

MODELO DE JUEGO FÚTBOL FORMATIVO 6 A 8 AÑOS



Yaxel Ale de la Rosa
Danilo Charchabal Pérez

MODELO DE JUEGO FÚTBOL FORMATIVO 6 A 8 AÑOS

Yaxel Ale de la Rosa
**Instituto Tecnológico Compu Sur Condición De
Universitario, Ecuador**

Danilo Charchabal Pérez
Universidad de Guayaquil, Ecuador



**Sello Editorial FUNGADE
2025**

El libro “*Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 años*” es producto de investigación y de la experiencia de sus autores. Posee la aprobación del Comité editorial internacional de la RED GADE, adscrito al Sello Editorial FUNGADE, Colombia. Posee su certificación de originalidad. Es evaluado por pares investigadores internacionales.

FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE

Sello Editorial FUNGADE

<https://redgade.com/libros/>

Dirección: Calle 27a # 32-45. Barrio Villa

Andrea Corozal. Sucre. Colombia.

Email: presidenciaredgade@gmail.com

Editora: Ph.D. Yahlina Silveira Pérez.



©2025 Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 años. Yaxel Ale de la Rosa, Danilo Charchabal Pérez.

Autores.

Primera edición

Versión digital

ISBN: 978-628-96893-1-0

Sello editorial: Fundación de gestión administración deportiva y empresarial

(978-958-53041)

Colección: Deporte y sociedad.

Serie: GADE2025

Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 años. Yaxel Ale de la Rosa, Danilo Charchabal Pérez. Autores. 1^{ra} Edición. Digital- Corozal (Colombia). FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE, Sello Editorial FUNGADE, 2025. 116p. 24cm. ISBN: 978-628-96893-1-0

1. Deporte 2. Entrenamiento deportivo 3. Fútbol formativo. 4. Fútbol para entrenadores



COMITÉ EDITORIAL FUNGADE

Ph.D. Valentín Molina Moreno. Universidad de Granada. España.

Ph.D. Lisbet Guillén Pereira. RED GADE. Ecuador.

Ph.D. Gabriela De Roia. Universidad de Flores. Argentina

Ph.D. Pedro Sarmiento de Rebocho. Universidad de Oporto. Portugal

Ph.D. Javier Brazo Sayavera. Universidad de la Republica. Uruguay

Ph.D. Gilberto Javier Cabrera Trimiño. Universidad de Miami. Estados Unidos

Ph.D. Yilán Fung Boix. Universidad de Oriente. Cuba

Ph.D. Neston González Gámes. Universidad Autónoma. México

ÍNDICE

Prólogo	
CAPITULO I. MODELO DE JUEGO FUTBOL FORMATIVO 6 A 8 AÑOS	1
El Modelo de Juego constructivista en el futbol formativo 6 a 6 años	1
Modelo de juego dirigido al Entrenamiento Integral del deportista con un carácter constructivista	2
Fundamentos teóricos del Modelo de Juego formativo para el futbol categoría 6 a 8 años basado en el constructivismo	3
Metodología de Entrenamiento	
Estructura del modelo de juego formativo de futbol categoría 6 A 8 años	4
Estructura del Mesociclo Preparatorio	5
Pilares de la Preparación Física en la Categoría de 6 a 8 Años del Fútbol Infantil	6
Familiarización con las Habilidades Técnicas Básicas	8
CAPITULO II. EL ROL DE EQUIPO DE LOS JUGADORES	17
Ejemplo de Roles por Posición	18
Los Jugadores Juegan en un Rol de Ataque y Defensa Individual: Análisis y Estrategias	19
Rol de Defensa Individual	19
Estrategias para Desarrollar Habilidades Individuales de Ataque y Defensa	20
Importancia del Equilibrio entre Ataque y Defensa en Grupo	22
El Ataque Ofensivo en el Fútbol Infantil: Categoría 6 a 8 Años	25
La Importancia de la Marca Personal en el Fútbol Infantil	28
Reglas esenciales para jugar contra la marca personal	36
CAPITULO III. PLANIFICACION DEL MODELO JUEGO FORMATIVO PARA NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS PROGRAMA DE ENSEÑANZA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CATEGORIA INFANTIL. 5 A 8 AÑOS.	38
Los objetivos en la etapa de 6 a 8 años	39
Estructura del Plan Anual Basado en Cuatro Etapas para Deportistas hasta 8 Años	41
El entrenamiento aeróbico	43
Entrenamiento a ritmo controlado anaeróbico láctico en el fútbol infantil: Una guía completa	45
Adaptabilidad Funcional en el Fútbol Infantil	48
Etapas: Formación Multilateral en Fútbol Infantil	50
CAPITULO IV. PERIODIZACIÓN DEL MODELO DE JUEGO FORMATIVO.CATEGORÍA 6 A 8 AÑOS	73
Consideraciones Adicionales	74
Ejemplo de una Tabla de Evaluación Anual	75
PLANIFICACION DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TRIMESTRAL 5 A 8 AÑOS	77
MACROCICLO DE ENTRENAMIENTO	78
ETAPA INICIACION: ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES DEL 1RE TRIMESTRE	79
ETAPA DESARROLLO: ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES CATEGORIA 7 A 8 AÑOS	93
REFERENCIAS	97
EVALUACIÓN POR PARES	100
CERTIFICADO DE ORIGINALIDAD	106
SOBRE LOS AUTORES	107

Prólogo

El Fútbol es más que un simple deporte; es una pasión que une a personas de todas las edades, culturas y nacionalidades. Desde los campos de tierra en comunidades rurales hasta los estadios llenos de aficionados, el fútbol tiene el poder de inspirar, educar y transformar vidas. En este contexto, el desarrollo de los niños en el fútbol formativo se convierte en una tarea esencial no solo para formar futuros atletas, sino también para cultivar valores fundamentales que perdurarán a lo largo de sus vidas.

El libro "Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 Años" se presenta como una guía integral para entrenadores, educadores y padres que buscan introducir a los más pequeños en el mundo del fútbol de manera efectiva y enriquecedora. Este enfoque formativo es crucial, ya que los primeros años de práctica deportiva son determinantes en la formación de habilidades, actitudes y comportamientos que influirán en el desarrollo personal y social de los niños.

La infancia es una etapa crítica en el desarrollo humano. Durante estos años, los niños no solo están en proceso de adquirir habilidades físicas, sino que también están formando su identidad, aprendiendo a interactuar con los demás y desarrollando su capacidad para tomar decisiones. El fútbol, con su dinámica de equipo y su naturaleza competitiva, proporciona un entorno ideal para que los niños aprendan a trabajar juntos, a comunicarse y a resolver conflictos.

El Fútbol fomenta el desarrollo físico, mejorando la coordinación, la agilidad y la resistencia. Sin embargo, más allá de los beneficios físicos, el deporte también enseña lecciones de vida. A través de la práctica del fútbol, los niños aprenden sobre la importancia del compromiso, la perseverancia y el respeto hacia los demás. Estas lecciones son fundamentales para su desarrollo integral y los preparan para enfrentar los desafíos que encontrarán en su camino.

Los autores de este libro han comprendido la necesidad de un enfoque pedagógico que se adapte a las características y necesidades de los niños de 6 a 8 años. Este es un período en el que los niños son extremadamente receptivos al aprendizaje, pero también pueden ser fácilmente desmotivados si las actividades no son divertidas o accesibles. Por ello, el modelo de juego propuesto en este libro no solo se centra en la técnica, sino que también incorpora elementos lúdicos que capturan la atención de los niños y fomentan su interés por el deporte.

El libro presenta una variedad de ejercicios y actividades que no solo desarrollan habilidades técnicas, sino que también estimulan la creatividad y la toma de decisiones. Por ejemplo, las actividades diseñadas para mejorar el control del balón se combinan con juegos que requieren que los niños piensen estratégicamente sobre cómo moverse en el campo. Esta combinación de aprendizaje técnico y cognitivo es esencial para formar jugadores completos.

Uno de los aspectos más destacados de "Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 Años" es su compromiso con la inclusividad. En un mundo donde la diversidad es cada vez más valorada, es fundamental que el deporte refleje estos

principios. Los autores enfatizan la importancia de crear un ambiente donde todos los niños, independientemente de su habilidad, se sientan bienvenidos y valorados. Esto no solo mejora la experiencia de aprendizaje, sino que también contribuye a la construcción de una sociedad más justa y equitativa.

La inclusividad en el fútbol formativo implica adaptar las actividades para que todos los niños puedan participar y disfrutar del deporte. El libro ofrece estrategias para entrenadores que buscan fomentar la participación activa de todos los jugadores, asegurando que cada niño tenga la oportunidad de brillar en su propio estilo. Esta filosofía no solo beneficia a los niños, sino que también enriquece la experiencia del equipo en su conjunto.

El papel del entrenador en la formación de jóvenes futbolistas es crucial. No solo son responsables de enseñar las habilidades técnicas del juego, sino que también son modelos a seguir y mentores para los niños. En este libro, se ofrece una guía clara para entrenadores sobre cómo desarrollar su propia filosofía de entrenamiento, alineada con los principios del deporte formativo. Esto incluye la importancia de la comunicación efectiva, la creación de un ambiente positivo y el fomento de relaciones saludables entre los jugadores.

Los autores también abordan la necesidad de formación continua para los entrenadores. El mundo del deporte está en constante evolución, y es esencial que los entrenadores se mantengan actualizados sobre las mejores prácticas y metodologías. Este libro no solo sirve como una herramienta de referencia, sino que también invita a los entrenadores a reflexionar sobre su práctica y a buscar siempre la mejora.

Los beneficios de un enfoque formativo en el Fútbol van más allá de la infancia. Los valores y habilidades que los niños adquieren en el campo de juego tienen un impacto duradero en sus vidas. Aprender a trabajar en equipo, a superar la adversidad y a celebrar los logros de los demás son lecciones que los acompañarán en todas las áreas de su vida, desde la escuela hasta sus futuras carreras.

Además, el deporte puede ser un vehículo para la promoción de la salud física y mental. Fomentar la actividad física desde una edad temprana ayuda a establecer hábitos saludables que perduran en el tiempo. En un mundo donde la sedentaria y el sedentarismo son cada vez más comunes, el fútbol se presenta como una opción atractiva y efectiva para mantener a los niños activos y comprometidos.

Ph.D. Manuel De Jesús Cortina Núñez
Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

CAPITULO I

MODELO DE JUEGO FUTBOL FORMATIVO 6 A 8 AÑOS.

El Modelo de Juego constructivista en el futbol formativo 6 a 6 años.

El Modelo de juego formativo para el futbol categoría 6 a 8 años, constituye un elemento importante desde el punto de vista constructivista para la planificación



del programa de enseñanza deportiva en el futbol de iniciación. Este documento constituye un enfoque Integral para el desarrollo deportivo y educativo, se enmarca en un documento especial que describe los componentes y elementos técnicos tácticos, físicos y psicológicos esenciales de esta disciplina, sus objetivos y el tiempo dedicado a cada área de

entrenamiento. Está diseñado para abarcar aspectos técnicos, tácticos, físicos, teóricos y psicológicos, estableciendo una lógica para su avance progresivo. Además, presenta las indicaciones metodológicas de cada uno de los procesos del entrenamiento deportivo, que van a guiar todo el proceso que guía y direcciona su implementación efectiva.

Como elemento importante más allá de darle cumplimiento a los objetivos planificados , busca alcanzar metas, deportivas, y educativas , dando una relación efectiva entre lo instructivo y lo educativo en la formación de los practicantes de futbol en la etapa de iniciación deportiva, logrando así que, los objetivos educativos se logren a través de los objetivos instructivos, siendo vital la función del entrenador y que tenga las habilidades de sacar ese potencial educativo inherente a cada conocimiento científico, cultural y deportivo que se transmite a los deportistas.

El funcionamiento del Modelo de Juego para la formación de niños de 6 años, se inicia con una formación integral del deportista en cuestión, que conlleva una hoja de ruta que va a definir el contenido fundamental de esta disciplina y va describiendo la lógica para la mejora progresivo del programa, proporcionando un conjunto de indicaciones metodológicas que facilite su implementación efectiva, cuestión que va más allá de los objetivos instructivo y educativo logrando así alcanzar metas superiores.



El modelo de juego que se implementara es una herramienta clave para entrenadores y deportistas, ya que les permite, crear, planificar y ejecutar un entrenamiento más efectivo e integral, así como permite alcanzar los objetivos tanto instructivos como educativos que se proponen dentro del programa de

enseñanza para esta categoría de 5 a 8 años en el fútbol de iniciación deportiva, maximizando el potencial de desarrollo deportivo y personal de los deportistas.

Es necesario destacar que el Modelo de Juego que se propone para esta categoría tiene que adaptarse a las características y necesidades específicas de forma personalizada y grupal, donde el entrenador tiene un compromiso especial fundamentalmente en la personalización del modelo de juego y en la creación de un aprendizaje positivo y motivador. El fútbol en la categoría 6 a 8 años, transcurre en una etapa determinante en el desarrollo habilidades motoras, cognitivas y sociales de los niños. En este contexto, el Modelo de juego surge como una propuesta integración y se basa en los principios del constructivismo, una teoría pedagógica que enfatiza el aprendizaje activo y significativo, que va logrando en su desarrollo y en el comportamiento de los niños que sean capaces de descubrir y construir sus propios conocimientos a partir de experiencias y exploraciones, en el entrenamiento y en el juego.

El Modelo de Juego para la formación del fútbol en la categoría 6 a 8 años, se caracteriza por algunos elementos clave en su proceso integral:



Este modelo se *Centra en los niños*, siendo ellos los protagonistas del proceso de aprendizaje con su intervenciones, actuaciones, intereses, necesidades y ritmo en su desarrollo jugando un papel determinante el aprendizaje activo y vivencial, desarrollando las actividades diseñada como medio de participación voluntaria y sin presión externa, facilitándoles obtener nuevas experiencias, explorar y descubrir conceptos de forma significativa.

Entorno lúdico y motivador: La acción fundamental es la creación de un ambiente de juego que combina la diversión con el aprendizaje de los niños para

despertar en ellos la motivación por la práctica del fútbol y su necesidad de aprender para jugar.

Desarrollo integral: El modelo de juego que se propone no solo estará se enfocado en el desarrollo de habilidades futbolísticas, física y psicológica, sino que además tendrá una fortaleza en la formación de valores, la socialización y el desarrollo físico y cognitivo general, que permita no solo formar un gran deportista en su técnica y táctica, sino una persona con identidad y principios dentro y fuera del campo de fútbol.

Modelo de juego dirigido al Entrenamiento Integral del deportista con un carácter constructivista

Abarca las siguientes áreas:

Preparación Técnica física individual: Desarrollo de las habilidades físicas y futbolística, dominio del balón, control, pases, conducción, tiros, etc. Condición física, resistencia, coordinación, flexibilidad, etc.

Preparación psicológicos: Desarrollo de la autoestima, la motivación, la concentración, el trabajo en equipo, etc. Aspectos sociales: Integración social, respeto por las reglas y los compañeros, fair play, etc.

Táctica individual y colectiva: Posicionamiento, desplazamientos, creación de espacios, juego en equipo, etc.

Beneficios del Modelo de juego que se propone en primer lugar fomenta el aprendizaje significativo y duradero, lo cual garantiza la Motivación de los niños



a participar activamente en el entrenamiento, desarrollando habilidades futbolísticas y motrices de forma integral y promoviendo valores como el respeto, el trabajo en equipo y la deportividad, contribuyendo así, al desarrollo físico, cognitivo y social de los niños. El Modelo de juego formativo para la disciplina de fútbol en la categoría 6 a 8 años, ofrece una alternativa innovadora y efectiva para el entrenamiento en las categorías

infantiles. Este modelo, se basa en los principios del constructivismo, ya que promueve un aprendizaje significativo y duradero, garantizando la participación de los pequeños y contribuyendo a su desarrollo integral como personas y deportistas.

El Modelo de juego formativo para el fútbol categoría 6 a 8 años es un programa de entrenamiento integral, donde la base fundamental de su aprendizaje está en desarrollar los componentes de la preparación del deportista físico, técnico, táctico, psicológico y teórico en estrecha relación con el desarrollo de las habilidades del futbolista. En este contexto, el Modelo de juego constructivista emerge como una propuesta pedagógica innovadora que busca potenciar el aprendizaje significativo y autónomo de los pequeños futbolistas.

Fundamentos teóricos del Modelo de Juego formativo para el fútbol categoría 6 a 8 años basado en el constructivismo:

El Modelo Constructivista se basa en los principios del aprendizaje constructivista, donde el niño es el protagonista activo de su propio proceso de aprendizaje. El entrenador asume el rol de guía y facilitador, creando un ambiente de aprendizaje estimulante y desafiante que permita a los niños explorar, experimentar y construir su propio conocimiento futbolístico.

El programa de entrenamiento se divide en tres etapas fundamentales, cada una con sus propios objetivos y características:

Etapas 1: 6 a 8 años – Proceso de enseñanza: en esta etapa el niño inicia un momento crucial de descubrimiento de los elementos técnicos tales como el regate el pase, el tiro y la defensa y juegos, combinados con las habilidades motrices básicas.

Objetivo: Fomentar el amor por el fútbol y el desarrollo de las habilidades motrices básicas y dominio del balón.

Actividades: Juegos pre-deportivos, ejercicios de coordinación, dominio del balón con ambas piernas, familiarización con las reglas básicas del fútbol. personal máximo 3 vs 3. (2 en cancha y un portero).

Etapas 2: 7 a 8 años – Proceso de consolidación y enseñanza: Iniciación y razonamiento y descubrimiento del regate, el pase y el tiro vinculados con movimientos tácticos sencillos ofensivos y defensivos de grupo e individual y juego de control, juego, sin reglas, juegos defensa personal máximo 4vs4. 3 en cancha y un portero.

Objetivo: Perfeccionar las habilidades técnicas individuales y la iniciación en los aspectos tácticos del juego y dominio del balón.

Actividades: Ejercicios técnicos específicos de control, pase, conducción y remate, juegos reducidos con énfasis en la posesión y el trabajo en equipo, introducción a conceptos básicos de ataque y defensa.

Metodología de Entrenamiento:

El entrenamiento se basa en una metodología constructivista que utiliza los siguientes principios:

Aprendizaje por descubrimiento: Los niños exploran y experimentan de forma libre para construir su propio conocimiento.

Enfoque lúdico: El juego es el principal motor del aprendizaje, creando un ambiente divertido y motivador.

Enseñanza individualizada: Se considera el ritmo de aprendizaje de cada niño, adaptando las actividades y ejercicios a sus necesidades.

Aprendizaje significativo: Se relacionan los contenidos del entrenamiento con las experiencias y vivencias de los niños.

Reflexión y autoevaluación: Se promueve la reflexión sobre el propio aprendizaje y la autoevaluación del progreso.



El Modelo de juego formativo para el fútbol categoría 6 a 8 años ofrece un programa de entrenamiento divertido a través de una metodología constructivista, donde se fomentará el aprendizaje significativo, autónomo y motivador, preparando a los pequeños futbolistas para afrontar los retos del fútbol de alto rendimiento con una base sólida de habilidades, conocimientos y valores.

ESTRUCTURA DEL MODELO DE JUEGO FORMATIVO DE FÚTBOL CATEGORÍA 6 A 8 AÑOS.

Mesociclo Preparatorio en la Categoría Infantil de 6 a 8 Años:

El mesociclo preparatorio es una etapa crucial en el entrenamiento de fútbol para niños entre 5 y 8 años. Esta fase garantiza las bases físicas, técnicas y tácticas que permitirán a los pequeños jugadores avanzar en su desarrollo deportivo de manera sólida y progresiva.

Objetivos del Mesociclo Preparatorio:

El mesociclo preparatorio tiene como objetivos específicos su adaptación a las necesidades y capacidades de los niños en esta etapa de aprendizaje:

Desarrollar las cualidades físicas básicas: Se busca mejorar las capacidades físicas en cada uno de ellos, como es la resistencia, la velocidad, la coordinación, la flexibilidad y la fuerza a través de juegos coordinados con ejercicios técnicos lúdicos que fomenten el movimiento natural y la exploración del propio cuerpo.

Inculcar las habilidades técnicas básicas: Se trabaja los fundamentos técnicos con la meta de lograr el dominio del balón con ambas piernas, la conducción, el pase y el control, utilizando ejercicios de lo fácil a lo difícil y que estos sean sencillos y progresivos que faciliten a los niños practicantes familiarizarse con las técnicas del fútbol.

