboración oposición, que se juega en un espacio 'semisalvaje' y común, con participación simultánea. El desarrollo de la acción de juego depende de las acciones individuales y colectivas realizadas en una situación de colaboración con los compañeros y de oposición con los adversarios, de acuerdo con un pensamiento táctico individual que debe ser coordinado con el resto de los compañeros. (Hernández Moreno, 1993, pág. 181)

Continuando con lo expresado por los autores, el futbol es uno de los deportes más populares y más practicados en el mundo, este deporte colectivo que implica muchos aspectos individuales; tanto técnicos como tácticos, además, por medio de este deporte se desarrolla la socialización, el respeto, y compañerismo en niños, adolescentes y adultos, muchos niños que están iniciando en la práctica de este deporte lo ven como una forma de salir de la pobreza, drogadicción o de situaciones adversas en sus vidas, también lo practican para recrearse y

aprovechar el tiempo libre de una manera adecuada y generar ambientes óptimos para la práctica del deporte.

Este deporte principalmente inició siendo practicado por hombres, pero en los últimos años las mujeres han incursionado en él, adquiriendo un gran auge, realizándose campeonatos del mundo mayores, sub-20, sub-17; así mismo, se realizan torneos internacionales de clubes femeninos al igual que en los hombres; este deporte siempre genera grandes atracciones en muchos países del mundo.

## **1.2 Desarrollo de aspectos técnicos ofensivos y defensivos colectivos en el futbol.**

### **1.2.1 Definición de técnica.**

Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio se conoce como Técnica Individual, y si es en beneficio del conjunto, se entiende como Técnica Colectiva (Montiel, 2002).

La técnica es el conjunto de acciones que puede desarrollar el jugador con el balón, dominándolo, utilizando para ello cualquiera de las superficies de contacto que permite el reglamento. El fútbol moderno exige una mayor perfección técnica, ya que cada vez es menor el espacio y el tiempo para maniobrar del que disponen los jugadores cuando reciben el balón. Ello obliga al jugador a

reducir el número de contactos con la pelota para poder dar a la jugada el sentido que desea, sin verse obstaculizado por el adversario (Gutierrez, Salmeron, & Espejo, 2015).

Para continuar con lo expresado por los autores, se puede deducir que la técnica es un conjunto de acciones motrices específicas que realiza un jugador y que le permiten dominar un móvil, en este caso el balón con gran eficacia para su beneficio o del grupo utilizando el mínimo gasto de energía está conformada por aspectos individuales y colectivos que adquieren los deportistas mediante la práctica de este deporte, se pueden realizar de manera individual y colectiva, ofensiva y defensiva implementando el balón; estos aspectos se deben perfeccionar de gran manera ya que en la actualidad se debe tener una gran técnica, porque se aplican aspectos tácticos donde se debe pensar muy rápido en espacios reducidos, la técnica es fundamental en el fútbol porque ayuda a perfeccionar o adaptarse a los principios tácticos, por ello, se deseó implementar un programa de investigación aplicando juegos simplificados para mejorar aspectos técnico-tácticos colectivos defensivos y ofensivos en el fútbol en edades infantiles y juveniles.

### **La técnica en niños vs la técnica en adultos:**

Según los autores que apoyan nuestra investigación y las experiencias obtenidas durante el proceso como profesores de fútbol base, la técnica en el fútbol en edades infantiles se le debe dar una mayor importancia a la hora de entrenar, ya que, su proceso de aprendizaje es más óptimo por el número de neuronas y así mismo la cantidad de sinapsis nerviosas que produce, esto hace que se pule toda su capacidad técnica.

En edades adultas la técnica cumple un papel de segundo plano, ya que, solo se le da continuidad a la fase de perfeccionamiento que se había empezado en edades juveniles.

### **1.2.2 Técnica colectiva.**

Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada. (Montiel, 1998, párrafo 5)

Es así como acciones como el pase, el relevo y acciones combinadas, realizadas por dos o más jugadores de un equipo dominando el balón y buscando el beneficio conjunto se les llama técnica colectiva (Gutierrez, Salmeron, & Espejo, 2015).

De acuerdo a los conceptos anteriores, se infiere que la técnica colectiva es un aspecto donde se realizan distintas acciones técnico-tácticas involucrando varios jugadores de un mismo equipo, que actúan de forma interactuada y con cooperación, para dar inicio y finalización a una jugada que tiene como objetivo terminar en gol o lograr una acción táctica en beneficio del equipo; la técnica colectiva es la consecución de distintas acciones técnicas individuales como el pase, control, conducción y regate, además, se necesita de varios aspectos tácticos fortalecidos, para realizar acciones combinadas en conjunto de una manera adecuada.

### **1.2.3 Técnica defensiva.**

Las acciones técnicas son aquellas acciones defensivas que se hacen sin dominio del balón, y que mediante estrategias de equipo, buscan apoderarse del mismo o neutralizar las acciones del adversario mediante entradas cortas o despejes. (Gutierrez, Salmeron, & Espejo, 2015)

La técnica defensiva son aspectos técnicos que ejecuta un jugador de un equipo para evitar jugadas de gol del contrario, para interceptar balones, realizar cortes de pases entre jugadores rivales, interrumpir la trayectoria del balón cuando se realizan centros, pases o fintas por un jugador, teniendo como objetivo continuar o finalizar una jugada, estas acciones casi siempre son realizadas por los defensores y volantes, pero los delanteros también pueden realizar estas acciones para dar inicio a una jugada de gol.

## **1.3 Desarrollo de principios tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el fútbol.**

### **1.3.1 Definición de táctica.**

Uno de los componentes básicos de los deportes colectivos es la táctica; para Sampedro, la táctica “es la combinación inteligente de los recursos motrices, de forma individual y colectiva para solucionar las situaciones de juego que surgen de la propia actividad competitiva” (Sampedro, 1999, pág. 29).

Para Ramírez Ayala, la táctica en el fútbol son “todos aquellos comportamientos que se presentan y que responden a las diferentes situaciones que se dan en las dinámicas de juego” (2015, pág. 86); cuando el autor menciona dinámicas de juego, hace alusión a los momentos de ataque, defensa y transiciones defensa-ataque y ataque-defensa.

La táctica son todas las acciones de ataque y defensa que realizan los jugadores de un equipo para sorprender y combatir (principios ofensivos) o contrarrestar y neutralizar (principios defensivos) a los adversarios en el transcurso del partido con el balón en juego. Estos principios deben de estar equilibrados mediante una buena organización del juego. La organización del juego consiste en la repartición de las tareas de cada jugador. Una buena ocupación del campo y una correcta asignación de tareas de acuerdo a las cualidades de cada miembro del equipo. Al asignar las posiciones iniciales de los jugadores y al definir sus funciones principales y complementarias, necesarias en el fútbol actual, la organización del juego asegurará un incremento de la cohesión del equipo, lo cual repercutirá en una mayor eficacia y seguridad (Vinent, S.F.)

Gutiérrez *et al*, señalan que la organización del juego dependerá de dos aspectos; el primero relacionado con el sistema de juego utilizado, y el otro, de acuerdo al tipo de movimientos ofensivos y defensivos organizados en principios que servirán en la estructuración de las acciones del modelo de juego desarrollado (2015).

De acuerdo a los planteamientos de los autores, se deduce que la táctica es un conjunto de estrategias que implica aspectos defensivos-ofensivos, guiadas por el entrenador y aplicadas por los jugadores de un equipo, ejecutándose principios ofensivos cuando se tiene la posesión del balón con el objetivo de finalizar jugadas en gol y principios defensivos cuando no se tiene la

posesión del balón, con el objetivo de evitar que los rivales creen opciones de gol o marquen goles; este aspecto, es una filosofía que se utiliza en el fútbol y en otros deportes colectivos; además, los entrenadores las utilizan en los partidos para contrarrestar los equipos rivales de una manera estratégica, para aplicar estas acciones se debe tener un nivel y calidad individual muy alta, por esto es que la técnica y la táctica van encadenadas en todos los deportes colectivos.

La táctica son todas las acciones de ataque y defensa que realizan los jugadores de un equipo para sorprender y combatir (principios ofensivos) o contrarrestar y neutralizar (principios defensivos) a los adversarios en el transcurso del partido con el balón en juego. Estos principios deben de estar equilibrados mediante una buena organización del juego.

Por tanto, la táctica es el conjunto de situaciones de ataque y de defensa que planifica un grupo de jugadores en un deporte de cooperación-oposición que le permiten solucionar situaciones presentes durante el juego. La táctica también ayuda a los jugadores a tener un mejor desempeño dentro del terreno de juego, ya que, el jugador va a tener tareas definidas y objetivos claros que cumplir dentro del terreno de juego, de este mismo modo, el desempeño del jugador va a repercutir en que su equipo logre tener un buen partido. La táctica se vincula de forma directa con la resolución de problemas dentro del terreno de juego. En este sentido, se trata del “qué” hacer frente a una situación determinada propuesta por el equipo rival, evaluando en forma racional múltiples variables que se afianzan con la experiencia de cada jugador y del cuerpo técnico del equipo.

## **La táctica en niños vs la táctica en adultos:**

La táctica en niños se maneja de una forma más lúdica, en estas edades se utiliza para el aprendizaje de las posiciones dentro del terreno de juego de juego.

