

Metodología de enseñanza del fútbol y su aplicación al portero

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte **Raúl Moreno López**
Alto Rendimiento en Fútbol amruca@yahoo.es
(España)

1 / 1

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 70 - Marzo de 2004

Introducción

Un aspecto clave en cualquier deporte es el inicio. Los comienzos que cualquier deportista tenga en su práctica, en gran medida condicionarán el resto de su participación en el mundo del deporte. Por ello hemos de entender que el estudio y la profundización en las formas y contenidos más naturales de enseñanza en controversia directa con los métodos más tradicionales, son una realidad, y que se comienza a destacar una importante tendencia a considerar al niño como un sujeto que ante todo ha de aprender divirtiéndose, de acuerdo con su proceso evolutivo, sin especialización e incidiendo en aquellos aspectos relacionados con la adquisición natural de las distintas capacidades.

Este aspecto es aplicable a cualquier deporte, pero en el fútbol, todos sabemos cómo se ha llegado a tratar el tema, viéndose a niños de 10 años, dando vueltas en torno a un campo de fútbol, incidiendo más en su preparación física que en un aprendizaje comprensivo del propio deporte.

No obstante, este trabajo no pretende ser una censura y estudio riguroso de todos los errores cometidos en el pasado, y que todavía se cometen, sino más bien una comparativa entre los sistemas "comprensivos" (como yo mismo he querido llamarles) y aquéllos más conservadores.

Un ámbito de aplicación que me ha resultado interesante, es el del portero. Al respecto hemos de entender que es un aspecto delicado, pues si ante todo hemos de contemplar el mundo del deporte, del fútbol, como formativo, educativo y en segundo plano, y sólo aplicado a una minoría, de alto rendimiento, observamos que la especialización temprana, puede ser una auténtica contradicción.

El mundo del fútbol es el de los jugadores, pero existe un jugador de campo al que siempre "olvidamos" y le atribuimos menos importancia de la que realmente tiene, acordándonos sólo cuando comete algún error, lo cual, al contrario de lo que sucede con un delantero, en muchos casos, puede ser fatal para el resultado final, mientras que para un delantero, sus fallos, pese a que pueden cambiar el transcurso de un partido, siempre se hacen más numerosos que los permisibles para un portero.

No obstante en las etapas de iniciación se plantea la duda de la especialización temprana. Hemos de considerar que un joven y futuro futbolista, ha de probar todas las posiciones para no desarrollar una estereotipación a edad temprana. Sin embargo ¿qué hacer con el que, desde pequeño desea ser portero e incluso presenta las cualidades para ello?

El trabajo se estructura en dos partes perfectamente diferenciadas pero con una idea general a perseguir, y es la del trabajo y metodología de enseñanza dentro del mundo del fútbol, perfectamente aplicable a cualquier deporte; y en especial aplicado al puesto específico del portero, con las ventajas e inconvenientes de una especialización temprana.

Las cualidades físicas del portero

Las cualidades indispensables para poder hacer frente a un papel tan difícil como el del portero son múltiples y de orden psíquico, técnico y físico.

Bonizzoni y Leali (1995), nos hablan de:

- Estatura superior a la media.
- Fuerza de arranque o de elevación.

- Capacidad de saque o velocidad de desplazamiento en distancias cortas.
- Velocidad de reacción o rapidez de reflejos.
- Potencia generalizada en todos los músculos del cuerpo.
- Flexibilidad o movilidad articular.
- Equilibrio.
- Agilidad y dotes acrobáticas.
- Coordinación motora.

Importancia táctica del portero

Es obvio, que el Fútbol posee una **estructura y funcionalidad** muy compleja y absolutamente distinta de la de los deportes en los que predomina el factor ejecución. Además de que, en el análisis estructural (Hernández, 1994) de los deportes pertenecientes al grupo de cooperación oposición, la técnica sólo es uno de los seis parámetros configuradores de la lógica interna (Reglas, técnica, espacio, tiempo, comunicación y estrategia), sobre todo ocurre que la ejecución técnica del poseedor del balón va a estar directamente influenciada por otros aspectos relativos a la situación en ese espacio y en ese momento, de el balón, los compañeros, los adversarios, ..., en definitiva acciones marcadas por la incertidumbre, que por ello convierten al fútbol en un deporte en el que la percepción y la toma de decisiones son como mínimo igual de importantes que la ejecución. El fútbol es por tanto, una **actividad abierta**, no podemos encuadrarlo e intentar que una habilidad abierta se parezca a una cerrada, se sacaría de contexto. A partir de que no se juega en el mismo momento y/o en el mismo lugar, la situación ya cambia (Lillo, 2000).

El Fútbol como *actividad cognitiva*, debe pretender el desarrollo de la percepción y decisión, pero después el jugador ha de ejecutar y hacerlo bien, necesita la técnica, pero no la técnica descontextualizada. Tras todo lo hasta ahora comentado, llegamos a la conclusión de que el **comportamiento de juego del futbolista** sólo se puede entender de forma global, que depende de la situación y en el cual los factores técnica, táctica, físicos y psíquicos aparecen con características diferentes pero siempre juntos y que por lo tanto también se ha de entrenar en sus manifestaciones globales. De ahí que **la nueva didáctica del juego** se base en **las situaciones de enseñanza- entrenamiento, a través de pequeños juegos reglamentados** (Brüggeman y Albrecht, 1995).

