

El entrenador en la iniciación al fútbol

Por: **Francisco Javier Giménez Fuentes-Gerra**

Licenciado en Educación Física.

Doctor en Psicopedagogía.

*Profesor de la Facultad de Ciencias de la Educación
de la Universidad de Huelva.*



Introducción

Durante la etapa de iniciación al fútbol, los entrenadores deportivos se convierten en uno de los pilares fundamentales sobre los que se sustenta el proceso de formación de los jugadores. Durante los primeros años de práctica esta importancia aumenta tal como comenta Saura (1996), que citando a Barbieri y Bru (1990) ve al entrenador como un elemento de vital importancia intermedio en la relación del niño con el deporte, y añade que su actuación determinará el planteamiento y la metodología a utilizar en ese proceso.

La influencia que pueda tener el entrenador sobre el niño en estas primeras etapas de formación pasa por una serie de fases. Bosc y Grosgeorge (1981) distinguen tres bien diferenciadas: fase de subordinación, fase de autonomía y fase de independencia. En la primera fase es donde la figura del entrenador es más importante y donde mejor se podrá ver su labor educativa, ya que en ella los niños son muy dependientes de él, por lo que su labor será importante para fomentar hábitos, actitudes y valores positivos. La formación psicopedagógica del entrenador es fundamental ya que el niño está empezando a formarse como deportista por lo que el planteamiento de objetivos educativos, el trabajo de contenidos acordes a la edad y nivel, y la utilización de una metodología adecuada harán que los niños se ilusionen por la práctica deportiva del fútbol.

"La formación psicopedagógica del entrenador es fundamental ya que el niño está empezando a formarse"

El fútbol en la iniciación deportiva

La práctica del fútbol durante la etapa de iniciación requiere de una serie de adaptaciones que ayudarán a que éste sea mucho más motivante y atrayente para los jugadores. Con este objetivo se crea el fútbol-7 en el que se adaptan las dimensiones del terreno de juego, tamaño y peso del balón, las reglas o el número de jugadores. Autores como Martínez (2000) o Wein (1995) justifican en profundidad estas adaptaciones, entendiendo que su puesta en práctica aumenta las posibilidades educativas del fútbol con los practicantes en edad escolar.

Por tanto, el fútbol-7 es un deporte reducido creado para la práctica de chicos y chicas entre 8 y 12 años, adaptándose a las características psicoevolutivas de estas edades. Desde este punto de vista conviene resaltar también que los deportes reducidos (fútbol-7, minibasket, minibalonmano, etc.) realizan una serie de aportaciones no sólo en el ámbito reglamentario, sino también en el ámbito pedagógico.