Entonces cuando hablamos de táctica en adultos se dice que es el pilar más importante que le aporta a un equipo para ganar un encuentro deportivo, ya en estas edades la táctica se utiliza como estrategia, es por esta razón que este principio se le da más entrenabilidad en edades adultas.

### **1.4 Principios ofensivos.**

Pueden definirse principios ofensivos todos aquellos movimientos y acciones dentro del campo de juego que se realizan con o sin posesión del balón, y que buscan vencer al equipo contrario y marcar gol.

Entre estos se podrían mencionar los ataques, contra-ataques, apoyos, pared, temporizaciones, control de juego entre otros (Gutierrez, Salmeron, & Espejo, 2015).

En consecuencia con los que exponen los autores se puede decir que los principios ofensivos son acciones que implican aspectos técnico-tácticos ya sean colectivos o individuales, se realizan principalmente cuando se tiene la posesión del balón, para mantener la posesión y para progresar en el juego hacia la portería del rival y lograr el objetivo de marcar un gol.

### **1.4.1 Definición de pared**

Según Fradua:

Este elemento técnico-táctico requiere la compenetración entre los jugadores que la realizan, el hombre iniciador es el máximo responsable de la ejecución de la pared, puesto que su decisión ante los distintos apoyos de sus compañeros es la que marcará esta acción tan eficaz, así realizará un pase y después un cambio de ritmo con una trayectoria de desplazamiento de recepción correcta, también es el encargado de realizar las señales de la comunicación motriz para que el hombre que hace de eje entienda e inicie la respuesta de devolución al lugar apropiado. (1999, pág. 93)

La pared es un aspecto técnico-táctico colectivo ofensivo que se realiza entre dos o más jugadores, empleando el menor número de toques sin controlar el balón, este gesto técnico sirve para eludir a un rival, para realizar acciones de ataque y para finalizar una jugada que tenga como objetivo terminar en gol. Esta clase de jugada requiere de un gran nivel técnico para ser ejecutada con éxito, ya que, una pared reúne muchos aspectos técnicos, además de eso siempre se realiza a una gran velocidad para lograr sorprender al rival cuando se está atacando. La pared también es un principio que le permite a un equipo realizar posesiones largas del balón y así defenderse de posibles ataques del rival.

## 1.4.2 Definición de contraataque.

Esta técnica es, Según Castelo:

...la acción realizada tras recuperar o robar el balón, intentando llegar a la portería contraria tan rápidamente como sea posible, con el menor número de pases y contactos con el balón, así como la participación del mínimo de jugadores posible, con la intención que el adversario no tenga la posibilidad de organizarse defensivamente (1999, pág. 95).

Para continuar con lo que dicen los autores se puede complementar diciendo que el contraataque es un principio ofensivo que hace parte de la táctica en el fútbol, principalmente en la transición defensa-ataque, cuando se recupera un balón en la parte defensiva y se emplea un ataque, donde se debe realizar con la mayor velocidad posible y el menor número de pases y sorprender al rival en defensa, para terminar una jugada cuyo objetivo es culminar en gol. El contraataque sin duda alguna es uno de los aspectos más trabajados, ya que, es una arma que si se emplea bien siempre lastima, en otras palabras un contraataque bien ejecutado va a lograr cumplir con el objetivo de marcar en el arco contrario.

Este aspecto táctico es el que ha ayudado a cambiar la forma y el estilo de juego del fútbol en el siglo XX y XXI, ya que, contribuyo a un fútbol más rápido y vertical. De esta forma los entrenadores se dieron cuenta que era necesario trabajar finamente las jugadas con posesión de balón y opciones de ir al ataque.

El contraataque también se ha convertido en un estilo de juego empleado por muchos entrenadores, ya que sienten que no tienen los recursos dentro de su plantilla para ir a pelear un partido de tú a tú con algún equipo de mayor poderío, entonces este técnico trabaja su solidez defensiva para así buscar que lo ataquen pero sin que el equipo contrario marque en su arco, después de lograr ese primer objetivo, el entrenador buscara la forma más rápida de atacar a un equipo que tiene las líneas adelantadas en campo rival.

### **1.5 Principios defensivos.**

Los mencionados autores definen estos principios como acciones individuales y de equipo que tienen la finalidad de evitar que el equipo contrario consiga hacer gol. Estos movimientos defensivos se realizan cuando el equipo no tiene posesión del balón. Entre estos se encuentran: El marcaje, los repliegues, la cobertura, vigilancia, permuta, carga, interceptación entre otros. (Gutierrez, Salmeron, & Espejo, 2015)

Continuando con lo que exponen los autores, se puede decir que los principios defensivos son acciones que hacen parte de la táctica, son aplicadas cuando no se tiene la posesión del balón y se quiere recuperar, si se quiere evitar que el rival avance a portería contraria o que llegue a marcar un gol; aunque también estos principios defensivos se realizan con la posesión del balón.

### 1.5.1 Definición de cobertura

Según Fradua:

Es la ayuda que realiza un jugador sobre otro compañero que puede ser desbordado. En este caso, el defensor que frente a su oponente directo, en posesión del balón, conoce la situación de su compañero en cobertura, tendrá una información valiosísima para actuar de una u otra manera sobre el atacante, ya sea replegándose, acosando u orientando en otros casos la posible salida hacia la cobertura. (1999, pág. 100)

La cobertura es un aspecto de la táctica que hace parte de los principios defensivos en el fútbol, es esencial porque cuando un jugador es eludido por un adversario, un compañero debe ayudarlo y puede ser aplicada por todos los jugadores que estén por detrás de la línea del balón o de cualquier línea defensiva, además, los jugadores que la aplican deben posicionarse rápidamente para mantener las líneas defensivas organizadas y evitar jugadas de gol o que el rival avance con peligro a portería contraria. Además la cobertura también es aplicada o usada cuando un compañero sale a apoyar al equipo en ataque pero este ataque no deja una progresión clara y se pierde el balón, dejando al equipo en mal posicionamiento táctico, ahí es cuando un compañero pasa hacer la cobertura del espacio que se dejó en vacío.

## 1.5.2 Definición de permuta

Fradua define este concepto como:

Está “relacionada directamente con un intercambio de posiciones al realizar coberturas”.

Por lo tanto, es el desplazamiento defensivo del jugador (1) que previamente ha sido desbordado y por ello otro compañero (2) le ha hecho la cobertura, así el primer jugador (1) cambia su zona de responsabilidad defensiva o su marca con el segundo jugador (2).

(1999, pág. 101)

La permuta es otro aspecto de la táctica implicado en los principios defensivos, está relacionado con la cobertura y es primordial a la hora de evitar jugadas de gol, recuperar el balón y apoyar a un compañero cuando es eludido por un rival para ocupar el puesto que dejó y así mantener una línea defensiva organizada y evitar la consecución de un gol. La permuta dentro del equipo es una muestra de solidaridad para con el compañero que ha sido eludido por un rival, puesto que, se le da un espaldarazo haciéndole la posición que ha sido obligado a dejar.

## **1.6 Los juegos generales y simplificados para desarrollar aspectos técnicos- tácticos defensivos y ofensivos colectivos en el fútbol.**

### **1.6.1 Definición de juego**

El juego ha sido inherente a la vida humana, pertenece a la dinámica social y cultural, y responde a la idiosincrasia de los pueblos, al extremo que empiezan a ser representativos de diversas sociedades, tales como el béisbol en E.E.U.U. El fútbol sin embargo ha cobrado una dimensión universal. En este sentido, Hiuzinga lo define de la siguiente forma:

Es una actividad libre ejecutada “como si” y sentida como situada fuera de la vida corriente, pero que a pesar de todo, puede absorber por completo al jugador, sin que haya en ella ningún interés material ni se obtenga en ella provecho alguno, que se ejecuta dentro de un determinado tiempo y un determinado espacio; que se desarrolla en un orden sometido a reglas y que da origen a asociaciones que propenden a rodearse de misterio o a disfrazarse para destacarse del mundo habitual. Es una actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en sí mismo y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría. (1972, pág. 17).

De esta forma el juego forma parte vital de un desarrollo íntegro de todo ser humano, ya que, aporta directamente en la construcción de la socialización y la integración entre un grupo de niños, jóvenes y adultos. Además el juego ayuda de forma lúdica a que las capacidades y habilidades logren un mejor desarrollo. Por otra parte el juego es una actividad lúdico-expresiva

en la cual se liberan emociones, sentimientos y sensaciones, es por esto, que el juego se debe integrar en el día a día, para así tener una sociedad más amable y social.

El juego es más viejo que la cultura; pues, por mucho que estrechemos el concepto de éste, presupone siempre una sociedad humana, y los animales no han esperado a que el hombre les enseñara a jugar. Con toda seguridad podemos decir que la civilización humana no ha añadido ninguna característica esencial al concepto del juego (...) Podemos señalar que el juego es un fenómeno fisiológico muy importante. (Huizinga, 1972, pág. 11).