Supeditando las exigencias técnicas que es preciso desarrollar en un buen portero, en nuestros días el fútbol se ha hecho mucho más dinámico y agresivo en virtud de una preparación física más exhaustiva y de carácter científico. La tendencia a acortar más los equipos acercando a los jugadores, a la aplicación de fuera del juego relacionado con el "pressing" imponen al portero un comportamiento táctico más completo en el sentido de que se le exige más bien una cierta habilidad tras los palos que en las salidas fuera de los palos, además de una colaboración más intensa con los compañeros de equipo. (Bonizzoni y Leali, 1995)

Su inteligencia táctica emerge verdaderamente del modo en que él sabe cooperar con los colegas de la defensa, siendo un auténtico creador de juego, dando sentido y organizando al equipo.

Estadios del entrenamiento

El deporte como medio educativo

El deporte en las primeras edades debe entenderse como una actividad más que va a ayudar a la formación de los niños y niñas que deseen aprender. Esto quiere decir que debemos huir de planteamientos elitistas donde sólo los mejores tienen cabida en la práctica deportiva. Este tratamiento necesariamente educativo del deporte en edades tempranas no debe ir en contra de un proceso de enseñanza-aprendizaje correcto donde todos los jugadores vayan mejorando en la medida de sus posibilidades.

Desde este punto de vista es necesario estudiar y profundizar diferentes ámbitos de la práctica deportiva:

Para poder utilizar el deporte como un contenido más en la formación motriz del niño/a en éste debe cumplir una serie de características que le harán ser un buen instrumento educativo. Contreras (1989) estudia el deporte educativo y la aplicación de la iniciación deportiva en Primaria estableciendo que el deporte no es educativo por sí mismo, sino que será la metodología que utilicemos en su enseñanza, las condiciones en las que se desarrolle, lo que hará que nos pueda servir como medio de formación. Será el profesor el que liberará al deporte de sus

características no educativas como el elitismo, la falta de coeducación, la excesiva importancia del resultado o la especialización temprana. Díaz Suárez (1995) añade que el deporte bien utilizado nunca se podrá poner en duda como medio educativo, de recreación o esparcimiento y para acrecentar o mantener la salud.

Algunas notas generales en el proceso de enseñanza de cualquier deporte, aplicado, como no al fútbol son:

- En las primeras edades deben predominar claramente el empleo de estrategias globales, con sus variantes, sobre las analíticas.
- Evitaremos utilizar técnicas demasiado instructivas con objeto de permitir una mayor libertad de los participantes en el desarrollo del juego, lo que ayudará a la consecución de jugadores mejor formados motriz y cognitivamente.
- Utilización de estilos de enseñanza como la resolución de problemas cuando comenzamos a enseñar aquellas habilidades genéricas más relacionadas con nuestra práctica deportiva, y el descubrimiento guiado cuando comenzamos a enseñar las habilidades específicas más básicas y sencillas. A partir de ahí, sobre los 12-14 años, se utilizarán estilos algo más directivos como la asignación de tareas para el aprendizaje de medios técnico-tácticos más complejos.

Debido a la complejidad del juego, en la medida en que el que lo practica tiene que, a un mismo tiempo, referenciar varios elementos: balón, posición en el terreno, objetivo, compañeros, adversarios, tiempo disponible,..., y sobre todo a las distintas posibilidades en función del nivel de desarrollo y/o la edad, se impone que el **aprendizaje sea en fases y progresivo**, de lo conocido a lo desconocido, de lo menos a lo más complejo. Sería utópico, construir situaciones con un alto grado de dificultad, incluso basadas en la estrategia global, para niños que se encuentran en la fase de familiarización con el juego.

Pero en el marco del deporte competitivo, en este caso el fútbol hay un factor interviniente que va tomando cada vez mayor relevancia; la metodología de aplicación, la planificación y la selección de los medios y contenidos. Por tal motivo surge la necesidad de cambiar en la estructuración del proceso de formación del jugador las distintas variables que son (Comesaña, 2001):

- entrenamiento en función del tiempo cuantitativa y cualitativamente.
- función direccional y orientación diversificada acorde a las edades (etapas en la sistematización de la conducción pedagógica del futbolista).
- claridad en las expectativas propias y transferidas.

Fuentes Guerra y Viera, (2001), nos proponen el siguiente esquema en la iniciación deportiva:

Iniciación

1. Aplicación de las habilidades genéricas en el juego.
2. Inicio en el trabajo de las habilidades específicas.
3. Trabajo colectivo básico.

Desarrollo

1. Desarrollo genérico.
2. Desarrollo específico.

Perfeccionamiento

1. Especialización.
2. Polivalencia.

Diferenciamos las siguientes situaciones de enseñanza: (Morcillo y Moreno, 1999).

Tipo 1. Situaciones técnicas o tácticas en entorno estable

Concepto: Tareas desarrollo de los medios técnico-tácticos que limitan su intervención al mecanismo ejecutor ante unas condiciones espacio-temporales de actuación estándar. Consideramos que debe existir una

diferenciación en cuanto a los objetivos técnicos o tácticos ya que en el segundo caso se utilizará la técnica como medio de entrenamiento para la estandarización de movimientos tácticos.

Tipo 2. Situaciones técnicas o tácticas en entorno inestable

Concepto: Tareas de desarrollo de los medios técnico-tácticos que se presentan ante condiciones espacio-temporales de actuación cambiante en el entorno pero si grado de oposición real.