Introducir los principios tácticos básicos: Se trabaja en función de lograr la



comprensión de conceptos básicos del fútbol como la ubicación en el campo, el trabajo en equipo y la organización defensiva y ofensiva, a través de juegos reducidos y situaciones simplificadas que permitan la asimilación de estos principios.

Fomentar valores deportivos: Se inculca el respeto, la deportividad, el trabajo en equipo y la sana competencia, creando un ambiente positivo y motivador que favorezca el

desarrollo integral de los niños.

Estructura del Mesociclo Preparatorio:

El mesociclo preparatorio generalmente tiene una duración de 4 a 6 semanas, y se compone de microciclos semanales que incluyen sesiones de entrenamiento de 3 veces por semana y un día de juego. Cada sesión de entrenamiento debe tener una duración de 70 minutos, e incluir los siguientes componentes:

Calentamiento: 5 a 10 minutos de juegos dinámicos y ejercicios de movilidad articular para preparar el cuerpo para el entrenamiento.

Parte principal: 50 a 60 minutos de actividades y ejercicios enfocados en los objetivos del mesociclo, utilizando juegos reducidos, circuitos de entrenamiento y situaciones simuladas de juego.

Vuelta a la calma: 3 minutos de estiramientos estáticos y ejercicios de respiración para favorecer la recuperación muscular.

Metodología de Entrenamiento:

El entrenamiento en la categoría 6 a 8 años se basa en una metodología lúdica y participativa que provoque la motivación y el disfrute de los niños por esta disciplina deportiva. Se desarrollan estas actividades por medio del juego y ejercicios y actividades que sean entretenidos y desafiantes para su edad y nivel de desarrollo, creando un ambiente positivo y seguro donde los practicantes se sientan cómodos para explorar, experimentar y cometer errores.

Ejemplo de Sesión de Entrenamiento:

Calentamiento: Juego de "El gato y el ratón" con el balón.

Parte principal:

Ejercicio 1: Circuito de estaciones con ejercicios de control del balón con ambas piernas (conducción, pases, tiros).

Ejercicio 2: Juego reducido 3 vs 3 con énfasis en el trabajo en equipo y la posesión del balón.

Vuelta a la calma: Estiramientos estáticos de las piernas y brazos, y ejercicios de respiración profunda.

Recomendaciones adicionales:

Individualizar el entrenamiento: Es importante adaptar las actividades y ejercicios al ritmo y nivel de cada niño, evitando sobrecargas y fomentando la progresión individual.

Utilizar material adecuado: El balón debe ser del tamaño y peso adecuados para la edad y la fuerza de los niños.

Hidratación y alimentación: Es importante que los niños se hidraten adecuadamente antes, durante y después del entrenamiento, y que lleven una alimentación saludable que les aporte la energía necesaria para su desarrollo físico.

Comunicación con los padres: La comunicación con los padres juega un papel determinante, esta debe ser fluida para informar cómo va el avance de su hijo en el entrenamiento, brindándoles recomendaciones y tareas clave para su aprendizaje. El mesociclo preparatorio en esta categoría, es determinante para sentar las bases del desarrollo deportivo de los niños entre 6 y 8 años. A través de un entrenamiento lúdico, participativo y adaptado a su edad y nivel, potenciando sus cualidades físicas, técnicas y tácticas, fomentando valores deportivos y creando un ambiente positivo que les facilite el disfrute del fútbol mientras aprenden y se desarrollan como jugadores.



Pilares de la Preparación Física en la Categoría de 6 a 8 Años del Fútbol Infantil

La preparación física en la categoría de fútbol (6 a 8 años) es un arma fundamental para su desarrollo multilateral, lo cual va a permitir un crecimiento armonioso y sentarán las bases para un futuro rendimiento deportivo óptimo. A continuación, se detallan los pilares fundamentales de la preparación física en esta categoría:

Desarrollo de las Cualidades Físicas Básicas:

En esta etapa, el enfoque se centra en el desarrollo de las cualidades físicas básicas como la resistencia, la velocidad, la coordinación, la flexibilidad y la fuerza, utilizando métodos lúdicos y adaptados a la edad de los niños.

Resistencia: La resistencia aeróbica es necesario desarrollarla como medio de base para desarrollar las actividades técnicas la misma se ejecutarán a través de juegos de persecución, carreras cortas y actividades que impliquen movimiento constante.

Velocidad: Los ejercicios de coordinación neuromuscular y velocidad de reacción, utilizando juegos de relevos, sprints cortos y cambios de dirección.

Coordinación: Se desarrollan actividades que estimulen la coordinación fina y gruesa a través de juegos con balón, ejercicios de equilibrio y circuitos de habilidades.

Flexibilidad: Se realizan estiramientos dinámicos y estáticos para mejorar la amplitud de movimiento articular y prevenir lesiones.

Fuerza: Se introduce el trabajo de fuerza general a través de ejercicios con el propio peso corporal y juegos que impliquen movimientos explosivos.

Dominio del Balón y Habilidades Técnicas Básicas:

En este aspecto es necesario que los entrenadores entiendan la importancia de



desarrollar las habilidades básicas, del toque del balón. Se debe trabajar el control, la conducción, el pase y el tiro con ambas piernas, utilizando juegos y ejercicios progresivos que permitan a los niños familiarizarse con las técnicas básicas del fútbol.

Control: Se realizan ejercicios de control individual con el balón, utilizando diferentes partes del pie y superficies de contacto.

Conducción: Se practican ejercicios de conducción en línea recta, cambios de dirección y control del balón en movimiento.

Pase: Se trabaja la precisión y la técnica del pase corto, medio y largo, utilizando diferentes superficies de contacto y movimientos corporales.

Tiro: Se desarrollan ejercicios de tiro a puerta con diferentes técnicas (interior, exterior, empeine), buscando la precisión y la potencia.

Iniciación a los Principios Tácticos Básicos:

Según criterios de varios autores Bustinza (2021). Calderón et al. (2021). Carrillo et al. (2020). Palomino et al. (2016). En esta etapa se introduce de forma sencilla y practica los principios tácticos básicos del fútbol, como la ubicación en el campo, el trabajo en equipo, la organización defensiva y ofensiva, utilizando juegos reducidos y situaciones simplificadas de juego.

Ubicación en el campo: Se enseñan a los niños las posiciones básicas en el campo (defensa, mediocampo, ataque) y su función dentro del juego.

Trabajo en equipo: Se fomenta la cooperación, la comunicación y el juego colectivo a través de juegos reducidos y actividades que impliquen la colaboración entre compañeros.

Organización defensiva: Se introducen conceptos básicos de defensa posicional, marcaje y presión al balón, utilizando juegos reducidos con situaciones defensivas simplificadas.

Organización ofensiva: Se trabajan conceptos básicos de ataque como la creación de espacios, el desmarque y la finalización, utilizando juegos reducidos con situaciones ofensivas simplificadas.

Fomento de Valores Deportivos:

En estas edades es necesario y determinante para el futuro iniciar la formación de valores como el respeto, la deportividad, el trabajo en equipo, la sana



competencia y el disfrute por el juego, donde no prime el “ganar” como medio final, sino que se debe crear un ambiente positivo y seguro para que los practicantes se sientan valorados, independientemente de su nivel de habilidad.

Respeto: El respeto es vital en la formación de valores, dirigidos a sus compañeros de equipo, al contrario, a los árbitros, directivos, fanáticos entrenadores que facilite un ambiente de sana convivencia.

Deportividad: Se enseña a los niños a ganar y perder con respeto, reconociendo el esfuerzo de los

demás y aceptando los resultados del juego.

Trabajo en equipo: Se inculca la importancia del trabajo en equipo para lograr objetivos comunes, valorando la colaboración y el aporte de cada jugador.

Sana competencia: Se promueve una competencia sana y constructiva, donde el objetivo principal es el disfrute del juego y la mejora individual y colectiva.

Disfrute por el juego:

El juego es la base fundamental en estas edades, el aprendizaje a través de lo lúdico, conlleva al disfrute del fútbol como una actividad recreativa y formativa, donde puedan aprender, desarrollar sus habilidades y compartir con sus compañeros.

La preparación física en la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años) debe ser integral y abarcar el desarrollo de las cualidades físicas básicas, las habilidades técnicas, la iniciación a los principios tácticos y el fomento de valores deportivos. Es importante utilizar una metodología lúdica y participativa que. En la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años), los fundamentos técnicos son muy importante, los factores técnicos, tácticos, físicos, psicológicos y teóricos, se sientan las bases que permitirán un dominio progresivo del balón y sentarán las bases para un futuro rendimiento deportivo óptimo.

Familiarización con las Habilidades Técnicas Básicas:

A continuación, se detallan los pilares fundamentales de la preparación técnica en esta categoría:

Dominio Básico del Balón:

El enfoque principal en esta etapa debe ser el dominio básico del balón, utilizando juegos y ejercicios progresivos que permitan a los niños familiarizarse con las diferentes partes del cuerpo que se utilizan para controlar, conducir, pasar y tirar el balón.

Control: Se realizan ejercicios de control individual con el balón, utilizando diferentes partes del pie (interior, exterior, empeine) y superficies de contacto (planta, talón).

Conducción: Se practican ejercicios de conducción en línea recta, con cambios de dirección y control del balón en movimiento, utilizando ambas piernas.

Pase: Se trabaja la precisión y la técnica del pase corto, medio y largo, utilizando diferentes superficies de contacto y movimientos corporales.



Tiro: Se desarrollan ejercicios de tiro a puerta con diferentes técnicas (interior, exterior, empeine), buscando la precisión y la potencia.

Las habilidades técnicas básicas del fútbol, como la conducción con diferentes partes del pie, el pase raso y elevado, el control orientado y el tiro a puerta con diferentes técnicas, son elementos permanente en cada

clase, el juego 1vs 1, 2vs 2 y 3 vs 3, tanto en espacio reducido como en campo mas amplio, garantizan el aprendizaje y dominio técnico táctico de los niños practicantes, así como desarrollar ejercicios de contrataque, 1x0, 2x0 , 3x0, 2vs1 , 3vs2, los cuales garantizan que adquieran nuevos conocimientos, pero a su vez puedan construir su propio conocimiento y actuar con mas amplitud y seguridad en el juego.

Conducción con diferentes partes del pie: Se practican ejercicios de conducción utilizando el interior, exterior y empeine del pie, tanto en línea recta como con cambios de dirección.

Pase raso y elevado: Se trabajan ejercicios de pase corto y largo, utilizando diferentes superficies de contacto y movimientos corporales, buscando la precisión y la dirección del pase.

Control orientado: Se realizan ejercicios de control del balón con la intención de orientarlo hacia un objetivo específico, utilizando diferentes partes del pie y superficies de contacto.

Tiro a puerta con diferentes técnicas: Se desarrollan ejercicios de tiro a puerta utilizando el interior, exterior y empeine del pie, buscando la precisión y la potencia en diferentes situaciones de juego.

Práctica en Situaciones de Juego Simples:

La práctica de situaciones de juegos simples, son de vital importancia para el desarrollo de las habilidades técnicas, como juegos reducidos con pocas reglas y espacios reducidos, facilitando así el aprendizaje de los fundamentos técnicos aprendidos en un contexto más cercano al juego real.

Juegos reducidos: Se organizan juegos reducidos con 2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4 jugadores, utilizando un espacio reducido y pocas reglas básicas, se crean situaciones de juego simplificadas donde los practicantes puedan aplicar su triangulación, conducción con cambio de dirección y tiro a puerta en diferentes situaciones.

Enfoque Lúdico y Motivador:

El aspecto lúdico y motivador debe ser el arma psicológica que emplee el entrenador con todos sus jugadores, estimulándolos constantemente en la medida que van aprendiendo las técnicas y la apliquen en los entrenamientos y juegos respectivamente,

La enseñanza de las habilidades técnicas se realizarán de forma lúdica y motivadora, utilizando juegos, actividades y ejercicios que sean divertidos y entretenidos para los niños, lo cual garantiza su interés por el aprendizaje y les facilitará disfrutar del proceso de desarrollo técnico.



Utilización de juegos: Se utilizan juegos como herramienta principal para la enseñanza de las habilidades técnicas, aprovechando su carácter lúdico y motivador.

Creatividad en las actividades: Los entrenadores deben estimular a sus futbolistas a construir y crear sus acciones de juego, no reprimir las iniciativas de los niños. Se diseñan actividades creativas y desafiantes que permitan a los niños explorar, experimentar y aprender de manera divertida.

Refuerzo positivo: Los refuerzos positivos son recursos para motivar a los niños y desarrollar su confianza en sí mismos, reconociendo sus esfuerzos y logros.

Evaluación y Retroalimentación Constante:

Las evaluaciones son clave en esta etapa de desarrollo, es necesario establecer los test para la categoría, así como aplicar cada determinado tiempo para conocer cómo va el avance del proceso de aprendizaje, realizando una evaluación y retroalimentación constante del progreso de los niños en el desarrollo de las habilidades técnicas. Esto facilitará identificar sus fortalezas y debilidades, y ajustar la enseñanza en consecuencia.

Observación y análisis: Se controla el desempeño de los niños en los juegos, ejercicios y actividades evaluando su dominio de las habilidades técnicas.

Retroalimentación constructiva: La retroalimentación debe ser constructiva y enfocada en sus logros, metas y áreas de mejora, donde esté presente un lenguaje positivo y motivador.

Adaptación de la enseñanza: la enseñanza se ajustará en función de la evaluación y retroalimentación, aplicando diferentes métodos, ejercicios y actividades para resolver sus necesidades individuales de cada niño. La preparación técnica en la categoría (5 a 8 años) será un proceso integral que garantice el dominio básico del balón, la familiarización con la pelota.

Combinando los Pilares de la Preparación Física y Técnica:

La combinación de los elementos técnicos con las cualidades físicas, es elemental en este proceso para los niños practicantes de fútbol, lo cual contribuirá al desarrollo de aprendizaje integral de los pequeños futbolistas, donde se diseñan actividades y ejercicios de forma tal que fomenten tanto el

desarrollo de las cualidades físicas básicas como el dominio de las habilidades técnicas.

Ejemplo de Sesión de Entrenamiento:

Calentamiento (10 minutos): Juegos dinámicos con el balón, ejercicios de



movilidad articular y estiramientos dinámicos.

Parte principal (40 minutos):

Ejercicio 1: Circuito de estaciones con ejercicios de control del balón con diferentes partes del pie (interior, exterior, empeine), conducción en línea recta y con cambios de dirección, y pase corto y largo.

Ejercicio 2: Juego reducido 3 vs 3 en un espacio reducido, con énfasis en el trabajo en equipo, la posesión del balón y la aplicación de las habilidades técnicas aprendidas.

Vuelta a la calma (10 minutos):

Estiramientos estáticos de las piernas y brazos, y ejercicios de respiración profunda.

Recomendaciones Adicionales:

Progresión gradual: La enseñanza de las habilidades físicas y técnicas debe ser progresiva, adaptándose al nivel de desarrollo y madurez de cada niño.

Variedad de actividades: Se debe utilizar una variedad de actividades, juegos y ejercicios para evitar la monotonía y mantener la motivación de los niños.

Entorno positivo: Es importante crear un ambiente positivo y seguro donde los niños se sientan cómodos para aprender, experimentar y cometer errores.

Comunicación con los padres: Es importante que los padres vean a sus hijos correr, saltar golpear el balón, defender con motivación, interés y sin cansancio, a través de la combinación de estos pilares de manera integral y utilizando una metodología lúdica y motivadora, facilitándoles el disfrutar del fútbol mientras aprenden, crecen y se preparan para alcanzar su máximo potencial.

Pilares de la Preparación Táctica en la Categoría de 6 a 8 Años del Fútbol

En esta categoría la preparación táctica estará dirigida a la introducción de conceptos básicos del juego que facilite a los niños practicantes iniciar a entender la dinámica y los principios fundamentales del fútbol, con un enfoque lúdico y divertido, realizando juegos reducidos y situaciones simplificadas para facilitar el aprendizaje.

Iniciación a los Principios Tácticos Básicos:

Ubicación en el campo: Los niños aprenderán las posiciones básicas en el campo (defensa, mediocampo, ataque) y su función dentro del juego.

Trabajo en equipo: La cooperación, la comunicación y el juego colectivo a través de juegos reducidos y actividades que impliquen la colaboración entre compañeros, será fundamental para el aprendizaje táctico.

Organización defensiva: Se inician los conceptos básicos para la formación defensiva posicional, marcaje y presión al balón individual, aplicando juegos reducidos con situaciones defensivas simplificadas.

Organización ofensiva: Se inician los conceptos básicos de ataque como la creación de espacios, el desmarque y la finalización, utilizando juegos reducidos con situaciones ofensivas simplificadas.

Utilización de Juegos Reducidos y Situaciones Simplificadas:

Los juegos reducidos son una herramienta determinante para el aprendizaje de los niños de los fundamentos tácticos, facilitando a los practicantes experimentar diferentes roles y responsabilidades dentro del juego, tomar decisiones tácticas y aplicar los principios aprendidos en un contexto más cercano al juego real.

Juegos reducidos: Se organizan juegos reducidos con 2vs2, 3 vs 3, 4 vs 4 jugadores, utilizando un espacio reducido y pocas reglas básicas.

Situaciones de juego simplificadas: Los juegos simplificados se aplicarán en los entrenamientos para que los practicantes puedan practicar los principios tácticos en un contexto más específico, como defensa posicional frente a un ataque 2vs1, 3vs2, creación de espacios y desmarques en ataque, o finalización en situaciones de uno contra uno.

Enfoque Lúdico y Motivador:

La enseñanza de la táctica constituye uno de los problemas fundamentales en esta categoría, donde se indican procesos que el niño debe razonar y proyectar, debe realizarse de forma lúdica y motivadora, utilizando juegos, actividades y ejercicios que sean divertidos y entretenidos para los niños, posibilitando así, su interés por el aprendizaje y les permitirá disfrutar del proceso de desarrollo táctico.

Utilización de juegos: Se utilizan juegos como herramienta principal para la enseñanza de la táctica, aprovechando su carácter lúdico y motivador.

Creatividad en las actividades: Las actividades diseñadas deben ser creativas y desafiantes que permitan a los pequeños explorar, experimentar y aprender de manera divertida.

Refuerzo positivo: El refuerzo positivo para motivar a los niños y fomentar su confianza en sí mismos, es vital en cada entrenamiento, lo cual permite reconocer sus esfuerzos y logros.

Priorización de la Comprensión sobre la Ejecución:

En esta etapa, es más importante que los niños comprendan los principios tácticos básicos que la ejecución perfecta de los mismos. Se debe permitir que experimenten, cometan errores y aprendan de ellos en un ambiente positivo y seguro.

Explicación clara y sencilla: Se explican los conceptos tácticos de manera clara y sencilla, utilizando un lenguaje adaptado a la edad de los niños.

Demostraciones visuales: Se utilizan demostraciones visuales y ejemplos prácticos para facilitar la comprensión de los conceptos tácticos.

Permitir la experimentación: Se permite que los niños experimenten diferentes situaciones de juego y tomen decisiones tácticas por sí mismos, incluso si cometen errores.

Evaluación y Retroalimentación Constante:

Es importante realizar una evaluación y retroalimentación constante del progreso de los niños en el desarrollo de la comprensión táctica. Esto permitirá identificar sus fortalezas y debilidades, y ajustar la enseñanza en consecuencia.



Observación y análisis: Se observa atentamente el desempeño de los niños en los juegos, ejercicios y actividades para evaluar su comprensión de los conceptos tácticos.

Retroalimentación constructiva: Se brinda retroalimentación constructiva a los niños, enfocándose en su comprensión de los conceptos y su aplicación en el juego, utilizando un lenguaje positivo y motivador.

Adaptación de la enseñanza: Se ajusta la enseñanza en función de la evaluación y retroalimentación, utilizando diferentes

métodos, juegos y actividades para atender a las necesidades individuales de cada niño.