El juego como formador en la parte deportiva es excelente, ya que este, siempre pone en competencia a sus participantes y por ende estos siempre tratan de dar lo mejor de sí mismo, para así demostrar que son los mejores. Según Huizinga “el empeño por ser primeros siempre manifestará lo mejor de cada ser humano”. (1972, pág. 18)

En la actualidad es de vital importancia incluir o utilizar como estrategia de enseñanza el juego, esto debido a que el desarrollo de la tecnología y con el gran apogeo que tienen los videojuegos ha hecho que los niños de este siglo se desinterese por el juego en su total expresión. Por estos motivos, se ven mucho problemas físicos, emocionales y sociales; este método es muy conocido pero no se maneja de la manera indicada quizás por la falta de intervención de este, según Freud “el juego es la expresión de las pulsiones, fundamentalmente de la pulsión del placer, y por medio de él se expresa lo que resulta conflictivo” (1905, pág. 18). Esto se refiere a que el niño emplea a el juego para expresar algo más que el deseo, es decir , se ubica en un punto

objetivo sobre su concentración al jugar y sus ansias de superar obstáculos, conflictivos ya sean psicosociales, motrices y/o afectivos. El juego es una herramienta de liberación emocional, ya que el niño deja todos sus problemas y miedos de la vida cotidiana a un lado, el niño cuando juega crea un espacio de imaginación y de satisfacción propia, puesto que el juego no tiene límites dentro de la mente de un niño. El juego cumple sueños, metas, etc. Ya que en el niño es este espacio de esparcimiento y diversión puede llegar hacer o cumplir la profesión con la el sueño ejemplo: un niño que juega a ser bombero; esto no es solo un juego es una metáfora que el niño vive en ese espacio de creación y diversión.

El juego como una actividad placentera con un fin en sí misma. Esta es una de las múltiples acepciones que podemos encontrar del juego, pero no podemos establecer la definición exacta de juego. Algo similar ocurre con las teorías que intentan explicarlo, ya que son muy numerosas (Gonzalez C. , 1987, pág. 86).

De igual manera son muchas las teorías y los teóricos que se pueden rescatar y nombrar acerca del juego, la gran mayoría son similares entre ellas, aunque cabe resaltar que el juego es una actividad placentera, libre que genera retos personales, ya sea enfrentando a un compañero o contra alguna actividad que enfrente. Según Bühler (1935) “Contempla el juego como una actividad que se lleva a cabo por el placer que produce el ejercicio de una función, la realización de la actividad. Este placer refuerza la propia actividad” También, el juego es una forma de encontrar el ser con su interior, ya que, libera de represiones y tapujos a los seres humanos relajándolos, divirtiéndolos y distrayéndolos de sus quehaceres rutinarios y de sus problemas que

muy difícilmente se desaparecerán, estas actividades lúdicas en los niños son eficientes y eficaces para atraer su atención y mantener su ánimo activo.

## **1.7 Juegos polivalentes**

Varios autores referencian el concepto, el cual fundamentalmente aborda la idea de juegos que exigen una actividad corporal que involucre diversas actividades y ejercite diversas partes del cuerpo, así:

Los juegos polivalentes abarcan la mayor parte de las formas fundamentales del movimiento, como correr, saltar, lanzar, atrapar, atraer y empujar. Durante su práctica los niños aprenden a ejecutar combinaciones sencillas de movimiento y a corresponder mediante reacciones rápidas a requerimientos de movimientos imprevistos y repentinos causados por una situación de juego que se modifica permanentemente. Ello requiere decisiones rápidas, acciones inmediatas y una alta capacidad coordinativa. (Wein, 2007, pág. 129).

Los juegos polivalentes son espacios donde los niños desarrollan capacidades y cualidades deportivas con un nivel de exigencia más complejo que otra clase de juego, ya que, en estos juegos la premisa esencial es la de no someter al segmento corporal a ejercicios unilaterales de determinadas partes del cuerpo, son juegos donde se involucran más movimientos y mayor discriminación kinestésica.

Este tipo de juegos crean desde el punto de vista del movimiento, una premisa esencial para los procesos más complejos de los juegos deportivos. En cuanto a la formación de las capacidades condicionales, la ventaja principal de los juegos polivalentes radica en que es posible someter a prueba el cuerpo en su conjunto. Combinando inteligentemente los juegos se evitan el ejercicio unilateral de determinadas partes del organismo, se logra más bien una influencia equilibrada por regla general, de la constitución total. (Wein, 2007, pág. 129).

La aplicación de los juegos polivalentes en la formación del fútbol base ayuda de una forma muy significativa ya que estos aportan grandes cualidades a los niños, por lo tanto, se desarrolla la inteligencia de juego y la colectividad de manera muy lúdica y agradable. Los juegos polivalentes se han convertido en la herramienta más utilizada en la formación en fútbol base, ya que cumple con las exigencias de juego que demanda en la actualidad el fútbol. Además esta clase de juegos permite al formador de fútbol base a enseñar algunos conceptos técnicos-tácticos de manera muy lúdica y placentera.

## **1.8 Juegos simplificados**

Otro concepto relevante, y que ajusta bien a muchos de los mecanismos de formación de deportistas en disciplinas específicas, es el de juego simplificado, de esta forma:

Los juegos simplificados nos sirven como medio para hacer un adecuado enfoque del proceso de enseñanza-aprendizaje de los jóvenes porque son un conjunto de situaciones

lúdico-deportivas reducidas en las que se incluyen todos los factores que intervienen en el juego real. (Wein, 2007, pág. 139).

Entonces se dice que los juegos simplificados son una forma de dinamizar los procesos de enseñanza-aprendizaje del fútbol, ya que, esta clase de juego le genera al infante un espacio donde va a poder expresar todas sus actitudes y aptitudes lúdico-deportivas. Los juegos simplificados son espacios donde el niño se entrena con gusto y en situaciones reales que tiene un partido de fútbol. Además, esta clase de juegos se adapta a las condiciones físicas, técnicas, mentales de los infantes, y les da un nivel de exigencia en donde mejorarán la ejecución técnica de movimientos y habilidades de forma progresiva a medida que avanzan las prácticas deportivas.

En los juegos simplificados se plantean situaciones reales de juego o muy próximas a ellas. Ellos contienen elementos transferibles a idénticas o muy parecidas situaciones en la competición y por su grado de dificultad son apropiados a las posibilidades del jugador, al cual pide la solución de los problemas inherentes en el juego, estimulando así su inteligencia y creatividad. (Wein, 2007, pág. 139).

Este tipo de prácticas permiten ofrecerle a los deportistas escenarios que simulan la realidad, de esa manera los enfrentan a situaciones que van a tener que asumir en las competencias del entorno, lo cual es positivo porque le permite al deportista adecuar su juego, sus reacciones, sus aprendizajes, en contextos de realidad.

Todos los juegos simplificados se adaptan con su estructura específica al nivel técnico-táctico, el estado físico, mental e intelectual del joven jugador; además, facilitan una correcta ejecución de las habilidades y capacidades a causa del número reducido de jugadores que intervienen en ellos. Dichos juegos desarrollan la capacidad perceptiva del jugador y la aptitud para tomar decisiones correctas de una manera paulatina; también, obliga a los jugadores menos hábiles a participar intensamente en el juego poniendo un especial énfasis en la enseñanza de la comunicación y cooperación entre los jugadores. (Wein, 2007, pág. 141).

Para continuar con lo que expone el autor sobre los juegos simplificados se puede decir que, con esta clase de juegos se buscara la aplicación de un enfoque constructivista en donde el niño o deportista este en constante búsqueda de la mejor forma de ejecutar un gesto técnico, o una acción táctica. Los juegos simplificados aportan al niño una formación agradable he intencional, ya que, mientras el niño se divierte está adaptando nuevas capacidades, además, la aplicación de estos juegos generan una enseñanza moderna y eficaz, estimulando al niño a realizar actividades por iniciativa propia, construir aprendizajes autónomos, y estimula su creatividad.

Precisamente, estos juegos simplificados, permiten la ejecución de tareas grupales modificadas, lo que ha propiciado el cambio de modelos de aprendizaje tradicionales donde se aíslan los componentes técnico, táctico y físico, a modelos de aprendizaje de estos componentes pero en acciones reales de juego, es decir, juegos modificados, que inclusive

involucran componentes emotivo-volitivos y creativo-expresivos; a pesar de la existencia de propuestas, algunos autores consideran que la investigación no justifica empíricamente la utilización de cualquiera de estas propuestas de acuerdo al entorno de enseñanza- aprendizaje específico de los alumnos; por tanto, los autores se preguntan cuál es el sentido de realizar juegos modificados como estrategia metodológica en los procesos de enseñanza en el deporte (Serra, García y Moreno, 2011, p 37).

## **2 Metodología.**

### **2.1 Hipótesis.**

#### **2.1.1 Hipótesis de la investigación.**

El programa de juegos colectivos generales y simplificados específicos utilizados como estrategia pedagógica presenta efectos significativos en el nivel de aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en los niños de la categoría infantil con respecto a los resultados del grupo de niños infantiles que continuaron con su programa habitual de entrenamiento.

### **2.1.2 Hipótesis Nula.**

El programa de juegos colectivos generales y simplificados específicos utilizados como estrategia pedagógica no presenta efectos significativos en el nivel de aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en los niños de la categoría infantil con respecto a los resultados del grupo de niños infantiles que continuaron con su programa habitual de entrenamiento.

