



LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS FÚTBOL SOCCER

ISRAEL TRUJILLO PEÑA



30 de enero de 2023
ESCUELA DEL DEPORTE DE
VALLE DE BRAVO, MÉX.

INTRODUCCIÓN

Antes de empezar a describir mi trabajo, empezare con una gran frase que me ha llevado a dar lo mejor de mi como entrenador dentro y fuera de las canchas: *“INTENTO SOÑAR LO QUE VA A PASAR”*.

Los fundamentos técnicos del fútbol se los conceptualiza como las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo. Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores: Los fundamentos a trabajar son: El control, conducción, pase y remate, cuya enseñanza a través de medios como los ejercicios metodológicos para cada uno de los fundamentos para perfeccionar la técnica de cada niño.

Los tiempos van cambiando y los niños también. Así que la formación del alumno siempre va evolucionando y el entrenador debe seguir creciendo como formador y adaptarse a los nuevos tiempos.

A VECES ESTAMOS TAN OBSESIONADOS CON GANAR O PERDER, QUE NOS OLVIDAMOS DE LO MAS IMPORTANTE, JUGAR.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS Y SU IMPORTANCIA

Los fundamentos técnicos son las principales acciones, que debemos aprender para comprender el desarrollo del juego, las cuales primero se enseñan para después entrenarlas. En muy raras ocasiones se presentan separados entre sí, ya que esta se complementa para un mejor accionar del deportista. Pues la mayoría de las veces los movimientos parciales y los elementos técnicos se mezclan, para fortalecer el juego individual y colectivo.

En general, no es difícil dominar una técnica, pero se torna cada vez más complicado si cambian las condiciones de juego. Por tanto, los jugadores solo lograrán controlar el balón totalmente cuando sepan coordinar las partes del cuerpo. Asimismo, el aprendizaje dependerá del número de repeticiones, si bien existen diferentes combinaciones en cuanto al método aplicable. 20 Conforme el niño crece, su aptitud técnica será la base del buen desarrollo y le permitirá experimentar lo divertido que es el fútbol en toda su extensión. (FIFA, 2016)

Le permiten al jugador engañar a los adversarios a través de técnicas de buena conducción, agilidad, velocidad y una adecuada coordinación del cuerpo.

“La magnificación de la técnica como pilar del proceso de enseñanza ha llevado a cometer un importante error: eliminar el placer que el juego genera y sustituirlo por instrucción.

Este se transforma la actividad lúdica en trabajo y la atmosfera que se crea se aleja de los intereses del niño” (Armando Anaya, Pedagogía del Fútbol Infantil, pág. 10, 2021)

En el fútbol base, los fundamentos técnicos:

1. CONDUCCIÓN

Es poner en movimiento el balón por medio del contacto con el pie hábil o inhábil dándole una trayectoria y velocidad teniendo una visión panorámica.

Tipos de conducción:

- Parte externa del pie
- Parte interna del pie
- Empeine
- Punta del pie
- Planta del pie

Según la trayectoria:

- En línea recta.
- En zigzag.
- En cambio, de direcciones de manera rápida.
- En cambio, de posiciones.

Los toques al balón deben ser cortos y pegados al pie cuando tenemos al rival cerca y largos, cuando el rival está lejos y necesitamos ganar espacios. (Martín, 2001)

2. PASE

Se realiza principalmente con la parte del pie o también puede ser con cualquier parte del cuerpo que el reglamento no penalice, el cual se presenta tanto defensivamente como ofensivamente y el jugador tiene como objetivo cederlo a un compañero mejor situado para tener una mejor situación de juego.

Como las situaciones del fútbol son variadas debemos de saber emplear ocasionalmente las diversas partes del pie o pies para cederlo y cuando más rápido sea este mayor grado de efectividad tendrá nuestro juego.

Tipos de Pase:

- *De acuerdo a la distancia*
 - ✓ Pases cortos

- ✓ Pases largos
- ✓ Pases medianos
- *De acuerdo a la altura*
- ✓ Pase a ras del suelo
- ✓ Pase a media altura
- ✓ Pase por elevación
- *De acuerdo a la superficie de contacto*
- ✓ Con la parte interna de pie
- ✓ Con la parte externa del pie
- ✓ Con el empeine
- ✓ Con la punta
- ✓ Con el taco

Recepción del balón

El jugador tiene como finalidad principalmente amortiguar la trayectoria del balón y utilizar la parte más útil del cuerpo de acuerdo a las circunstancias del juego.

