

## Entrenamiento técnico-táctico y rendimiento físico del equipo femenino sub 16 Águilas Spric

### Tactical technical training and physical performance of the Spric Eagles women's team, under 16 category

Jean Carlos Vélez-Loor<sup>1</sup>, Larry Leopoldo Landívar-León<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Lic. Universidad Estatal de Milagro. Ecuador. [jvelezl@unemi.edu.ec](mailto:jvelezl@unemi.edu.ec)

<sup>2</sup>M. Sc. Universidad Estatal de Milagro. Ecuador. [larrylandivar@gmail.com](mailto:larrylandivar@gmail.com)

Fecha de recepción: 9 de mayo de 2021

Fecha de aceptación: 27 de junio de 2021

#### RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo elaborar un sistema de entrenamiento que contribuya perfeccionar la preparación técnico y táctica, a partir de entrenamientos dotados de ejercicios que eleven el rendimiento físico en el equipo femenino sub 16 Águilas Spric. Para ello se realizó una profundización teórico-práctica que arrojó insuficiencias en el estudio de ambas preparaciones necesarias para alcanzar resultados favorables en el rendimiento deportivo. En esta dirección, se utilizaron procedimientos técnicos y métodos científicos, como inducción-deducción, análisis-síntesis, sistémico-estructural-funcional, la observación, las pruebas pedagógicas, la encuesta y la entrevista.

**Palabras clave:** Técnica; Táctica; Rendimiento deportivo, Rendimiento físico; Fútbol femenino

#### ABSTRACT

The present research aims to develop a training system that helps improve technical and tactical preparation, based on training with exercises that increase physical performance in the female team under 16 Spric Eagles. For this, a theoretical-practical study was carried out, which revealed inadequacies in the study of both preparations necessary to achieve favorable results in sports performance. In this direction, technical procedures and scientific methods were used, such as induction-deduction, analysis-synthesis, systemic-structural-functional, observation, pedagogical tests, survey and interview.

**Keywords:** Technique; Tactics; Sports performance; Physical performance; Female soccer

## **INTRODUCCIÓN**

El fútbol femenino en los últimos años ha venido alcanzando resultados destacados en los escenarios deportivos internacionales, sobre todo en el área de Latinoamérica, su objetividad alcanza la necesidad de priorizar y darle tratamiento a las diferentes direcciones de trabajo funcionales para su preparación. Como también disimiles de expertos han venido presentando avances significativos en el campo del entrenamiento deportivo de esta especialidad, determinando en sus componentes, cuáles deben ser los aspectos a tener en cuenta para su desempeño (performance) deportivo. En este sentido las acciones técnico-tácticas individuales y de grupo se desarrollan con el objetivo de anotar la mayor cantidad de goles posibles y evitar anotaciones en la portería propia. Lo anterior, implica una preparación previa que garantice la invulnerabilidad defensiva del equipo.

Estudios recientes demuestran que el Grupo de Estudios Técnicos de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) revelan, en los Reportes Técnicos de los Campeonatos Mundiales de: Sudáfrica 2010, Londres 2012, Qatar y Emiratos Árabes Unidos 2013, Brasil 2014, y Rusia 2018 que el comportamiento táctico manifestado por las futbolistas se ha diversificado en movilidad y funciones; se plantea la necesidad del desarrollo en ellos de un bagaje de opciones y repertorio de actuación, incrementado desde las categorías de inferiores como sostén para iniciar un trabajo de mayor perfeccionamiento.

En esta dirección, disimiles autores han incursionado en investigaciones sobre la táctica en el fútbol. Internacionalmente destacados investigadores como López (2004) hace referencia a las tareas de entrenamiento y Ortega (2009) aborda el pensamiento táctico para dar respuesta y solución con rapidez y efectividad a las situaciones de juego.

Una aproximación a la referida problemática desde la didáctica del fútbol revela el desarrollo de investigaciones encaminadas a encontrar soluciones a los múltiples problemas que afectan el proceso de preparación técnico y táctica del fútbol trabajando la preparación física en busca de alcanzar un rendimiento físico

satisfactorio. Diversos autores entre los que destacan (Terry, 2008; Charchabal y Rodríguez, 2011; Delaz, 2015; Noa, (2011); Ray, 2017; Stable, 2016; Hechavarría, 2018) han propuesto sistemas, alternativas, estrategias, metodologías y modelos el tratamiento a esta temática, el control del potencial de juego, táctica colectiva, el desarrollo del clima sociopsicológico para el desarrollo del fútbol.