### **2.2 Diseño metodológico.**

El estudio es cuasi-experimental de diseño pre prueba y post prueba y grupo control; en este caso la muestra se seleccionó a conveniencia, pues los grupos ya estaban conformados previamente, teniendo en cuenta que los estudiantes investigadores laboran en la escuela de formación deportiva de fútbol hace 3 años.

### **2.3 Enfoque y alcance.**

Este estudio presentó un enfoque cuantitativo, con un alcance de tipo explicativo, porque, pretendió determinar el efecto de un programa de juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica para el aprendizaje de los elementos técnico-tácticos

colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en el fútbol de un grupo de niños de la categoría infantil del Club Futuras Estrellas de Buga.

## **2.4 Población y muestra**

Nuestra población estuvo conformada por un grupo de niños futbolistas de categoría infantil del Club Deportivo Futuras Estrellas del municipio de Guadalajara de Buga, contándose con dos grupos, control y experimental, seleccionados a conveniencia, por estar conformados los grupos previamente, es decir, esta investigación correspondió a un estudio no probabilístico.

## **2.5 Variables.**

### **2.5.1 Variable Dependiente.**

Los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos contraataque y pared.

## 2.5.2 Variable independiente.

El programa sistemático de juegos colectivos generales y simplificados específicos estructurado en 3 fases, con una duración de 12 semanas, realizándose 5 sesiones semanales de 90 minutos, donde se incluye los tiempos activos y pasivos, característicos de un deporte colectivo de tipo intermitente, es decir, con constantes pausas, dedicadas a las explicaciones y repetición continua de bloques de ejercicios grupales (ver imagen 1).

Imagen 1. Variable independiente de investigación (Programa de entrenamiento de juegos simplificados y juegos polivalentes)

1	FASE	JUEGOS COLECTIVOS GENERALES				TRANSICIÓN JUEGOS COLECTIVOS GENERALES-ESPECIALES				JUEGOS COLECTIVOS ESPECIALES			
2	Mes	Agosto				Septiembre				Octubre			
3	Semana No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4	Fecha de Iniciación y Finalización	3 - 7 Agosto	10 - 14 Agosto	17 - 21 Agosto	24 - 28 Agosto	31 - 4 Septiembre	7 - 11 Septiembre	14 - 18 Septiembre	21 - 25 Septiembre	28 - 2 Octubre	5 - 9 Octubre	12 - 16 Octubre	19 - 23 Octubre
5	Sesiones por microciclo	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	Volumen promedio Sesión minutos	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'
7	Volumen total microciclo (minutos)	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'
8	Evaluación inicial	180'											
9	Calentamiento con juegos colectivos	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'
10	Juegos colectivos generales de ataque	80'	110'	110'	110'	70'	70'	50'	40'	10'	10'	10'	
11	Juegos colectivos generales de defensa	75'	115'	115'	115'	70'	70'	50'	40'	10'	10'	10'	
12	Juegos simplificados 2vs 2, 3vs3 y 4vs4 de acciones técnico-tácticas ofensivas colectivas	20'	55''	55''	55''	75'	75'	100'	100'	75'	50'	50'	30'
13	Juegos simplificados 2vs 2, 3vs3 y 4vs4 de acciones técnico-tácticas defensivas colectivas	20'	55'	55'	55'	80'	80'	95'	95'	80'	50'	50'	30'
14	Juegos simplificados 5vs 5, 6vs6 y 7vs7 de acciones técnico-tácticas ofensivas colectivas		20'	20'	20'	40'	40'	40'	50'	100'	130'	130'	65'
15	Juegos simplificados 5vs 5, 6vs6 y 7vs7 de acciones técnico-tácticas defensivas colectivas		20'	20'	20'	40'	40'	40'	50'	100'	125'	125'	70'
16	Evaluación final												180'

Fuente: Los autores

El programa de juegos colectivos y simplificados que se realizó, fue estructurado en tres fases cada una de 4 semanas, incrementando el volumen cada vez que se iba avanzando en las actividades planteadas; durante las tres fases hubo una progresión en las que se estructuró la propuesta, iniciando en primer fase con juegos colectivos generales y juegos simplificados 2vs2, 3vs3 y 4vs4, aplicando juegos de ataque y defensa en sesiones de 90' durante 5 veces a la semana, donde se realizaron los procesos de aprendizaje; en la segunda fase se incrementó la duración de las sesiones pero a expensas del aumento de tareas motrices de juegos simplificados y disminución de juegos polivalentes, realizando sesiones a 120' los mismos 5 días a la semana, además, en esta fase, la complejidad de los juegos fue más exigente al requerir mayor concentración para tomar decisiones, donde los aprendizajes presentaron un progreso gradual; por último, durante la tercer fase, con las mismas 5 sesiones de 120' se utilizaron juegos colectivos especiales aplicando acciones técnico-tácticas colectivas defensivas y ofensivas por medio del 5vs5, 6vs6 y 7vs7, donde se apreciaron mejoramientos notorios.

## **2.6 Metodología de recolección de datos y análisis de datos.**

Para la recolección de datos y su análisis se utilizará el paquete estadístico SPSS 17 *Statistics*.

## **2.7 Criterios de inclusión.**

- Niños que hagan parte del Club Deportivo Futuras Estrellas.
- Que estén dentro de la categoría infantil 12-13 años.
- Participar en la convocatoria a las competencias.
- Asistir como mínimo a tres sesiones por semana.

### **2.7.1 Criterios de exclusión.**

- Niños que no hagan parte del Club Deportivo Futuras Estrellas.
- Niños que sean menores de 12 años y mayores de 13.
- Niños que no participan en la convocatoria a las competencias.
- No Asistir como mínimo a tres sesiones por semana.

## **2.8 Instrumento.**

### **2.8.1 Herramienta de evaluación del rendimiento de juego (HERJ).**

El objeto de este estudio es evaluar y entender el conocimiento técnico-táctico previo y rendimiento en el juego, así como la relación entre los distintos componentes del rendimiento en el juego, en los juegos de invasión. El HERJ mide la toma de decisiones y la ejecución de acciones técnico-tácticas en deportes de invasión. La versión que aquí se presenta es específica para fútbol. La aportación más significativa del HERJ a la evaluación del rendimiento de juego es que adopta una perspectiva contextual desde los principios o problemas tácticos enunciados por

(Bayer, 1992), los cuales en ataque son mantener la posesión del móvil, avanzar hacia la meta rival y conseguir el objetivo. Se determinó la validez de contenido, y se midieron la validez concurrente, la fiabilidad intra- observador (estabilidad) y la fiabilidad inter-observador. Esta herramienta de evaluación ha demostrado ser adecuada para los fines relacionados con la evaluación del comportamiento técnico y táctico de atacantes con y sin balón. (Serra, Gonzalez, & García, 2011) . Todo será evaluado con los test de 3vs3, 4vs4 y 5vs5 para analizar rendimiento y posibles mejoras en sus cualidades deportivas.

## **2.9 Método de análisis de la información.**

Programa SPSS: El programa SPSS “*Statistical Product and Service Solutions*” es un conjunto de herramientas de tratamiento de datos para el análisis estadístico.

### 3 Resultados.

**Tabla 1. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de las permutas**

Grupo de investigación		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico Colectivo defensivo número de permutas realizadas	Evaluación final desarrollo técnico-táctico Colectivo defensivo número de permutas realizadas	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>(-1)</b>
	Moda	9	8	
	Desv. típ.	1,389	1,282	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>(5) (45.4%)</b>
	Moda	10	15	
	Desv. típ.	1,282	1,512	

Fuente: Los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 1 comparan los valores del número de permutas, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo, apreciándose un incremento del 45.4% en el

número de permutas, al comparar los resultados de la prueba inicial con los resultados de la prueba final (de 11 permutas en test inicial a 16 permutas en test final). Por el contrario, en el grupo control se observó que no hubo incremento en el número de permutas entre el pre test y el post test.

**Tabla 2. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de las coberturas**

<b>Grupo de investigación</b>		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico Colectivo defensivo número de coberturas realizadas	Evaluación final desarrollo técnico-táctico Colectivo defensivo número de coberturas realizadas	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>(0)</b>
	Moda	8	8	
	Desv. típ.	1,188	,916	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>(5)</b> <b>(41%)</b>
	Moda	12	17	
	Desv. típ.	1,035	1,488	

Fuente: los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 1 comparan los valores del número de coberturas, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo, apreciándose un incremento del 41% en el número

de coberturas, al comparar los resultados de la prueba inicial con los resultados de la prueba final (de 12 permutas en test inicial a 17 permutas en test final). Por el contrario, en el grupo control se observó que no hubo incremento en el número de permutas entre el pre test y el post test.

**Tabla 3. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo de las paredes.**

Grupo de investigación		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo número de paredes realizadas	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo número de paredes realizadas	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>(-1)</b>
	Moda	8	8	
	Desv. típ.	1,195	,916	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>(3)(27.2%)</b>
	Moda	12	15	
	Desv. típ.	1,035	1,035	

Fuente: los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 1 comparan los valores del número de paredes, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo, apreciándose un incremento del 27.2% en el número de paredes, al comparar los resultados de la prueba inicial con los resultados de la prueba

final (de 12 paredes en test inicial a 15 paredes en test final). Por el contrario, en el grupo control se observó que no hubo incremento en el número de permutas entre el pre test y el post test.