Tipo de recepciones:

- Rodilla
- Muslo
- El Pecho

Cuando queremos jugar un balón necesariamente debemos de pararlo para después cederlo. Utilizamos para ello cualquier parte del cuerpo (menos los brazos y las manos) de acuerdo a las circunstancias y a como venga el esférico. (Ojeda, 2010)

3. Control del balón

Controlar el balón significa hacerse el amo del mismo. Los controles que deben trabajarse prioritariamente en fútbol base son los controles orientados y los controles en movimiento, puesto que generan velocidad en el juego.

Tipo de Controles:

- Control Clásico
- Controles orientados

4. Remate

Acción que intenta meter el balón en la portería rival. Constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque. Es la finalidad del fútbol. Requiere cualidades técnicas (buen golpe de balón y precisión en las trayectorias), cualidades físicas (potencia, coordinación y equilibrio) y cualidades mentales, determinación, audacia y confianza en uno mismo (p. sn).

Tipos de remate

Estos dependen de la situación en la cual se encuentre la persona que este con el balón.

- De acuerdo a la superficie de golpeo:
 - ✓ Remate con el empeine.
 - ✓ Remate con el empeine interno.
 - ✓ Remate con el empeine externo.
 - ✓ Remate con la punta del pie.
- De acuerdo a la altura del balón:
 - ✓ Remate a ras del suelo.
 - ✓ Remate a media altura.
 - ✓ Remate de altura.
 - ✓ Remate de volea.
 - ✓ Remate de media vuelta.
- De acuerdo a la dirección del balón:
 - ✓ Remate en línea recta.
 - ✓ Remates cruzados o en diagonal.
 - ✓ Remate con efecto.

(Ojeda, 2010)

CARACTERÍSTICAS DE LAS POSICIONES

1. Portero

- ✓ Neutralizar los centros.
- ✓ Atajar todos los remates.
- ✓ Buenos reflejos.
- ✓ Buen juego con los pies.
- ✓ Tener una buena coordinación y agilidad.
- ✓ Un buen saque largo con manos y pies.
- ✓ Se convierte en un (libero) tomando en cuenta las acciones del juego.
- ✓ Resuelve acciones de achique.
- ✓ Salir en todas sus facetas.
- ✓ Desarrollar Trabajos específicos y en equipo.

2. Marcadores Laterales

- ✓ Con gran velocidad y resistencia.
- ✓ Buena conducción para crear una buena salida.
- ✓ Recepción y descarga en todas sus posibilidades.
- ✓ Realiza buenos centros a la ofensiva.
- ✓ Sabe cambiar de ritmo.
- ✓ Hace diagonales a la ofensiva.
- ✓ Sabe anticipar al delantero.
- ✓ Desarrolla duelos individuales a la ofensiva y defensiva.
- ✓ Sabe cerrar.
- ✓ Pasa por atrás a la ofensiva.
- ✓ Siempre juega su espalda con la línea final.

3. Marcadores Centrales

- ✓ Ganar Duelos individuales.
- ✓ Defender en Inferioridad numérica.

- ✓ Manejar los espacios.
- ✓ Capacidad para interpretar las jugadas.
- ✓ Rechaza todos los centros.
- ✓ Rechaza con cabeza o pies, pero siempre trata de darle un pase al compañero.
- ✓ Sabe cerrar junto con sus laterales.
- ✓ Sabe salir jugando.
- ✓ Juega en corto, medio y largamente (pase).
- ✓ Buen juego aéreo.

4. Volantes Centrales

- ✓ Defender en inferioridad numérica.
- ✓ Efectuar cambios de frente
- ✓ Desarrollar pases de profundidad
- ✓ Cerrar cuando atacan por las laterales.
- ✓ Hacer evoluciones con la pelota.
- ✓ Anticipar a los volantes ofensivos.
- ✓ Cambios de ritmo con el balón.
- ✓ Visión clara, correcta y precisa.
- ✓ Ganar duelos individuales.
- ✓ Se convierte en tercer central a la defensiva.