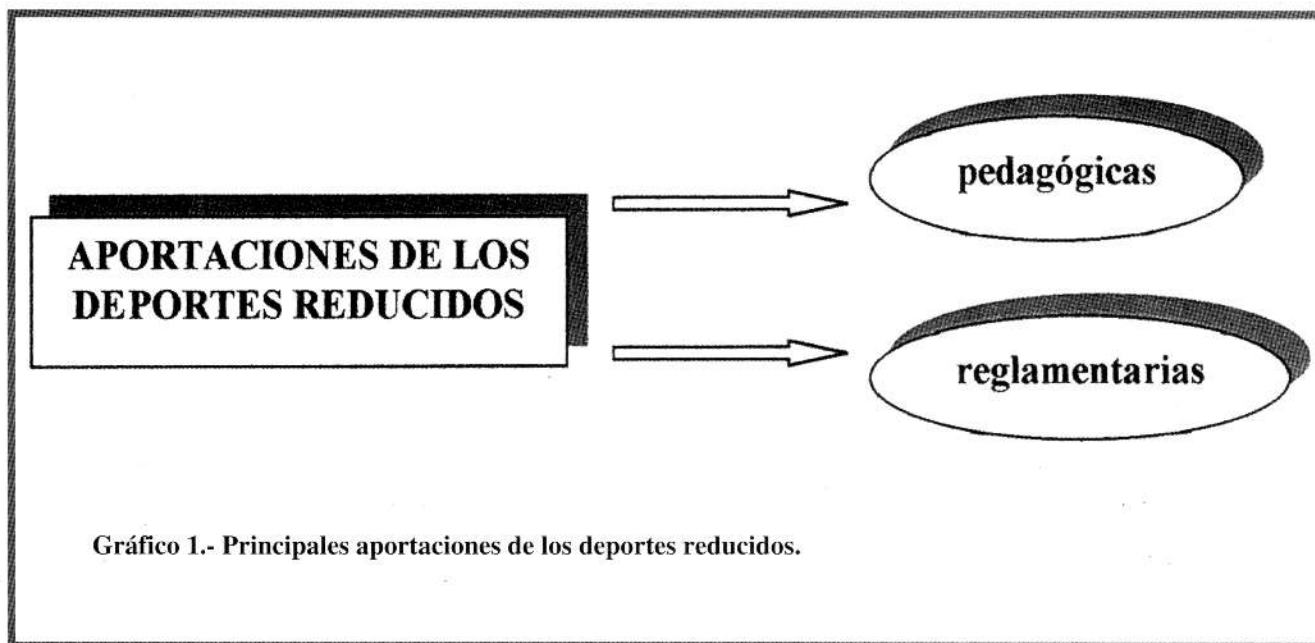


Gráfico 1.- Principales aportaciones de los deportes reducidos.



Resumimos a continuación estas aportaciones, destacando que en estas edades tendrán tanta o más importancia las aportaciones pedagógicas que las reglamentarias, con objeto de realizar una práctica del fútbol que contribuya al fomento del juego limpio o "fair play".

Características pedagógicas

Todos los deportes reducidos insisten en la necesidad de una práctica deportiva más educativa entre los jóvenes practicantes. Eduardo Herrera, presidente de la Federación Andaluza de Fútbol, comenta en la presentación del reglamento de fútbol-7, la gran importancia que tienen los programas deportivos de iniciación al fútbol con objeto de contribuir al disfrute de los escolares a la vez que mejoramos su desarrollo físico y emocional. Añade que el fútbol-7 contribuye a la formación de una verdadera escuela para jóvenes, árbitros y dirigentes.

De esta forma, se entiende que esta nueva modalidad de fútbol se convierte en un medio de promoción de nuestro deporte y que ayudará a la educación deportiva de todos los participantes. El juego limpio y el máximo respeto entre todos deberán presidir todos los entrenamientos y competiciones.

Debido al carácter formativo del fútbol-7, la actuación del árbitro cambia sensiblemente respecto al fútbol-11. En estas categorías, la principal misión del árbitro será fomentar el espíritu de este juego colaborando así en la formación integral de los jóvenes futbolistas. Entre sus funciones, el reglamento incluye la posibilidad de explicar las decisiones a los jugadores siempre que el desarrollo del juego lo permita.

De las principales características educativas o pedagógicas que definen al fútbol-7, podemos destacar que desarrolla la amistad y el juego limpio cuando

utilizamos una metodología correcta y adecuada:

- Al ser un deporte colectivo, es necesario fomentar el juego en equipo por encima del individual, lo que contribuirá a desarrollar todo el proceso de socialización de los jóvenes jugadores. Esta noción de juego colectivo y en equipo no debe ir en contra de la necesidad de desarrollo individual de cada jugador.

- Daremos una mayor importancia a la progresión que a la victoria con objeto de no tener prisas y que el proceso de formación sea adecuado.

- También es importante destacar que no sólo los jugadores están en formación, sino también los árbitros y los entrenadores.

- Por último, todos los jugadores deben participar en el juego. Esto permite dar la posibilidad de formación al máximo número posible de alumnos, evitando todo tipo de discriminación en estas edades.

También me gustaría señalar la importancia que tiene la competición en la iniciación al fútbol. Esta competición será bien diferente de la realizada por adultos, ya que en categorías de iniciación la competición será utilizada siempre como un medio de motivación y aprendizaje de los elementos técnico-tácticos básicos del fútbol y nunca será el objetivo principal o el fin a conseguir. Para que nos sirva como un elemento de formación más de los jugadores, creemos que la competición debe cumplir una serie de características como la máxima participación, que esté adaptada a las características psicoevolutivas de los futbolistas en edades de iniciación, que sea variada para favorecer un aprendizaje motivador amplio, y, por supuesto, que sea utilizada siempre como medio, como ya hemos comentado.