El estudio teórico realizado evidenció limitaciones en ambas direcciones y sus aportes al rendimiento deportivo, esto permite afirmar que el tema de la táctica como la técnica en general y particular resulta todavía limitada, lo cual reveló la existencia de carencias teóricas vinculadas a este proceso.

Las limitaciones empíricas y teóricas anteriormente señaladas, permiten delimitar insuficiencias teórico-metodológicas en el proceso de preparación táctica y técnica en las futbolistas de la categoría sub-16 que limitan su rendimiento físico en escenarios deportivos de competencia que constituyen el punto de partida para esta investigación.

La propuesta se apoya en los principios planteados por Addine, González y Recarey (2002), así como en el enfoque dialéctico-humanista del proceso pedagógico de carácter abierto, flexible y multidimensional.

Desde la didáctica particular para la preparación táctica y técnica del fútbol, la propuesta asume los modelos de enseñanza entrenamiento integrado de López (2004) y constructivistas de Stable (2016).

Se considera necesario establecer premisas teóricas, que son producto de profundas valoraciones lógicas y conclusiones en la relación dialéctica de la teoría con la práctica, que revelan nuevas regularidades teóricas y prácticas para el desarrollo de la preparación táctica y técnica con el objetivo de buscar alternativas para mejorar el rendimiento físico en las futbolistas, en consecuencia, se declaran las siguientes:

1. Motivación y preparación previa de los futbolistas con la actividad que se ha de desarrollar.
2. Motivación para el cambio y preparación metodológica de los entrenadores.

3. El desarrollo de la preparación táctica y técnica desde una concepción sistémica e integradora de los diferentes componentes que intervienen en la preparación de las futbolistas que les permitan mejorar su rendimiento físico.
4. La determinación de tareas específicas de entrenamiento y su implicación.
5. Su concepción sistémica integradora y contextualizada del tratamiento a la táctica y la técnica.

Es pertinente destacar la consideración del sistema propuesto como un término recurrente tanto en la teoría como en la práctica y que conlleva a la misma a poseer múltiples definiciones e interpretaciones, tanto desde la actividad educativa como la científica.

Autores como De Armas (2003) y Valle (2007) coinciden en que una metodología de forma general consiste en una secuencia sistémica de etapas, cada una de las cuales incluye acciones o procedimientos dependientes entre sí, y que permiten el logro de determinados objetivos.

A partir de los elementos ofrecidos por los autores mencionados anteriormente y las regularidades encontradas en sus propuestas puede plantearse que una metodología para la preparación táctica-defensiva en los futbolistas de la categoría escolar puede entenderse como *una sucesión sistémica e integrada de etapas, compuestas por procedimientos y acciones relacionadas entre sí, que sirven de herramienta metodológica al entrenador de fútbol para dirigir científicamente la preparación táctica y técnica en las futbolistas de la categoría juvenil.*

Las anteriores afirmaciones dieron origen a la presente investigación para contribuir a perfeccionar la preparación técnico y táctica del equipo femenino sub 16 Águilas Spric a partir de entrenamientos dotados de ejercicios que eleven su rendimiento físico.

## **MÉTODOS**

El diseño asumido por el autor durante el proceso investigativo fue el experimental con control mínimo o pre-experimento. Se conformó un grupo experimental, al cual se le aplicó un pre-test y post-test con la metodología.

En una primera etapa, se realizó una sistematización en la que se analizaron los fundamentos teóricos necesarios del proceso de preparación táctica y técnica con

énfasis en el rendimiento físico para determinar regularidades e irregularidades en este proceso que coadyuvaran a la elaboración de la propuesta.

Se analizaron documentos como el Programa del deporte, documentos metodológicos, orientaciones, planes de entrenamientos, entre otros para conocer los aspectos normativos del proceso de preparación táctica y técnica en el fútbol con énfasis en la rama femenina.