Tipo 3. Situaciones técnico-tácticas de juego real simplificado

Concepto: Tareas de desarrollo de los medios técnico-tácticos a través de situaciones de juego real reducido utilizando reglas que provocan el desarrollo de comportamiento de juego global. Estarán incluidas en este grupo situaciones con oposición real a excepción del 11 x 11 o algunas cercanas (10 x 11, ...) que posibiliten el desarrollo de comportamientos tanto específicos como genéricos. Las situaciones citadas estarían excluidas de este grupo puesto que intentarían reproducir de forma absoluta la realidad del juego tanto global (número de jugadores por líneas, situaciones escalonadas o paralelas, ...) como contextualizado, es decir, actuación específica de un grupo de jugadores en un momento de tiempo y espacio concreto.

Tipo 4. Situaciones técnico tácticas de juego real

Concepto: Tareas de desarrollo de los medios técnico tácticos a través de situaciones de juego real, 11 x 11 o similares, haciendo hincapié en alguno aspecto técnico-táctico colectivo particular sin dejar de atender el comportamiento global del juego.

Estadios del entrenamiento

Basándonos en Borzi, (1999):

1. Estadio de preparación preliminar con introducción al juego del fútbol (hasta los 7 años de edad), donde se desarrollan los objetivos prioritarios:

- Desarrollar la coordinación general.
- Desarrollar la inteligencia para los juegos colectivos.
- Desarrollar la movilidad.

2. Estadio de inicio en la especialización deportiva (8 a 12-13 años):

- Aprender los elementos de la técnica del fútbol y desarrollar la inteligencia para el juego.
- Desarrollar la movilidad y la rapidez.
- Desarrollar la coordinación general deportiva.

3. Estadio de perfeccionamiento deportivo (13-14 a 19 años):

- Alcanzar rendimientos mínimos indispensables en cada una de las capacidades condicionales básicas.
- Perfeccionar el aspecto técnico-táctico.
- Desarrollar las capacidades psíquicas y la educación para el desempeño en el alto rendimiento.

4. Estadio de alto rendimiento competitivo (20 años en adelante), donde se busca la auténtica especialización y derivar en el alto rendimiento, lo cual no ocupa el trabajo que tenemos entre manos.

Hemos extraído otro esquema de Sans Torrelles, A; Frattarola Alcaraz, C y Sagrera González, S, (2000), en lo que a iniciación dentro del fútbol y metodología de enseñanza se refiere:

ETAPA	CARACTERÍSTICAS	OBJETIVOS GENERALES
PROMOCIÓN: (HASTA 11 AÑOS)	Plena posibilidad de participación del niño en el fútbol. Necesidad de actividad pre y polideportiva	Creación y estabilización de patrones motrices.
INICIACIÓN: (DE 11 A 14 AÑOS)	Edad óptima de inicio del aprendizaje de un deporte específico.	Conocimiento y desarrollo de las acciones y situaciones básicas del fútbol.
TECNIFICACIÓN (DE 15 A 17 AÑOS)	Edad óptima para la especialización en los diferentes aspectos de un deporte.	Perfeccionamiento de acciones técnicas, tácticas y de capacidades físicas.
RENDIMIENTO: (DE 18 A 19 AÑOS)	Requerimiento de un alto nivel de eficacia.	Eliminación de la ejecución de las acciones deficientes que presenta el jugador potenciando aquellas con las que obtiene un gran nivel de eficacia.

Método analítico versus método global (Sans Torrelles, Frattarola Alcaraz y Sagrera González, 2000).

	MÉTODO ANALÍTICO	MÉTODO GLOBAL
CARACTERÍSTICAS	Presenta una acción del juego aislándola del mismo, de forma que sólo tiene en cuenta alguno de los elementos que intervienen en la competición, fundamentalmente el balón.	Presenta una situación del juego en la que intervienen todos sus elementos (balón, compañeros y adversarios).
VENTAJAS	Se puede incidir en la mejora de objetivos muy concretos. Se logra más fácilmente un elevado número de repeticiones de dicho objetivo, siempre que se aplique correctamente.	Se trabajan simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos e incluso psicológicos. Al incluir todos los elementos del juego, la mejora obtenida en el entrenamiento se refleja rápidamente en la competición.
INCONVENIENTES	Un ejercicio analítico sólo incide en una de las múltiples posibilidades de las que se puede manifestar una acción, sea técnica, táctica o física. Las mejoras obtenidas no se manifiestan en su totalidad ya que en la competición se ven condicionadas por la presencia de compañeros y adversarios, aspectos que no han sido tenidos en cuenta en el entrenamiento.	Presenta un nivel inferior de concreción que el método analítico, sobre todo en el aspecto técnico.
MOTIVACIÓN:	Nivel muy bajo respecto al método global, pudiéndose paliar parcialmente a través de motivaciones extrínsecas a la actividad.	Elevadísimo nivel de motivación que lleva al niño a involucrarse en la actividad de forma total y plena.
GRADO DE INCIDENCIA SOBRE LOS MECANISMOS QUE PARTICIPAN EN EL MOVIMIENTO:	<p><i>Mecanismo perceptivo:</i> mínimo, ya que se presentan situaciones estables que no solicitan con gran intensidad este mecanismo.</p> <p><i>Mecanismo de decisión:</i> nulo, ya que todo lo que debe realizar el jugador está previsto y es conocido por él antes de iniciar la acción.</p> <p><i>Mecanismo de ejecución:</i> máximo, ya que se logra un elevado número de repeticiones.</p>	<p><i>Mecanismo perceptivo:</i> máximo, ya que las situaciones y acciones que se van a presentar son imprevisibles, por lo que es necesario percibir correcta y rápidamente las continuas variaciones producidas por el balón, los compañeros y los adversarios.</p> <p><i>Mecanismo de decisión:</i> máximo, ya que cada vez que se perciben estímulos que modifican las situaciones de juego, se hace necesario realizar un análisis de la misma y decidir cómo se va a intentar resolver.</p> <p><i>Mecanismo de Ejecución:</i> medio, ya que dadas las características de este método se realizan más acciones de las que son propiamente el objetivo del juego, por lo que este mecanismo es solicitado de forma más dispersa que en el método analítico.</p>

Según Sans Torrelles, Frattarola Alcaraz y Sagrera González, (2000), para que un aprendizaje resulte eficaz y estable es necesario que las actividades realizadas impliquen la mayor cantidad de capacidades del niño.