La preparación táctica en la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años) debe ser un proceso lúdico, motivador y progresivo que permita a los niños comenzar a comprender los principios fundamentales del juego. Al utilizar juegos reducidos, situaciones simplificadas y un enfoque positivo, se puede fomentar el desarrollo de la inteligencia táctica de los pequeños futbolistas,

Pilares de la Preparación Teórica en la Categoría de 6 a 8 Años del Fútbol Infantil

En la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años), la preparación teórica no se refiere a la enseñanza de conceptos tácticos complejos, sino a la introducción de conocimientos básicos sobre el fútbol que ayuden a los niños a comprender mejor el juego y a desarrollar su interés por este deporte. A esta edad, el enfoque debe ser lúdico y divertido, utilizando juegos, actividades y recursos visuales para facilitar el aprendizaje.

Introducción a las Reglas Básicas del Fútbol:

Duración del partido: Se explica a los niños la duración de un partido de fútbol, dividido en dos tiempos de igual duración.

Sistema de puntuación: Se enseña a los niños cómo se gana un partido de fútbol, mediante la anotación de goles.

Faltas y sanciones: Se introducen las faltas más comunes en el fútbol y las sanciones que conllevan, como tiros libres y penales.

Fuera de juego: Se explica de forma sencilla el concepto de fuera de juego, utilizando ejemplos prácticos.

Conocimiento del Equipamiento y Terreno de Juego:

Partes del balón: Se enseña a los niños las diferentes partes del balón de fútbol, como la cubierta, la cámara de aire y el balón interior.

Terreno de juego: Se explica a los niños las dimensiones del terreno de juego, las líneas que lo delimitan y las áreas especiales, como el área de penal y el área chica.

Equipamiento del jugador: Se muestra a los niños el equipamiento básico de un jugador de fútbol, como la camiseta, el pantalón, las medias, las botas y las espinilleras.



Valores Deportivos y Fair Play:

Respeto: Se fomenta el respeto hacia los compañeros, rivales, árbitros y entrenadores, creando un ambiente de sana convivencia.

Deportividad: Se enseña a los niños a ganar y perder con respeto, reconociendo el esfuerzo de los demás y aceptando los resultados del juego.

Trabajo en equipo: Se inculca la importancia del trabajo en equipo

para lograr objetivos comunes, valorando la colaboración y el aporte de cada jugador.

Sana competencia: Se promueve una competencia sana y constructiva, donde el objetivo principal es el disfrute del juego y la mejora individual y colectiva.

Fair play: Se introduce el concepto de fair play, como la deportividad y el juego limpio en el fútbol.

Utilización de Recursos Lúdicos y Visuales:

Juegos: Se utilizan juegos como herramienta principal para la enseñanza de los conocimientos teóricos, aprovechando su carácter lúdico y motivador.

Actividades interactivas: Se diseñan actividades interactivas que permitan a los niños participar activamente en el aprendizaje.

Recursos visuales: Se utilizan recursos visuales como imágenes, vídeos y presentaciones para facilitar la comprensión de los conceptos.

Enfoque Positivo y Motivador:

La enseñanza de los conocimientos teóricos debe realizarse de forma positiva y motivadora, utilizando un lenguaje sencillo y adaptado a la edad de los niños. Se debe fomentar la participación activa de todos los niños y crear un ambiente de aprendizaje divertido y enriquecedor.

La preparación teórica en la categoría infantil de fútbol (5 a 8 años) debe ser un proceso lúdico, divertido y progresivo que permita a los niños comenzar a comprender los aspectos básicos del fútbol y a desarrollar su interés por este deporte. Al utilizar juegos, actividades interactivas, recursos visuales y un enfoque positivo, se puede fomentar el aprendizaje de los niños de manera significativa y motivante.

6 pilares de la Preparación Psicológica en la Categoría de 6 a 8 Años del Fútbol Infantil

En la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años), la preparación psicológica es fundamental para el desarrollo integral de los pequeños futbolistas. En esta etapa

crucial, se sientan las bases de la autoestima, la motivación, la concentración, la gestión emocional y la resiliencia, aspectos que serán determinantes para su futuro rendimiento deportivo y personal.

Fomentar la Autoestima y la Confianza en Sí Mismos:

Crear un ambiente positivo y seguro: Es fundamental crear un ambiente de entrenamiento y juego positivo y seguro donde los niños se sientan valorados, respetados y aceptados independientemente de su nivel de habilidad.

Refuerzo positivo: Se debe utilizar el refuerzo positivo para reconocer los logros y esfuerzos de los niños, tanto individuales como colectivos, utilizando un lenguaje positivo y motivador.

Evitar las críticas y comparaciones: Es importante evitar las críticas destructivas y las comparaciones con otros niños, ya que esto puede dañar la autoestima y la confianza en sí mismos.

Enfatizar el esfuerzo y la mejora: Se debe enfocar la atención en el esfuerzo que realizan los niños y en su progreso individual, en lugar de centrarse únicamente en el resultado final.



Desarrollar la Motivación Intrínseca:

Fomentar el amor por el fútbol: Se debe fomentar el amor por el fútbol como un juego divertido y apasionante, más allá de la búsqueda de resultados o la competición.

Permitir la exploración y el descubrimiento: Se debe permitir que los niños exploren el juego por sí mismos, descubran sus propias habilidades y disfruten del proceso de aprendizaje.

Establecer objetivos alcanzables: Se deben establecer objetivos alcanzables y personalizados para cada niño, teniendo en cuenta su nivel de desarrollo y sus intereses.

Celebrar los logros: Se deben celebrar los logros de los niños, tanto grandes como pequeños, para reforzar su motivación y aumentar su confianza en sí mismos.

Mejorar la Concentración y la Atención:

Juegos y actividades que fomenten la atención: Se deben utilizar juegos y actividades que fomenten la atención, la concentración y la memoria, como juegos de memoria, juegos de seguimiento visual y juegos de resolución de problemas.

Establecer rutinas y normas claras: Se deben establecer rutinas y normas claras en el entrenamiento y el juego, para ayudar a los niños a concentrarse y mantener la atención.

Evitar las distracciones: Se debe minimizar las distracciones durante el entrenamiento y el juego, como ruidos excesivos o elementos que puedan desviar la atención de los niños.

Practicar técnicas de relajación: Se pueden enseñar a los niños técnicas de relajación sencillas, como la respiración profunda o la meditación, para ayudarles a controlar la ansiedad y mejorar la concentración.

Desarrollar la Gestión Emocional y la Resiliencia:

Enseñar a identificar y expresar emociones: Se debe enseñar a los niños a identificar y expresar sus emociones de manera saludable, utilizando un lenguaje adecuado y fomentando la comunicación abierta.



Estrategias para afrontar la frustración y el fracaso: Se deben enseñar a los niños estrategias para afrontar la frustración y el fracaso de manera constructiva, como la reestructuración cognitiva, la búsqueda de soluciones y el aprendizaje del error.

Fomentar la perseverancia y la tenacidad: Se debe fomentar la perseverancia y la tenacidad en los niños, animándolos a seguir esforzándose a pesar de las dificultades y a no rendirse ante los obstáculos.

Desarrollar el sentido del humor: Se debe fomentar el sentido del humor en los niños, ya que puede ser una herramienta útil para afrontar situaciones difíciles y mantener una actitud positiva.

Promover el Trabajo en Equipo y la Cooperación:

Juegos y actividades cooperativas: Se deben utilizar juegos y actividades cooperativas que fomenten el trabajo en equipo, la colaboración y la comunicación entre los niños.

Establecer roles y responsabilidades: Se pueden establecer roles y responsabilidades dentro del equipo para que los niños aprendan a trabajar juntos y a aportar sus habilidades individuales al grupo.

Celebrar los logros colectivos: Se deben celebrar los logros colectivos del equipo, reforzando la importancia del trabajo en equipo y la colaboración para alcanzar objetivos comunes.

Promover el respeto y la empatía: Se debe fomentar el respeto y la empatía entre los compañeros de equipo, creando un ambiente de apoyo mutuo y compañerismo.

La preparación psicológica en la categoría infantil de fútbol (6 a 8 años) es un proceso fundamental que debe ser abordado de manera integral y sistemática. Al fomentar la autoestima, la motivación, la concentración, la gestión emocional y social.

CAPITULO II

EL ROL DE EQUIPO DE LOS JUGADORES



Los Jugadores Juegan en un Rol de Equipo en Función de los 5 Pilares del Programa de Entrenamiento: Un Análisis Integrado por Posiciones

En el fútbol infantil, la formación de jugadores completos y versátiles es crucial para el desarrollo individual y colectivo. Los 5 pilares del programa de entrenamiento integral (preparación física, técnica, táctica, psicológica y teórica) deben considerarse en todas las posiciones de juego, adaptando el rol de cada jugador a las características y demandas específicas de cada puesto.

Preparación Física:

Base para todas las posiciones: La preparación física es fundamental para todas las posiciones, proporcionando a los jugadores la resistencia, la fuerza, la velocidad y la coordinación necesarias para un desempeño óptimo.

Diferencias por posición: Las demandas físicas varían según la posición. Los defensores requieren mayor fuerza y resistencia, mientras que los delanteros necesitan más velocidad y agilidad. Los mediocampistas deben combinar ambas cualidades.

Preparación Técnica:

Dominio básico del balón: El dominio del balón es esencial para todas las posiciones, permitiendo a los jugadores controlar, conducir, pasar y tirar con precisión.

Habilidades específicas por posición: Cada posición requiere habilidades técnicas específicas. Los defensores deben dominar el control y la interceptación, mientras que los delanteros necesitan habilidades de definición y finalización. Los mediocampistas deben ser versátiles en todas las habilidades técnicas.

Preparación Táctica:

Comprensión de los principios básicos: Todos los jugadores deben comprender los principios tácticos básicos como la ubicación en el campo, el trabajo en equipo, la organización defensiva y ofensiva.

Roles específicos por posición: Cada posición tiene roles tácticos específicos. Los defensores deben proteger su área y anticiparse a los ataques, mientras que los delanteros buscan espacios y crean oportunidades de gol. Los mediocampistas conectan ambas líneas y controlan el ritmo del juego.

Preparación Psicológica:

Aspectos psicológicos comunes: La preparación psicológica debe abordar aspectos como la autoestima, la motivación, la concentración, la gestión emocional y la resiliencia, importantes para todas las posiciones.



Enfoque por posición: Se pueden enfatizar algunos aspectos según la posición. Los defensores necesitan confianza y concentración, mientras que los delanteros requieren determinación y manejo de la presión. Los mediocampistas deben tener liderazgo y capacidad de adaptación.

Preparación Teórica:

Conocimiento básico del fútbol: Todos los jugadores deben tener un conocimiento básico del fútbol, incluyendo las reglas, el

equipamiento y los valores deportivos. Varios autores en sus estudios: Campillo et al. (2020). Bernal et al. (2018). Macias et al. (2021). plantearon que la

Profundización por posición: Se puede profundizar en aspectos específicos según la posición. Los defensores pueden estudiar estrategias defensivas, mientras que los delanteros aprenden sobre movimientos de ataque. Los mediocampistas deben comprender la dinámica del juego en general.

Los 5 pilares del programa de entrenamiento integral deben adaptarse a las diferentes posiciones de juego, formando jugadores completos y versátiles que comprendan su rol dentro del equipo y puedan contribuir al éxito colectivo. El enfoque debe ser progresivo, considerando la edad, el nivel de desarrollo y las características individuales de cada jugador.

Ejemplo de Roles por Posición:

Defensor:

Preparación física: Énfasis en la fuerza, resistencia y velocidad.

Preparación técnica: Dominio del control, la interceptación y el despeje.

Preparación táctica: Ubicación y marcaje, organización defensiva, anticipación y el desmarque

Preparación psicológica: Confianza, concentración, toma de decisiones rápidas.

Preparación teórica: Estrategias defensivas, fuera de juego, comunicación con el portero.

Delantero:

Preparación física: Énfasis en la velocidad, agilidad y potencia.

Preparación técnica: Dominio del control, la conducción, el pase y el tiro.

Preparación táctica: Desmarques, movimientos de ataque, finalización.

Preparación psicológica: Determinación, manejo de la presión, autoconfianza.

Preparación teórica: Movimientos de ataque, tácticas ofensivas, lectura del juego.

Mediocampista:

Preparación física: Equilibrio entre fuerza, resistencia y velocidad.

Preparación técnica: Dominio de todas las habilidades técnicas.

Preparación táctica: Control del juego, distribución del balón, conexión entre defensa y ataque.

Preparación psicológica: Liderazgo, capacidad de adaptación, inteligencia táctica.

Preparación teórica: Dinámica del juego, estrategias de ataque y defensa, lectura del juego.

Es importante recordar que este es solo un ejemplo, y que el rol específico de cada jugador puede variar según las características individuales, el estilo de juego

Los Jugadores Juegan en un Rol de Ataque y Defensa Individual: Análisis y Estrategias

En el fútbol infantil, el desarrollo de habilidades individuales tanto en ataque como en defensa es fundamental para la formación de jugadores completos y versátiles. Si bien el trabajo en equipo y la colaboración son aspectos esenciales, la capacidad de cada jugador para actuar de manera efectiva en situaciones de ataque y defensa individual es crucial para el éxito colectivo.

Rol de Ataque Individual:

Dominio del balón: El control, la conducción, el pase y el tiro son habilidades básicas que todo jugador debe dominar para poder atacar de manera individual.

Creatividad y toma de decisiones: En el ataque individual, es importante que los jugadores sean creativos y capaces de tomar

decisiones rápidas y precisas para superar a los defensores y generar oportunidades de gol.

Movimientos sin balón: Los desmarques, la búsqueda de espacios y la lectura del juego son aspectos clave para crear ventajas en el ataque individual y generar peligro en la portería rival.

Finalización: La definición y la precisión en el tiro son fundamentales para concretar las jugadas de ataque individual y marcar goles.

Rol de Defensa Individual:

Ubicación y marcaje: Un buen defensor individual debe saber posicionarse correctamente en el campo y marcar a su oponente de manera efectiva, anticipando sus movimientos y evitando que reciba el balón en posiciones peligrosas.

Tackling y entradas: Saber realizar tackles y entradas limpias es importante para recuperar el balón y evitar que el ataque rival progrese.

Comunicación: La comunicación con los compañeros de equipo es fundamental para organizar la defensa individual y evitar desmarques o espacios libres que puedan ser aprovechados por el ataque rival.

Concentración y anticipación: Un buen defensor individual debe estar concentrado en todo momento y anticipar los movimientos del atacante para poder reaccionar de manera rápida y efectiva.



Estrategias para Desarrollar Habilidades Individuales de Ataque y Defensa:

Juegos y ejercicios específicos: Existen numerosos juegos y ejercicios que pueden utilizarse para desarrollar las habilidades individuales de ataque y



defensa, como juegos de uno contra uno, conducción con oposición, desmarques y finalización, marcaje y tackles.

Competiciones individuales: Las competiciones individuales pueden ser una herramienta motivadora para que los jugadores se esfuercen por mejorar sus habilidades de ataque y defensa.

Retroalimentación y evaluación constante: Es importante proporcionar a los jugadores retroalimentación constante sobre su desempeño individual, tanto en ataque como en defensa, para que puedan identificar sus fortalezas y debilidades y trabajar en su mejora.

Énfasis en la diversión y el aprendizaje: El desarrollo de las habilidades individuales de ataque y defensa debe realizarse de forma divertida y motivante, creando un ambiente de aprendizaje positivo donde los jugadores se sientan cómodos para experimentar, cometer errores y progresar.

Importancia del Equilibrio entre Ataque y Defensa Individual:

Si bien es importante desarrollar las habilidades individuales de ataque y defensa, es fundamental que los jugadores también comprendan la importancia del trabajo en equipo y la colaboración en ambas fases del juego. Un buen jugador debe ser capaz de equilibrar sus habilidades individuales con las necesidades del equipo, tanto en ataque como en defensa.

El desarrollo de habilidades individuales de ataque y defensa es un aspecto crucial en la formación de jugadores completos y versátiles en el fútbol infantil. Mediante la implementación de estrategias adecuadas, como juegos específicos, competiciones individuales y retroalimentación constante, se puede fomentar el progreso de los jugadores en estas áreas, permitiéndoles alcanzar su máximo potencial tanto en ataque como en defensa. Es importante recordar que este desarrollo debe realizarse en un contexto de aprendizaje positivo y motivante, donde el trabajo en equipo y la colaboración también tengan un papel fundamental en el éxito colectivo.

Los Jugadores Juegan en un Rol de Ataque y Defensa en Grupo: Análisis y Estrategias

En el fútbol infantil, el concepto de "grupo" se refiere a la agrupación de jugadores que comparten roles y responsabilidades específicas dentro del campo de juego. A diferencia del "equipo", que engloba a todos los jugadores que participan en un partido, el "grupo" se enfoca en un conjunto más pequeño que trabaja en conjunto para lograr un objetivo común.

Rol de Ataque en Grupo:

- *Movimientos coordinados y desmarques:* Los jugadores dentro del grupo de ataque deben realizar movimientos coordinados y desmarques inteligentes para generar espacios libres, crear triangulaciones y progresivamente avanzar hacia la portería rival. Estos movimientos deben ser fluidos y adaptarse a la posición del balón y la ubicación de los defensores.
- *Pase y apoyo:* La comunicación, el pase preciso y el apoyo constante entre compañeros son esenciales para construir jugadas de ataque fluidas y peligrosas. El pase debe ser preciso, oportuno y dirigido hacia los espacios libres o zonas donde los compañeros puedan recibir el balón en ventaja.
- *Creatividad y combinaciones:* La creatividad y la capacidad para realizar combinaciones inesperadas pueden desequilibrar a la defensa rival y generar oportunidades de gol. Es importante que los jugadores dentro del grupo de ataque exploren diferentes opciones de pase, movimiento y finalización para sorprender a la defensa.
- **Finalización y definición:** La precisión en el pase final, la definición y la capacidad para aprovechar las oportunidades de gol son cruciales para concretar las jugadas de ataque en grupo y marcar goles. Los jugadores deben estar preparados para definir las jugadas con precisión y efectividad.



Rol de Defensa en Grupo:

- *Ubicación y organización defensiva:* Los jugadores dentro del grupo de defensa deben posicionarse correctamente en el campo y trabajar juntos para organizar una defensa sólida y compacta, anticipando los ataques rivales y cerrando los espacios libres. La ubicación debe ser flexible y adaptarse al movimiento del balón y la posición de los atacantes.
- *Marcaje zonal y personal:* Se pueden utilizar diferentes estrategias de marcaje, como el marcaje zonal o el marcaje personal, adaptándose al estilo de juego del rival y a las características de los propios jugadores. El marcaje debe ser agresivo pero controlado, evitando espacios libres y anticipando los movimientos de los atacantes.
- *Presión y recuperación del balón:* La presión coordinada y la capacidad para recuperar el balón rápidamente son importantes para interrumpir el juego del rival y retomar el control del mismo. La presión debe ser inteligente y oportuna, evitando faltas innecesarias y buscando recuperar el balón en zonas peligrosas para el rival.

- *Comunicación y coordinación:* La comunicación constante y la coordinación entre los jugadores defensivos son fundamentales para organizar la defensa, evitar desmarques y proteger la portería. La comunicación debe ser clara, precisa y oportuna, permitiendo ajustar la posición y la estrategia defensiva ante el avance del rival.

Estrategias para Desarrollar el Juego en Grupo de Ataque y Defensa:

- *Juegos y ejercicios específicos:* Existen numerosos juegos y ejercicios que pueden utilizarse para desarrollar el juego en grupo de ataque y defensa, como juegos de posesión en espacios reducidos, transiciones defensa-ataque con diferentes grupos de jugadores, defensa contra diferentes formaciones de ataque, etc.
- *Competiciones por grupos:* Las competiciones por grupos pueden ser una herramienta motivadora para que los jugadores trabajen juntos y se esfuercen por mejorar su juego colectivo. Estas competiciones pueden tener diferentes objetivos, como marcar más goles, recuperar más balones o mantener la portería invicta.
- *Énfasis en la comunicación y la colaboración:* Se debe fomentar la comunicación y la colaboración entre los jugadores dentro de cada grupo, tanto en los entrenamientos como en los partidos, para crear un grupo unido y efectivo. La comunicación debe ser fluida, constante y enfocada en el logro del objetivo común.
- *Análisis de videos y partidos:* El análisis de videos y partidos puede ayudar a los jugadores a identificar sus errores y áreas de mejora en el juego en grupo, tanto en ataque como en defensa. Este análisis debe ser realizado en conjunto con el entrenador, quien puede guiar a los jugadores en la identificación de soluciones y estrategias para mejorar su desempeño.

