



FFM Federación de Fútbol de Madrid



EVOLUCIÓN DEL TRABAJO

TÉCNICO

en las Escuelas de fútbol

DESARROLLO DE ACCIONES TÉCNICAS

PEDRO MANUEL CALVO MORILLO - ENTRENADOR
NIVEL III DE FÚTBOL



CARACTERÍSTICAS , NECESIDADES E INTERESES DEL NIÑO DE 6 A 12 AÑOS

Habremos de dividir este proceso de enseñanza-aprendizaje en tres etapas básicas del desarrollo evolutivo (características - necesidades e intereses) del niño, con el solo objetivo de llevar un orden, pero aquella persona que enseña no deberá basarse en reglas pedagógicas fijas, sino que mediante estímulos adecuados deberá procurar una respuesta espontánea de los niños donde la autonomía en la resolución del problema y la acción serán sumamente importantes.

Me permitiré sólo dar una opinión sobre las funciones psico-motoras, capacidad coordinativa, física y funcional de estas tres etapas.

Siempre he sostenido que así como el tornero sabe cómo está constituido el metal que deberá trabajar y qué herramienta deberá utilizar para moldearlo, el que enseña o entrena un deporte deberá saber también cuales son las características de los niños que tiene a su cargo, qué les interesa y qué necesitan pero también la experiencia les dirá que hay que ser cuidadosos en fijar modelos de comportamientos para determinadas edades y basarse en el principio del entrenamiento que reclama individualización.





6 a 8 años

- Fase final de la primera etapa de crecimiento.
- Condiciones circulatorias favorables.
- Necesidad motora acentuada.
- Breve capacidad de concentración.
- Pasaje de la edad del juego a la edad del aprendizaje.
- Gran facilidad para el aprendizaje motor.
- Aumenta la velocidad y la fuerza y se perfecciona la coordinación.
- Este aumento se debe casi en su totalidad a la mayor habilidad para comprender y responder a los estímulos en forma adecuada.
- Etapa del acostumbamiento.
- Gradual aumento de peso.
- El lanzar golpear o patear una pelota a la carrera no están firmemente establecidos debido a que no ha desarrollado considerablemente la coordinación ojo-mano / ojo-pie.
- No obstante ello yo sostengo que los estímulos sociales condicionan esta característica modificándola en algunos aspectos.

Qué Necesita :

- Actuar libremente.
- Actividades reales, concretas que provean situaciones de dificultad y complejidad creciente.

Qué les Interesa :

- Les interesa caminar, correr, trepar, lanzar, arrastrarse, gatear,, empujar.
- Las carreras de relevos simples y en ronda.
- Los ejercicios de agilidad y destreza.
- Las actividades naturales.
- Los juegos de simple reglamentación.

Se deberá :

- Captar el goce del movimiento y aumentarlo.
- Respetar el juego individual y tender hacia la incorporación al grupo.
- Lograr una sucesión de los juegos preescolares.
- Variar y repetir los movimientos.



8 a 10 años

Características :

- Desarrollo armónico de la fuerza orgánica y muscular.
- Capacidad de coordinación acentuada.
- Dedicación al aprendizaje.
- Hay un aumento efectivo de la velocidad a partir de los 8 años.
- Desarrollo considerable de la coordinación ojo-mano / ojo-pie.
- Facilidad para lanzar, golpear o patear una pelota a la carrera.
- Las condiciones motoras siguen aumentando en relación con el peso y la talla.

Qué Necesita :

- Consolidar sus sentimientos de valor y seguridad.
- Actividades vigorosas, enérgicas y sostenidas que les permitan alcanzar el pleno dominio de sus adquisiciones motoras, de su cuerpo y del espacio.

Qué les Interesa :

- Les interesa afirmarse en el control de sus movimientos y rendimiento físico.
- Las actividades que soliciten a fondo su capacidad y le permitan buscar su perfeccionamiento y progreso, al mismo tiempo que les sirva para controlarse y medirse.
- Los movimientos que le lleven a demostrar y lograr su control o perfeccionamiento corporal.
- El juego.
- Las actividades naturales, los campamentos.