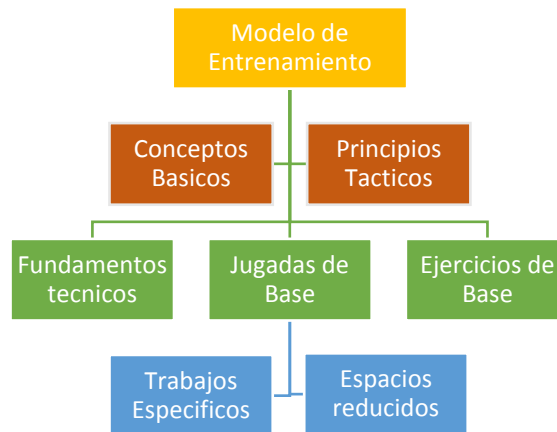
5. Volantes laterales

- ✓ Recuperar la pelota.
- ✓ Capacidad de conducir al equipo a la ofensiva.
- ✓ Centros ofensivos concretos.
- ✓ Cambio de ritmo.
- ✓ Manejar las diagonales a la ofensiva (buscar espacios).
- ✓ Cambiar el juego (ataca por un sector y juega rápido a otro sector).
- ✓ Evoluciones ofensivas (generar espacios).
- ✓ Duelos individuales en corta y larga distancia.
- ✓ Desplazamientos de distracción.
- ✓ Movimientos de desmarque.

