

# LA EXCELENCIA DEL FÚTBOL FORMATIVO

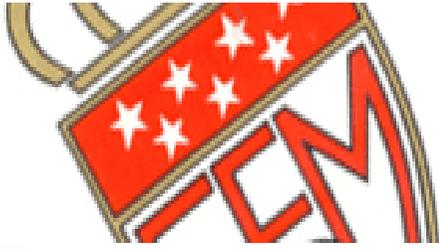
## CONSEJOS METODOLÓGICOS BÁSICOS

JOSÉ MARÍA MARTÍN GIMÉNEZ  
Licenciado en CC. Activ. Físicas y el Deporte



- Trabajo metodológico también influye en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- No grandes descubrimientos, sólo "trucos".

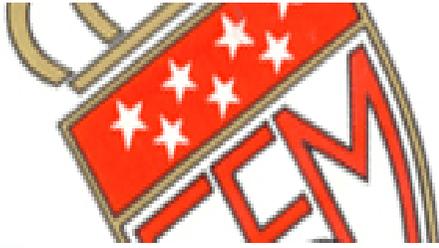




## EL REFUERZO POSITIVO

- Necesidad de “feed-back”, tanto interno como externo.
- Asumimos que el jugador sabe hacer las cosas. Con lo que los refuerzos siempre son negativos.
- Refuerzo positivo mejora también la autoestima y la predisposición a nuevos aprendizajes
- Cuidado con los mensajes no verbales

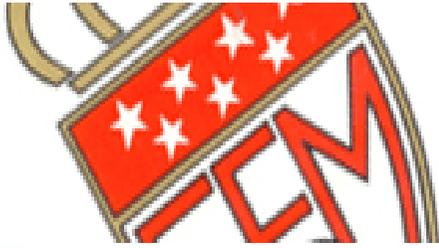




## EL REFUERZO POSITIVO

- Se debería reforzar:
  - la ejecución, no el desenlace
  - el esfuerzo y no los éxitos
  - las aptitudes sociales y emocionales, y no sólo el aprendizaje y la ejecución de habilidades
  - los valores como el compañerismo y la cohesión del grupo
  - recompensar con frecuencia al principio
  - ...





## EL REFUERZO POSITIVO

Se debería evitar:

- No dar recompensas indiscriminadamente, perderían su valor.
- No dar por supuestas conductas y olvidamos reforzarlas
- No dar refuerzos sin merecerlo
- Recompensar aproximaciones
- Intrínsecas en vez de extrínsecas

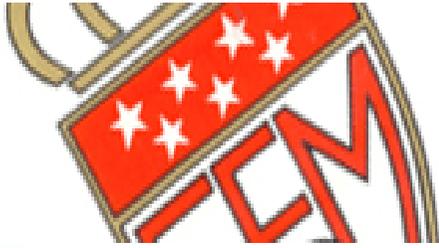




# LA OSCILACIÓN DE LA ATENCIÓN

- Todos los entrenadores buscan máxima atención desde el principio.
- ESTABILIDAD Y OSCILACIÓN DE LA ATENCIÓN
- Depende de la edad
- ¡Variedad! Lleva al interés. Repetición lleva a la inhibición.
- También debemos controlar el volumen de entrenamiento. Corto cuando hay calidad.





# LA OSCILACIÓN DE LA ATENCIÓN

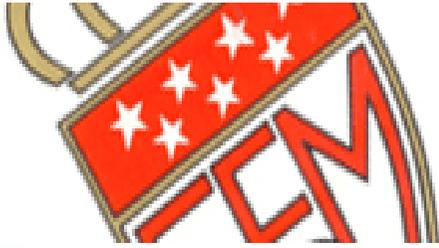
La oscilación de la atención también es normal.

No lo mismo al principio de la sesión que cuando ya han "calentado motores".

De hecho, va aumentando a medida que entran en el calentamiento, es máxima en la parte principal y vuelve a decaer al final

Son períodos involuntarios ("desconexiones"), pero los podemos controlar.