Se deberá :

- Ampliar y asegurar la experiencia motora.
- Exigir las destrezas múltiples.
- Incentivar la relación en ejercicios por parejas y juegos colectivos.



Edad 10 a 12 años

Características :

- Compensación entre el crecimiento en ancho y en alto.
- Relación favorable entre peso y fuerza.
- Predisposición para el rendimiento.
- Iniciación de una conciencia de la forma.
- La competencia.
- Sobre la fase final de esta etapa, la velocidad es apenas un 10% menor a la que tendrá como adulto.
- Las condiciones motoras siguen aumentando en relación con el peso y la talla.

Qué Necesita :

- Actuar en grupos, en equipos que exijan activa participación y responsabilidad.
- Expresarse en el movimiento.-

Qué les Interesa :

- Les interesa el juego, particularmente aquel que requiere destrezas especiales o presenta dificultades técnicas.
- Les atrae principalmente el dominio de los elementos de juego.
- No les interesa en igual medida las tácticas.
- Les importa mucho la competencia, el ganar, demostrar su valor.
- El juego en función de equipo que desempeña un factor importante.
- Es la edad del grupo.
- Todo lo que implica trabajo colectivo goza de gran popularidad.
- Formar equipos, organizarlos, dirigirlos.
- Les interesa fundamentalmente las pruebas que les den la medida de su capacidad y progreso.
- El campamento y las excursiones, por las posibilidades de descubrimiento y aventura.

Se deberá :

- Presentar mayores exigencias en cuanto al rendimiento en resistencia y fuerza.
- Captar la habilidad de movimiento y aprovecharla para educar forma y ritmo.
- Cuidar el comportamiento en juegos colectivos y competencias.

Por lo anteriormente expuesto, es recomendable que: luego de agrupar a los niños de acuerdo a su edad cronológica, se los divida en subgrupos de acuerdo a sus características técnicas, nivel de maduración y calidad de respuestas ante determinados estímulos. Conocer el grado de madurez, es importante para los deportes de choque o de contacto. Claro que lo ideal sería que los tomáramos en forma individual pero ante la imposibilidad de ello deberemos adaptarnos a la realidad



EL ENTRENAMIENTO

¿Qué es entrenamiento? Primeramente digamos que entrenar es educar y para ello coincidamos con la educación autogestionaria. Es decir ...darle al individuo todos los medios para que se configure a sí mismo... Definimos al entrenamiento como un proceso de enseñanza-aprendizaje en el que: Enseñanza es algo diferente de la transmisión de contenidos.

Se caracteriza como la intervención activa en la propuesta de situaciones que permitan la interacción entre el contenido y los esquemas de aprendizaje.

Aprendizaje es un proceso de construcción activa por parte del sujeto que aprende.

No es un proceso lineal sino pluridimensional y dinámico, signado, con frecuencia por avances desiguales que requiere de constantes y múltiples reorganizaciones.

Esto nos llevaría a un acrecentamiento de la eficiencia, no habiendo aquí ninguna diferencia con el entrenamiento si no se asociara a este con máximo rendimiento y a esto con exigencias desmedidas a las posibilidades de los niños.

Coincidamos también con la educación física que es un aspecto de la educación que, valiéndose de una serie de actividades que también requieren conocimientos técnicos específicos, procura el desarrollo armónico y la formación integral.

Otra definición de entrenamiento es "...Entroncar lo científico con lo humano a través de lo pedagógico..." en donde lo científico es : saber qué se va a enseñar, lo humano es: a quién se va a enseñar y lo pedagógico es : cómo se va a enseñar. Por todo ello el entrenador deberá ser ante todo educador y luego un técnico o administrador.

Hemos de utilizar el balón idóneo según la edad ya que en el caso de los más pequeños no podrían con el peso del balón que normalmente utilizan Infantiles y cadetes.



El entrenamiento es también una tarea de administración, por ello existen una serie de documentos imprescindibles en la labor de todo entrenador.