**Tabla 4. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo de los contraataques**

Grupo de investigación		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo número de contraataques	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo número de contraataques	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>(-1)</b>
	Desv. típ.	,916	1,282	
	Varianza	,839	1,643	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>(3)(27.2%)</b>
	Desv. típ.	1,035	1,685	
	Varianza	1,071	2,839	

Fuente: los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 1 comparan los valores del número de contraataques, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo, apreciándose un incremento del 27.2% en el número de contraataque, al comparar los resultados de la prueba inicial con los resultados de la prueba final de 11 contraataques en test inicial a 14 contraataques en test final. Por el contrario,

en el grupo control se observó que no hubo incremento en el número de permutas entre el pre test y el post test.

**Tabla 5. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado.**

Grupo de investigación		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>(0)</b>
	Desv. típ.	1,193	,88388	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>(5)(45.5%)</b>
	Desv. típ.	,802	,95431	

Fuente: Los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 5 comparan los valores del número de permutas y coberturas, pero agrupados en una variable, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo; al agrupar estas dos variables, se observa un incremento de acciones técnico-tácticas colectivas defensivas agrupadas en el grupo experimental, correspondiente al 45,5% de incremento porcentual, al comparar los valores de los resultados de las pruebas de valoración inicial y final. Caso contrario, se observa en los resultados del grupo control, donde no se aprecian incrementos

en el número de acciones valoradas, a pesar de mantener el mismo nivel de acciones entre el pre test y el post test.

**Tabla 6. Prueba de normalidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado**

	Grupo de investigación	Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.
Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	Control	,900	8	<b>,292</b>
	Experimental	,905	8	<b>,319</b>
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	Control	,935	8	<b>,561</b>
	Experimental	,975	8	<b>,933</b>

Fuente: los autores

Al realizar la prueba de normalidad Shapiro Wilk para el test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado, se observa en la tabla 6 valores de significancia mayores a 0,05 ( $p > 0,05$ ), por tanto, estos resultados pueden ser sometidos a la prueba  $t$  de hipótesis, siempre y cuando cumplan con la siguiente prueba (homogeneidad de varianzas).

**Tabla 7. Prueba de homogeneidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado**

	Estadístico de Levene	gl1	gl2	Sig.
Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	,791	1	14	<b>,389</b>
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	,061	1	14	<b>,808</b>

Fuente: los autores

Complementando los supuestos que se utilizan para determinar si se puede aplicar la prueba de hipótesis (prueba *t*), se realizó la prueba de homogeneidad de varianzas, en la cual se presentaron valores de significancia mayores a 0,05 ( $p > 0,05$ ), por tanto, se procedió a realizar la prueba *t*.

**Tabla 8. Prueba de hipótesis para muestras relacionadas de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado**

		Diferencias relacionadas				t	gl	Sig. (bilateral)
		Media	Desviación típ.	95% Intervalo de confianza para la diferencia Inferior	Superior			
Control	Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo -	-,12500	,83452	-,82268	,57268	-,424	7	<b>,685</b>
	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo							
Experimental	Evaluación inicial desarrollo tecnico-tactico colectivo defensivo -	-4,62500	,91613	-5,39090	-3,85910	-14,279	7	<b>,000</b>
	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo							

Fuente: los autores

En los resultados descritos en la tabla 8 se aprecian los valores de la prueba de hipótesis (prueba *t*) para muestras relacionadas, observándose un valor de significancia menor a 0,05 ( $p < 0,05$ ), indicando lo anterior, la existencia de diferencias significativas entre los resultados de la prueba

pre con respecto a la prueba post en el grupo futbolistas infantiles del grupo experimental. Por el contrario, en el grupo control, se encontró una significancia mayor a 0,05 (en este caso el valor de p fue 0,685), con lo cual se deduce que no existieron diferencias estadísticamente significativas entre los resultados de las pruebas iniciales y las pruebas finales.

**Tabla 9. Prueba de hipótesis para muestras independientes de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo agrupado**

	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias					
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
							Inferior	Superior
Evaluación inicial desarrollo tecnico-tactico colectivo defensivo	Se han asumido varianzas iguales	,791	,389	-7,500	14	<b>,000</b>	-4,903	-2,722
	No se han asumido varianzas iguales			-7,500	12,250	<b>,000</b>	-4,917	-2,708
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo	Se han asumido varianzas iguales	,061	,808	-18,075	14	<b>,000</b>	-9,29886	-7,32614
	No se han asumido varianzas iguales			-18,075	13,919	<b>,000</b>	-9,29940	-7,32560

Fuente: los autores

Al realizar la prueba *t* para muestras independientes, a los resultados de las pruebas pre y post de los grupos control y experimental de los resultados agrupados del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo, se observaron valores estadísticamente significativos, al presentarse una

significancia menor a 0,050, lo que corrobora las diferencias significativas entre los resultados del grupo control y del grupo experimental al comparar sus resultados.

**Tabla 10. Estadística de medidas de tendencia central y de dispersión del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado**

Grupo de investigación		Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Diferencia
<b>Control</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>(-1)</b>
	Desv. típ.	,90386	,59387	
<b>Experimental</b>	Válidos	8	8	
	<b>Media</b>	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>(3)(27.2%)</b>
	Desv. típ.	1,03510	1,17830	

Fuente: los autores

Los resultados de medida de tendencia central (Media y moda) y de dispersión (desviación típica) descritos en la tabla 5 comparan los valores del número de paredes y contraataques, pero agrupados en una variable, aspecto integrante del desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo; al agrupar estas dos variables, se observa un incremento de acciones técnico-tácticas colectivas ofensivas agrupadas en el grupo experimental, correspondiente al 27,2% de incremento

porcentual, al comparar los valores de los resultados de las pruebas de valoración inicial y final. Caso contrario, se observa en los resultados del grupo control, donde no se aprecian incrementos en el número de acciones valoradas, a pesar de mantener el mismo nivel de acciones entre el pre test y el post test.

**Tabla 11. Prueba de normalidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado**

	Grupo de investigación	Shapiro-Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.
Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Control	,775	8	<b>,085</b>
	Experimental	,917	8	<b>,408</b>
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Control	,892	8	<b>,245</b>
	Experimental	,952	8	<b>,728</b>

Fuente: los autores

Al realizar la prueba de normalidad Shapiro Wilk para del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado, se observa en la tabla 6 valores de significancia mayores a 0,05 ( $p > 0,05$ ), por tanto, estos resultados pueden ser sometidos a la prueba  $t$  de hipótesis, siempre y cuando cumplan con la siguiente prueba (homogeneidad de varianzas).

**Tabla 12. Prueba de homogeneidad resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado**

	Estadístico de Levene	gl1	gl2	<b>Sig.</b>
Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	,005	1	14	<b>,946</b>
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	3,862	1	14	<b>,070</b>

Fuente: los autores

Complementando los supuestos que se utilizan para determinar si se puede aplicar la prueba de hipótesis (prueba *t*), se realizó la prueba de homogeneidad de varianzas, en la cual se presentaron valores de significancia mayores a 0,05 ( $p > 0,05$ ), por tanto, se procedió a realizar la prueba *t*.

**Tabla 13. Prueba de hipótesis para muestras relacionadas de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado**

Grupo de investigación		Diferencias relacionadas				t	gl	Sig. (bilateral)
		95% Intervalo de confianza para la diferencia						
		Media	Desviación típ.	Inferior	Superior			
Control	Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo -	,75000	,59761	,25038	1,24962	3,550	7	<b>,009</b>
	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo							
Experim	Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo -	-3,31250	,75297	-3,94200	-2,68300	-12,443	7	<b>,000</b>
	Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo							

Fuente: los autores

En los resultados descritos en la tabla 8 se aprecian los valores de la prueba de hipótesis (prueba *t*) para muestras relacionadas, observándose un valor de significancia menor a 0,05 ( $p < 0,05$ ), indicando lo anterior, la existencia de diferencias significativas entre los resultados de la prueba pre con respecto a la prueba post en el grupo futbolistas infantiles del grupo experimental. Por el contrario, en el grupo control, se encontró una significancia menor a 0,05 (en este caso el valor de *p* fue 0,009), con lo cual se deduce que si existieron diferencias estadísticamente significativas entre los resultados de las pruebas iniciales y las pruebas finales.

**Tabla 14. Prueba de hipótesis para muestras independientes de resultados del test de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo agrupado**

	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas			Prueba T para la igualdad de medias				
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Inferior	Superior
				95% Intervalo de confianza para la diferencia				
Evaluación inicial desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Se han asumido varianzas iguales	,005	,946	-4,502	14	<b>,000</b>	-3,22954	-1,14546
	No se han asumido varianzas iguales			-4,502	13,750	<b>,001</b>	-3,23132	-1,14368
Evaluación final desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo	Se han asumido varianzas iguales	3,862	,070	-13,397	14	<b>,000</b>	-7,25057	-5,24943
	No se han asumido varianzas iguales			-13,397	10,341	<b>,000</b>	-7,28483	-5,21517

Fuente: los autores

Al realizar la prueba *t* para muestras independientes, a los resultados de las pruebas pre y post de los grupos control y experimental de los resultados agrupados del desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo, se observaron valores estadísticamente significativos, al presentarse una significancia menor a 0,05, lo que corrobora las diferencias significativas entre los resultados del grupo control y del grupo experimental al comparar sus resultados.