De tal forma que lo que se desea es la creación de jugadores inteligentes: en una situación de juego será el niño el que escoja la mejor posibilidad para resolverla y no la que haya definido el entrenador de antemano.

Algo fundamental en el aprendizaje del niño dentro del mundo del fútbol, y teniendo en cuenta que el objetivo final es el modelo adulto, esto es el fútbol 11, tendremos en cuenta que la forma natural de aprendizaje del niño es el JUEGO, y por ello hemos de adecuar la enseñanza a sus posibilidades, reduciendo espacios, nº de compañeros y de adversarios, reducción del tiempo de juego y aumento de los períodos...

Objetivos del juego

Según Antón, (2000), existen unos objetivos generales de todo juego de oposición que se definen por unos contraobjetivos del equipo contrario:

- | | |
|--|---|
| 1º. Conservar el balón. | 1º. Recuperar el balón. |
| 2º. Progresar hacia la portería contraria. | 2º. Evitar la progresión oponente. |
| 3º. Conseguir marcar. | 3º. Evitar la finalización exitosa contraria. |

Al respecto, Sans Torrelles, A; Frattarola Alcaraz, C y Sagrera González, S, (2000)*, nos ofrecen las acciones y capacidades que componen, a su entender, cada uno de los objetivos globales del juego:

ACCIONES Y CAPACIDADES QUE COMPONEN CADA UNO DE LOS OBJETIVOS GLOBALES*			
OBJETIVOS GLOBALES	TÉCNICAS	TÁCTICAS	FÍSICAS
1. Mantener la posesión del balón.	Control libre; relevo, pase, saque, cobertura del balón.	Apoyo y desmarque.	Coordinación espacial y espacio temporal.
2. Recuperar el balón.	Control de oposición.	Acciones de táctica individual: Marcaje individual, entrada, carga, anticipación, temporización individual. Acciones individuales de la táctica colectiva: Marcaje al hombre, por zonas, mixto; cobertura defensiva, permuta, vigilancia defensiva, presión individual, trabajo en las diferentes zonas.	Velocidad de reacción.
3. Progresión del balón.	Conducción, regate y pared.	Profundidad, pasar o progresar.	Visión periférica.
4. Rematar.	Tiro y centro.	Juego en la zona de definición.	Velocidad de ejecución.
5. Jugar en y desde la zona.	Superar al adversario en el 1:1 Acciones de cobertura del balón.	Amplitud, trabajo en diferentes zonas, salir de la zona: desdoblamiento, para recibir el balón, creación/aprovechamiento de espacios libres; creación de superioridad numérica 2:1, para progresar con el balón.	Percepción espacial en relación a su zona de juego.

El trabajo del entrenador como profesor

El profesor es el encargado no sólo de enseñar la técnica y la táctica desde las edades infantiles, sino ser modelo educador, en todos aquellos parámetros relacionados con el deporte y la enseñanza.

Ser profesor, no basta, hay que ser un profesor eficiente, y eso implica la posibilidad de tener los recursos como para dotar y ofrecer a los niños las herramientas necesarias para conseguir el éxito.

Uno de los elementos clave para que el buen aprendizaje se produzca está en saber qué hay que decir y cuándo decirlo. *Las instrucciones eficaces son aquellas que indican al jugador, de una manera bien clara, qué ha de hacer y cómo lo ha de hacer* (Marcet, 1999).

De tal forma que algunas técnicas interesantes son:

- Captación de la atención de los alumnos: necesidad de que vean y aprecien los gestos y de que escuchen.
- Dar la información adecuada: el objetivo de las tareas con las palabras justas, mucha información podría sobrecargarles (Ruiz, 1994; Marcet, 1999).
- "Una imagen vale más que mil palabras".
- Proporcionar suficiente tiempo para las prácticas.
- Utilizar situaciones reales de juego (Ver comparativa entre Método analítico y Método Global).
- Practicar las habilidades o ejercicios complejos por partes (Ruiz, 1994; Marcet, 1999).

Metodología de enseñanza del portero en el proceso evolutivo; aspectos técnicos y tácticos a tener en cuenta

Planteamientos iniciales

El entrenamiento ha de ser una optimización a nivel técnico, táctico y físico del individuo que se ha de plasmar en cada situación propuesta a los jugadores. La base de este tipo de entrenamiento ha de ser el aspecto **táctico individual** (Ramón Madir, 2001).

La **táctica individual** es la que permite a los jugadores resolver las múltiples situaciones que se le puedan plantear en el juego, escogiendo de su repertorio de posibilidades la mejor opción en el tiempo necesario.

La táctica individual requiere de calidad técnica, pues ella es el instrumento del que el jugador se valdrá para dar cuerpo a sus diferentes intenciones (Bayer, 1986).