Características reglamentarias

Vistas las posibilidades pedagógicas que se pueden extraer del reglamento, enumeramos a continuación las principales adaptaciones que se realizan en la reglas. En las conclusiones de la comisión de estudio y promoción del Fútbol-7 por parte del CEDIFA, se hace alusión principalmente a tres adaptaciones: dimensiones del terreno de juego, diámetro y peso del balón, tamaño de las porterías, que se subdividen a su vez en otras más particulares y específicas. Martínez (2000) expone por un lado las diferentes adaptaciones, y por otro, las contribuciones que conlleva cada una de ellas en el fútbol-7:



-Terreno de juego. Mejora la participación del niño debido a sus limitadas posibilidades fisiológicas, menor gasto energético, mayor eficacia de las acciones, participación más inteligente, mayor atención y concentración en el juego.

-Balón. Al disminuir el peso y el tamaño, el niño puede manejarlo con mayor eficacia y puede golpearlo con potencia y sin peligro de lesiones.

-Porterías. Se facilita la labor al portero, a la vez que se fomentan los lanzamientos de precisión por encima de los de fuerza.

-Tiempo de juego. Como es lógico, el tiempo de juego es menor al de adultos (2 periodos de 30 minutos), lo que hace que se adapte mejor a las posibilidades fisiológicas de los jugadores.

-Número de jugadores. El juego colectivo es más simple por lo que facilita su comprensión a los jugadores, la participación de cada jugador aumenta considerablemente y la motivación es mayor.

-Participación de los jugadores y sustituciones. El reglamento obliga a que todos los jugadores que componen el equipo participen y disfruten de la competición, lo que obliga al entrenador a contar con todos los jugadores en cada partido. De esta for-

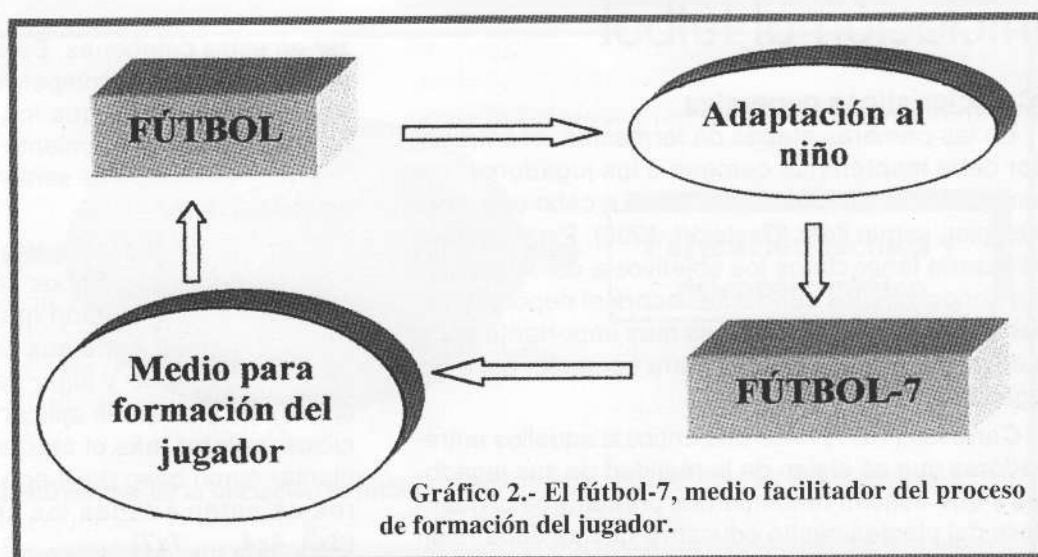
ma evitamos la discriminación de los menos dotados, ofreciendo a los niños un tipo de práctica mucho más educativa. Las sustituciones se pueden ir realizando a lo largo de la competición sin estar delimitadas por el tiempo de juego o por un número determinado de ocasiones.

-Fuera de juego. La línea a partir de la cual se comete la infracción del fuera de juego se aleja permitiendo una mayor facilidad en el desarrollo del juego y aumentando las posibilidades del ataque.

-Faltas. Con objeto de hacer más fluido y motivante el juego, las faltas se lanzan siempre de forma directa aumentando las posibilidades del juego de ataque. El árbitro tiene la posibilidad de realizar expulsiones de 1 ó 2 minutos, fomentando de esta forma el juego limpio.

Analizado brevemente el reglamento del fútbol-7 podemos concluir este apartado entendiendo que es necesario que adaptemos el fútbol a las características específicas de los niños de entre 8 y 12 años. Así, el fútbol-7 será un medio de formación atractivo para éstos con vistas a que en el futuro puedan ser unos jugadores completos y bien formados, además de haber disfrutado de su práctica desde el principio.