Importancia del Equilibrio entre Ataque y Defensa en Grupo:

Un equipo exitoso debe ser capaz de encontrar un equilibrio entre su juego de ataque y defensa en grupo. Si bien es importante ser creativo y generar oportunidades de gol, también es fundamental defender de manera organizada y efectiva para evitar que el rival marque. La clave está en trabajar en grupo y combinar las habilidades individuales de los jugadores para crear un sistema de juego equilibrado y completo.

Los Jugadores Juegan en un Rol de Ataque y Defensa en Equipos: Análisis y Estrategias

En el fútbol infantil, el trabajo en equipo y la colaboración son aspectos fundamentales para el éxito colectivo. Los jugadores deben aprender a desempeñar roles específicos tanto en ataque como en defensa, combinando sus habilidades individuales para crear un sistema de juego efectivo.

Rol de Ataque en Equipo:

- *Movimientos coordinados y desmarques:* Los jugadores deben realizar movimientos coordinados y desmarques inteligentes para crear espacios

libres, generar triangulaciones y progresivamente avanzar hacia la portería rival.

- *Pase y apoyo:* La comunicación, el pase preciso y el apoyo constante entre compañeros son esenciales para construir jugadas de ataque fluidas y peligrosas.
- *Creatividad y combinaciones:* La creatividad y la capacidad para realizar combinaciones inesperadas pueden desequilibrar a la defensa rival y generar oportunidades de gol.
- *Finalización y definición:* La precisión en el pase final, la definición y la capacidad para aprovechar las oportunidades de gol son cruciales para concretar las jugadas de ataque en equipo y marcar goles.

Rol de Defensa en Equipo:

- *Ubicación y organización defensiva:* Los jugadores deben posicionarse correctamente en el campo y trabajar juntos para organizar una defensa sólida y compacta, anticipando los ataques rivales y cerrando los espacios libres.
- *Marcaje zonal y personal:* Se pueden utilizar diferentes estrategias de marcaje, como el marcaje zonal o el marcaje personal, adaptándose al estilo de juego del rival y a las características de los propios jugadores.
- *Presión y recuperación del balón:* La presión coordinada y la capacidad para recuperar el balón rápidamente son importantes para interrumpir el juego del rival y retomar el control del mismo.
- *Comunicación y coordinación:* La comunicación constante y la coordinación entre los jugadores defensivos son fundamentales para organizar la defensa, evitar desmarques y proteger la portería.

Estrategias para Desarrollar el Juego en Equipo de Ataque y Defensa:

- *Juegos y ejercicios específicos:* Existen numerosos juegos y ejercicios que pueden utilizarse para desarrollar el juego en equipo de ataque y defensa, como juegos de posesión, transiciones defensa-ataque, ataque posicional, defensa contra diferentes formaciones, etc.
- *Competiciones por equipos:* Las competiciones por equipos pueden ser una herramienta motivadora para que los jugadores trabajen juntos y se esfuercen por mejorar su juego colectivo.
- *Énfasis en la comunicación y la colaboración:* Se debe fomentar la comunicación y la colaboración entre los jugadores, tanto en los entrenamientos como en los partidos, para crear un equipo unido y efectivo.
- *Análisis de videos y partidos:* El análisis de videos y partidos puede ayudar a los jugadores a identificar sus errores y áreas de mejora en el juego en equipo, tanto en ataque como en defensa.

Importancia del Equilibrio entre Ataque y Defensa en Equipo:

Un equipo exitoso debe ser capaz de encontrar un equilibrio entre su juego de ataque y defensa. Si bien es importante ser creativo y generar oportunidades de gol, también es fundamental defender de manera organizada y efectiva para

evitar que el rival marque. La clave está en trabajar en equipo y combinar las habilidades individuales de los jugadores para crear un sistema de juego equilibrado y completo.

Diferencias entre el Rol de Equipo y el Rol de Grupo:

Alcance:

- **Equipo:** El equipo engloba a todos los jugadores que participan en un partido, abarcando tanto a los jugadores que se encuentran en el campo como a los que están como suplentes. El equipo trabaja en conjunto para lograr un objetivo común, que es ganar el partido.
- **Grupo:** El grupo se refiere a una agrupación más pequeña de jugadores dentro del equipo que comparten roles y responsabilidades específicas. Un equipo puede estar formado por varios grupos, como el grupo de defensa, el grupo de ataque, el grupo de mediocampo, etc.

Enfoque:

- **Equipo:** El enfoque del equipo es más amplio y general, ya que busca el éxito colectivo del conjunto de jugadores. Se prioriza la coordinación y la colaboración entre todos los miembros del equipo para lograr un juego fluido y efectivo.
- **Grupo:** El grupo se enfoca en un conjunto más específico de jugadores que comparten roles y responsabilidades dentro de una fase del juego, como el ataque o la defensa. Se busca optimizar el desempeño del grupo en su área específica para contribuir al éxito general del equipo.

Estrategias:

- **Equipo:** Las estrategias del equipo se diseñan considerando las características y habilidades de todos los jugadores, buscando crear un sistema de juego equilibrado y completo que funcione en conjunto. Se toman en cuenta las fortalezas y debilidades individuales para potenciar el rendimiento colectivo.
- **Grupo:** Las estrategias del grupo se enfocan en las habilidades y responsabilidades específicas de los jugadores que lo conforman, ajustándose a la fase del juego que desempeñan (ataque o defensa). Se busca desarrollar estrategias que optimicen el trabajo del grupo dentro de su área específica.

Ejemplo:

En un partido de fútbol infantil, el equipo puede estar formado por un grupo de defensores, un grupo de mediocampistas y un grupo de delanteros. Cada grupo tiene sus propias responsabilidades y estrategias específicas:

- **Grupo de defensores:** Su objetivo principal es proteger la portería y evitar que el equipo rival marque goles. Para ello, se enfocan en la ubicación, el marcaje, la presión y la recuperación del balón.

- **Grupo de mediocampistas:** Su función es controlar el ritmo del juego, distribuir el balón y conectar al grupo de defensa con el grupo de ataque. Para ello, se enfocan en la posesión, el pase, el control y la creatividad.
- **Grupo de delanteros:** Su objetivo principal es marcar goles y aprovechar las oportunidades de ataque. Para ello, se enfocan en los desmarques, la finalización, la definición y el trabajo en equipo.

El desarrollo del juego en equipo de ataque y defensa es un aspecto crucial en la formación de equipos fuertes y competitivos en el fútbol infantil. Mediante la implementación de estrategias adecuadas, como juegos específicos, competiciones por equipos, análisis de videos y un fuerte énfasis en la comunicación y la colaboración, se puede fomentar el trabajo en equipo y la cohesión entre los jugadores, permitiéndoles alcanzar su máximo potencial como equipo y lograr el éxito colectivo.

El Ataque Ofensivo en el Fútbol Infantil: Categoría 6 a 8 Años



En la categoría infantil de fútbol de 6 a 8 años, el ataque ofensivo es un aspecto fundamental del juego que permite a los niños y niñas marcar goles y disfrutar de la experiencia deportiva. A través de la enseñanza de conceptos básicos y la aplicación de ejercicios lúdicos, se puede fomentar el desarrollo de habilidades individuales y colectivas que contribuyan al éxito del equipo en ataque.

1. Conceptos Básicos del Ataque Ofensivo: en los estudios de diferentes autores: Durán et al. (2022). Gamonales et al. (2021). Gallardo et al. (2019)., hemos podido detectar su forma e ideas de concebir los conceptos básicos del ataque ofensivo, donde destacan:

- **Dominio del balón:** El control del balón es la base del ataque ofensivo. Los niños y niñas deben aprender a controlar el balón con los pies en diferentes situaciones, como cuando reciben un pase, conducen el balón o realizan un tiro.
- **Conducción:** La conducción consiste en llevar el balón controlado mientras se avanza por el campo. Es importante que los niños y niñas aprendan a conducir el balón con diferentes partes del pie, cambiando de dirección y velocidad según la situación del juego.
- **Pase:** El pase es la forma de conectar con los compañeros y generar jugadas de ataque. Los niños deben aprender a realizar pases precisos y oportunos, tanto en distancias cortas como largas.

- **Tiro:** El tiro es la acción de finalizar una jugada de ataque con el objetivo de marcar un gol. Los niños deben aprender a tirar con diferentes partes del pie, ajustando la potencia y la dirección del balón según la posición del portero.

Ejercicios Lúdicos para Desarrollar el Ataque Ofensivo:

- **Juegos de control y conducción:** Estos juegos permiten a los niños y niñas practicar el control del balón y la conducción en diferentes situaciones. Por ejemplo, se pueden realizar juegos de conducción con obstáculos, juegos de control del balón en espacios reducidos o juegos de conducción con diferentes partes del pie.
- **Juegos de pase y recepción:** Estos juegos permiten a los niños y niñas practicar el pase y la recepción del balón en diferentes situaciones. Por ejemplo, se pueden realizar juegos de pases en parejas o en grupos pequeños, juegos de recepción de balón en movimiento o juegos de pases y recepción con diferentes partes del pie.
- **Juegos de tiro a puerta:** Estos juegos permiten a los niños y niñas practicar el tiro a puerta en diferentes situaciones. Por ejemplo, se pueden realizar juegos de tiro a puerta con diferentes partes del pie, juegos de tiro a puerta desde diferentes distancias o juegos de tiro a puerta con obstáculos.

Aspectos Importantes a Considerar:

- **Adaptación a la edad y nivel de desarrollo:** Los ejercicios y actividades deben adaptarse a la edad y al nivel de desarrollo de los niños y niñas. Es importante comenzar con ejercicios sencillos y progresivamente aumentar la complejidad a medida que avanzan en su aprendizaje.
- **Énfasis en la diversión:** El objetivo principal debe ser que los niños y niñas disfruten del juego y aprendan de forma natural. Es importante crear un ambiente divertido y motivador donde los pequeños futbolistas se sientan cómodos para experimentar y cometer errores.
- **Trabajo en equipo:** El ataque ofensivo es un trabajo de equipo. Es importante que los niños y niñas aprendan a colaborar entre sí, a comunicarse y a coordinarse para crear jugadas de ataque efectivas.
- **Fomentar la creatividad:** El ataque ofensivo también requiere creatividad. Es importante que los niños y niñas exploren diferentes posibilidades y se sientan libres de intentar nuevas jugadas y movimientos.
- **Juego:** máximo 3vs3.
- **Contrataque:** 1x0 2x0, 3x0, 2vs1, 3vs2,

El ataque ofensivo en el fútbol infantil de 5 a 8 años debe basarse en el desarrollo de habilidades individuales y colectivas a través de ejercicios lúdicos y divertidos. Es importante adaptar las actividades a la edad y nivel de desarrollo de los niños y niñas, fomentar el trabajo en equipo y la creatividad, y crear un ambiente positivo donde los pequeños futbolistas disfruten del juego y aprendan de forma natural.

Importancia del Trabajo Individual, en Parejas y Equipos en la Categoría Infantil de 6 a 8 Años

En la categoría infantil de fútbol de 6 a 8 años, el trabajo individual, en parejas y en equipos es fundamental para el desarrollo integral de los niños. A través de estas experiencias, los pequeños futbolistas aprenden habilidades motoras, cognitivas, sociales y emocionales que serán esenciales para su futuro rendimiento deportivo y personal.

Trabajo Individual:

- **Desarrollo de Habilidades Motoras:** El trabajo individual permite a los niños desarrollar habilidades motoras básicas como el control del balón, la conducción, el pase, el tiro y la coordinación. Estos movimientos básicos son esenciales para el dominio del balón y para la ejecución de las técnicas futbolísticas más complejas.
- **Autonomía e Iniciativa:** El trabajo individual fomenta la autonomía y la iniciativa en los niños, ya que les permite explorar sus propias habilidades y tomar decisiones individuales en el juego. Esto contribuye al desarrollo de la confianza en sí mismos y de la capacidad para resolver problemas de forma independiente.

Trabajo en Parejas:

- **Cooperación y Colaboración:** El trabajo en parejas introduce a los niños y niñas en los conceptos de cooperación y colaboración. Al trabajar juntos para realizar ejercicios o jugar pequeños partidos, aprenden a comunicarse, a coordinarse y a apoyarse mutuamente para lograr un objetivo común.
- **Trabajo en Equipo:** El trabajo en parejas sienta las bases para el trabajo en equipo, ya que les enseña a los niños a interactuar con otros compañeros y a compartir el espacio de juego. Esto les permite desarrollar habilidades sociales importantes como la empatía, la comunicación y el respeto por los demás.

Trabajo en Equipos:

- **Compañerismo y Sentido de Pertenencia:** El trabajo en equipos fomenta el compañerismo y el sentido de pertenencia a un grupo. Al jugar juntos en un equipo, los niños y niñas aprenden a trabajar juntos para alcanzar un objetivo común, lo que les permite desarrollar un fuerte sentido de identidad y de colaboración.
- **Competiciones Saludables:** A través del trabajo en equipos, los niños y niñas pueden participar en competiciones saludables que les enseñan sobre el valor del esfuerzo, la deportividad y el respeto por los rivales. Estas experiencias les permiten aprender a ganar y a perder con respeto, y a desarrollar una actitud positiva ante la competencia.

Enfoque Lúdico y Divertido:

Según Lazarus (2013). Es importante destacar que el trabajo individual, en parejas y en equipos debe realizarse siempre en un enfoque lúdico y divertido, adaptado a la edad y al nivel de desarrollo de los niños y niñas. El objetivo principal debe ser que los pequeños futbolistas disfruten del juego y aprendan de forma natural, sin presiones ni exigencias excesivas.

El trabajo individual, en parejas y en equipos es una parte fundamental del aprendizaje en la categoría infantil de fútbol de 6 a 8 años. A través de estas experiencias, los niños y niñas desarrollan habilidades motoras, cognitivas, sociales y emocionales que serán esenciales para su futuro rendimiento deportivo y personal. Es importante que el enfoque sea lúdico y divertido, para que los pequeños futbolistas disfruten del juego y aprendan de forma natural.



La Importancia de la Marca Personal en el Fútbol Infantil

Si bien el concepto de marca personal puede parecer algo complejo para la etapa del fútbol infantil, es importante comenzar a sentar las bases para que los niños desarrollen una imagen positiva de sí mismos como deportistas y como personas. En esta etapa, la marca personal se trata de **construir una identidad propia** dentro del fútbol, basada en sus valores, habilidades y personalidad.

Beneficios de la Marca Personal en el Fútbol Infantil:

- **Mayor Autoestima y Confianza:** Al trabajar en su marca personal, los niños desarrollan una mayor autoestima y confianza en sí mismos. Se reconocen como individuos únicos con fortalezas y habilidades propias, lo que les permite afrontar los retos del fútbol con mayor seguridad.
- **Motivación y Perseverancia:** Una marca personal sólida puede ser una fuente de motivación para los pequeños futbolistas. Al tener objetivos claros y una imagen positiva de sí mismos, estarán más motivados para esforzarse, entrenar y mejorar sus habilidades.
- **Desarrollo de Habilidades Sociales:** La marca personal también implica el desarrollo de habilidades sociales como la comunicación, la empatía y el trabajo en equipo. Al interactuar con otros jugadores, entrenadores y

público, los niños aprenderán a expresarse de manera efectiva, colaborar con los demás y construir relaciones positivas.

- **Preparación para el Futuro:** En el fútbol infantil, la marca personal no se trata de buscar fama o reconocimiento, sino de sentar las bases para el desarrollo personal y profesional de los niños y niñas. Las habilidades y valores que trabajen en esta etapa les serán útiles en el futuro, tanto dentro como fuera del deporte.

Cómo Fomentar la Marca Personal en el Fútbol Infantil:

- **Enfocarse en el Disfrute y la Diversión:** Lo más importante en el fútbol infantil es que los niños disfruten del juego y se diviertan. La marca personal debe ser un proceso natural y positivo que no genere presión ni estrés.
- **Desarrollar Habilidades Individuales:** Es importante que los niños y niñas trabajen en el desarrollo de sus habilidades individuales, como el control del balón, el pase, el tiro y el trabajo en equipo. Estas habilidades les permitirán sentirse seguros y confiados en el campo de juego.
- **Fomentar Valores Positivos:** El fútbol es una gran oportunidad para inculcar valores positivos en los niños y niñas, como el respeto, la responsabilidad, la deportividad y el trabajo en equipo. Estos valores son esenciales para la construcción de una marca personal sólida.
- **Celebrar los Logros:** Es importante reconocer y celebrar los logros de los niños, tanto individuales como colectivos. Esto les ayudará a sentirse orgullosos de sí mismos y a motivarlos a seguir esforzándose.
- **Permitir la Expresión Individual:** Es importante que los niños y niñas tengan la libertad de expresar su personalidad y estilo de juego dentro del fútbol. Esto les permitirá sentirse auténticos y cómodos con ellos mismos.

La marca personal en el fútbol infantil no se trata de buscar fama o reconocimiento, sino de sentar las bases para el desarrollo personal y profesional de los niños. Según Maya et al. (2013). Al trabajar en su marca personal, los pequeños futbolistas desarrollarán una mayor autoestima, confianza, motivación y habilidades sociales que les serán útiles tanto dentro como fuera del deporte. Es decir, lo más importante es que el proceso sea divertido, positivo y que les permita disfrutar al máximo de la experiencia del fútbol.

Marca Individual con y sin Ayuda en el Fútbol: Análisis y Estrategias

La marca individual es una técnica defensiva fundamental en el fútbol, que consiste en asignar un jugador defensor a un atacante específico para evitar que reciba el balón, controle el juego o genere oportunidades de gol. Esta técnica se puede aplicar de dos maneras: marca individual con ayuda y marca individual sin ayuda.

Marca Individual con Ayuda:

- **Definición:** La marca individual con ayuda implica que el defensor principal recibe apoyo de un compañero de equipo para controlar al

atacante asignado. Este apoyo puede provenir de un jugador cercano o de un cambio de marca en caso de que el atacante se desmarque.

- **Ventajas:**

- Mayor control sobre el atacante: Al tener la ayuda de un compañero, el defensor principal tiene más posibilidades de limitar la movilidad del atacante y evitar que reciba el balón en una posición favorable.
- Reducción de espacios libres: La marca con ayuda permite cerrar los espacios libres entre los defensores, lo que dificulta la circulación del balón y la creación de jugadas de ataque por parte del equipo rival.
- Mayor seguridad para el defensor principal: La presencia de un jugador de apoyo brinda mayor seguridad al defensor principal, ya que este puede contar con ayuda en caso de que el atacante lo supere o realice un movimiento inesperado.

- **Desventajas:**

- Mayor complejidad táctica: La marca con ayuda requiere una mayor coordinación y comunicación entre los defensores, ya que deben estar atentos a los movimientos del atacante y del jugador de apoyo para realizar los cambios de marca de manera efectiva.
- Posibilidad de desequilibrios defensivos: Si el cambio de marca no se realiza de manera correcta, el equipo defensor puede quedar desequilibrado y vulnerable ante un ataque rápido del rival.
- Menor libertad para el defensor principal: El defensor principal puede verse limitado en sus movimientos al tener que estar pendiente del jugador de apoyo, lo que puede dificultarle anticipar los movimientos del atacante.

Marca Individual sin Ayuda:

- **Definición:** La marca individual sin ayuda implica que el defensor principal es el único responsable de controlar al atacante asignado, sin recibir apoyo directo de un compañero de equipo.

- **Ventajas:**

- Mayor simplicidad táctica: La marca sin ayuda es más simple de implementar, ya que no requiere una coordinación compleja entre los defensores.
- Mayor libertad para el defensor principal: El defensor principal tiene mayor libertad de movimiento para anticipar los movimientos del atacante y realizar las acciones defensivas necesarias.
- Permite un marcaje más agresivo: Al no tener que estar pendiente de un jugador de apoyo, el defensor principal puede realizar un marcaje más agresivo sobre el atacante, lo que puede dificultarle la recepción del balón y la progresión en el juego.

- **Desventajas:**

- Menor control sobre el atacante: El defensor principal tiene una mayor responsabilidad para controlar al atacante, lo que puede ser más difícil si este es hábil y rápido.