En cada situación, el portero ha de poder dar respuesta a las preguntas de "dónde", "cuándo" y "cómo", es decir, implementar en el espacio y el tiempo una cierta forma de motricidad. Por tanto estamos hablando de una relación directa con la dimensión espacio-temporal, elemento estructural funcional de cualquier deporte de oposición, y que confiere elementos y posibilidades de actuación como la propia "anticipación", fundamental para los deportes de equipo, y trascendental para la táctica individual, en la medida que se va a solicitar al individuo, que de la respuesta adecuada, para la situación planteada, y en el menor tiempo posible, o cuanto menos, en el momento justo.

Procedimientos

- Los porteros deben pasar por una serie de niveles o etapas que les van a llevar desde su primer contacto con el fútbol, hasta la alta especialización.
- Programación coherente, dando tiempo suficiente en cada etapa de aprendizaje y adecuándonos a las posibilidades del individuo a nivel evolutivo, evitando saltarnos pasos necesarios en la educación motriz del portero de fútbol.
- Los objetivos a corto plazo no son adecuados en un trabajo que ha de plantear fundamentalmente objetivos a largo plazo.
- Cada nivel o etapa de formación está dotado de una progresión de ejercicios y formas jugadas, que intentan asegurar un correcto desarrollo del aprendizaje de los contenidos técnico-tácticos escogidos para esa etapa determinada.

Niveles del trabajo con respeto a su maduración natural (Ramón Madir. I, 2001).

Etapas de trabajo

Nivel I: ETAPA DE NO ESPECIALIZACIÓN (9 - 10 AÑOS, BENJAMÍN).

La educación.

Lo fundamental en esta etapa es educar al niño, siendo el entrenador más un educador que un técnico deportivo: "*históricamente, los mejores entrenadores en todos los niveles de competición han sido también buenos educadores*" (MARCET BONEL, R (1999) *El entrenador como profesor: técnicas eficaces para enseñar*. Training Fútbol. Nº 44. Octubre. Pág. 43).

Por su parte Ruiz (1987: 125), nos habla de que el adulto (educador o técnico) tiene el deber para con el niño deportista:

1. Dotarle de una adecuada capacidad física que le permita participar de forma provechosa en la actividad deportiva.
2. Incluirle en competencias donde no existan diferencias de nivel elevadas.
3. Considerarle como persona en proceso de crecimiento y que debe disfrutar del deporte como de cualquier otra actividad de su universo infantil.
4. Prever la asistencia médica adecuada.
5. Dotarle del material adecuado.
6. Evitar trasladar al niño sus frustraciones.
7. Disminuir el estrés deportivo.
8. Controlar al máximo los posibles peligros.
9. Conocer el deporte en cuestión al máximo y su influencia en el crecimiento y desarrollo infantil.
10. Poner como objetivo inicial la SALUD integral del niño y, en cualquier caso, después LA MARCA o RESULTADO.

Aspectos como la respiración durante la carrera o durante las distintas ejecuciones técnicas; la recuperación tras el esfuerzo, el calentamiento, estiramientos, cuándo y por qué...; son fundamentales en esta etapa "educadora".

A partir de los 9 años, la capacidad intelectual y la experiencia le permiten comprender y tomar una actitud reflexiva y crítica frente a las leyes que hasta ahora el niño obedecía sin más. Predomina el sentido de la solidaridad y es muy importante ser aceptado por el grupo.

Como **objetivo fundamental y general** de esta etapa es desarrollar las habilidades y destrezas motrices básicas del niño, donde destaque una metodología lúdica. Así los futuros porteros irán fraguando su esquema corporal, espacio, tiempo, etc., mediante todo tipo de desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones... Y donde las capacidades de equilibrio y coordinación tienen un papel fundamental como soporte de todas las habilidades.

Se deberán potenciar los siguientes aspectos:

- Desarrollo del esquema corporal y capacidades de movimiento.
- Desarrollo de percepciones y dimensión espacio-tiempo.
- Aprender habilidades y destrezas motrices básicas (fundamentalmente en relación con el balón).
- Fundamental el desarrollo de la motivación en el puesto de portero.
- Desarrollo de las capacidades físicas según la edad. Ramón Madir (2001: 32), al respecto nos ofrece la siguiente relación:
 - Acondicionamiento Físico: 80%
 - Contenidos técnicos: 10%
 - Contenidos tácticos: 10%
- Adquisición de hábitos higiénico deportivos y relaciones psicoafectivas.

Nivel II: ETAPA DE INICIACIÓN.(11 - 12 AÑOS, ALEVÍN).

La contextualización

En esta etapa es donde debería dar inicio la especialización del portero de fútbol. Se busca el perfeccionamiento del esquema corporal del niño, pero aumentando la dosis técnico-táctica, y más concretamente se inicia el aprendizaje específico del portero de fútbol.

Es una etapa donde el niño comienza a sentir el interés por la competición.

El objetivo general consiste en desarrollar y perfeccionar las habilidades y destrezas motrices básicas, así como aprender los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del portero de fútbol, sin olvidar aspectos físicos.

En esta etapa Ramón Madir (2001: 33), ofrece unos porcentajes:

- Acondicionamiento físico: 60%
- Contenido Técnico: 15%
- Contenido Táctico: 25%

En esta etapa, como observamos, los contenidos tácticos adquieren una gran importancia, ya que se pretende que el joven portero capte y retenga los principios y conceptos tácticos individuales esenciales del juego del portero, sin importar demasiado la correcta ejecución. El trabajo se fundamentará en la adecuada toma de decisiones, es decir, en una adecuada táctica individual, que aúna el adecuado gesto técnico, utilizado en el momento oportuno.