Se aplicó una encuesta a entrenadores y metodólogos de fútbol, para recopilar información sobre el tratamiento dado al proceso de preparación táctica y técnica y su vinculación con el rendimiento físico.

Se realizaron entrevistas individuales a futbolistas para conocer sobre el tratamiento que reciben en la preparación táctica y técnica y su vinculación con el rendimiento físico.

Se observaron sesiones de entrenamiento del equipo femenino sub 16 Águilas Spric para determinar la preparación de las atletas y su relación con otros componentes de la preparación.

Se realizó un Taller de opinión crítica y construcción colectiva para presentar los resultados, así como corroborar y perfeccionar el aporte de la investigación. Se realizó un Test pedagógico para corroborar el desarrollo táctico y técnico de las futbolistas antes de aplicar el sistema propuesto.

Luego a partir de la triangulación de los datos obtenidos en los diferentes instrumentos se determinaron coincidencias y contradicciones en las informaciones que permitieron modelar el fenómeno objeto de estudio así como, establecer los vínculos entre los fundamentos teóricos y el sistema propuesto para lograr un rendimiento físico teniendo en cuenta componentes de la preparación como la técnica y la táctica desde un enfoque sistémico que posibilita la preparación táctica y técnica en las futbolistas de la categoría sub-16.

## **RESULTADOS**

El Sistema propuesto tiene como fin transformar y mejorar el proceso de preparación táctica y técnica, desde las relaciones esenciales que la sustentan, en concordancia con las exigencias competitivas y los requerimientos que impone una preparación en función de mejorar el rendimiento físico.

En correspondencia con los elementos antes citados se considera que, para la preparación de estos componentes, desde el punto de vista teórico y práctico, puede conducir a un adecuado diagnóstico, planificación y organización, implementación, evaluación y control del mencionado proceso que, como se expresa desde el diagnóstico factico se lleva a cabo, actualmente, con limitaciones en la categoría escolar.

### **Estructura de la propuesta**

El Sistema, tiene como *objetivo general*: perfeccionar la preparación técnico y táctica, a partir de entrenamientos dotados de ejercicios que eleven el rendimiento físico en el equipo femenino sub 16 Águilas Spric. Esto da la medida de consolidar en la práctica la necesidad de elevar las exigencias de las formas en que se entrena y sus condiciones, en fin, buscar que las futbolistas lleguen en mejor forma a la competencia.

El *aparato teórico o cognitivo*: está integrado por los conceptos y categorías que definen los aspectos esenciales del proceso de preparación táctica defensiva, así como los principios que regulan el aparato instrumental.

*Cuerpo legal*: El diseño de la metodología se construye mediante diferentes procedimientos epistemológicos, determinados con el empleo del método sistémico estructural funcional, y la utilización de los principios didácticos y del entrenamiento deportivo.

El *aparato instrumental*: está integrado por las etapas, procedimientos, acciones y las orientaciones metodológicas, estructurados con una lógica y coherencia que posibilitan transformar esta preparación.

*Diagnóstico*: Se determina el objetivo del diagnóstico. Se analiza el macrociclo. Y se desarrolla el diagnóstico.

*Planificación y organización*: Se elabora el sistema de ejercicios para el rendimiento físico. Se determinan los componentes didácticos. Se estructuran las tareas de entrenamiento.

*Implementación del sistema*: Se ejecutan las tareas de entrenamiento y se socializa la metodología propuesta.

*Evaluación y control*: se determina el tipo de evaluación a aplicar.

## **DISCUSIÓN**

Esta investigación aporta un sistema de entrenamiento que contribuya perfeccionar la preparación técnico y táctica, a partir de entrenamientos dotados de ejercicios que eleven el rendimiento físico en el equipo femenino sub 16 Águilas Spric el cual no ha sido abordado en las investigaciones que se han consultado y que constituyen referentes teóricos para la propuesta.

Los autores (Terry, 2008; Charchabal y Rodríguez, 2011; Delaz, 2015; Noa, (2011); Ray, 2017; Stable, 2016; Hechavarría, 2018) han realizado aportaciones relevantes para el tratamiento a la temática objeto de estudio, sin embargo, en sus trabajos, aunque aluden de una manera u otra al desarrollo de la táctica, no se profundiza como esforzar ambas direcciones para alcanzar estos lumbrales deportivos.