- Mayor riesgo de desmarques: Si el defensor principal no está atento, el atacante puede desmarcarse y recibir el balón en una posición favorable para generar peligro.
- Mayor vulnerabilidad ante ataques rápidos: La marca sin ayuda puede dejar espacios libres en la defensa que pueden ser aprovechados por el equipo rival para realizar ataques rápidos.

Elección entre Marca Individual con y sin Ayuda:

La elección entre marca individual con y sin ayuda depende de diversos factores, como las características del equipo, el estilo de juego del rival, las condiciones del partido y las habilidades individuales de los defensores.

- **Equipo con defensores rápidos y anticipativos:** Un equipo con defensores rápidos y anticipativos puede optar por la marca individual sin ayuda, ya que estos jugadores tienen la capacidad de controlar al atacante por sí mismos.
- **Equipo con defensores menos experimentados:** Un equipo con defensores menos experimentados puede optar por la marca individual con ayuda, ya que esto les permite tener mayor seguridad y apoyo en la marca.
- **Rival con jugadores habilidosos y rápidos:** Si el rival tiene jugadores habilidosos y rápidos, puede ser necesario utilizar la marca individual con ayuda para controlarlos de manera efectiva.
- **Partido con espacios reducidos:** En un partido con espacios reducidos, la marca individual sin ayuda puede ser más efectiva, ya que permite cerrar los espacios libres y dificultar la circulación del balón.

La marca individual con y sin ayuda son dos técnicas defensivas que pueden ser utilizadas en el fútbol para controlar a los atacantes rivales. La elección entre una y otra depende de diversos factores, como las características del equipo, el estilo de juego del rival, las condiciones del partido y las habilidades individuales de los defensores. Lo importante es utilizar la técnica que mejor se adapte a las necesidades del equipo y a las circunstancias del juego.

Marca por Grupo con y sin Ayuda en el Fútbol: Análisis y Estrategias

La marca por grupo es una técnica defensiva en el fútbol que consiste en asignar a un grupo de defensores la responsabilidad de controlar a un grupo de atacantes específicos dentro de una zona determinada del campo. Esta técnica se puede aplicar de dos maneras: marca por grupo con ayuda y marca por grupo sin ayuda.

Marca por Grupo con Ayuda:

- **Definición:** La marca por grupo con ayuda implica que el grupo de defensores asignado a una zona del campo recibe apoyo de otros jugadores del equipo para controlar a los atacantes rivales. Este apoyo puede provenir de defensores de zonas cercanas o de cambios de marca en caso de que los atacantes se desmarquen.

- **Ventajas:**

- Mayor control sobre la zona: Al tener la ayuda de otros jugadores, el grupo de defensores tiene más posibilidades de limitar la movilidad de los atacantes y evitar que reciban el balón en una posición favorable dentro de la zona asignada.
- Reducción de espacios libres: La marca por grupo con ayuda permite cerrar los espacios libres entre los defensores dentro de cada zona, lo que dificulta la circulación del balón y la creación de jugadas de ataque por parte del equipo rival en esa zona específica.
- Mayor seguridad para el grupo de defensores: La presencia de jugadores de apoyo brinda mayor seguridad al grupo de defensores principal, ya que estos pueden contar con ayuda en caso de que los atacantes logren superar su marca o realicen movimientos inesperados dentro de la zona.

- **Desventajas:**

- Mayor complejidad táctica: La marca por grupo con ayuda requiere una mayor coordinación y comunicación entre los defensores, ya que deben estar atentos a los movimientos de los atacantes y de los jugadores de apoyo para realizar los cambios de marca de manera efectiva dentro de cada zona.
- Posibilidad de desequilibrios defensivos: Si los cambios de marca no se realizan de manera correcta, el equipo defensor puede quedar desequilibrado y vulnerable ante un ataque rápido del rival en otra zona del campo.
- Menor libertad para el grupo de defensores principal: El grupo de defensores principal puede verse limitado en sus movimientos al tener que estar pendiente de los jugadores de apoyo, lo que puede dificultarle anticipar los movimientos de los atacantes dentro de la zona asignada.

Marca por Grupo sin Ayuda:

- **Definición:** La marca por grupo sin ayuda implica que el grupo de defensores asignado a una zona del campo es el único responsable de controlar a los atacantes rivales dentro de esa zona, sin recibir apoyo directo de otros jugadores del equipo.

- **Ventajas:**

- Mayor simplicidad táctica: La marca por grupo sin ayuda es más simple de implementar, ya que no requiere una coordinación compleja entre los defensores dentro de cada zona.
- Mayor libertad para el grupo de defensores principal: El grupo de defensores principal tiene mayor libertad de movimiento para anticipar los movimientos de los atacantes y realizar las acciones defensivas necesarias dentro de su zona.
- Permite un marcaje más agresivo: Al no tener que estar pendiente de jugadores de apoyo, el grupo de defensores principal puede realizar un marcaje más agresivo sobre los atacantes dentro de su zona, lo que puede dificultarle la recepción del balón, el control del juego y la progresión en esa zona específica.

- **Desventajas:**

- Menor control sobre la zona: El grupo de defensores principal tiene una mayor responsabilidad para controlar a los atacantes dentro de su zona, lo que puede ser más difícil si estos son hábiles, rápidos y se mueven con inteligencia.
- Mayor riesgo de desmarques: Si el grupo de defensores principal no está atento, los atacantes pueden desmarcarse y recibir el balón en una posición favorable dentro de la zona, generando peligro para la portería.
- Mayor vulnerabilidad ante ataques rápidos: La marca por grupo sin ayuda puede dejar espacios libres en la defensa entre las diferentes zonas, que pueden ser aprovechados por el equipo rival para realizar ataques rápidos en zonas desprotegidas.

Elección entre Marca por Grupo con y sin Ayuda:

La elección entre marca por grupo con y sin ayuda depende de diversos factores, como las características del equipo, el estilo de juego del rival, las condiciones del partido y las habilidades individuales de los defensores.

- **Equipo con defensores rápidos y anticipativos:** Un equipo con defensores rápidos y anticipativos puede optar por la marca por grupo sin ayuda, ya que estos jugadores tienen la capacidad de controlar a los atacantes dentro de su zona por sí mismos.
- **Equipo con defensores menos experimentados:** Un equipo con defensores menos experimentados puede optar por la marca por grupo con ayuda, ya que esto les permite tener mayor seguridad y

Marca por Equipo con y sin Ayuda en el Fútbol: Análisis y Estrategias

La marca por equipo es una técnica defensiva en el fútbol que consiste en asignar a cada jugador del equipo la responsabilidad de marcar a un jugador específico del equipo rival. Esta técnica se puede aplicar de dos maneras: marca por equipo con ayuda y marca por equipo sin ayuda.

Marca por Equipo con Ayuda:

Definición: La marca por equipo con ayuda implica que cada jugador defensor tiene la responsabilidad principal de marcar a un jugador rival específico, pero también puede recibir apoyo de sus compañeros de equipo en caso de que el atacante lo supere o realice un movimiento inesperado.

Ventajas:

- **Mayor control sobre los atacantes:** Al tener la posibilidad de recibir ayuda de sus compañeros, cada defensor tiene más posibilidades de limitar la movilidad del atacante asignado y evitar que reciba el balón en una posición favorable.
- **Reducción de espacios libres:** La marca por equipo con ayuda permite cerrar los espacios libres entre los defensores, lo que dificulta la

circulación del balón y la creación de jugadas de ataque por parte del equipo rival.

- **Mayor seguridad para los defensores:** La presencia de jugadores de apoyo brinda mayor seguridad a cada defensor, ya que pueden contar con ayuda en caso de que los atacantes logren superar su marca o realicen movimientos inesperados.

Desventajas:

- **Mayor complejidad táctica:** La marca por equipo con ayuda requiere una mayor coordinación y comunicación entre los jugadores, ya que deben estar atentos a los movimientos de los atacantes y de sus compañeros de equipo para realizar los cambios de marca de manera efectiva.
- **Posibilidad de desequilibrios defensivos:** Si los cambios de marca no se realizan de manera correcta, el equipo defensor puede quedar desequilibrado y vulnerable ante un ataque rápido del rival.
- **Menor libertad para los defensores:** Cada defensor puede verse limitado en sus movimientos al tener que estar pendiente de los jugadores de apoyo y del atacante asignado, lo que puede dificultarle anticipar los movimientos del rival.

Marca por Equipo sin Ayuda:

Definición: La marca por equipo sin ayuda implica que cada jugador defensor tiene la responsabilidad única de marcar a un jugador rival específico, sin recibir apoyo directo de sus compañeros de equipo.

Ventajas:

- **Mayor simplicidad táctica:** La marca por equipo sin ayuda es más simple de implementar, ya que no requiere una coordinación compleja entre los jugadores.
- **Mayor libertad para los defensores:** Cada defensor tiene mayor libertad de movimiento para anticipar los movimientos del atacante asignado y realizar las acciones defensivas necesarias.
- **Permite un marcaje más agresivo:** Al no tener que estar pendiente de jugadores de apoyo, cada defensor puede realizar un marcaje más agresivo sobre el atacante asignado, lo que puede dificultarle la recepción del balón, el control del juego y la progresión en el campo.

Desventajas:

- **Menor control sobre los atacantes:** Cada defensor tiene una mayor responsabilidad para controlar al atacante asignado, lo que puede ser más difícil si este es hábil, rápido y se mueve con inteligencia.
- **Mayor riesgo de desmarques:** Si un defensor no está atento, el atacante asignado puede desmarcarse y recibir el balón en una posición favorable, generando peligro para la portería.
- **Mayor vulnerabilidad ante ataques rápidos:** La marca por equipo sin ayuda puede dejar espacios libres en la defensa entre los diferentes

jugadores, que pueden ser aprovechados por el equipo rival para realizar ataques rápidos en zonas desprotegidas.

Elección entre Marca por Equipo con y sin Ayuda:

La elección entre marca por equipo con y sin ayuda depende de diversos factores, como las características del equipo, el estilo de juego del rival, las condiciones del partido y las habilidades individuales de los jugadores.

- **Equipo con jugadores disciplinados y tácticamente sólidos:** Un equipo con jugadores disciplinados y tácticamente sólidos puede optar por la marca por equipo sin ayuda, ya que estos jugadores tienen la capacidad de mantener a sus marcadores directos controlados por sí mismos.
- **Equipo con jugadores menos experimentados:** Un equipo con jugadores menos experimentados puede optar por la marca por equipo con ayuda, ya que esto les permite tener mayor seguridad y apoyo en el marcaje.
- **Rival con jugadores habilidosos y rápidos:** Si el rival tiene jugadores habilidosos y rápidos, puede ser necesario utilizar la marca por equipo con ayuda para controlarlos de manera efectiva.
- **Partido con espacios reducidos:** En un partido con espacios reducidos, la marca por equipo sin ayuda puede ser más efectiva, ya que permite cerrar los espacios libres y dificultar la circulación del balón.

La marca por equipo con y sin ayuda son dos técnicas defensivas que pueden ser utilizadas en el fútbol para controlar a los jugadores del equipo rival.

Búsqueda de Espacio Temporal y Toma de Decisiones en el Fútbol Infantil (6-8 años)

Para la categoría infantil de 5 a 8 años, el entrenamiento de fútbol debe centrarse en la diversión, la introducción de habilidades básicas y el desarrollo cognitivo. En este sentido, la búsqueda del espacio temporal y la toma de decisiones se trabajan de manera diferente a las categorías superiores. Aquí te presento algunos consejos:

Búsqueda de Espacio Temporal:

- **Ejercicios Amplios:** En lugar de ejercicios rígidos y estructurados, utiliza juegos y actividades que fomenten la exploración del espacio libre. Por ejemplo, juegos de persecución con aros dispersos por el campo para que los niños los rodeen o los atraviesen.
- **Actividades Sensoriales:** Incorpora elementos que estimulen los sentidos como pelotas de diferentes texturas, conos de colores llamativos o aros sonoros. Esto ayudará a los niños a ser más conscientes de su entorno y su propio cuerpo en relación con el espacio.
- **Juegos de Reacción:** Utiliza juegos simples con estímulos sonoros o visuales para que los niños reaccionen y se muevan en diferentes direcciones. Esto les permitirá mejorar su coordinación y percepción espacial.

Toma de Decisiones:

- **Entorno Seguro:** Crea un ambiente lúdico y sin presiones. Evita las situaciones de competencia y céntrate en la participación y la alegría por el juego.
- **Elección Limitada:** Ofrece a los niños opciones sencillas para que tomen decisiones básicas. Por ejemplo, "¿quieres tirar a la portería roja o la azul?" o "¿prefieres pasar la pelota a tu compañero de derecha o izquierda?".
- **Refuerzo Positivo:** Independientemente de la decisión que tome el niño, brinda un refuerzo positivo por su participación e iniciativa. Esto fomentará su confianza y su deseo de seguir explorando y tomando decisiones.

Herramientas Adicionales:

- **Música:** Utiliza música alegre y dinámica para motivar a los niños y crear un ambiente divertido.
- **Narración:** Durante los juegos y actividades, puedes narrar lo que está sucediendo, usando palabras como "corre", "salta", "gira", etc. Esto ayudará a los niños a procesar la información espacial y auditiva.
- **Pequeños Grupos:** Trabaja con grupos reducidos de niños para brindar una atención más personalizada y facilitar la interacción entre ellos.

Recuerda, a esta edad, lo más importante es que los niños se diviertan y se sientan motivados a seguir jugando al fútbol. La búsqueda del espacio temporal y la toma de decisiones se desarrollarán progresivamente a medida que avancen en su aprendizaje.

Reglas esenciales para jugar contra la marca personal.

1. Saque de Puerta:

- Una vez que un equipo haya iniciado un ataque cruzando la línea media del campo, no puede retroceder la pelota a su propio campo. Si lo hace, el equipo contrario tendrá un saque de puerta desde cualquier punto de su área.

2. Marca Personal:

- El juego no se detiene en caso de marca personal. Cuando un jugador es marcado y pierde la posesión del balón por bote, un asistente rápidamente lo pasará a cualquier jugador del equipo contrario.

3. Faltas:

- El juego continúa tras una falta. El jugador que recibe la falta se levanta y el balón vuelve a estar en juego.

4. Defensa Individual:

- El entrenador utilizará un silbato para indicar cuándo se debe aplicar defensa individual, ya sea sin ayuda o con ayuda de un compañero.

5. Regla de los Seis Pases:

- Los equipos no pueden atacar directamente a portería hasta que hayan completado al menos 6 pases consecutivos dentro de su propio campo. Si intentan un tiro antes de cumplir con esta regla, perderán la posesión del balón y el equipo contrario tendrá un saque de puerta.

6. Excepción a la Regla de los Seis Pases:

- La Regla de los Seis Pases no se aplica en situaciones de contraataque con superioridad numérica.

CAPITULO III

PLANIFICACION DEL MODELO JUEGO FORMATIVO PARA NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS PROGRAMA DE ENSEÑANZA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CATEGORIA INFANTIL. 5 A 8 AÑOS.

Una planificación efectiva es el pilar fundamental en la formación de un futbolista. Al igual que un arquitecto diseña planos detallados antes de construir un edificio,



el entrenador debe diseñar un plan de entrenamiento personalizado para cada jugador. Este plan no solo establece los objetivos a alcanzar, sino que también define los pasos necesarios para lograrlos. Al adaptar el entrenamiento a las necesidades individuales de cada jugador, se fomenta su desarrollo integral y se maximiza su potencial. Además, la planificación permite evaluar constantemente el progreso y realizar los ajustes necesarios para garantizar que el jugador esté siempre motivado y comprometido con su desarrollo.

El periodo preparatorio es la fase inicial del entrenamiento deportivo y su duración puede variar según las características individuales de cada jugador. Durante esta etapa, se establecen las bases físicas y técnicas necesarias para alcanzar el máximo rendimiento. Comienza con un periodo de adaptación gradual, con actividades de baja intensidad y alta frecuencia, para luego evolucionar hacia un entrenamiento más específico y exigente. A través de un trabajo sistemático sobre la resistencia, la fuerza y la velocidad, se busca optimizar las capacidades físicas del jugador y prevenir lesiones. Es fundamental que el entrenamiento sea divertido y motivador, fomentando el gusto por el deporte y el trabajo en equipo.

1. **Evaluación inicial:** Se realizará una evaluación física completa para conocer el punto de partida de cada jugador y diseñar un plan de entrenamiento personalizado.
2. **Desarrollo de la resistencia:** Se iniciará un trabajo progresivo de resistencia aeróbica, combinando ejercicios físicos generales con actividades específicas de baloncesto para mejorar la condición física y la técnica.
3. **Fortalecimiento muscular:** Se realizarán ejercicios de fuerza utilizando el peso corporal y el trabajo en pareja, priorizando la seguridad y evitando sobrecargas.
4. **Potencia aeróbica:** Se incluirán ejercicios de potencia aeróbica, como tiros a media velocidad, para desarrollar la capacidad de realizar esfuerzos intensos y prolongados.

5. **Velocidad:** Se trabajará la velocidad de forma progresiva, combinando ejercicios físicos específicos con habilidades técnicas del baloncesto.

En el **periodo de preparación especial**, el entrenamiento se vuelve más específico y orientado a la competición. Los jugadores simularán situaciones de juego reales, lo que les permitirá afinar su técnica y desarrollar su capacidad de



tomar decisiones bajo presión. El entrenador jugará un papel fundamental en la corrección de errores y en la creación de un ambiente de aprendizaje positivo. El objetivo principal es preparar a los jugadores para competir al máximo

nivel, pero sin olvidar el desarrollo integral del jugador como persona.

Periodo competitivo. Aquí se establecen las competencias de control o de preparación. Se mantiene la forma deportiva alcanzada hasta el momento. Los trabajos físicos son mezclados con los trabajos técnicos (de la forma en que sea posible). Un aspecto clave que no podemos descuidar es que *aquí no es objetivo primordial exigir un resultado en los eventos competitivos* sino exigir resultados técnicos sobre la base de los avances adquiridos por los jugadores.

El programa de entrenamiento para niños practicantes de fútbol en la edad de 6 a 8 años es un camino hacia la excelencia. A través de un proceso cuidadosamente diseñado, los jugadores desarrollarán las habilidades físicas, técnicas y tácticas necesarias para alcanzar su máximo potencial. El entrenamiento se estructura en tres fases: la fase de base, donde se construyen los cimientos físicos; la fase de consolidación, donde se integran las habilidades técnicas y tácticas; y la fase de optimización, donde se refina el juego y se alcanza el máximo rendimiento. El objetivo final es formar jugadores completos, apasionados por el fútbol y capaces de disfrutar del juego a lo largo de toda su vida.

Los primeros años de práctica del fútbol son fundamentales para el desarrollo integral del niño. En esta etapa, el juego se convierte en una herramienta para aprender, socializar y divertirse. El entrenamiento se centra en la adquisición de habilidades básicas como el regate, el pase, los desmarque, y el tiro, pero también fomenta el desarrollo de valores como el trabajo en equipo y el respeto por los compañeros. A través de actividades lúdicas y desafiantes, los niños descubrirán el placer de jugar al fútbol y desarrollarán una pasión por este deporte.

Los objetivos en la etapa de 6 a 8 años, se busca:

- Desarrollar las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, coordinación) a través de una variedad de ejercicios.
- Introducir los fundamentos técnicos del baloncesto (bote, pase, tiro, etc.) de manera progresiva y adaptada a la edad.

- Fomentar la comprensión de los conceptos tácticos básicos (posición en la cancha, movimientos sin balón, etc.).
- Desarrollar habilidades sociales y valores como el respeto, la cooperación y la disciplina.

En la etapa de 6 a 8 años, el objetivo es despertar en los niños el amor por el baloncesto y sentar las bases para su desarrollo como deportistas. A través de actividades lúdicas y desafiantes, los niños aprenderán los fundamentos básicos del juego, desarrollarán habilidades físicas y sociales, y adquirirán valores como el respeto, la cooperación y el trabajo en equipo. El objetivo final es formar jugadores completos, capaces de disfrutar del fútbol y de alcanzar su máximo potencial.