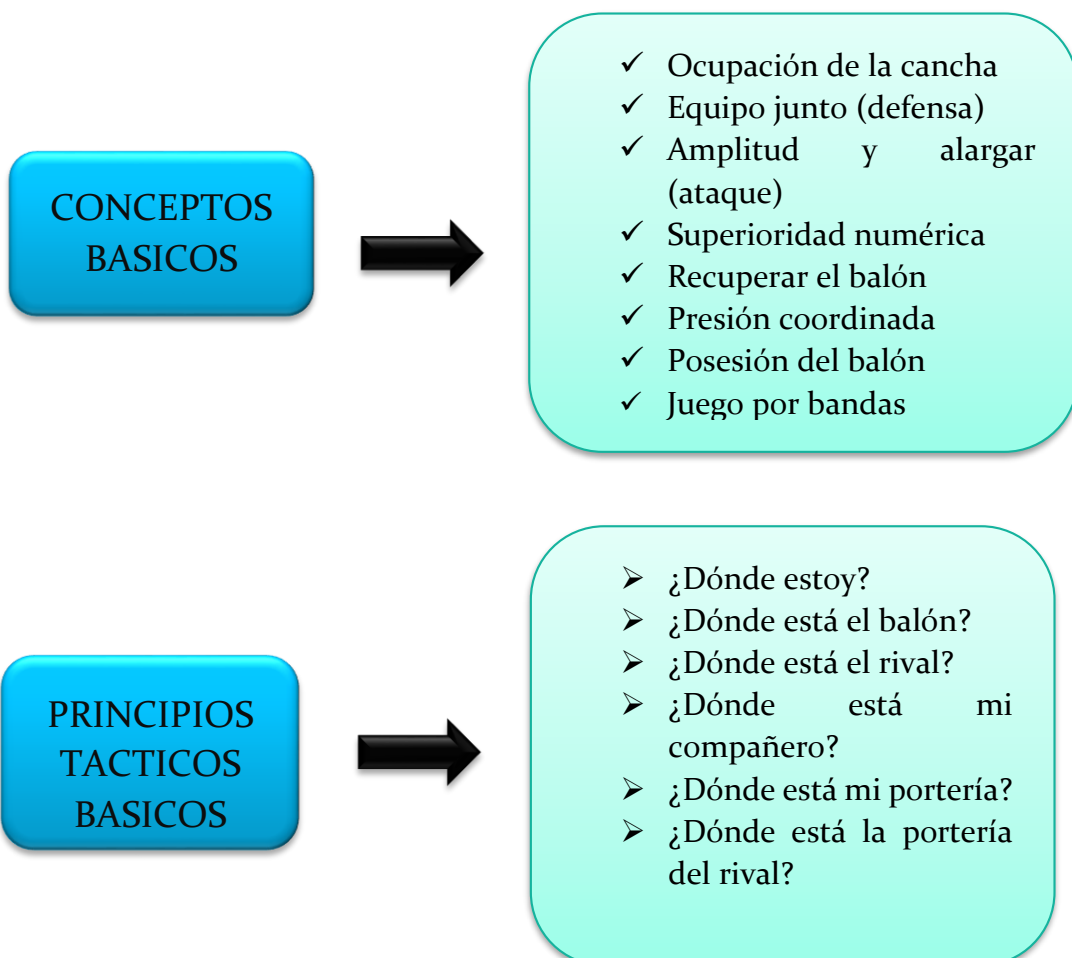
6. Delanteros

- ✓ Contra anticipar al defensor.
- ✓ Buena técnica individual.
- ✓ Sabe jugar el Contra ataque o contragolpe (en superioridad numérica).
- ✓ Buena definición.
- ✓ Maneja los movimientos de distracción.
- ✓ Pasa por atrás a la ofensiva.
- ✓ Sabe colocarse de frente a la portería.
- ✓ Sabe ocupar los espacios generados.
- ✓ Inteligente a la hora de desmarcarse (movimiento a la espalda del rival).
- ✓ Inteligente en los duelos individuales.