¡Hay que adaptar el material y las reglas a las capacidades de los jóvenes jugadores, y no adaptar éstos a la práctica del fútbol de adultos!





Una vez desarrolladas las principales características del fútbol-7 a nivel pedagógico y reglamentario, debemos reflexionar sobre las posibilidades que nos puede aportar siempre que sea bien desarrollado y puesto en práctica. Para ello, es necesario que en la iniciación al fútbol los entrenadores actúen correctamente y se formen para ello.

El entrenador en la iniciación al fútbol

Características generales

En las primeras etapas de formación, el entrenador debe mantenerse cercano a los jugadores, ser amigable con ellos e intentar llevar a cabo una labor ejemplar, ser un líder (Castejón, 1996). Para ello será necesario tener claros los objetivos a conseguir, tener conocimientos suficientes sobre el deporte y saber transmitirlos. También es muy importante estar motivado por la enseñanza para contagiar así a los jugadores.

Carrasco (1997) hace una crítica a aquellos entrenadores que se alejan de la realidad de sus jugadores y que buscan rendimientos prematuros olvidándose del planteamiento educativo que se debe reali-

"Es necesario que en la iniciación al fútbol los entrenadores actúen correctamente y se formen para ello"

zar en estas categorías. De esta forma, los entrenadores plantearán la competición en estas edades como una fiesta en la que los alumnos se diviertan. Además, el comportamiento de jugadores, árbitros, padres y entrenadores serán correctos, educativos y amigables.

Carrillo, López y Rodríguez (1998) proponen cuatro principios básicos como filosofía de juego en edades de iniciación que los entrenadores deberán transmitir entre sus jugadores. Estos principios son: entrenar y jugar para divertirse, entrenar conceptos y después aplicar algunos juegos o ejercicios, valorar más el ataque que la defensa e implantar como base del juego colectivo para jugadores de estas edades las situaciones reducidas (3x3, 4x4, ..., 7x7).

Necesidades de formación

Para Saura (1996), una de las consecuencias por las que el deporte escolar tiene graves carencias educativas es motivo, entre otros, de la falta de personal capacitado y especializado. Esto conlleva que en muchas ocasiones el personal que trabaja el deporte en estas edades tenga muy buena voluntad pero no los conocimientos y recursos suficientes para poder llevar a cabo una enseñanza adecuada. Es muy importante por tanto plantear la necesidad de especialización, de formación de los entrenadores deportivos, diferenciando al que entrena en categorías de iniciación del que entrena en la alta competición.

Citando a Tutko y Richards (1984), Lorenzo (1997) afirma que es necesario introducir cambios en el comportamiento personal del entrenador para que pueda obtener éxito. Es muy importante que el entrenador tenga una personalidad y formación correcta ya que su actuación repercute directamente en la conducta deportiva de sus jugadores, sobre todo de los más jóvenes. Los entrenadores se deben formar en cómo enseñar habilidades interpersonales y sociales, y deben ser capaces de mantener el interés de los jóvenes fomentando sobre todo los aspectos lúdicos del fútbol en su etapa de iniciación. Guillen y Miralles (1995) realizan distintos estudios preocupándose por proporcionar formación psicopedagógica a los entrenadores deportivos. Citan a autores como Martens (1987), Pierón (1988), Martens et al (1989), o Smoll (1991); y coinciden con ellos en la importancia de dotar a los entrenadores, además de la formación técnica, de recursos psicológicos y pedagógicos necesarios para poder desarrollar su labor, ya que si un entrenador no dispone de estos conocimientos difícilmente podrá enseñar todos los contenidos técnicos o podrá tener una buena relación con sus jugadores.

Por todo ello, parece evidente que para poder llevar a cabo su labor como entrenador en la iniciación al fútbol se necesitan conocimientos de este deporte y recursos didácticos para ello, además de los conocimientos necesarios de los jugadores con los que contemos. En el siguiente cuadro resumimos los diferentes ámbitos en los que creemos que se deben formar los entrenadores que desarrollan su labor en las etapas correspondientes a la iniciación al fútbol. Al principio, esta formación se adquirirá en los cursos en los que se adquiere la titulación específica de entrenador, pero también será necesario seguir formándose a través de distintas actividades de formación permanente como seminarios, conferencias, libros, y revistas especializadas como esta.