Las principales tareas en esta etapa son:

- **Captación y agrupamiento:** Identificar a los niños con potencial para el baloncesto y formar grupos homogéneos según su edad y nivel.
- **Motivación intrínseca:** Crear un ambiente de aprendizaje divertido y desafiante para fomentar el interés a largo plazo.
- **Preparación física multilateral:** Desarrollar las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, coordinación) a través de una variedad de ejercicios.
- **Fundamentos técnicos:** Enseñar los gestos técnicos básicos del baloncesto (bote, pase, tiro, etc.) de manera progresiva y adaptada a la edad.
- **Adaptación al juego:** Familiarizar a los niños con las reglas y las situaciones de juego a través de partidos de entrenamiento.

Tiempo dedicado a la unidad de entrenamiento:

1. Calentamiento general y especial	10´
2. Preparación técnica	28´
3. Preparación táctica	7´
4. Técnica – físico-Juego	11´
5. Preparación física	21
6. Preparación psicológica	5
7. Total tiempo destinado	70´

El tiempo destinado para el calentamiento y la preparación psicológica, no se contemplan dentro del tiempo total de entrenamiento.

Distribución del tiempo total por la preparación del deportista

1. Preparación física	21%
2. Preparación técnica	40%
3. Técnico-físico-juego	15%
3. Preparación táctica	10%
4. Prep. teórica – psicológica	5%

Se propone un programa de entrenamiento de nueve meses que detalla día a día las actividades a realizar. Incluye planes para la técnica, la táctica, la preparación y el acondicionamiento físicos. Este programa es una guía flexible que los entrenadores pueden adaptar a las necesidades de cada grupo. Este programa de entrenamiento de nueve meses ofrece una hoja de ruta completa para el desarrollo de jóvenes futbolistas. Incluye planes detallados para cada

sesión, abarcando desde la técnica individual hasta la táctica colectiva. El programa es flexible y se puede adaptar a las necesidades específicas de cada grupo, permitiendo a los entrenadores crear un ambiente de aprendizaje divertido y motivador. Con esta guía, los entrenadores podrán desarrollar jugadores completos y apasionados por el fútbol.

El programa de entrenamiento ofrece una planificación exhaustiva de cada sesión, abarcando



aspectos como: número de clase, objetivos a alcanzar, contenidos técnicos y tácticos, preparación física específica, duración de los ejercicios, pruebas de rendimiento y metodología de enseñanza. Esta estructura permite a los entrenadores crear un ambiente de aprendizaje dinámico y motivador, donde los jugadores puedan desarrollar su potencial al máximo. El programa de entrenamiento ofrece una hoja de ruta personalizada para cada jugador, garantizando un desarrollo integral y progresivo. A través de evaluaciones periódicas, los entrenadores pueden ajustar el programa para maximizar el potencial de cada jugador, creando un ambiente de aprendizaje dinámico y motivador

Estructura del Plan Anual Basado en Cuatro Etapas para Deportistas hasta 8 Años

Introducción:

Este plan anual propone una estructura de cuatro etapas para el entrenamiento de deportistas de hasta 8 años, priorizando el desarrollo integral del atleta sobre los resultados competitivos. El objetivo es proporcionar una base sólida para el aprendizaje posterior de habilidades específicas y fomentar un amor por el deporte.

Fundamentos del Plan:

- **Desarrollo integral:** Se busca desarrollar no solo las habilidades deportivas específicas, sino también las capacidades físicas, cognitivas y sociales del atleta.
- **Experiencia de movimiento:** Se promueve una amplia variedad de actividades físicas para facilitar el aprendizaje posterior de habilidades más específicas.
- **Duración:** El plan abarca 42 semanas, lo que permite un desarrollo progresivo y constante.

Estructura del Plan en Cuatro Etapas:

1. **Etapla de enseñanza básica 1- (Semanas 1-12):**
 - **Objetivos:** Introducir los fundamentos básicos del deporte, desarrollar habilidades motrices generales y fomentar el gusto por la actividad física.
 - **Contenido:** Juegos y actividades lúdicas, circuitos de entrenamiento, ejercicios básicos de coordinación y equilibrio.
 - **Énfasis:** Diversión, participación y creación de un ambiente positivo.
2. **Etapla de consolidación de la enseñanza básica 1: (Semanas 13-24):**
 - **Objetivos:** Perfeccionar las habilidades básicas, introducir elementos técnicos más específicos del deporte y desarrollar capacidades físicas como fuerza, velocidad y resistencia.
 - **Contenido:** Juegos adaptados, circuitos de entrenamiento más complejos, ejercicios técnicos específicos.
 - **Énfasis:** Progresión en la dificultad de los ejercicios y mayor énfasis en la técnica.
3. **Etapla de Especialización de consolidación de la enseñanza básica 1: (Semanas 25-36):**
 - **Objetivos:** Profundizar en las habilidades específicas del deporte, desarrollar tácticas básicas y mejorar el rendimiento físico.
 - **Contenido:** Entrenamientos más estructurados, simulaciones de partidos, ejercicios de fuerza y potencia específicos.
 - **Énfasis:** Desarrollo de habilidades específicas y preparación para la competición.
4. **Etapla de Transición (Semanas 37-42):**
 - **Objetivos:** Consolidar los aprendizajes adquiridos, prevenir lesiones y preparar el cuerpo para la siguiente temporada.
 - **Contenido:** Juegos recreativos, actividades de relajación, ejercicios de mantenimiento físico.
 - **Énfasis:** Disfrute del deporte y descanso activo.

Consideraciones Adicionales:

- **Individualización:** Es importante adaptar el plan a las características individuales de cada niño, considerando su edad, nivel de desarrollo y preferencias.
- **Variabilidad:** Se recomienda variar los ejercicios y actividades para mantener la motivación y evitar la monotonía.
- **Colaboración:** Es fundamental la colaboración entre entrenadores, padres y otros profesionales involucrados en el desarrollo del niño.
- **Evaluación:** Se deben realizar evaluaciones periódicas para monitorear el progreso de los niños y ajustar el plan si es necesario.

Ejemplo de Tabla de Planificación Semanal:

Semana	Etapas	Objetivos	Contenido
1-4	Enseñanza básica 1	Introducción al Fútbol	Juegos con balón, circuitos de coordinación
13-24	Consolidación de la enseñanza básica 1	Desarrollo de habilidades básicas	Conducción, pase, tiro, desmarque, defensa individual
25-36	Especialización de la consolidación de la enseñanza básica 1	Especializar las habilidades básicas	Todas las anteriores + Juegos por espacio máximo 3vs3, rondo, circuitos,

Beneficios de este Plan:

- Desarrollo integral del niño.
- Fomento del amor por el deporte.
- Prevención de lesiones.
- Base sólida para el desarrollo posterior de habilidades específicas.

Este plan anual propone una estructura flexible y adaptable para el entrenamiento de niños de hasta 8 años, priorizando el desarrollo integral del atleta sobre los resultados competitivos. Al seguir este plan, los niños podrán desarrollar habilidades físicas, técnicas y sociales que les permitirán disfrutar del deporte y alcanzar su máximo potencial.

El entrenamiento aeróbico.

El ritmo de entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol: Una guía completa

El entrenamiento aeróbico regenerativo es un componente crucial para el éxito de cualquier futbolista. Implementado correctamente, este tipo de entrenamiento facilita una recuperación óptima, mejora el rendimiento y reduce el riesgo de lesiones. A continuación, se ofrece una explicación amplia y detallada del ritmo de entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol:

¿Qué es el entrenamiento aeróbico regenerativo?

El entrenamiento aeróbico regenerativo consiste en actividades de baja intensidad realizadas después de un esfuerzo físico intenso, como un partido o un entrenamiento exigente. Su objetivo principal es acelerar la recuperación del cuerpo y promover el bienestar general del jugador.

¿Por qué es importante el entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol?

Según Aedo y Muñoz, (2020). El fútbol es un deporte de gran exigencia física que demanda una alta capacidad aeróbica y muscular. Se entiende que, los

entrenamientos intensos provocan microlesiones en los músculos, generan fatiga y reducen las reservas de energía. El entrenamiento aeróbico regenerativo ayuda a:

- **Eliminar metabolitos de desecho:** Favorece la eliminación de ácido láctico y otros subproductos del metabolismo muscular, que causan dolor y fatiga muscular.
- **Mejorar la circulación sanguínea:** Aumenta el flujo sanguíneo hacia los músculos, lo que aporta oxígeno y nutrientes esenciales para la reparación y el crecimiento muscular.
- **Reducir la inflamación:** Disminuye la inflamación muscular, la cual puede provocar dolor y rigidez.
- **Promover la relajación mental:** Ayuda a reducir el estrés y la ansiedad, mejorando el estado mental y la concentración del jugador.

¿Cómo se realiza el entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol?

El entrenamiento aeróbico regenerativo debe ser de baja intensidad y adaptarse a las necesidades individuales de cada jugador. Se recomienda realizarlo dentro de las 24-48 horas posteriores a un esfuerzo intenso. Algunas actividades comunes para este tipo de entrenamiento incluyen:

- **Trote suave:** Trotar a un ritmo lento diferentes tipos de ejercicios técnicos físico durante 20-30 minutos.
- **Movimientos suaves:** Ejecutar ejercicios técnicos físicos a muy baja intensidad 13 a 120/p/m, en esta fase siempre es bueno trabajar el pensamiento táctico de los futbolistas o también generar trabajo técnico físico a ese nivel de esfuerzo para mejorar la técnica.

¿Cuál es el ritmo ideal para el entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol?

El ritmo ideal para el entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol se encuentra entre el 50% y el 60% del ritmo cardíaco máximo (FCmáx). Para calcular este rango, se puede utilizar la siguiente fórmula:

- **FCmáx:** $220 - (\text{edad en años})$
- **Ritmo para el entrenamiento regenerativo:** $(\text{FCmáx} \times 50\%) - (\text{FCmáx} \times 60\%)$

Ejemplo: Para un jugador de 25 años, el ritmo para el entrenamiento regenerativo sería:

- **FCmáx:** $220 - 25 = 195$
- **Ritmo para el entrenamiento regenerativo:** $(195 \times 50\%) - (195 \times 60\%) = 97.5 - 117$

En este caso, el jugador debería entrenar a un ritmo cardíaco que se encuentre entre 97.5 y 117 pulsaciones por minuto.

Ahora para un niño de 6 a 8 años se comportaría de la siguiente manera:

Para un jugador de 6 años, el ritmo ideal para el entrenamiento aeróbico regenerativo en el fútbol se calcula de la siguiente manera:

FCmáx (Frecuencia Cardíaca Máxima):

$$220-6=214$$

Ritmo para el entrenamiento regenerativo (50%-60% de FCmáx):

$$214 \times 50\% = 107$$

$$214 \times 60\% = 128.$$

Por lo tanto, el ritmo cardíaco ideal para este entrenamiento se encuentra entre 107 y 128 latidos por minuto (lpm). Este rango asegura que el niño entrene a una intensidad adecuada para su edad, favoreciendo la recuperación, la resistencia y el desarrollo cardiovascular sin generar fatiga excesiva

Recomendaciones adicionales:

- Es importante escuchar al cuerpo y ajustar la intensidad del entrenamiento según la percepción de esfuerzo.
- Se debe realizar un buen calentamiento antes de comenzar el entrenamiento regenerativo y un enfriamiento al finalizar.
- Es importante hidratarse adecuadamente durante y después del entrenamiento.
- Se puede combinar el entrenamiento aeróbico regenerativo con otras técnicas de recuperación, como baños de contraste, crioterapia o masaje deportivo.

El entrenamiento aeróbico regenerativo es una herramienta fundamental para la recuperación y el rendimiento óptimo en el fútbol. Al implementarlo de manera correcta, los jugadores pueden acelerar su recuperación, reducir el riesgo de lesiones y mejorar su rendimiento en el campo. Es importante individualizar el entrenamiento y adaptarlo a las necesidades específicas de cada jugador.

**Entrenamiento a ritmo controlado anaeróbico láctico en el fútbol infantil:
Una guía completa**

El entrenamiento a ritmo controlado anaeróbico láctico (TRCAL) es una herramienta específica dentro del entrenamiento del fútbol infantil que busca desarrollar la capacidad anaeróbica láctica de los jóvenes jugadores. Este tipo de entrenamiento se caracteriza por realizarse a una intensidad alta, pero sostenible en el tiempo, provocando la acumulación de ácido láctico en los músculos.

¿Qué es el entrenamiento a ritmo controlado anaeróbico láctico (TRCAL)?

El TRCAL se define como un tipo de entrenamiento de alta intensidad que se realiza durante un período de tiempo determinado, generalmente entre 2 y 5 minutos. Durante este tiempo, los jugadores trabajan a un ritmo que los lleva a un estado de acidosis láctica, lo que significa que sus músculos producen ácido láctico como subproducto del esfuerzo físico intenso.

¿Por qué es importante el TRCAL en el fútbol infantil?

El fútbol es un deporte que demanda una alta capacidad anaeróbica láctica, ya que los jugadores realizan esfuerzos de alta intensidad durante cortos períodos de tiempo, con breves descansos entre ellos. El TRCAL ayuda a los niños a desarrollar esta capacidad, permitiéndoles:

- **Mejorar su rendimiento en el campo:** Al aumentar la capacidad anaeróbica láctica, los jugadores pueden mantener un ritmo de juego intenso durante más tiempo, lo que les permite realizar más sprints, cambios de dirección y acciones explosivas.
- **Reducir la fatiga:** Un mayor umbral anaeróbico láctico les permite a los jugadores soportar mejor el esfuerzo físico intenso, retrasando la aparición de la fatiga muscular.
- **Mejorar su recuperación:** El TRCAL también ayuda a mejorar la capacidad del cuerpo para eliminar el ácido láctico, lo que permite una recuperación más rápida después del ejercicio intenso.

¿Cómo se realiza el TRCAL en el fútbol infantil?

El TRCAL en el fútbol infantil debe realizarse de manera progresiva y adaptada al nivel de desarrollo de cada niño. Es importante contar con la supervisión de un entrenador cualificado para diseñar un programa de entrenamiento adecuado y evitar lesiones.

Ejemplo de una sesión de TRCAL para fútbol infantil:

- **Calentamiento:** 10 minutos de carrera suave, ejercicios de movilidad articular y estiramientos dinámicos.
- **Parte principal:**
 - **Ejercicio 1:** 4 series de 30 segundos de carrera a máxima velocidad, con 1 minuto de recuperación entre series con balón entre obstáculos.
 - **Ejercicio 2:** 3 series de 1 minuto de trabajo en circuito con diferentes estaciones que incluyan ejercicios como: saltos con cuerda, burpees, sprints cortos, y finalización etc., con 30 segundos de recuperación entre series.
- **Enfriamiento:** 10 minutos de carrera suave, estiramientos estáticos y ejercicios de respiración.

Recomendaciones adicionales:

- Es importante hidratarse adecuadamente antes, durante y después del entrenamiento.
- La intensidad del entrenamiento debe ajustarse según la edad y el nivel de desarrollo de cada niño.
- Es importante escuchar al cuerpo y descansar si se siente dolor o fatiga excesiva.
- El TRCAL debe complementarse con otros tipos de entrenamiento, como el entrenamiento aeróbico y el entrenamiento de fuerza.

El entrenamiento a ritmo controlado anaeróbico láctico (TRCAL) es una herramienta valiosa para el desarrollo de la capacidad anaeróbica láctica en el fútbol infantil. Cuando se realiza de manera correcta y progresiva, el TRCAL puede ayudar a los niños a mejorar su rendimiento en el campo, reducir la fatiga y mejorar su recuperación. Es importante contar con la supervisión de un entrenador cualificado para diseñar un programa de entrenamiento adecuado y evitar lesiones, además juega un papel importante la situación de las series y las repeticiones.

Entrenamiento a ritmo intensivo de competencia anaeróbico Aláctico en el fútbol infantil:

El entrenamiento a ritmo intensivo de competencia anaeróbico Aláctico (TRICA) es un tipo de entrenamiento específico del fútbol infantil que busca desarrollar la capacidad anaeróbica aláctica de los jóvenes jugadores. Este tipo de entrenamiento se caracteriza por realizarse a una intensidad muy alta, cercana al máximo esfuerzo, durante cortos períodos de tiempo, generalmente entre 10 y 30 segundos. A diferencia del entrenamiento anaeróbico láctico, el TRICA no provoca la acumulación significativa de ácido láctico en los músculos.

¿Qué es el entrenamiento a ritmo intensivo de competencia anaeróbico Aláctico (TRICA)?

El TRICA se define como un tipo de entrenamiento de alta intensidad que se realiza durante un período de tiempo muy corto, a un ritmo cercano al máximo esfuerzo. Durante este tiempo, los jugadores realizan esfuerzos explosivos que demandan una gran cantidad de energía de los sistemas anaeróbicos alácticos.

¿Por qué es importante el TRICA en el fútbol infantil?

El fútbol es un deporte que demanda una alta capacidad anaeróbica aláctica, ya que los jugadores realizan esfuerzos de alta intensidad durante cortos períodos de tiempo, como sprints, cambios de dirección y acciones explosivas. El TRICA ayuda a los niños a desarrollar esta capacidad, permitiéndoles:

- **Mejorar su rendimiento en el campo:** Al aumentar la capacidad anaeróbica aláctica, los jugadores pueden realizar sprints más rápidos, cambios de dirección más bruscos y acciones explosivas más potentes.
- **Ganar en explosividad:** El TRICA ayuda a desarrollar la capacidad de generar fuerza y potencia de forma rápida, lo que es crucial para el rendimiento en el fútbol.
- **Mejorar la coordinación neuromuscular:** Este tipo de entrenamiento también ayuda a mejorar la coordinación neuromuscular, lo que permite a los jugadores realizar movimientos más eficientes y precisos.

¿Cómo se realiza el TRICA en el fútbol infantil?

El TRICA en el fútbol infantil debe realizarse de manera progresiva y adaptada al nivel de desarrollo de cada niño. Es importante contar con la supervisión de

un entrenador cualificado para diseñar un programa de entrenamiento adecuado y evitar lesiones.

Ejemplo de una sesión de TRICA para fútbol infantil:

- **Calentamiento:** 10 minutos de carrera suave, ejercicios de movilidad articular y estiramientos dinámicos.
- **Parte principal:**
 - **Ejercicio 1:** 8 series de 10 segundos de sprints cortos, con o sin balón, con 30 segundos de recuperación entre series.
 - **Ejercicio 2:** 6 series de 20 segundos de ejercicios explosivos como: saltos en cajón, sprints con cambio de dirección, etc., con 45 segundos de recuperación entre series.
 - **Ejercicio 3.** 6 series de 20 segundos de ejercicios explosivos como: regate pase y finalización + sprints con cambio de dirección, etc., con 45 segundos de recuperación entre series.
 -
- **Enfriamiento:** 10 minutos de carrera suave, estiramientos estáticos y ejercicios de respiración.

Recomendaciones adicionales:

- Es importante hidratarse adecuadamente antes, durante y después del entrenamiento.
- La intensidad del entrenamiento debe ajustarse según la edad y el nivel de desarrollo de cada niño.
- Es importante escuchar al cuerpo y descansar si se siente dolor o fatiga excesiva.
- El TRICA debe complementarse con otros tipos de entrenamiento, como el entrenamiento aeróbico y el entrenamiento de fuerza.
- El entrenamiento a ritmo intensivo de competencia anaeróbico Aláctico (TRICA) es una herramienta valiosa para el desarrollo de la capacidad anaeróbica aláctica en el fútbol infantil. Cuando se realiza de manera correcta y progresiva, el TRICA puede ayudar a los niños a mejorar su rendimiento en el campo, ganar en explosividad y mejorar la coordinación neuromuscular. Es importante tener en cuenta que aquí los ejercicios se hacen parecido a la competencia, donde el nivel anaeróbico láctico ocupa la principal sesión de entrenamiento. Se necesita contar con la supervisión de un entrenador cualificado para diseñar un programa de entrenamiento adecuado y evitar lesiones.

Adaptabilidad Funcional en el Fútbol Infantil:

Los Primeros Pasos

La adaptabilidad funcional en el fútbol infantil, especialmente en niños de 6 a 8 años, es un aspecto fundamental que sienta las bases para un desarrollo deportivo integral. En esta etapa, los niños están en plena formación y son altamente receptivos a nuevos estímulos y aprendizajes.

¿Qué es la Adaptabilidad Funcional en el Fútbol Infantil?

En este contexto, la adaptabilidad funcional se refiere a la capacidad de los niños para:

Aprender nuevas habilidades motoras: Desde los gestos técnicos básicos hasta movimientos más complejos.