Insisto en este tema por considerarlo de singular importancia en la coordinación, organización y control. La planificación debe ser el primer paso en toda labor para asegurar los objetivos, y éstos - los objetivos - aunque sean lo último en lograr, debe ser lo primero a tenerse en cuenta.

Los objetivos más significativos de la planificación son :

- lograr coherencia
- impedir la improvisación
- basarse en hechos concretos
- ser sencillos
- tener clara posibilidad de aplicación
- ser flexibles



Al tener el entrenador de divisiones inferiores una estabilidad mayor a la de los entrenadores de planteles superiores o profesionales, podemos dividir a la documentación en:

PLAN DE PREVISIÓN

Este debe contener :

- a) Previsión y ordenamiento para el futuro deportivo de la institución.
- b) Rendimiento individual y colectivo de la temporada anterior.
- c) Edad, lesiones y rendimiento futuro.
- d) Puestos bien y/o mal cubiertos.
- e) Posibles integrantes de divisiones inferiores.
- f) Previsiones relativas a todo el personal de su dependencia.
- g) Utilería, campos de entrenamiento.
- h) Sesiones semanales, horarios.

PLAN ANUAL

Se tendrá en cuenta :

- a) Iniciación y finalización del campeonato.
- b) Grado de importancia que la Institución otorga a los distintos torneos.
- c) Nivel de entrenamiento.
- d) Calendario anterior completo.
- e) Número total de partidos oficiales y amistosos jugados por su equipo.
- f) Lo mismo para cada jugador.

PROGRAMA DIARIO

El programa diario debemos estructurarlo una vez finalizado el entrenamiento anterior y su programación deberá ser elástica y ajustándose :

- a) El estado general, físico anímico y técnico del plantel.
- b) Las necesidades generales del mismo con individualización de algunas tareas particulares para determinados jugadores.
- c) El estado del campo de juego, ¡¡¡LA TEMPERATURA!!! y la humedad.

En la actualidad existen muchos y muy variados programas de computación que ayudan a que esta labor sea más ordenada y eficiente.- ¡¡¡UTILICE LA INFORMÁTICA PARA UNA MÁS RÁPIDA Y COMPLETA PLANIFICACIÓN !!!

Luego de todo esto, recordar que entrenamiento también es.....DISCIPLINA, RESPETO.,TOLERANCIA.,RESPONSABILIDAD y....¡¡MUCHO, MUCHO TRABAJO!!



Acciones técnicas: en función de la categoría

CONDUCCIÓN

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
CONDUCCIÓN PIE DOMINANTE SOLO UNA SUPERFICIE	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
CONDUCCIÓN PIE DOMINANTE DIFERENTES SUPERFICIES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
CONDUCCIÓN PIE DOMINANTE DIFERENTES DIFICULTADES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
CONDUCCIÓN AMBOS PIES SOLO UNA SUPERFICIE	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
CONDUCCIÓN AMBOS PIES DIFERENTES SUPERFICIES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
CONDUCCIÓN AMBOS PIES DIFERENTES DIFICULTADES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

CONTROLES

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
CONTROL PIE DOMINANTE PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●	●
CONTROL PIE DOMINANTE PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR ESTATICO DIFERENTE DIFULTAD	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●	●
CONTROL PIE DOMINANTE PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR MOVIMIENTO DIFERENTE DIFICULTAD	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
CONTROL AMBAS PIERNAS PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
CONTROL AMBAS PIERNAS PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR ESTATICO DIFERENTE DIFICULTAD	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
CONTROL AMBAS PIERNAS PARADA/SEMIPARADA/ AMORTIGUAR MOVIMIENTO DIFERENTE DIFICULTAD	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