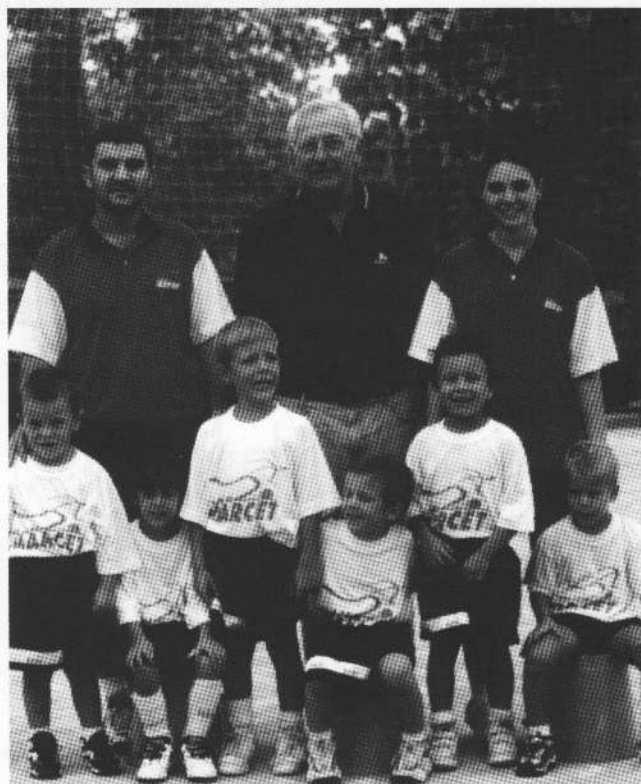


Gráfico 3.- El entrenador en la iniciación al fútbol.

ÁMBITO PEDAGÓGICO	- Programación - Diseño de sesiones y actividades - Organización de los contenidos - Metodología - Evaluación
ÁMBITO PSICOLÓGICO	- Motivación de los jugadores - Control y dirección de grupos - Capacidad de comunicación - Trabajo en equipo - Habilidades interpersonales - Conocimiento psicoevolutivo de los jugadores - Ambiente positivo de trabajo - Comportamiento del entrenador durante el entrenamiento y la competición
ÁMBITO TÉCNICO	- Características principales del fútbol - Técnica individual y colectiva específica - Táctica individual y colectiva específica - Acondicionamiento físico básico para escolares - Reglas de juego del fútbol-7 y fútbol-11
OTROS ÁMBITOS	- Anatomía y fisiología - Organización del entrenamiento

Cuadro 1.- Ámbitos de formación del entrenador en la iniciación al fútbol.

La enseñanza de los medios técnicos-tácticos

Uno de los aspectos que más preocupa a los entrenadores de futbolistas jóvenes es conocer los contenidos a enseñar en cada edad o categoría. Muchos autores de reconocido prestigio plantean el proceso de formación del jugador dividiendo éste en una serie de fases por las que pasará desde que se inicia hasta que llega a la edad adulta. Partiendo de las aportaciones en este sentido de autores como Sánchez Bañuelos (1984), Pintor (1989), Antón y López (1989), Sáenz-López y Tierra (1995), o Díaz Suárez (1996), planteamos, desde nuestro punto de vista, como será este proceso centrándonos exclusivamente en la fase de iniciación (Giménez, 2000). Esta primera fase supone los primeros contactos del niño con el fútbol, y se sitúa en edades comprendidas entre 8 y 12 años aproximadamente. Dividimos esta fase en tres pequeñas etapas con objeto de hacer más progresivo el proceso de enseñanza.

Aplicación de las habilidades genéricas en el juego deportivo

Esta etapa abarcaría desde los 7-8 a los 9-10 años. En ella empezamos a practicar el fútbol sin ne-

cesidad de desarrollar sus habilidades específicas. En estas edades tempranas se tratará simplemente de seguir trabajando las habilidades básicas y genéricas y aplicarlas en el juego (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, equilibrio, coordinación, conducciones, fintas, etc.). Es decir, utilizaremos el fútbol como medio motivante para seguir formando motrizmente a los jugadores.

Inicio en el trabajo de habilidades específicas

Abarca de los 9-10 a los 11-12 años. Empezamos a trabajar las habilidades específicas individuales más sencillas del fútbol: control del balón, golpes con distintas superficies, conducciones, regates, lanzamientos, fintas, interceptación, marcaje individual, etc. Aunque comencemos el aprendizaje de la técnica específica, no debemos olvidar que en deportes de cooperación-oposición como el fútbol, la táctica debe ir unida a la técnica desde el principio. Para ello será necesario que utilicemos situaciones reales de juego donde la mayoría de las veces haya oponentes que superar.