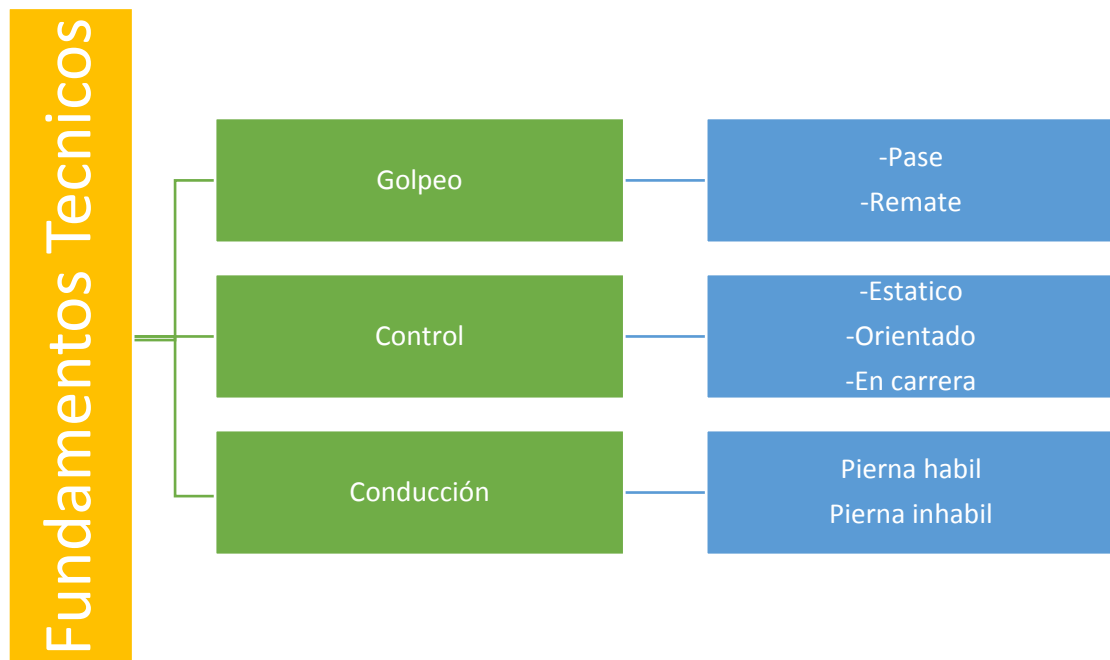
PROPUESTA



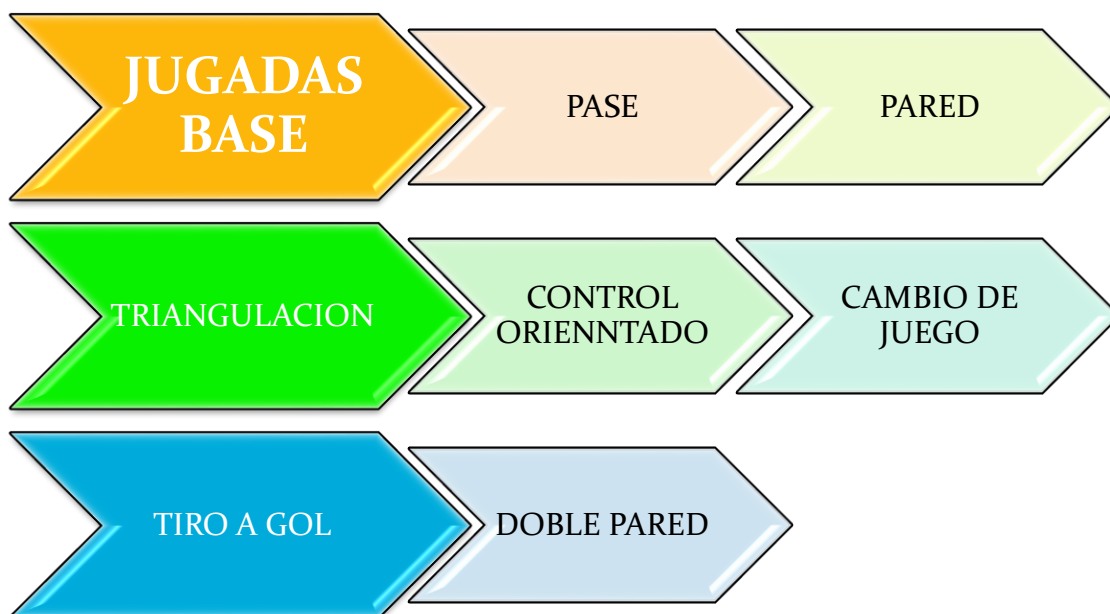
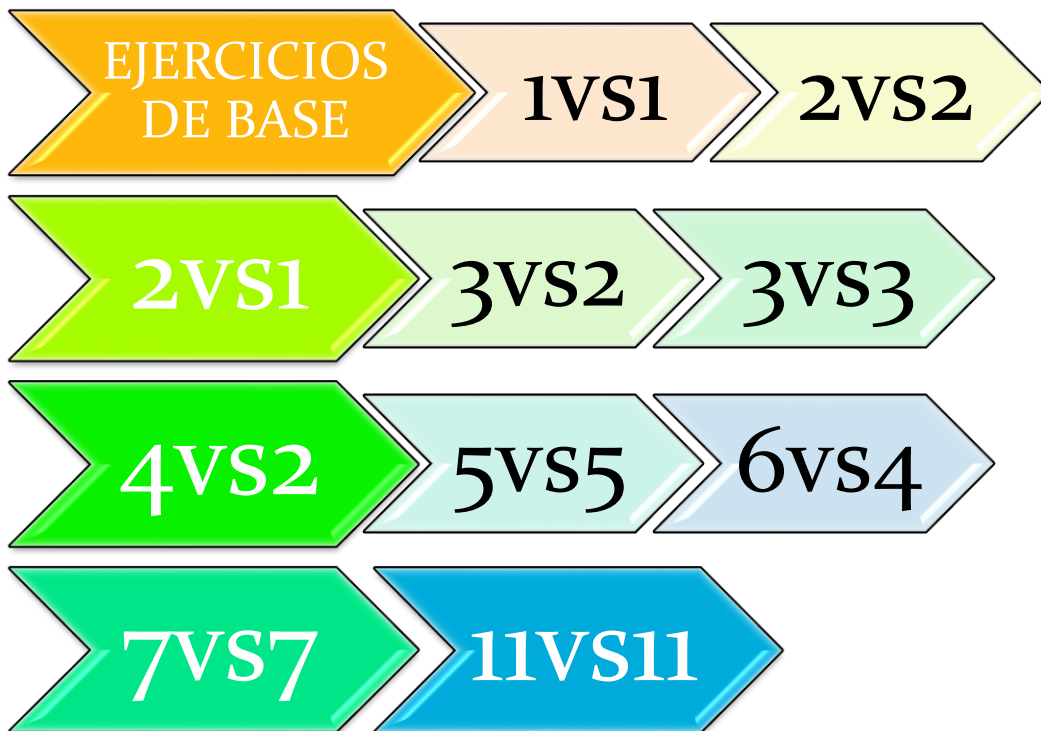
Los conceptos básicos y principios tácticos básicos que pretendemos realizar son los siguientes:



Conforme el niño crece, su aptitud técnica será la base del buen desarrollo y le permitirá experimentar lo divertido que es el fútbol en toda su extensión. La técnica es la cualidad más importante para jugar al fútbol, sin un mínimo de técnica al niño le sería imposible controlar un balón en condiciones, hacer un pase, etc.