#### 4 Análisis y discusión

la utilización de los juegos colectivos generales y simplificados específicos como estrategia pedagógica de aprendizaje en el grupo experimental, propició una mayor eficiencia en el desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de la cobertura y la permuta y ofensivo del contraataque y la pared, incrementándose el número de elementos técnico-tácticos colectivos defensivos en un 45% (cobertura y permuta) y en un 45,5% para los técnico-tácticos colectivos ofensivos (contraataque y pared), presentando al igual que en el estudio de Serra et al (2011) resultados significativos en la ejecución técnico-táctica al utilizar juegos simplificados-.

De tal manera que, el programa de entrenamiento de juegos colectivos generales y simplificados específicos en el fútbol, propuestos en esta investigación (véase apéndice 1); presentó cambios significativos en los niveles de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de la permuta y la cobertura y en los niveles de desarrollo técnico-táctico colectivo ofensivo del contraataque y la pared, lo que confirma las premisas de Rivillas, al indicar que un programa de juegos simplificados específicos, como el 3vs3 y 5vs5 debidamente realizado, favorece los aspectos técnico-tácticos ofensivos y defensivo colectivos en el futbol (2013), en este caso benefició los aspectos técnico-tácticos ofensivos como la pared y la triangulación.

Con respecto a la manera globalizada y simplificada para su entrenamiento, los juegos colectivos generales y simplificados específicos, presentaron mayor favorabilidad en los procesos de enseñanza-aprendizaje y ejecución de acciones técnico-tácticas en el fútbol, por presentar menor complejidad a la hora de ejecutar acciones que impliquen principios técnico-tácticos colectivos defensivos y ofensivos, lo que facilitó su aplicación en los jugadores del grupo experimental, confirmando la propuesta metodológica empleada por Serra et al (2011) al considerar este método como eficiente por su facilidad de enseñanza-aprendizaje y ejecución, además de mejorar los aspectos técnico-tácticos en el futbol, resaltando otro aspecto importante del método de juegos simplificado es su forma de asimilación pedagógica y eficiente, a la hora de ser aplicado dicho método el cual fue muy positivo para los futbolistas.

Al realizar esta propuesta metodológica de juegos generales colectivos y simplificados específicos con los futbolistas, basados en el 2vs2, 3vs3, 4vs4, 5vs5, 6vs6 y 7vs7, se pretende trabajar de manera generalizada los componentes físicos, socio-motrices y técnico- tácticos, lo que facilita un mayor aprendizaje en los jugadores a la hora de aplicar acciones que involucren la técnica y la táctica durante la competencia, aspectos que fueron evidenciados en las prácticas de campo.

Continuando con el análisis de los métodos utilizados en esta investigación se notan los cambios en los niveles de desarrollo técnico-táctico colectivo defensivo de la cobertura y la permuta y ofensivo del contraataque y la pared, tomando como ejemplo el método de juegos modificados 2vs2 donde los niveles de desarrollo propuestos en la intervención mejoraron

significativamente, al igual que, la investigación realizada por (Vera Haro, Pino, Romero, & Moreno, 2007) ambos programas presentaron resultados muy positivos.

De la misma forma, en otra investigación realizada por (Gonzalez, García, Gutierrez, & Pastor, 2012) en lo concerniente a juegos simplificados específicos utilizando el método de 2vs2 arrojó resultados positivos sobre el mejoramiento de fundamentos técnico-tácticos en el fútbol, observándose también una metodología de aplicación de forma específica, solo que en la investigación realizada en Buga (Valle), la propuesta de juegos no se redujo exclusivamente al 2vs2, sino que realizó una progresión durante las tres fases en las que se estructuró la propuesta, iniciando en primer fase con juegos colectivos generales y juegos simplificados 2vs2, 3vs3 y 4vs4, en sesiones de 90' durante 5 veces a la semana, donde se realizaron los procesos de aprendizaje; en la segunda fase se incrementó la duración de las sesiones pero a expensas del aumento de tareas motrices de juegos simplificados y disminución de juegos polivalentes, realizando sesiones a 120' los mismos 5 días a la semana, además, en esta fase, la complejidad de los juegos fue más exigente al requerir mayor concentración para tomar decisiones, donde los aprendizajes presentaron un progreso gradual; por último, durante la tercer fase, con las mismas 5 sesiones de 120' se utilizaron juegos colectivos especiales aplicando acciones técnico-tácticas colectivas defensivas y ofensivas por medio del 5vs5, 6vs6 y 7vs7, donde se apreciaron mejoramientos notorios.

Continuando con lo anteriormente mencionado las investigaciones y antecedentes consultados nos hicieron un aporte significativo, ya que, nos aportaron ideas y teorías para encarrilar esta investigación y ver la importación de nuevos programas de entrenamiento donde motiven al infante a ser cada día mejor de una forma agradable y gustosa, además sirvió para mirar que los aspectos colectivos en deportes de conjunto son muy importantes ya que son deportes socio-motrices e involucran la interacción entre todos los deportistas. Por otro lado estos antecedentes aportaron datos importantes para la creación del programa de intervención (macro ciclo) y la aplicación de dicho programa. También nos sirvió para aclarar en qué edades tiene cambios más significativos el trabajo de aspectos tácticos. Para concluir los resultados son la combinación de los dos elementos anteriormente nombrados y un buen desarrollo del programa de intervención, en cuanto a comparar los resultados con los antecedentes se dice que esta investigación es única ya que las otras teorías consultadas no evaluaban los principios tácticos y técnicos que se evaluaron en este trabajo de grado.

## 5 Conclusiones

El programa de juegos colectivos generales y simplificados específicos utilizados como estrategia pedagógica, presentó efectos significativos en el nivel de aprendizaje de los elementos técnico-tácticos colectivos defensivos cobertura y permuta y colectivos ofensivos pared y contraataque en los niños del grupo experimental de la categoría infantil del club Futuras Estrellas de Buga.

El número de elementos técnico-tácticos colectivos defensivos (cobertura y permuta) y elementos técnico-tácticos colectivos ofensivos (contraataque y pared) presentaron un gran nivel de mejoría, evidenciándose en el mayor número de acciones de coberturas, permutas, contraataques y paredes, al comparar los resultados de las pruebas iniciales con respecto a las pruebas finales, apreciándose de forma general entre los elementos técnico-tácticos colectivos ofensivos y técnico-tácticos colectivos defensivos un aumento del 45,2% de acciones técnico-tácticas.

La utilización de los métodos y programas alternativos en los procesos de enseñanza-aprendizaje, en este caso juegos generales polivalentes y juegos simplificados propiciaron una mayor motivación y adherencia de los niños a las prácticas diarias de entrenamiento de fútbol base, promoviendo ambientes de socialización mucho mayor, al existir mayor interacción para la elaboración de una acción de juego, disminuyendo de esta forma las acciones prolongadas individuales, promoviéndose la cooperación y el dialogo constante durante las actividades colectivas.

## 6 Recomendaciones

Promover la práctica de deportiva en los niños como mínimo de dos a tres veces por semana, puesto que, esta propuesta de intervención arroja resultados positivos sobre los niveles de aprendizaje en aspectos técnicos-tácticos en el fútbol.

Utilizar métodos de entrenamiento variados en el fútbol para evitar la monotonía en los deportistas, donde se puede iniciar con juegos básicos para posteriormente involucrar juegos de mayor complejidad, así mismo utilizar herramientas que permitan una ejecución de la técnica más agradable.

Se sugiere hacer una activación cardiorrespiratoria y de movilidad articular suave antes de aplicar las sesiones de entrenamiento para evitar lesiones, ya que sin la debida activación pueden aparecer molestias durante el desarrollo de los ejercicios especialmente cuando hay gran exigencia en la ejecución de estos ejercicios.

Controlar adecuadamente las fases sensibles de entrenamiento en los niños para evitar un desentrenamiento; ya que sin el debido respeto a estas fases se saldría del objetivo principal de los métodos aplicados para el mejoramiento de la técnica y la táctica.