Trabajo colectivo básico

De forma simultánea con la etapa anterior, entre 10 y 12 años, comenzamos con el trabajo colectivo.

"Uno de los aspectos que más preocupa a los entrenadores de futbolistas jóvenes es conocer los contenidos a enseñar en cada edad o categoría"

De forma sencilla, progresiva y lúdica trabajamos los medios colectivos básicos: pases cortos y de media distancia, paredes simples, relevos y desdoblamientos, fijaciones, utilización de espacios libres, etc. La enseñanza de los medios colectivos complejos (sistemas de ataque y defensa, contraataques preparados, jugadas de estrategia, etc.) la dejaremos para etapas posteriores.

A partir de esta fase de iniciación, compuesta por tres pequeñas etapas, el proceso de formación se completaría por otras dos fases: desarrollo y perfeccionamiento, donde el jugador seguiría formándose hasta llegar a la máxima especialización.

BIBLIOGRAFÍA

ANTÓN, J. (1990). Balonmano. Fundamentos y etapas de aprendizaje. Gymnos. Madrid.

ANTÓN, J.; LÓPEZ, J. (1989). La formación y el aprendizaje de la técnica y la táctica. En ANTÓN, J. (Coord). Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Unisport. Málaga.

BOSC, G.; GROSGEORGE, B. (1981). El entrenador de baloncesto. Hispano Europea. Barcelona.

CARRASCO, F. (1997). Baloncesto: educación y diversión. Clinic, revista técnica de baloncesto, nº 39, pp. 10-11.

CARRILLO, A.; LÓPEZ, D.; RODRÍGUEZ, J. (1998). Premisas en la programación de las escuelas de basket. Clinic, revista técnica de baloncesto, nº 40, pp. 9-13.

CASTEJÓN, F.J. (1996). Por un entrenamiento eficaz. Liderazgo intenso y positivo (II). Clinics, revista técnica de baloncesto, nº 34, pp. 8-10.

DÍAZ SUÁREZ, A. (1996). Teoría y práctica de la enseñanza deportiva. "Procesos de formación deportiva". En Actas del III Congreso Nacional de E.F. de Facultades de CC de la Educación. Universidad de Alcalá. Guadalajara.

FEDERACIÓN ANDALUZA DE FÚTBOL. Reglamento de fútbol-7. CEDIFA. Sevilla.

GIMÉNEZ, F.J. (2000). Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela. Wanceulen. Sevilla.

GIMÉNEZ, F.J.; SÁENZ-LÓPEZ, P.; DÍAZ, M. (1997) (Eds). El deporte escolar. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.

GUILLÉN, F.; MIRALLES, J.A. (1995). Análisis de las características de eficacia de los entrenadores de voleibol de división de honor. Revista de Entrenamiento Deportivo, tomo VIII, nº 4, pp. 9-12.

LINAZA, J.L.; MALDONADO, A. (1996). La iniciación al deporte infantil y el aprendizaje del fútbol en el colegio. En GARCÍA HOZ, V. Personalización en la E.F. Rialp. Madrid.

LORENZO, J. (1997). Psicología del deporte. Biblioteca Nueva. Madrid.

MARTÍNEZ, F. (2000). Manual para escuelas deportivas de fútbol y fútbol-sala. Área de Deportes de la Diputación de Huelva.

MARTÍNEZ, F.; SÁENZ-LÓPEZ, P. (2000). Iniciación al fútbol. Wanceulen. Sevilla.

PINTOR, D. (1989). Objetivos y contenidos en la formación deportiva. En ANTÓN, J.L. (Coord). Entrenamiento deportivo en la edad escolar. Unisport. Málaga.

SÁENZ-LÓPEZ, P.; TIERRA, J. (1995). Características generales de las actividades físicas organizadas. En DÍAZ, M.; SÁENZ-LÓPEZ, P.; TIERRA, J. Iniciación deportiva en Primaria: actividades físicas organizadas. Wanceulen. Sevilla.

SANCHEZ BAÑUELOS, F. (1986). Didáctica de la educación física y el deporte. Gymnos. Madrid.

SAURA, J. (1996). El entrenador en el deporte escolar. Fundació Pública Institut d'Estudis Ilerdencs. Lérida.

WEIN, H. (1995). Fútbol a la medida del niño. Real Federación Española de Fútbol. Madrid.