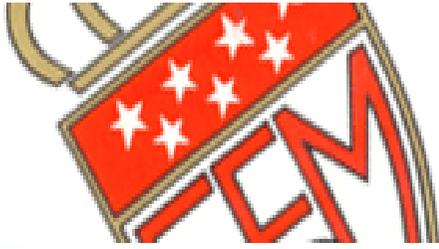


# LA OSCILACIÓN DE LA ATENCIÓN

Estrategias:

- Aprendizajes significativos
- Aumentar progresivamente dificultad y duración
- Demostraciones
- Refuerzo positivo a la atención, a la pregunta, a la duda, ...





# LAS INDICACIONES

Figura del entrenador para corregir, fundamental.

El problema es la excesiva cantidad de órdenes.

- Problema 1: no son capaces de asimilar por su elevado número. La capacidad de atención es limitada en función del volumen
- Problema 2: no nos entienden. ¿lo hemos trabajado?





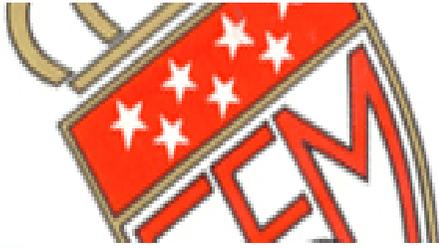
## LAS INDICACIONES

Focalizar nuestras retroalimentaciones para buscar sucesivas aproximaciones a la conducta ideal.

Así, la experiencia del entrenador hará de tamiz para elegir la corrección.

Paciencia. No hay magia, sí trabajo.





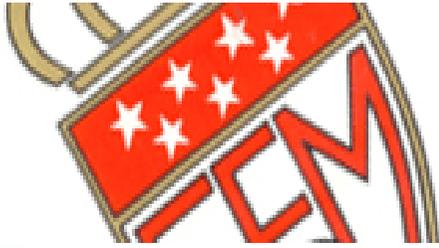
## LAS "FILAS"

Momento idóneo para la inhibición de la atención.

Es necesaria, pero en muchos casos, desmedida.

Bajada de intensidad física, psicológica, de atención, provoca disturbios, ...

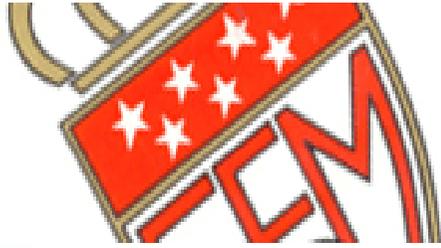




## LAS "FILAS"

- Sugerencias:
  - circuitos técnicos donde el entrenador controle el gesto buscado.
  - subgrupos con rotación de acciones (tipo circuito)





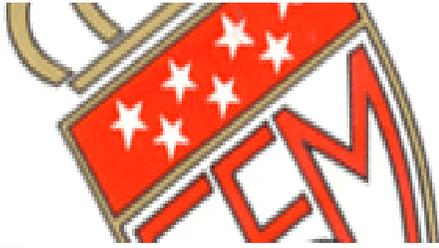
## LAS "FILAS"

Excepción: Las filas de "descanso" en entrenamientos físicos. Pero ...  
¿controlamos ese descanso?.

¿Hay que dejar mucho descanso?  
¿Poco?.

¿Lo he pensado alguna vez?





# LOS JUEGOS MODIFICADOS

Juegos modificados como parte del calentamiento

Desconexión trabajo de la parte principal con la aplicación final del entrenamiento.

¡Utilización del juego modificado dentro de esa aplicación!

Necesita transferencia de lo trabajado

Puede servir de evaluación





# LA INTELIGENCIA MOTRIZ

¿Enseñamos a obedecer o a pensar?

Cada tarea motriz tiene varias fases:

- percepción
- análisis
- decisión
- ejecución

Cuando obedecen, las 3 primeras fases no existen para él.

Importante: ¿"por qué?",  
"¿para qué?", explicar, ...





## LA INTELIGENCIA MOTRIZ

- Hay que plantear ejercicios en el que la toma de decisiones sea fundamental.
- Habrá fallos, por supuesto, pero nos iremos acercando (refuerzo positivo).
- Introducción escalonada
- Aumentar responsabilidad (enseñanza mediante la búsqueda), proponer "problemas tácticos".
- Corregir ante soluciones erróneas, no siempre ante fallos en las ejecuciones.





GRACIAS POR TODO