## Referencias

- Bayer, C. (1992). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispanoeuropea.
- Bühler, K. (1935). La investigación sobre la teoría del lenguaje: introducción para toda la psicología. *Archivo*, 401-412.
- Caiza, J. A., & Pijal Ruiz, A. (2012). *Estudio de las capacidades coordinativas y su influencia en los fundamentos técnicos del futbol en los niños y niñas de 10-12 años de las escuelas fiscales 9 de Octubre y Túpac Yupanqui, de la parroquia de San Antonio de Ibarra, en el año 2012 y propuesta*. Ibarra, Ecuador: Universidad Técnica del Norte.
- Castellano, J., Perea, & Mendo. (2008). Análisis de la evolución del fútbol a lo largo de los mundiales. *Psicothema*, 4(20), 929-932.
- Castelo, J. (1999). *Fútbol. Estructura y dinámica del juego*. Barcelona: Inde.
- Congreso de Colombia. (1994). *Ley 115 Ley General de educación*. Bogotá: Congreso de Colombia.
- Correa, B. S., & Mauricio., A. J. (2013). *Incidencias de las capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos básicos del futbol, en las niñas de la Institución educativa Gimnasio del Pacífico de Tuluá*. Tuluá: UCEVA.
- Cota Higuera, J. L. (19 de 10 de 2012). *definicion de futbol soccer*. Recuperado el 14 de 09 de 2015, de <http://definiciondefootboolsoocer.blogspot.com.co/2012/10/futbol-el-futbol-del-ingles-britanico.html>
- Fradua Uriondo, J. (1999). *La visión de juego en el futbolista*. Barcelona: Paidrotribo.

- Freud, S. (1905). *Tres ensayos de teoría sexual*. FV Editions.
- Freud, S. (1905). *Tres ensayos de teoría sexual*. Fontana.
- Gonzalez Villora, S. (2008). *Estudio de las etapas de formación del joven deportista, desde el desarrollo de la capacidad táctica, aplicación al fútbol*. Cuenca: Universidad de Castilla La Mancha.
- Gonzalez, C. (1987). *Juegos y educación física*. Madrid: Pearson.
- Gonzalez, S., García, L., Gutierrez, D., & Pastor, J. (2012). Estudio del rendimiento de juego (2 Vs 2) en jugadores de fútbol con 8 años. *Revista de Investigación en educación*, 1(10), 115-126.
- Gutierrez, E., Salmeron, N., & Espejo, S. (11 de 11 de 2015). *Fútbol Sesión*. Obtenido de <http://www.futbolsesion.com/images/TECNICA.pdf>
- Hernández Moreno, J. (1993). Una metodología de la observación de juego en el fútbol. Cuantificación del tiempo de pausa y de participación. *Ciencia y técnica del fútbol.*, 181-191.
- Hiuzinga, J. (1972). *Homo Ludens*. Barcelona: Emece.
- Montiel, D. (15 de 10 de 2002). *Escoladefútbol*. Obtenido de [http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/ap\\_tecni.htm](http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/ap_tecni.htm)
- Otero, F. M., Gonzalez, J. A., & Calvo, A. (2012). Validación de instrumentos para la medición del conocimiento declarativo y procedimental y la toma de decisiones en el fútbol escolar. *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(22), 65-69.
- Ramirez Ayala, J. (2015). *La verdad de la periodización táctica*. Armenia.
- Rivillas, I. (2013). ¿3 Vrs 3 o 5 Vrs 5 para el aprendizaje de los elementos tácticos colectivos pared y triangulación? *Revista de preparación física en el fútbol*, 1-12.

Sampedro, J. E. (1999). *Fundamentos de la táctica deportiva, análisis de las estrategias de los deportes*.

Madrid: Gymnos.

Serra Olivares, J., García, L. M., Sanchez, D., & Moreno, M. (2011). El juego modificado, recurso metodológico en el futbol de iniciación. *Nuevas tendencias en Educación física, deporte y recreación*(20), 37-42.

Serra, J., Gonzalez, S., & García, L. (2011). Comparación del rendimiento de juego de jugadores de futbol de 8-9 años en dos juegos modificados 3 contra 3. *Cuadernos de psicología del deporte*, 11(2), 77-91.

Spencer, H. (1855). *Principios de Psicología*. S.N.

Terry, C. E. (2008). *Diseño de una herramienta observacional de evaluación técnico táctica del futbol para niños de 10 y 11 años*. Cienfuegos, Cuba: Universidad de Cienfuegos Carlos Rafael Rodríguez.

Vera Haro, G., Pino, J., Romero, C., & Moreno, M. I. (2007). Propuesta de valoración técnico táctica mediante una situación de juego colectivo básico en el futbol de iniciación. *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(12), 29-35.

Vinent, P. (S.F.). *Apuntes de táctica (nivel 1)*. Obtenido de [http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/ap\\_tac\\_1.htm](http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/ap_tac_1.htm)

Wein, H. (2007). *Futbola a la medida del niño*. Medellín: Kinesis.

## Apéndices

### Apéndices 1 programa de entrenamiento de juegos colectivos generales y simplificados específicos (variable independiente)

1	FASE	JUEGOS COLECTIVOS GENERALES				TRANSICIÓN JUEGOS COLECTIVOS GENERALES- ESPECIALES				JUEGOS COLECTIVOS ESPECIALES			
2	Mes	Agosto				Septiembre				Octubre			
3	Semana No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4	Fecha de Iniciación y Finalización	3 - 7 Agostc	10 - 14 Agostc	17 - 21 Agostc	24 - 28 Agostc	31 - 4 Septiembre	7 - 11 Sept embre	14 - 18 Sept embre	21 - 25 Sept embre	28 - 2 Ocubre	5 - 9 Ocubre	12 - 16 Ocubre	19 - 23 Ocubre
5	Sesiones por microciclo	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	Volumen promedio Sesión minutos	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'	90'
7	Volumen total microciclo (minutos)	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'	450'
8	Evaluación inicial	180'											
9	Calentamiento con juegos colectivos	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'	75'
10	Juegos colectivos generales de ataque	80'	110'	110'	110'	70'	70'	50'	40'	10'	10'	10'	
11	Juegos colectivos generales de defensa	75'	115'	115'	115'	70'	70'	50'	40'	10'	10'	10'	
12	Juegos simplificados 2vs 2, 3vs3 y 4vs4 de acciones técnico-tácticas ofensivas colectivas	20'	55'	55'	55'	75'	75'	100'	100'	75'	50'	50'	30'
13	Juegos simplificados 2vs 2, 3vs3 y 4vs4 de acciones técnico-tácticas defensivas colectivas	20'	55'	55'	55'	80'	80'	95'	95'	80'	50'	50'	30'
14	Juegos simplificados 5vs 5, 6vs6 y 7vs7 de acciones técnico-tácticas ofensivas colectivas		20'	20'	20'	40'	40'	40'	50'	100'	130'	130'	65
15	Juegos simplificados 5vs 5, 6vs6 y 7vs7 de acciones técnico-tácticas defensivas colectivas		20'	20'	20'	40'	40'	40'	50'	100'	125'	125'	70'
16	Evaluación final												180'

## Apéndice 2 sesión nº 1 del programa de entrenamiento.

FASE CALENTAMIENTO	Duración:
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Movilidad Articular: se hace una breve movilidad desde la parte más distal hacia lo más proximal.</li> </ul>	5 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Juego general colectivo:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• El yeimy: El grupo se subdivide en 2 grupos con el mismo número de participantes en cada uno; se coloca una torre de conos en una zona demarcada, se cuentan 13 pasos y se marca la zona de tiro.</li> </ul> <p>El equipo A lanza una pelota y trata de tumbar los conos, si el tiro es efectivo, el equipo B sale a ponchar a sus rivales, los cuales están tratando de volver armar la torre para así conseguir un punto.</p> </li> </ul>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quitale la Cola al burro: Materiales: Pañuelos para cada equipo.</li> </ul> <p>Separa al grupo en dos. Haz que formen dos filas tomando de la cintura al de enfrente como una larga cadena. Coloca un trapo o pañuelo en la bolsa trasera del último de cada fila. La meta es lograr que la primera persona de una fila obtenga el pañuelo de la otra en tanto que esa hilera trata de evitarlo.</p>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gotera Sobre el Líder: Materiales: Botellas con refresco – cucharas o vasos.</li> </ul> <p>Escoge a dos personas por equipo y haz que se acuesten en el suelo con una botella de coca vacía balanceada sobre la frente. Mientras tanto el grupo se divide en dos equipos, cada equipo tiene una cuchara y un frasco con agua. El objetivo es que cada uno, debe tratar de vaciar una cucharada de agua en la botella de coca. El equipo que logra llenar 3 cm gana.</p>	10 minutos