Ajustarse a diferentes situaciones de juego: Reaccionar a cambios en el desarrollo del partido, como cambios de posición o adversarios.

Adaptarse a diferentes entrenadores y estilos de juego: Entender las instrucciones de distintos entrenadores y aplicarlas en el juego.

Aceptar cambios en las reglas o en la dinámica del entrenamiento: Flexibilizar su forma de jugar para adaptarse a nuevas situaciones.

Importancia de la Adaptabilidad Funcional en las Edades Tempranas

Desarrollo integral: Fomenta un desarrollo físico y cognitivo completo.

Base sólida: Sirve como base para aprendizajes más complejos en el futuro.

Disfrute del juego: Facilita la adaptación a diferentes situaciones, lo que aumenta el disfrute del juego.

Preparación para el futuro: Los niños más adaptables suelen ser más resilientes y capaces de enfrentar desafíos en el deporte y en la vida.

Cómo Fomentar la Adaptabilidad Funcional en el Fútbol Infantil

Variedad de actividades: Proponer diferentes juegos y ejercicios para trabajar distintas habilidades.

Cambios constantes: Modificar las reglas de los juegos, los equipos o el espacio de juego.

Entrenadores flexibles: Los entrenadores deben ser capaces de adaptar las sesiones a las necesidades y capacidades de los niños.

Ambiente positivo: Crear un entorno de aprendizaje seguro y divertido donde los niños se sientan libres para experimentar.

Énfasis en el proceso: Valorar más el esfuerzo y la mejora que el resultado final.

Ejercicios Prácticos para Fomentar la Adaptabilidad

Juegos con reglas cambiantes: Por ejemplo, cambiar el número de jugadores, el tamaño de la cancha o las partes del cuerpo que se pueden usar para jugar el balón.

Circuitos variados: Incluir estaciones con diferentes ejercicios para trabajar distintas habilidades físicas y técnicas.

Improvisación: Proponer situaciones de juego impredecibles para que los niños deban pensar rápidamente y tomar decisiones.

Roles intercambiables: Hacer que los niños roten los roles en el equipo para que experimenten diferentes posiciones.

Beneficios a Largo Plazo

Al fomentar la adaptabilidad funcional en los niños desde edades tempranas, se está contribuyendo a formar jugadores más completos y versátiles, capaces de enfrentar los desafíos que se presenten en su carrera deportiva y en la vida en general.

La adaptabilidad funcional es una habilidad clave que debe ser desarrollada desde la infancia. En el fútbol, esta habilidad permite a los niños disfrutar más del juego, aprender más rápido y convertirse en jugadores más completos.

Etapas: Formación Multilateral en Fútbol Infantil: Los Primeros Pasos

¿Qué es la Formación Multilateral?

La formación multilateral en el fútbol infantil se refiere a un enfoque de entrenamiento que busca desarrollar de manera integral todas las capacidades del niño, más allá de las estrictamente futbolísticas. Esto implica trabajar en habilidades motrices básicas, coordinación, fuerza, resistencia, flexibilidad, pero también en aspectos cognitivos como la toma de decisiones, la resolución de problemas y la capacidad de adaptación. En lugar de especializarse en una sola habilidad desde temprana edad, la formación multilateral propone una base sólida y variada que permitirá al niño desarrollar todo su potencial deportivo y personal.

Importancia de la Formación Multilateral en la Etapa de 6 a 8 años

Desarrollo integral: Fomenta un crecimiento físico y cognitivo equilibrado.

Disfrute del juego: Al variar las actividades, se mantiene el interés y la motivación de los niños.

Base sólida: Proporciona una base sólida para el aprendizaje de técnicas más específicas en el futuro.

Prevención de lesiones: El desarrollo equilibrado de todas las capacidades físicas ayuda a prevenir lesiones comunes en el fútbol infantil.

Adaptabilidad: Los niños aprenden a adaptarse a diferentes situaciones y a resolver problemas de manera creativa.

Objetivos de la Preparación Especial I

En esta etapa, los objetivos principales son:

Consolidar las habilidades básicas: Pase, control, conducción, tiro.

Desarrollar capacidades físicas: Fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, coordinación.

Fomentar la creatividad y la imaginación: A través de juegos y actividades libres.

Introducir conceptos tácticos básicos: Posicionamiento, toma de decisiones.

Promover valores: Respeto, trabajo en equipo, disciplina.

Contenido de los Entrenamientos

Los entrenamientos deben ser variados y divertidos, incluyendo:

Juegos: Juegos tradicionales, juegos adaptados al fútbol y juegos inventados por los niños.

Circuitos: Circuitos de habilidades básicas, de coordinación y de fuerza.

Mini-partidos: Partidos adaptados a las características de los niños, con reglas simplificadas.

Actividades lúdicas: Juegos con elementos naturales, juegos de simulación, etc.

Metodología

Aprendizaje a través del juego: El juego es la principal herramienta de aprendizaje en esta etapa.

Individualización: Adaptar los ejercicios a las necesidades y capacidades de cada niño.

Feedback positivo: Reconocer y valorar los esfuerzos de los niños.

Variedad: Cambiar los ejercicios y las actividades con frecuencia para mantener la motivación.

Ejemplos de Ejercicios

Habilidades básicas: Dribbling con diferentes partes del cuerpo, pases con diferentes intensidades, tiros a puerta.

Coordinación: Saltar a la cuerda, equilibrio sobre un pie, juegos de coordinación con pelotas de diferentes tamaños.

Fuerza: Ejercicios con el propio peso (sentadillas, flexiones), juegos de fuerza (lucha, empujones).

Resistencia: Carreras cortas, circuitos de resistencia, juegos que requieren esfuerzo sostenido.

El Rol del Entrenador

El entrenador debe ser un facilitador del aprendizaje, creando un ambiente positivo y motivador. Sus funciones principales son:

Planificar: Diseñar sesiones de entrenamiento variadas y divertidas.

Demostrar: Mostrar los ejercicios de manera clara y concisa.

Corregir: Ofrecer feedback constructivo a los niños.

Motivar: Animar a los niños y celebrar sus logros.

La formación multilateral en el fútbol infantil es fundamental para el desarrollo integral de los niños. Al proporcionar una base sólida en habilidades motrices, cognitivas y sociales, se está preparando a los niños para convertirse en jugadores más completos y, sobre todo, para disfrutar del deporte.

Consolidación y Profundización de Hábitos Motores en Futbolistas de 5 a 8 años

La consolidación y profundización de los hábitos motores en futbolistas de 6 a 8 años es un aspecto fundamental en su desarrollo deportivo. Esta etapa es crucial para afianzar las habilidades básicas y sentar las bases para un aprendizaje más especializado en el futuro.

¿Qué son los Hábitos Motores?

Los hábitos motores son patrones de movimiento aprendidos que se realizan de manera automática y eficiente. En el fútbol, estos hábitos incluyen gestos técnicos como el pase, el control, el dribbling y el tiro, pero también habilidades coordinativas y de equilibrio.

Importancia de Consolidar y Profundizar los Hábitos Motores

Base sólida: Un buen dominio de los hábitos motores permite al jugador ejecutar acciones técnicas con mayor fluidez y eficacia.

Confianza: Al sentirse seguros en sus habilidades, los niños se atreven a explorar nuevas situaciones de juego y a tomar decisiones más rápidas.

Disfrute del juego: Un buen dominio técnico aumenta el placer de jugar al fútbol.

Desarrollo físico: La repetición de gestos técnicos contribuye al desarrollo de las capacidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, coordinación).

Estrategias para Consolidar y Profundizar los Hábitos Motores

Repetición sistemática: La repetición de ejercicios técnicos de manera sistemática es fundamental para automatizar los movimientos.

Variación: Es importante variar los ejercicios para mantener la motivación y evitar la monotonía.

Juegos y actividades lúdicas: El juego sigue siendo el principal vehículo de aprendizaje en esta etapa.

Feedback específico: El entrenador debe proporcionar feedback claro y constructivo para corregir errores y reforzar los aciertos.

Ambiente positivo: Un ambiente de aprendizaje seguro y divertido favorece la adquisición de nuevos hábitos.

Ejercicios Específicos

Circuitos de habilidades básicas: Incluyen estaciones con diferentes ejercicios para trabajar el pase, el control, el dribbling y el tiro.

Juegos reducidos: Partidos adaptados a las características de los niños, con énfasis en la técnica individual.

Ejercicios de coordinación: Saltar a la cuerda, equilibrio sobre un pie, juegos con pelotas de diferentes tamaños y texturas.

Ejercicios de fuerza y resistencia: Adaptados a la edad y características físicas de los niños.

Consideraciones Adicionales

Individualización: Es importante adaptar los ejercicios a las necesidades y capacidades de cada niño.

Progreso gradual: Aumentar gradualmente la dificultad de los ejercicios para evitar la frustración.

Motivación: Utilizar diferentes estrategias para mantener la motivación de los niños (recompensas, competencias amistosas, etc.).

Colaboración: Trabajar en conjunto con los padres para reforzar los aprendizajes en casa.

El Rol del Entrenador

El entrenador juega un papel fundamental en el desarrollo de los hábitos motores de los niños. Debe ser capaz de:

Planificar: Diseñar sesiones de entrenamiento variadas y efectivas.

Mostrar: Mostrar los ejercicios de manera clara y concisa.

Corregir: Ofrecer feedback específico y constructivo.

Motivar: Crear un ambiente positivo y fomentar la autonomía de los niños.

La consolidación y profundización de los hábitos motores en futbolistas de 6 a 8 años es un proceso gradual y continuo. Al proporcionar un entorno de aprendizaje rico y variado, los entrenadores pueden ayudar a los niños a desarrollar una base sólida para su futuro deportivo.

Perfeccionamiento del Fondo de Hábitos Motores para Competir en Futbolistas de 6 a 8 años

Una vez que los niños de 6 a 8 años han consolidado sus hábitos motores básicos en el fútbol, el siguiente paso es perfeccionarlos para que puedan competir de manera efectiva. Esta etapa implica un refinamiento de las técnicas, un aumento de la velocidad de ejecución y una mayor adaptación a situaciones de juego más complejas.

¿Qué significa perfeccionar los hábitos motores?

Perfeccionar los hábitos motores implica:

Aumentar la precisión: Ejecutar los gestos técnicos con mayor exactitud y control.

Incrementar la velocidad: Realizar los movimientos de forma más rápida y eficiente.

Adaptar los movimientos a diferentes situaciones: Ajustar los gestos técnicos en función de las condiciones del juego y la posición del adversario.

Automatizar los movimientos: Hacer que los gestos técnicos sean tan naturales que se ejecuten casi sin pensar.

Estrategias para el Perfeccionamiento

Entrenamiento específico: Diseñar sesiones de entrenamiento enfocadas en cada habilidad técnica de manera individual.

Simulaciones de juego: Crear situaciones de juego cada vez más complejas para que los niños apliquen sus habilidades en un contexto real.

Competición: Organizar pequeños torneos o partidos para que los niños pongan en práctica lo aprendido.

Feedback específico: Proporcionar a los niños feedback claro y constructivo sobre su desempeño.

Visualización: Utilizar la visualización para ayudar a los niños a mejorar su técnica y su confianza.

Ejercicios Específicos

Regate a alta velocidad: Realizar regate a través de conos o obstáculos a mayor velocidad.

Pases con precisión a diferentes distancias: Trabajar la precisión en pases cortos, medios y largos.

Tiro a puerta con diferentes ángulos: Practicar el tiro a puerta desde diferentes posiciones y con diferentes partes del cuerpo.

Recepción de balón bajo presión: Realizar ejercicios de recepción de balón mientras se es perseguido por un compañero.

Decisiones rápidas: Proponer situaciones de juego en las que los niños deban tomar decisiones rápidamente.

Consideraciones Adicionales

Diversión: El entrenamiento debe seguir siendo divertido para mantener la motivación de los niños.

Individualización: Adaptar los ejercicios a las necesidades y capacidades de cada niño.

Progresión gradual: Aumentar gradualmente la dificultad de los ejercicios.

Seguridad: Priorizar la seguridad de los niños en todo momento.

El Rol del Entrenador

El entrenador juega un papel fundamental en el proceso de perfeccionamiento de los hábitos motores. Debe ser capaz de:

Analizar: Identificar las fortalezas y debilidades de cada niño.

Planificar: Diseñar sesiones de entrenamiento que aborden las necesidades específicas de cada jugador.

Mostrar: Mostrar los ejercicios de manera clara y concisa.

Corregir: Ofrecer feedback específico y constructivo.

Motivación: Crear un ambiente competitivo pero positivo.

El perfeccionamiento de los hábitos motores en futbolistas de 6 a 8 años es un proceso gradual y continuo que requiere de paciencia y dedicación. Al proporcionar un entrenamiento específico y adaptado a las necesidades de cada niño, los entrenadores pueden ayudar a los niños a desarrollar las habilidades necesarias para competir al más alto nivel.

Trabajo a Ritmo Regenerativo en Futbolistas de 6 a 8 años: Una Base Sólida para el Futuro

El trabajo a ritmo regenerativo en el periodo preparatorio de futbolistas de 6 a 8 años es fundamental para establecer una base sólida para su desarrollo físico y técnico. Este tipo de entrenamiento se caracteriza por una intensidad baja y una duración corta, con el objetivo de favorecer la recuperación y el crecimiento óseo y muscular.

¿Por qué es importante el trabajo a ritmo regenerativo en esta etapa?

Prevención de lesiones: Al evitar sobrecargas, se reduce el riesgo de lesiones, especialmente en las articulaciones en crecimiento.

Desarrollo físico: Favorece el crecimiento óseo y muscular de manera saludable.

Adaptación al esfuerzo: Ayuda a los niños a familiarizarse con el esfuerzo físico de manera gradual.

Disfrute del juego: Al ser actividades de baja intensidad, los niños disfrutan más del entrenamiento.

Características del trabajo a ritmo regenerativo en esta etapa:

Baja intensidad: Los ejercicios deben realizarse a un ritmo bajo, sin exigir al máximo las capacidades físicas de los niños.

Corta duración: Las sesiones de entrenamiento deben ser cortas y variadas para mantener la atención de los niños.

Gran variedad de ejercicios: Se deben utilizar juegos, circuitos y actividades lúdicas para mantener la motivación.

Énfasis en la técnica: Se debe prestar especial atención a la corrección de los gestos técnicos básicos.

Recuperación: Se deben incluir actividades de relajación y estiramientos al final de cada sesión.

Ejemplos de actividades regenerativas:

Juegos de baja intensidad: Fútbol tenis, balón prisionero, relevos suaves.

Circuitos de habilidades básicas: Con estaciones de pase, control y regate a baja velocidad.

Ejercicios de coordinación: Saltar a la cuerda, equilibrio sobre un pie, juegos con pelotas de diferentes tamaños.

Juegos de relajación: Yoga infantil, estiramientos suaves.

Beneficios a largo plazo:

Mayor rendimiento: Al prevenir lesiones y desarrollar una base física sólida, los niños estarán mejor preparados para afrontar cargas de entrenamiento más altas en el futuro.

Disminución del riesgo de sobreentrenamiento: El trabajo a ritmo regenerativo ayuda a prevenir el sobreentrenamiento, que puede tener consecuencias negativas en el desarrollo físico y psicológico de los niños.

Amor por el deporte: Al disfrutar del entrenamiento, los niños serán más propensos a continuar practicando fútbol en el futuro.

Recomendaciones para los entrenadores:

Observar a los niños: Es fundamental estar atentos a cualquier señal de fatiga o dolor.

Adaptar los ejercicios: Los ejercicios deben adaptarse a las características individuales de cada niño.

Crear un ambiente positivo: El entrenamiento debe ser divertido y motivador.

Colaborar con los padres: Informar a los padres sobre la importancia del trabajo a ritmo regenerativo y solicitar su colaboración.

El trabajo a ritmo regenerativo en futbolistas de 6 a 8 años es fundamental para sentar las bases de un desarrollo físico y técnico saludable. Al priorizar la calidad sobre la cantidad y al crear un ambiente divertido y motivador, los entrenadores pueden ayudar a los niños a disfrutar del fútbol y a alcanzar su máximo potencial.

Trabajo a Ritmo Extensivo Controlado en Futbolistas de 6 a 8 años: Una Base Sólida para el Futuro

El trabajo a ritmo extensivo controlado en futbolistas de 6 a 8 años es una herramienta fundamental para desarrollar la resistencia aeróbica, la coordinación y la técnica en los jóvenes deportistas. Este tipo de entrenamiento se caracteriza por una intensidad baja a moderada y una duración prolongada, permitiendo a los niños adaptarse gradualmente al esfuerzo físico y mejorar su capacidad cardiovascular.

¿Por qué es importante el trabajo a ritmo extensivo controlado en esta etapa?

Desarrollo cardiovascular: Mejora la capacidad del corazón y los pulmones para transportar oxígeno a los músculos.

Aumento de la resistencia: Permite a los niños realizar esfuerzos prolongados sin fatigarse rápidamente.

Desarrollo de la coordinación: Al realizar ejercicios coordinativos de larga duración, se mejora la coordinación de movimientos.

Base para habilidades técnicas: La resistencia aeróbica permite a los niños ejecutar las habilidades técnicas con mayor fluidez durante periodos más prolongados.

Características del trabajo a ritmo extensivo controlado en esta etapa:

Intensidad baja a moderada: Los ejercicios deben realizarse a un ritmo que permita mantener una conversación.

Duración prolongada: Las sesiones de entrenamiento deben durar entre 30 y 45 minutos.

Gran variedad de ejercicios: Se deben utilizar juegos, circuitos y actividades lúdicas para mantener la motivación.

Énfasis en la técnica: Se debe prestar especial atención a la corrección de los gestos técnicos básicos.

Recuperación activa: Se deben incluir actividades de baja intensidad entre los ejercicios para facilitar la recuperación.

Ejemplos de actividades extensivas controladas:

Juegos de carrera continua: Perseguir el balón, relevos con balón, fútbol tenis.

Circuitos de habilidades básicas: Con estaciones de pase, control y dribbling, realizando cada estación durante un tiempo determinado.

Ejercicios de coordinación: Saltar a la cuerda, equilibrio sobre un pie, juegos con pelotas de diferentes tamaños.

Caminatas y trotes suaves: En espacios abiertos o en circuitos.

Beneficios a largo plazo:

Mayor rendimiento: Al mejorar la resistencia aeróbica, los niños podrán realizar esfuerzos de mayor intensidad y duración en el futuro.

Disminución del riesgo de lesiones: Una buena base aeróbica ayuda a prevenir lesiones por sobrecarga.

Desarrollo integral: El trabajo a ritmo extensivo controlado contribuye al desarrollo físico, cognitivo y social de los niños.

Recomendaciones para los entrenadores:

Observar a los niños: Es fundamental estar atentos a cualquier señal de fatiga o sobreentrenamiento.

Adaptar los ejercicios: Los ejercicios deben adaptarse a las características individuales de cada niño y a las condiciones climáticas.

Crear un ambiente positivo: El entrenamiento debe ser divertido y motivador.

Colaborar con los padres: Informar a los padres sobre la importancia del trabajo a ritmo extensivo controlado y solicitar su colaboración.

El trabajo a ritmo extensivo controlado en futbolistas de 6 a 8 años es una herramienta fundamental para desarrollar una base física sólida y mejorar el rendimiento deportivo a largo plazo. Al combinar la diversión con el ejercicio, los niños estarán más motivados y aprenderán a disfrutar del deporte.

Trabajo a Ritmo Controlado de Competición en Futbolistas de 6 a 8 años: Una Propuesta Equilibrada

Excelente punto de partida para la discusión. El trabajo a ritmo controlado de competición puede ser una excelente herramienta para introducir a los niños de 6 a 8 años en el mundo competitivo del fútbol, siempre y cuando se realice de manera adecuada y considerando las particularidades de esta etapa de desarrollo.

¿Por qué el ritmo controlado de competición puede ser beneficioso?

Motivación: La competición puede ser un gran motivador para los niños, impulsándolos a mejorar sus habilidades y a esforzarse al máximo.

Desarrollo social: Los partidos y torneos fomentan el trabajo en equipo, la cooperación y el respeto por los compañeros y rivales.

Adaptación a la presión: Al enfrentarse a situaciones de juego bajo presión, los niños desarrollan habilidades para manejar la ansiedad y tomar decisiones rápidas.