En resumen se basa en perfeccionar lo aprendido en la etapa anterior y además en:

- Conocer las reglas del fútbol.
- Participar en competiciones no trascendentes.

Nivel III: ETAPA DE DESARROLLO (13 - 14 AÑOS, INFANTIL).

Los cambios

En esta etapa llena de cambios debido a la pubertad, el portero no debe realizar esfuerzos prolongados porque su potencia energética ha de ser reservada para los fenómenos de anabolismo de los tejidos.

Los objetivos generales residen en la continuación del trabajo de las anteriores etapas, pero incidiendo en los mecanismos perceptivos y de toma de decisiones.

Ramón Madir (2001: 35), ofrece:

- Acondicionamiento físico: 50%
- Acondicionamiento táctico: 35%
- Acondicionamiento técnico: 15%

Por tanto, en esta etapa fundamentalmente el trabajo se centrará en reforzar dos aspectos:

- Desarrollar minuciosamente la condición física y la táctica individual del portero.
- Buscar hábitos permanentes en la práctica de la posición específica del portero de fútbol, a través de los asimilado en la etapa anterior y lo continuado en esta.

NIVEL IV: ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO (15 - 16 AÑOS, CADETE).

La precompetición

Debe existir una selección para conformar los valores futbolísticos del portero debido a la proximidad del alto rendimiento y de:

- Rendimiento de cualidades físicas determinadas.
- Nivel alcanzado en cuanto a la adquisición táctica, técnica y estratégica.
- Valores personales muy valiosos como: conducta, interés por los entrenamientos, grado de voluntariedad, relaciones sociales e integración al grupo.

Ramón Madir (2001: 26) ofrece:

- Acondicionamiento físico: 40%
- Acondicionamiento técnico: 40%
- Acondicionamiento táctico: 20%

Como **objetivos generales fundamentales** hablaremos del perfeccionamiento de los aspectos técnicos del portero, asentados sobre la táctica. Así mismo también, pulir la capacidad táctica individual del portero.

NIVEL V: ETAPA DE ALTO RENDIMIENTO (17 AÑOS O MÁS, JUVENIL Y AMATEUR).

Es la etapa final, donde se van a recoger todos los frutos sembrados durante las fases anteriores. No vamos a comentar nada con respecto a esta etapa debido a que no es la finalidad de este trabajo, si bien es el objetivo, del objetivo estudiado en el mismo, es decir, la iniciación y metodología de enseñanza del portero.

Bloques de contenidos

Ramón Madir (2001: 31) nos habla de cuatro bloques:

1º BLOQUE: EJERCICIOS Y JUEGOS CON O SIN UN SOLO ADVERSARIO: aprendizaje de habilidades fundamentales del portero en situaciones previsibles.

2º BLOQUE: EJERCICIOS Y JUEGOS CONTRA DOS O MÁS ADVERSARIOS: consolidación de habilidades y capacidades en situaciones que se modifican.

3º BLOQUE: EJERCICIOS Y JUEGOS CONTRA ATACANTES CON AYUDA DE UNO O MÁS DEFENSAS: correcta selección de capacidades en situaciones imprevisibles.

4º BLOQUE: JUEGOS DE EQUIPO SIMILARES A LA COMPETICIÓN CON INTERVENCIÓN DEL PORTERO: perfeccionamiento, disponibilidad y correcta selección de capacidades en situaciones imprevisibles por medio de juegos simplificados o de situaciones tipo como corner o tiro libre.

Entrenamiento de la táctica

Lo que en este apartado planteamos no es la forma de entrenar la táctica, pues no es el tema de este trabajo; nos limitaremos a hacer referencia a los contenidos de la misma, haciendo necesario el trabajo sobre dichos conceptos.

Sans, Frattarola y Sagrera (2000: 41) nos establecen unas cuestiones previas:

- El fútbol tiene un marcado carácter táctico.
- Cualquier acción técnica o física está condicionada por aspectos tácticos.
- El alumno presenta durante la etapa de iniciación una gran capacidad y motivación para adquirir este tipo de aprendizajes.
- Para el portero la táctica desde el punto de vista defensivo, está configurada por el conjunto de **acciones** intencionales realizadas cuando el balón está en posesión de un contrario, acciones como:

- Salidas.
- Colocación defensiva.
- Estrategias defensivas.
- Anticipación.
- Temporización.

ACCIONES DEFENSIVAS.

Por otro lado hemos de hablar de una serie de principios a seguir desde el postulado de la no posesión del balón, siendo consideraciones genéricas que han de tenerse en cuenta durante el desarrollo del juego:

- Dirección y colocación de la defensa.
- Diferentes zonas de juego y remate.
- Ángulos de tiro.
- Atención constante a las acciones y características de los contrarios y los compañeros.

En cuanto a la táctica ofensiva, en lo que al portero se refiere, implica una gran importancia, que también dividiremos en acciones y principios ofensivos, dentro de esa táctica ofensiva.

- Las acciones tácticas son aquéllas realizadas cuando el balón está en posesión de un contrario.
- Apoyo de emergencia.
- Colocación ofensiva.
- Los principios tácticos ofensivos son consideraciones genéricas que han de tenerse en cuenta durante el desarrollo del juego:
- Dirección y colocación de la defensa.
- Inicio y orientación del juego.