Estas son las jugadas de base y los ejercicios de base que se pretenden realizar, son los siguientes:



CONCLUSIONES

La cultura de la victoria en el deporte infantil esta causando diariamente en todas las partes del mundo mucho daño, no solo a los niños, sino tambien en los clubes del futbol profesional, condicionando la formacion de sus talentos.

- No se puede jugar al fútbol sin enseñarles a los niños a pensar. Por tal motivo a los niños no se les debe decir siempre como deben resolver los problemas que se le presenten.
- En la etapa del fútbol base y formativo no se debe esquematizar los sistemas. Orientarlos hacia la creatividad, la obtención de goles. Los sistemas tácticos no deberían ser lo más importante, durante la formación.
- Entrenamientos lo más simples posibles (en la iniciación), sobre formas jugadas.
- Desarrollo de los elementos técnicos, se necesitan talentos, para recrear la sensibilidad en el fútbol. Enseñarles a salir jugando, que tengan el mayor número de contactos con la pelota. No anulemos al talento.
- Meter el fútbol de la calle en el entrenamiento.
- Educadores, entrenadores, preparadores físicos, padres y dirigentes, no pensemos más en ganar títulos, sino en trabajar con los niños.
- Sobre los principales elementos técnicos realizar ejercitaciones, lo más simple posibles: Pase-control, dribling-conducción, recepción-finta, conducción-finta, pase-recepción, recepción-pase, control-salida orientada.
- Que en el fútbol base no se tengan que ganar torneos para ser un buen entrenador.
- Formar para progresar.

- Entrenamientos y juego, deben ser reales, e interiorizar en el niño, que lo más importante en el fútbol es la pelota y el adversario.

BIBLIOGRAFÍA

Armijos, L. L., & Balcázar, D. M. (s.f.). Didáctica del Fútbol Formativo. Loja: C.C.F.D U.N.L.

Arteaga, J. (junio de 2010). Las Habilidades Motrices. Barcelona. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos/habimotribas/habimotribas.shtml>.

Falcón, V. C., & Rivero, E. D. (2010). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas. Efdeportes, <http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-yequilibrio.htm>. Obtenido de <http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motrices-basicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>: <http://www.efdeportes.com/efd147/habilidades-motricesbasicas-coordinacion-y-equilibrio.htm>

FIFA. (2006). Grassroots. Obtenido de <http://grassroots.fifa.com/es/para-entrenadores-educadores-defutbol/elementos-tecnicos-para-la-formacion-en-futbol-base/los-fundamentos-tecnicos/losfundamentos-tecnicos.html>: <http://grassroots.fifa.com/es/para-entrenadores-educadores-defutbol/elementos-tecnicos-para-la-formacion-en-futbol-base/los-fundamentos-tecnicos/losfundamentos-tecnicos.html>

futbol, L. f. (Domingo 21 de noviembre de 2010). Blogspot.com. Obtenido de <http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-fundamentos-basicos-delfutbol.html>: <http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-fundamentos-basicosdel-futbol.html>

FutbolLad.com. (19 de septiembre de 2013). Obtenido de <http://www.futbollab.com/blog/fundamentostecnicos-futbol-base/>: <http://www.futbollab.com/blog/fundamentos-tecnicos-futbol-base/>

González, I. (24 de Noviembre de 2012). <http://futbolunid.blogspot.com/>.
Obtenido de <http://futbolunid.blogspot.com/>: <http://futbolunid.blogspot.com/>
Gonzalez, I. (21 de Noviembre de 2012). La enseñanza del futbol en la
licenciatura de educación física y deportes. Obtenido de Fundamentos del
Futbol: http://futbolunid.blogspot.com/2012/11/blogpost_5401.html

Mario. (20 Martes de Enero de 2009). Habilidades Motrices Básicas.
Obtenido de Habilidades Motrices Básicas:
<http://movimientodef.blogspot.com/2009/01/qu-son-las-habilidades-motricesbsicas.html>

Rodríguez, J. M. (septiembre de 2010).
<http://josemanuelrodriguezsete.blogspot.com/>. Obtenido de
<http://josemanuelrodriguezsete.blogspot.com/>:
<http://josemanuelrodriguezsete.blogspot.com/>