PASES

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
PASE AMBOS PIES SOLO UNA SUPERFICIE DE GOLPEO ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
PASES AMBOS PIES DIFERENTES SUPERFICIE DE GOLPEO ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
PASE PIE DOMINANTE DIFERENTES SUPERFICIES DE GOLPEO ALTURAS Y DISTANCIAS ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
PASES AMBOS PIES SOLO UNA SUPERFICIE DE GOLPEO MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
PASES AMBOS PIES DIFERENTES SUPERFICIE DE GOLPEO MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
PASE PIE DOMINANTE DIFERENTES SUPERFICIES DE GOLPEO ALTURAS Y DISTANCIAS MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

TIRO

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
REMATE PIE DOMINANTE SOLO UNA SUPERFICIE ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
REMATE PIE DOMINANTE DIFERENTES SUPERFICIES ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
REMATE PIE DOMINANTE DIFERENTES DIFICULTADES ESTATICO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
REMATE AMBOS PIES SOLO UNA SUPERFICIE MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
REMATE AMBOS PIES DIFERENTES SUPERFICIES MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
REMATE AMBOS PIES DIFERENTES DIFICULTADES MOVIMIENTO	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría **HABILIDAD Ó DESTREZA**

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
HABILIDAD PIE DOMINANTE SOLO UN GOLPEO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
HABILIDAD PIE DOMINANTE MÁS DE UN GOLPEO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
HABILIDAD PIE DOMINANTE MÁS DE UN GOLPEO Y DIFERENTES ZONAS DE CONTACTO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
HABILIDAD AMBOS PIES SOLO UN GOLPEO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
HABILIDAD AMBOS PIES MÁS DE UN GOLPEO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
HABILIDAD PIE DOMINANTE MÁS DE UN GOLPEO Y DIFERENTES ZONAS DE CONTACTO SIN QUE EL BALÓN CAIGA	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

DESMARQUE

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
DESMARQUE DE APOYO SIN BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
DESMARQUE DE RUPTURA SIN BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
DESMARQUE DE APOYO Y RUPTURA CONSECUTIVOS SIN BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
DESMARQUE DE APOYO CON BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
DESMARQUE DE RUPTURA CON BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
DESMARQUE DE APOYO Y RUPTURA CONSECUTIVOS CON BALÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

PAREDES

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
PARED PIE DOMINANTE	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
DOBLE PARED PIE DOMINANTE	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
TRIPLE PARED PIE DOMINANTE	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
PARED AMBOS PIES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
DOBLE PARED AMBOS PIES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
TRIPLE PARED AMBOS PIES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



Acciones técnicas: en función de la categoría

REGATE

	PRE-BENJAMINES	BENJAMINES	ALEVINES	INFANTILES	CADETES
REGATE SIN DIFULTAD	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
REGATE CON DIFERENTES DIFULTADES	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	●
REGATE CON OPOSICIÓN	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
REGATE SIN DIFULTAD CON AMBAS PIERNAS	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●	● ●
REGATE DIFERENTES DIFULTADES AMBAS PIERNAS	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ●
REGATE CON OPOSICIÓN AMABAS PIERNAS	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●	● ● ●

Nivel de dificultad en el aprendizaje

- ● ● Máxima dificultad
- ● Dificultad Media
- Mínima dificultad



El desarrollo de todas estas acciones técnicas, puede ayudar a realizar un trabajo de calidad para nuestras Escuelas Federativas desarrollando después el proceso metodológico de actuación.

Las acciones desarrolladas anteriormente creemos que puede ser un comienzo para desarrollar el trabajo desde pre-benjamines hasta cadetes.

Esperamos que con este trabajo podamos ver una mejora en los chavales según vaya avanzando la temporada y podremos evaluar al final de temporada dichas mejoras.

Por supuesto esto no quiere decir que sea un método infalible, pero creemos que este desarrollo en las acciones nos servirá como un patrón a evolucionar en siguientes temporadas.

Aunque parece un trabajo muy profesionalizado debemos seguir manteniendo nuestra filosofía de Escuela, en la que participen todos los chavales y por supuesto intentar la mejora de todos aunque haya diferencias de nivel entre ellos.

Para terminar esperamos que todos estas acciones sirvan para contribuir en el desarrollo y mejora de nuestras Escuelas.

MUCHAS GRACIAS A TODOS