Investigadores como López (2004) y Ortega (2009) aportan valiosos puntos de vista que integrados permitieron dar salida desde el entrenamiento al pensamiento técnico-táctico y ponerlo en función de las diferentes situaciones de juego a las que se enfrentan las jugadoras durante un partido.

Los criterios asumidos de Addine, González y Recarey (2002) permitieron determinar la relación entre la teoría y la práctica, la unidad entre la actividad, la comunicación y la personalidad como la base de la formación y el desarrollo de esta en la actividad, así como, los principios de interrelación entre los componentes técnico-táctico y el rendimiento físico elementos esenciales para el correcto funcionamiento de la propuesta elementos que sirven como sustento pedagógico de la propuesta.

Por otra parte, de Armas (2003) y Valle (2007) definen de forma asertiva el término metodología, el cual se ajusta a esta investigación ya que contiene los componentes necesarios para la correcta elaboración, estructuración y posterior aplicación de la propuesta.

Para concluir este artículo, cabe resaltar que el estudio diagnóstico desarrollado evidenció que existen limitaciones en la preparación técnico y táctica que permitan perfeccionar acciones para mejorar el rendimiento físico de las futbolistas del equipo femenino sub 16 Águilas Spric.

Los referentes filosóficos, sociológicos, psicológicos, pedagógicos y didácticos-metodológicos asumidos, aportaron los presupuestos teóricos esenciales para sustentar la metodología basada en los criterios dados por De Armas (2003) y Valle (2007) para el diseño, ya que proporciona los métodos y procedimientos para alcanzar el objetivo propuesto.

El Sistema para perfeccionar la preparación técnico y táctica, a partir de entrenamientos dotados de ejercicios que eleven el rendimiento físico en el equipo femenino sub 16 Águilas Spric, propició una mejor preparación combinando la actualización teórico-metodológica de los entrenadores y un adecuado desempeño en los escenarios deportivos.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Addine, F., González, A. y Recarey, S. (2002). Principios para la dirección del proceso pedagógico. En *Compendio de pedagogía*. La Habana: Pueblo y Educación
- Andujar, M. (2015). *La transición defensiva en el fútbol de élite. Análisis de la copa mundial de la FIFA Sudáfrica 2010* (Tesis doctoral).
- De Armas, N. (2003). *Aproximación al estudio de la metodología como resultado científico*. Villa Clara: Centro de Estudios de Ciencias Pedagógicas, Instituto Superior Pedagógico "Félix Varela".
- Iznaga, E. (2017). Metodología para el perfeccionamiento de la preparación táctica defensiva de los futbolistas escolares. *Revista De por vida* (). Recuperado a partir de <http://deporvida.uho.edu.cu>
- López, J. (2004). Modelos tácticos y sistemas de juego. Elaboración y entrenamiento integrado. Sevilla: Wanceulen, S. L.
- López, J. (2004). Modelos tácticos y sistemas de juego. Elaboración y entrenamiento integrado. Sevilla: Wanceulen, S. L.
- López, R. (2007) Análisis de la táctica grupal ofensiva de los equipos participantes en el campeonato mundial de fútbol de Alemania 2006. *Revista Digital Lectura: Educación Física y Deporte*. Noviembre, (114). Recuperado a partir de <http://www.efdeportes.com/>

- Ortega, A. (2009). *Metodología para el estudio del pensamiento táctico ofensivo en la selección de fútbol categoría 15-16 años del Cúcuta deportivo de norte de Santander Colombia* (Tesis doctoral). Holguín: Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Recuperado a partir de tesis-ortega.doc
- Stable, Y. (2016). *Tratamiento metodológico de la táctica defensiva del fútbol en las edades de 10-11 años: una propuesta constructivista* (Tesis doctoral). Universidad de Cienfuegos. Recuperado a partir de tesis\_final.pdf
- Valle, A. (2007). *Metamodelos de la Investigación Pedagógica*. La Habana: Pueblo y Educación.