FASE CENTRAL	Duración:
<p>❖ <b>Juego general colectivo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Capturas de Banderas</b> Cantidad de participantes: 6 Materiales: cinta de pegar y una bandera</li> </ul> <p>Dividir al grupo en dos equipos separados por una línea en el centro. El objetivo es que los miembros de cada equipo crucen al área enemiga y arranqué las banderas del equipo contrario. los deberán evitar ser tocados por los jugadores del otro equipo. Si alguien es tocado, se quedara congelado hasta que algún compañero de su equipo lo toque y pueda regresar a su zona. El equipo que captura las banderas y regresa salvo a su lado gana.</p>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La zona:</b> El grupo se subdivide en 2 grupos con el mismo número de participantes en cada uno; los dos grupos los vamos a situar dentro de un cuadrado de 30x25, a cada grupo se le dará una zona que van a estar en los dos extremos del cuadro; el juego se inicia con un jugador de cada equipo en la mitad y con balón al aire, el equipo que gane balón tiene que llegar a la zona del otro equipo pasándose el balón entre ellos mismos.</li> </ul>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Él toma y dame:</b> El grupo se subdivide en 2 grupos con el mismo número de participantes en cada uno; los dos grupos los vamos a situar dentro de un cuadrado de 30x25. el juego se inicia con un jugador de cada equipo en la mitad y con balón al aire. El objetivo del juego es hacer 30 toques o pases con mis Compañeros de equipo, el equipo que logre hacer los 30 pases marca un punto.</li> </ul>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Jockey con Escobas:</b> Materiales: Canchas pequeñas – escobas – un balón - un pito.</li> </ul> <p>A cada uno se le da una escoba. Se colocan dos mesas volteadas a cada lado del salón a manera de portería. Los jugadores deben barrer una pelota pequeña de hule o de plástico a la portería del equipo contrario.</p>	10 minutos
<p>❖ <b>Juegos simplificados:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 vs 3 : se hacen grupos de 3 y se juega a cuatro porterías. Se juega a a dos toques.</li> <li>• 4 vs 4 + dos comodines: se juega 3 vs dentro de una zona demarcada, fuera de la zona se sitúan Dos comodines que van apoyar a cualquiera de los dos equipos en su intención de marcar gol.</li> <li>• 5 vs 5 : se ubican los dos grupo dentro de un cuadro de 25x25, en las vertices del cuadro se ubican dos conos; cada grupo ubica a dos de sus integrantes entre dos conos. El objetivo del trabajo es tener juego asociado para descargar con los que estan entre los conos, el del cono sale cuando un o de sus compañeros le toca el balón y el lo devuelve a uno de los integrantes de su grupo.</li> <li>• 7 vs 7 : se hace fútbol a cuatro porterías, sin limite de toque por jugador.</li> </ul>	30 minutos
FASE DE VUELTA A LA CALMA	Duración:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estiramientos.</li> </ul>	5 minutos

## Apéndice 3 sesión n° 2 del programa de entrenamiento.

FASE CALENTAMIENTO	Duración:
❖ Movilidad Articular: se hace una breve movilidad desde la parte más distal hacia lo más proximal.	5 minutos
❖ Juego general colectivo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>EL Brujo:</b> Se elige a un integrante del grupo, el cual será el brujo, los demás tratan de evitar al brujo. Ya que si el brujo los toca los puede convertir en cualquier animal, y este pasara a ser ayudante del brujo para así lograr convertir a todos los del grupo en animales.</li> </ul>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Lleva cadeneta:</b> se elige a un integrante del grupo el cual será la lleva, este trata de tocar a los otros Niños, el niño que sea tocado se cogera de la mano el que esta quedando de lleva, la misma mecanica. Hasta que todo el grupo quede en una sola cadena.</li> </ul>	10 minutos

FASE CENTRAL	Duración:
❖ Juego general colectivo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pelota al tubo:</b> Se divide el grupo en dos equipos con el mismo número de participantes en ambos; se juega con una pelota de tenis, se coloca un tubo dentro de una circunferencia, se inicia juego con pelota al aire, los grupos realizaran pases entre ellos y trataran de meter la pelota dentro del tubo sin meterse a la circunferencia.</li> </ul>	10 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Toque, toque y cambio:</b> Se demarcan con tizas tres zonas de 25x25, el grupo se divide en 3 grupos con igualdad en el numero de integrantes. La dinamica es, un grupo se situa en la zona A, otro grupo en la Zona B; el tercer grupo queda flotando entre las 3 zonas, ya que la zona media o zona C tendra que estar vacia. Se le da el balón al grupo que esta en la Zona A, estos realizaran 10 toques entre ellos tratando de que el rival no les quite balón, si logran hacer los 10 toques hacen un cambio de frente hacia la zona B donde el Otro grupo cumplira con lo anterior mente dicho.</li> </ul>	20 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>La Trenza:</b> se forman grupos de 3. El trio tendra que realizar una trenza con toques sucesivos de balón para llegar hacia el otro extremo de la cancha y rematar al arco.</li> </ul>	10 minutos
❖ Juegos simplificados: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 vs 2 : se hacen dos grupos y se juega a cuatro porterias. Se juega a a dos toques.</li> <li>• 2 vs 2 + dos comodines: se juega 3 vs dentro de una zona demarcada, fuera de la zona se sitúan Dos comodines que van apoyar a cualquiera de los dos equipos en su intención de marcar gol.</li> <li>• 8 vs 8+ un comodin : se ubican los dos grupo dentro de un cuadro de 25x25, en las vertices del cuadro se ubican dos conos; cada grupo ubica a dos de sus integrantes entre dos conos. El objetivo del trabajo es tener juego asociado para descargar con los que estan entre los conos, el del cono sale cuando uno de sus compañeros le toca el balón y el lo devuelve a uno de los integrantes de su grupo.</li> </ul>	40 minutos
<p>asociado para descargar con los que estan entre los conos, el del cono sale cuando uno de sus compañeros le toca el balón y el lo devuelve a uno de los integrantes de su grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 vs 7 + un comodin : se hace fútbol a cuatro porterias, sin limite de toque por jugador.</li> </ul>	

FASE DE VUELTA A LA CALMA	Duración:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estiramientos.</li> <li>• Charla final y motivacional.</li> </ul>	10 minutos

## Apéndice 4 sesión n° 3 del programa de entrenamiento.

FASE CALENTAMIENTO	Duración:
❖ Movilidad Articular: se hace una breve movilidad desde la parte más distal hacia lo más proximal.	5 minutos
❖ Juego general colectivo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>El líder:</b> Se elige a un integrante del grupo, el cual será el brujo, los demás tratan de evitar al brujo. Ya que si el brujo los toca los puede convertir en cualquier animal, y este pasara a ser ayudante del brujo para así lograr convertir a todos los de grupo en animales.</li> </ul>	5 minutos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gotera Sobre el Líder:</b> Materiales: Botellas con refresco – cucharas o vasos.</li> </ul> <p>Escoge a dos personas por equipo y haz que se acuesten en el suelo con una botella de coca vacía balanceada sobre la frente. Mientras tanto el grupo se divide en dos equipos, cada equipo tiene una cuchara y un frasco con agua. El objetivo es que cada uno, debe tratar de vaciar una cucharada de agua en la botella de coca. El equipo que logra llenar 3 cm gana.</p>	10 minutos

FASE CENTRAL	Duración:
<p>❖ <b>Juego general colectivo:</b></p> <p><b>toque, toque y cambio:</b> Se demarcan con tizas tres zonas de 25x25, el grupo se divide en 3 grupos. Con igualdad en el número de integrantes. La dinámica es, un grupo se sitúa en la zona A; otro grupo en la Zona B; el tercer grupo queda flotando entre las 3 zonas, ya que la zona media o zona C tendrá que estar vacía. Se le da el balón al grupo que está en la Zona A, estos realizarán 10 toques entre ellos tratando de que el rival no les quite balón, si logran hacer los 10 toques hacen un cambio de frente hacia la zona B donde el Otro grupo cumplirá con lo anterior mente dicho.</p>	15 minutos
<p>❖ <b>La zona:</b> El grupo se subdivide en 2 grupos con el mismo número de participantes en cada uno; los dos grupos los vamos a situar dentro de un cuadrado de 30x25, a cada grupo se le dará una zona que van a estar en los dos extremos del cuadro; el juego se inicia con un jugador de cada equipo en la mitad y con balón al aire, el equipo que gane balón tiene que llegar a la zona del otro equipo pasándose el balón entre ellos mismos.</p>	15 minutos
<p>❖ <b>Entrego y recibo:</b> El grupo se subdivide en 2 grupos con el mismo número de participantes en cada uno; Los dos grupos los vamos a situar dentro de un cuadrado de 30x25. el juego se inicia con un jugador de cada equipo en la mitad y con balón al aire. El objetivo del juego es hacer 30 toques o pases con mis Compañeros de equipo, el equipo que logre hacer los 30 pases marca un punto.</p>	10 minutos
<p>❖ <b>Juegos simplificados:</b></p> <p>❖ 3 vs 3 : se hacen grupos de 3 y se juega a cuatro porterías. Se juega a a dos toques.</p> <p>❖ 4 vs 4 + dos comodines: se juega 3 vs dentro de una zona demarcada, fuera de la zona se sitúan Dos comodines que van apoyar a cualquiera de los dos equipos en su intención de marcar gol.</p> <p>❖ 5 vs 5 : se ubican los dos grupo dentro de un cuadro de 25x25 en los vértices del cuadro se ubican</p> <p>❖ 4 vs 4 + dos comodines: se juega 3 vs dentro de una zona demarcada fuera de la zona se sitúan Dos comodines que van apoyar a cualquiera de los dos equipos en su intención de marcar gol.</p> <p>❖ 5 vs 5: se ubican los dos grupo dentro de un cuadro de 25x25, en los vértices del cuadro se ubican dos conos. cada grupo ubica a dos de sus integrantes entre dos conos. El objetivo del trabajo es tener juego asociado para descargar con los que están entre los conos, el del cono se le descarga con uno de sus compañeros le toca el balón y el lo devuelve a uno de los integrantes de su grupo.</p> <p>❖ 7 vs 7 : se hace fútbol a cuatro porterías, sin límite de toque por jugador.</p>	45 minutos

FASE DE VUELTA A LA CALMA	Duración:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estiramientos.</li> </ul>	5 minutos