Haciendo una breve reseña en lo que a técnica del portero se refiere en las etapas de formación, podemos hablar de lo siguiente:

- Dominio de las posiciones fundamentales.
- Dominio de la colocación en la bisectriz entre postes y balón.
- Colocación adecuada según los lances de juego.
- Cuanto más lejos esté el balón de la portería más lejos tendrá que estar de ésta, para cubrir más ángulo de tiro y cuanto más próximo a ella, más cercano a la línea de gol se colocará el portero.
- Dominio primario de blocajes y recepción

Metodología de enseñanza de la colocación del portero

La colocación del portero es un factor determinante en la calidad técnico-táctica del mismo. Esta habilidad espacial no puede dejarse de lado en el proceso de aprendizaje y se deben buscar recursos para facilitar la adquisición de una buena colocación. (Vidal Barbier, M, 1999).

Cada guardameta, continúa Vidal Barbier, dependiendo de su altura y de su potencia de salto, podrá cubrir más o menos portería y es este aspecto el que se debe determinar para poder definir su colocación.

Lo fundamental es tener una situación lo suficientemente separada de la portería cuando el balón se encuentre lejos, como para poder cubrir el máximo ángulo de tiro; y lo suficientemente metido, cuando esté cerca; así como siempre situarse en la **bisectriz del ángulo formado por los postes de la portería y el balón**.

En cualquier caso, la situación del portero deberá ir variando dependiendo de las circunstancias, de donde se encuentre el balón y por tanto, de la colocación defensiva de sus compañeros de equipo.

La enseñanza de la ubicación espacial será un proceso dinámico, pues variará su colocación dependiendo de su altura y su salto.

Algunos ejercicios que podemos utilizar, ya clásicos, para la iniciación, son los siguientes:

1. Con una goma elástica, a la cintura del delantero, y atada a los postes, se va moviendo éste, y el portero ha de ir moviéndose buscando la bisectriz de dicho ángulo.
2. La progresión, en sus distintas facetas del anterior ejercicio (sin balón, con balón, más estático, más dinámico), deriva en el siguiente ejercicio: ya sin cinta y con balón, en una situación más real.
3. El siguiente sería con la aparición de otros compañeros que muevan más ángulos en torno a la portería, primero sin pasarse el balón, para luego llegar incluso, en la progresión, normal y de menos a más dificultad, (más analítico a más global), a poder pasarse libremente y tirar cuando el portero se encuentre mal situado.
4. Serían situaciones lo más reales posibles, incluyendo también defensores, para incrementar las exigencias perceptivas.

Reiterando, hemos de defender que el aprendizaje del portero (y de cualquier otra posición) ha de hacerse en las situaciones más reales y globales posibles, debido a la necesidad de mantener un elevado nivel de motivación en niños que estén metiéndose en el deporte, de tal manera que hemos de hacer lo posible para que su gusto por esta práctica, se incremente.

La influencia reglamentaria sobre la técnica y la táctica del portero

Las últimas modificaciones reglamentarias han convertido al portero en un jugador de campo más, con exigencias técnicas muy similares a las que pueda tener un central. Nos referimos a la imposibilidad de coger el balón -cesión- a pase de un compañero.

Este hecho ha dado mayor dinamismo al fútbol, y ha traído muchos problemas a porteros que no controlan demasiado, demostrándose que otros lo hacen de manera sustancialmente adecuada. Sin embargo, al igual que sucede con un defensor, la técnica con el pie de un portero, ha de ser suficiente para poder responder a las exigencias de un partido, pero entendiendo que la posición y las limitaciones en el trabajo, no tienen por qué ir demasiado lejos.

Por todo ello parece conveniente que los porteros, en cualquier etapa, han de jugar en posiciones de campo, realizando acciones con el pie, de tal forma que vayan adquiriendo un buen control del balón.

En cualquier deporte colectivo, parece conveniente que cualquier jugador pase por cualquier posición, para evitar la especialización temprana. En el fútbol también ha de ser así, sin embargo, hemos de entender que el entrenamiento del portero debe comenzar pronto, pero alternando con otras posiciones.

Por otro lado, parece interesante que los porteros, jueguen como jugadores, para encarar a portería y "ver" lo que los delanteros pueden "ver" cuando se acercan a la portería. Y por su parte, es interesante que los delanteros jueguen de portero, de vez en cuando, para trabajar la percepción de las posibles limitaciones del delantero.

Conclusiones

Conclusiones sobre la metodología de enseñanza.

- La motivación para los niños que comienzan su práctica deportiva es fundamental, y las situaciones globales y reales son lo más recomendable, para luego, en etapas posteriores, ir aumentando el trabajo específico.
- No encontramos mayores ventajas en la metodología global (comprensiva) que en la conservadora o analítica.
- Los porteros no han de ser olvidados, no están "locos" y no se ha de situar al jugador más alto o más torpe en el terreno de juego como tal, sino al que quiera ser portero.
- El proceso de enseñanza se divide en fases claramente diferenciadas, pero que se interrelacionan, basándose en la continuación unas sobre otras, de tal manera que lo que se "siembra" en una de ellas, se irá recogiendo en las subsiguientes.
- En las primeras fases el entrenador ha de actuar como educador y profesor que transforme el entrenamiento en una escuela de valores.

- El acondicionamiento físico, progresivamente, se va pasando de una preparación general hacia objetivos y formas de trabajo más específicos.
- La enseñanza táctica, se hace fundamental en las primeras edades, superando el trabajo técnico. Primero hay que entender qué hay que hacer, para luego darles las herramientas de cómo hacerlo. No obstante, hay que ir coordinando ambos aprendizajes.
- Desde las edades infantiles se ha de inculcar al portero la adecuada colocación, acompañado de aspectos fundamentales como el posicionamiento y distancia a la portería; y aspectos técnicos como el bloqueo y el despeje.
- Las nuevas tendencias reglamentarias exigen del portero un buen control del balón con el pié.
- En la iniciación todos los jugadores han de pasar por todas las posiciones.
- El portero es interesante que juegue como delantero, para comprobar las limitaciones de los delanteros y los defectos de los porteros
- El delantero deberá jugar también como portero, para tal fin.

Posibles campos de estudios

Estudio de los métodos de enseñanza de diferentes escuelas deportivas, comparando objetivamente los resultados de unos porteros con respecto a otros, mediante exámenes perceptivos, donde se ponga a prueba las capacidades adaptativas de unos y otros, en situaciones lo más reales posibles (dentro de la exigencia perceptiva de un partido de fútbol). Caso que encontrásemos un tipo de enseñanza totalmente analítico, lo cual cada vez es más raro.

Cabría esperar resultados mejores en aquellos jugadores con una enseñanza metodológica más global y comprensiva, aunque, en los más jóvenes, podamos encontrar mayores rendimientos técnicos en aquellos que han trabajado con el método analítico (como le sucede a un jugador de campo), pero a largo plazo, este tipo de enseñanza, implica unos conocimientos y adaptación a las diferentes situaciones que se puedan dar.


No obstante, sería un estudio muy a largo plazo, pero con resultados francamente interesantes, que no harían sino dar la razón a las nuevas tendencias comprensivas de enseñanza en los deportes colectivos de invasión.

Bibliografía

- ANTÓN Y COL (2000) *Alternativas y factores para la mejora del aprendizaje*. Ed. Gymnos. Madrid.
- ANTÓN, J.L. (1998). *Táctica general ofensiva*. Ed. Gymnos. Madrid.
- BAYER, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Ed. Hispano Europea. Barcelona.
- BONIZZONI, L & LEALI, G, (1995). *El portero, preparación física, técnica y táctica*. Ed. Gymnos. Madrid.
- BORZI, A.C. (1999) *Fútbol infantil: entrenamiento programado*. Ed. Stadium. Buenos Aires (Argentina).
- BRÜGGEMAN, D. Y ALBRECHT, D. (1996) *Entrenamiento moderno del fútbol*. Hispano Europea. Barcelona.
- COMESAÑA, H. (2001) El proceso del fútbol formativo. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 29 - Enero
- CONTRERAS, A. (1989). El departamento de E.F. y Deportes. En AA.VV. *Bases para una nueva E.F.* Cepid. Zaragoza.
- CONTRERAS, A. (1989b). El departamento de E.F. Criterios a seguir en la formación de colaboradores deportivos. En AA.VV. *Bases para una nueva E.F.* Cepid. Zaragoza.
- DÍAZ SUAREZ, A. (1995). La iniciación deportiva dentro del D.C.B. *Revista de E.F.* N° 58, pp. 27-33.
- GIMÉNEZ FUENTES-GUERRA, F.J & CASTILLO VIERA, E. (2001) La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 31 - Febrero.
- HERNANDEZ, J. (1994) *Análisis de las estructuras del juego deportivo*. INDE Barcelona.
- HERNANDO BARRIO, E. *Apuntes de Fundamentos de Fútbol (asignatura Fundamentos de deportes Colectivos)*. 2º CC. Del Deporte. Toledo. Curso Académico 2000-2001.
- LILLO, J. M. (2000) Consideraciones de aplicación al entrenamiento de la táctica. *Training Fútbol*. N° 47. Enero. Pp. 8-14. Valladolid.

- MARCET BONEL, R (1999) El entrenador como profesor: técnicas eficaces para enseñar. *Training Fútbol*. Nº 44. Octubre. Pp. 42-46.
- MORCILLO J.A. Y MORENO, R. (1999) Propuesta de estructuración y secuenciación de los medios técnico-tácticos y modelo de clasificación de las tareas de enseñanza en fútbol. *RED*, tomo XII, 3, 20-24.
- MORCILLO LOSA, J.A & MORENO DEL CASTILLO, R (2000) Fundamentos teórico-prácticos para la creación de situaciones de enseñanza-entrenamiento en fútbol. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - Nº 21 - Mayo
- RAMÓN MADIR, I. (2001). *El entrenamiento del portero e fútbol en el proceso evolutivo*. *Training Fútbol*. Nº 59. Enero. Pp. 28-39.
- RUIZ PÉREZ, L.M. (1987) *Desarrollo Motor y Actividades Físicas*. Ed. Gymnos. Madrid.
- RUIZ PÉREZ, L.M. (1994) *Deporte y aprendizaje*. Ed. Aprendizaje Visor. Madrid.
- SANS TORRELLES, A. FRATTAROLA ALCARAZ, C. y SAGRERA GONZÁLEZ, S. (2000). *La etapa de iniciación del joven futbolista*. *Training Fútbol*, 46. Diciembre. pp. 26-45.
- VIDAL BARBIER, M (1999). *La colocación del portero de fútbol*. *Training Fútbol*. Nº. 44. Octubre. Pp. 36-41.

Otros artículos sobre Fútbol

	http://www.efdeportes.com/ · FreeFind <input type="text"/> <input type="button" value="Buscar"/>
revista digital · Año 10 · Nº 70 Buenos Aires, Marzo 2004 © 1997-2004 Derechos reservados	