¿Cómo implementar el ritmo controlado de competición?

Adaptación de las reglas: Las reglas del juego deben adaptarse a la edad y las habilidades de los niños, priorizando el juego limpio y la diversión.

Duración de los partidos: Los partidos deben ser cortos y con descansos frecuentes para evitar la fatiga.

Número de jugadores: Los equipos deben ser pequeños para facilitar la participación de todos los jugadores y evitar la sobrecarga física.

Énfasis en el desarrollo: La competición debe ser un medio para desarrollar las habilidades técnicas, tácticas y físicas de los niños, y no un fin en sí mismo.

Ambiente positivo: El entrenador debe crear un ambiente positivo y de apoyo, donde los niños se sientan seguros para cometer errores y aprender de ellos.

¿Qué aspectos debemos considerar?

Preparación física: Los niños deben estar físicamente preparados para afrontar la competición. Es importante incluir ejercicios de fortalecimiento, flexibilidad y resistencia en el entrenamiento.

Aspecto psicológico: Los niños deben estar preparados para manejar la presión y la emoción de la competición. El entrenador puede utilizar técnicas de relajación y visualización para ayudar a los niños a controlar sus emociones.

Comunicación con los padres: Es fundamental mantener una comunicación abierta y transparente con los padres, informándoles sobre los objetivos del entrenamiento y los beneficios de la competición.

¿Cuál es el rol del entrenador?

El entrenador juega un papel crucial en la implementación del ritmo controlado de competición. Debe:

Ser un modelo para seguir: Demostrar un comportamiento deportivo y respetuoso hacia todos los participantes.

Fomentar el juego limpio: Educar a los niños sobre los valores del deporte y la importancia de jugar de forma justa.

Ofrecer feedback constructivo: Proporcionar a los niños feedback específico y positivo para ayudarles a mejorar.

Celebrar los logros: Reconocer los esfuerzos y los logros de todos los jugadores, independientemente del resultado del partido.

El trabajo a ritmo controlado de competición puede ser una experiencia positiva y enriquecedora para los niños de 5 a 8 años, siempre y cuando se realice de manera adecuada y considerando las particularidades de esta etapa de desarrollo. Al proporcionar un ambiente seguro y divertido, los entrenadores pueden ayudar a los niños a desarrollar sus habilidades futbolísticas, sociales y emocionales.

Tareas para el Aprendizaje del Fútbol en Niños de 6 a 8 años

El fútbol en niños de 5 a 8 años debe ser una experiencia lúdica que fomente el desarrollo integral del niño, tanto a nivel físico como social y emocional. Las tareas deben estar orientadas a desarrollar habilidades básicas, fomentar el juego en equipo y, sobre todo, hacer que el fútbol sea divertido.

Objetivos de las tareas:

Desarrollo motor: Coordinación, equilibrio, agilidad, fuerza y resistencia.

Habilidades técnicas: Control del balón, pase, dribbling, tiro.

Percepción: Visión espacial, anticipación, toma de decisiones.

Socialización: Trabajo en equipo, cooperación, respeto por los compañeros y rivales.

Emocional: Autoestima, confianza, superación de obstáculos.

Ejemplos de tareas:

Desarrollo motor y coordinación

Circuitos de habilidad: Combinar diferentes estaciones con ejercicios de coordinación, agilidad y equilibrio (saltar, gatear, rodar, etc.).

Juegos con pelotas de diferentes tamaños y texturas: Desarrollar la coordinación ojo-mano y la adaptación a diferentes objetos.

Juegos de equilibrio: Caminar sobre una línea, mantener el equilibrio sobre un pie, etc.

Habilidades técnicas

Control del balón: Realizar ejercicios de control con diferentes partes del pie, a distintas alturas y con diferentes superficies.

Pase: Trabajar pases cortos, medios y largos, con diferentes intensidades y a diferentes objetivos.

Dribling: Realizar slalom entre conos, driblar con ambos pies y proteger el balón del rival.

Tiro: Practicar tiros a puerta desde diferentes distancias y ángulos, con diferentes efectos.

Percepción y toma de decisiones

Juegos de anticipación: Predecir el movimiento del balón y del compañero.

Juegos de toma de decisiones: Elegir la mejor opción en función de la situación del juego.

Juegos de simulación de partidos: Crear situaciones de juego para que los niños tomen decisiones.

Socialización y trabajo en equipo

Juegos cooperativos: Juegos donde todos los niños deben colaborar para alcanzar un objetivo común.

Relayos: Desarrollar la velocidad, la coordinación y el trabajo en equipo.

Partidos reducidos: Organizar partidos con pocos jugadores para fomentar la participación de todos.

Emocional

Fomentar el esfuerzo y la perseverancia: Celebrar los pequeños logros y ayudar a los niños a superar los obstáculos.

Crear un ambiente positivo: Fomentar el respeto, la amistad y la diversión.

Enseñar a perder y a ganar: Ayudar a los niños a aceptar la derrota y a disfrutar de la victoria.

Consideraciones importantes:

Adaptación a la edad: Las tareas deben ser adaptadas a las características físicas y cognitivas de los niños.

Variedad: Es importante ofrecer una gran variedad de actividades para mantener la atención y la motivación de los niños.

Juego: El juego debe ser el eje central de las sesiones de entrenamiento.

Individualización: Es importante tener en cuenta las diferencias individuales de cada niño.

Feedback positivo: Ofrecer un feedback constante y positivo para reforzar los logros y mejorar la autoestima de los niños.

Ejemplo de sesión de entrenamiento:

Calentamiento: Juegos de carrera, estiramientos y ejercicios de coordinación.

Parte principal: Circuito de habilidades básicas (control, pase, dribbling), juego reducido.

Vuelta a la calma: Juegos de relajación y estiramientos.

El aprendizaje del fútbol en niños de 6 a 8 años debe ser una experiencia divertida y enriquecedora. Al diseñar tareas variadas y adaptadas a las necesidades de los niños, los entrenadores pueden ayudar a desarrollar no solo sus habilidades futbolísticas, sino también sus habilidades sociales y emocionales.

Áreas de Consolidación del Aprendizaje del Fútbol en Niños de 6 a 8 años

Las tareas de consolidación son cruciales para afianzar las habilidades adquiridas en las sesiones de entrenamiento. En el fútbol infantil, estas tareas deben ser divertidas y desafiantes a la vez, para mantener la motivación de los niños y asegurar que el aprendizaje sea significativo.

Objetivos de las Tareas de Consolidación

Refuerzo de habilidades: Consolidar las técnicas básicas como el control del balón, el pase, el dribbling y el tiro.

Aplicación en situaciones de juego: Transferir las habilidades aprendidas a situaciones de partido, resolviendo problemas de manera creativa.

Desarrollo táctico: Entender conceptos básicos de juego como la posición, la circulación del balón y la toma de decisiones.

Fomento de la autonomía: Promover la independencia y la capacidad de resolver problemas por sí mismos.

Ejemplos de Tareas de Consolidación

1. Circuitos de Habilidades Específicas:

Control direccional: Controlar el balón con diferentes partes del pie y dirigirlo hacia un objetivo específico (cono, compañero).

Pase preciso: Realizar pases a un compañero en movimiento con diferentes tipos de pase (bajo, alto, raso).

Dribbling en espacios reducidos: Esquivar obstáculos y cambiar de dirección rápidamente.

Tiro a puerta con diferentes efectos: Trabajar el efecto interior, exterior y elevado.

2. Juegos Reducidos con Reglas Específicas:

Fútbol tenis: Enfatizar el control del balón y la precisión en el pase.

El último hombre: Mejorar la velocidad, la agilidad y la toma de decisiones.

El guardián del tesoro: Proteger un objeto y evitar que los rivales lo quiten.

3. Mini-torneos:

Organizar pequeños torneos: Fomentar la competitividad sana y el trabajo en equipo.

Rotar posiciones: Permitir que todos los niños jueguen en diferentes posiciones para desarrollar una visión más completa del juego.

4. Tareas Creativas:

Inventar juegos: Permitir que los niños creen sus propios juegos utilizando el balón y otros elementos.

Resolver problemas: Presentar situaciones de juego y pedir a los niños que encuentren diferentes soluciones.

5. Análisis de vídeos:

Mostrar vídeos de partidos: Analizar jugadas y tomar nota de las diferentes técnicas utilizadas.

Identificar errores y aciertos: Fomentar la autoevaluación y la mejora continua.

Consideraciones Importantes

Adaptación a las necesidades individuales: Las tareas deben adaptarse a las habilidades y el ritmo de aprendizaje de cada niño.

Feedback constante: Proporcionar feedback específico y positivo para reforzar los logros y corregir los errores.

Variedad: Es importante ofrecer una variedad de tareas para mantener la motivación y evitar la monotonía.

Relación con el contenido teórico: Vincular las tareas con los conceptos teóricos trabajados en las sesiones anteriores.

Integración de diferentes áreas: Combinar el desarrollo de habilidades técnicas con aspectos tácticos, físicos y sociales.

Ejemplo de Sesión de Consolidación

Calentamiento: Juegos de calentamiento con el balón (control, pase, dribbling).

Parte principal: Circuito de habilidades específicas (pase preciso, dribbling en espacios reducidos).

Juego reducido: Mini-torneo con reglas adaptadas.

Vuelta a la calma: Juegos de relajación y estiramientos.

Las tareas de consolidación son fundamentales para asegurar un aprendizaje significativo y duradero en el fútbol infantil. Al ofrecer actividades variadas, desafiantes y divertidas, los entrenadores pueden ayudar a los niños a desarrollar sus habilidades y a disfrutar del juego.

Tareas de Perfeccionamiento del Aprendizaje del Fútbol en Niños de 6 a 8 años

Una vez que los niños de 6 a 8 años han adquirido las habilidades básicas del fútbol, es fundamental pasar a una etapa de perfeccionamiento. Esta etapa se enfoca en refinar las técnicas aprendidas, desarrollar una mayor comprensión táctica y fomentar la creatividad individual.

Objetivos de las Tareas de Perfeccionamiento

Refino de habilidades técnicas: Mejorar la precisión, la velocidad y la fluidez en la ejecución de los gestos técnicos.

Desarrollo de la toma de decisiones: Fomentar la capacidad de analizar situaciones de juego y elegir la mejor opción.

Comprensión táctica: Introducir conceptos tácticos básicos como la posición, la circulación del balón y los diferentes sistemas de juego.

Creatividad: Estimular la capacidad de los niños para improvisar y encontrar soluciones originales en situaciones de juego.

Autonomía: Fomentar la independencia y la capacidad de autocorregirse.

Ejemplos de Tareas de Perfeccionamiento

1. Circuitos de Alta Intensidad:

Combinaciones: Realizar secuencias de pases y controles a alta velocidad.

Finta y disparo: Combinar fintas y disparos a puerta con precisión.

Dribling en espacios reducidos: Esquivar obstáculos a gran velocidad.

2. Juegos Reducidos con Reglas Específicas:

Fútbol 2vs 2; 3 contra 3: Enfatizar la posesión del balón y la circulación rápida.

Fútbol con obstáculos: Incorporar obstáculos para obligar a los niños a tomar decisiones rápidas.

Fútbol con reglas modificadas: Cambiar las reglas del juego para fomentar diferentes habilidades (por ejemplo, prohibido tocar el balón con los pies).

3. Mini-torneos con Formato Competitivo:

Organizar torneos con diferentes formatos: Liga, eliminación directa, todos contra todos.

Introducir estadísticas: Registrar goles, asistencias y otros datos para fomentar la competitividad sana.

4. Tareas de Análisis Táctico:

Visualización de vídeos: Analizar partidos de fútbol profesional y identificar diferentes tácticas y estrategias.

Simulación de situaciones de juego: Proponer situaciones de juego y pedir a los niños que encuentren la mejor solución.

Dibujar tácticas: Utilizar dibujos o diagramas para representar diferentes sistemas de juego.

5. Tareas Creativas y de Resolución de Problemas:

Inventar jugadas: Crear combinaciones de juego originales y complejas.

Resolver problemas tácticos: Presentar situaciones de juego y pedir a los niños que encuentren soluciones innovadoras.

Consideraciones Importantes

Feedback individualizado: Ofrecer feedback específico y personalizado para cada niño, ayudándole a identificar sus fortalezas y debilidades.

Énfasis en la calidad: Priorizar la calidad de la ejecución sobre la cantidad de repeticiones.

Creación de un ambiente desafiante: Proponer tareas que supongan un reto para los niños, pero que sean alcanzables.

Fomento de la autonomía: Dar a los niños la oportunidad de tomar decisiones y resolver problemas por sí mismos.

Integración de diferentes áreas: Combinar el desarrollo técnico con aspectos tácticos, físicos y psicológicos.

Ejemplo de Sesión de Perfeccionamiento

Calentamiento: Juegos de calentamiento con alta intensidad (circuitos, relevos).

Parte principal: Circuito de habilidades específicas (combinaciones, finta y disparo), juego reducido con reglas específicas.

Análisis táctico: Visualización de un vídeo de un partido y discusión sobre las tácticas utilizadas.

Vuelta a la calma: Juegos de relajación y estiramientos.

Las tareas de perfeccionamiento son esenciales para que los niños de 5 a 8 años alcancen su máximo potencial en el fútbol. Al ofrecer actividades desafiantes y variadas, los entrenadores pueden ayudar a los niños a desarrollar habilidades técnicas avanzadas, una comprensión táctica sólida y una gran creatividad.

El fútbol, como deporte integral, requiere una atención exhaustiva a todos sus componentes. Sin embargo, es común observar que muchos entrenadores se centran de manera excesiva en la conducción, el pase y el tiro, descuidando otros aspectos fundamentales. Esta visión parcial limita el desarrollo completo de los niños jugadores y puede generar desequilibrios en su formación deportiva. En las siguientes líneas, detallaremos los contenidos que deben incluirse en un programa de entrenamiento integral para niños, con el objetivo de formar jugadores completos y versátiles.

Contenidos Técnicos Ofensivos para Futbolistas de 6 a 8 años

En la formación de futbolistas de 6 a 8 años, el enfoque debe ser en el desarrollo de habilidades básicas sólidas y en la creación de un amor por el juego. A continuación, se detallan los principales contenidos técnicos ofensivos que los entrenadores deben trabajar en esta etapa:

1. Dominio del Balón:

Control con diferentes partes del cuerpo: Plantillas, empeine, interior y exterior del pie.

Atrapamiento: Con diferentes partes del cuerpo y a distintas alturas.

Amortiguación: Controlar el balón con suavidad para facilitar el siguiente gesto técnico.

2. Pase:

Pase corto: Con las dos piernas, a corta distancia y con diferentes intensidades.

Pase medio: Aumentar la distancia del pase y trabajar la precisión.

Pase largo: Introducir el pase largo con las dos piernas, buscando la precisión y la potencia.

3. Conducción:

Conducción con ambas piernas: Desplazarse con el balón a baja velocidad y con cambios de dirección.

Evasión de obstáculos: Rodear conos, superar pequeños obstáculos.

Protección del balón: Utilizar el cuerpo para proteger el balón de los rivales.

4. Tiro a portería:

Tiro a puerta: Con las dos piernas, desde diferentes distancias y ángulos.

Tiro a puerta con diferentes efectos: Trabajar el efecto interior, exterior y elevado.

Definición: Finalizar jugadas con precisión y potencia.

5. Toma de Decisiones:

Elegir el pase correcto: Decidir qué pase realizar en función de la posición de los compañeros y los rivales.

Elegir el dribbling adecuado: Decidir cuándo driblar y cuándo pasar.

Elegir el momento del tiro: Buscar el momento adecuado para finalizar la jugada.

6. Juego Combinado:

Pases cortos y rápidos: Realizar combinaciones de dos o tres toques.

Juego en espacios reducidos: Jugar en espacios pequeños para fomentar la toma de decisiones rápida.

Mini-partidos: Organizar partidos reducidos para poner en práctica todas las habilidades aprendidas.

Metodología de Entrenamiento

Juego: El juego es la herramienta principal para el aprendizaje en esta edad.

Variedad: Utilizar diferentes ejercicios y juegos para mantener la atención de los niños.

Repetición: Repetir los ejercicios para consolidar los aprendizajes.

Feedback: Proporcionar feedback constante y positivo a los niños.

Adaptación: Ajustar los ejercicios a las características y necesidades de cada grupo.

Consideraciones Adicionales:

Coordinación: Incluir ejercicios de coordinación para mejorar la agilidad y el equilibrio.

Fuerza: Trabajar la fuerza de manera lúdica, utilizando el propio peso corporal y elementos como pelotas medicinales.

Velocidad: Realizar ejercicios de velocidad para mejorar la capacidad de reacción.

Flexibilidad: Incluir ejercicios de estiramiento para prevenir lesiones.

Ejemplo de sesión de entrenamiento:

Calentamiento: Juegos de calentamiento, ejercicios de coordinación.

Parte principal: Circuito de habilidades básicas (pase, control, dribbling), mini-partidos en espacios reducidos.

Vuelta a la calma: Juegos de relajación, estiramientos.

Recuerda: El objetivo principal en esta etapa es que los niños disfruten del juego y desarrollen una base sólida de habilidades técnicas. Al trabajar de manera integral y divertida, los niños estarán más motivados y aprenderán más rápido.

Contenidos Técnicos Defensivos para Futbolistas de 6 a 8 años

La defensa en el fútbol infantil es un aspecto fundamental que debe trabajarse de manera lúdica y progresiva. A esta edad, el objetivo principal es que los niños interioricen conceptos básicos y adquieran habilidades defensivas de manera natural.

¿Por qué trabajar la defensa desde pequeños?

Juego en equipo: La defensa implica una coordinación y comunicación constante con los compañeros.

Toma de decisiones: Los niños aprenden a anticipar las acciones del rival y a tomar decisiones rápidas.

Concentración: La defensa requiere una alta concentración y atención durante todo el partido.

Seguridad: Un buen trabajo defensivo proporciona seguridad al equipo y confianza a los jugadores.

Contenidos Técnicos Defensivos Básicos

Posicionamiento:

Mantener la distancia: Enseñar a los niños a mantener una distancia adecuada del rival para poder reaccionar a tiempo.

Cubrir espacios: Explicar la importancia de cubrir los espacios libres para evitar que el rival avance.

Marcar al jugador: Aprender a seguir al jugador asignado sin perderlo de vista.

Tackleo:

Tackleo suave: Introducir el concepto de tackleo como una forma de recuperar el balón sin lesionar al rival.

Timing: Enseñar a realizar el tackleo en el momento preciso para evitar ser superado.

Interceptación:

Anticipación: Enseñar a anticipar los pases del rival para interceptarlos.

Timing: Realizar la interceptación en el momento adecuado para evitar que el rival controle el balón.

Cabeceo:

Cabeceo defensivo: Utilizar el cabeceo para despejar el balón o para cortar un pase.

Protección: Enseñar a proteger la cabeza al realizar el cabeceo.

Actividades Prácticas

Juegos de robo: Dividir a los niños en equipos y realizar juegos donde el objetivo sea robar el balón al equipo contrario.

Circuitos defensivos: Crear circuitos con diferentes estaciones donde los niños practiquen técnicas defensivas como el tackleo, la interceptación y el cabeceo.

Partidos reducidos: Organizar partidos con pocos jugadores y reglas específicas para enfatizar la defensa.

Juegos de simulación: Crear situaciones de juego donde los niños deban defender su propia portería.

Consideraciones Importantes

Juego: La defensa debe enseñarse a través del juego, evitando ejercicios repetitivos y aburridos.

Progresión: Los ejercicios deben ser adaptados a la edad y nivel de los niños, aumentando gradualmente la dificultad.

Positivismo: Fomentar un ambiente positivo donde los errores sean vistos como oportunidades de aprendizaje.

Trabajo en equipo: Enfatizar la importancia de trabajar en equipo y comunicarse con los compañeros.

Ejemplo de sesión de entrenamiento:

Calentamiento: Juegos de carrera y estiramientos.

Parte principal: Circuito de habilidades defensivas (tackleo suave, interceptación, cabeceo), juego reducido con énfasis en la defensa.

Vuelta a la calma: Juegos de relajación y estiramientos.

La defensa es una parte fundamental del fútbol y debe trabajarse desde las primeras etapas del aprendizaje. Al enseñar a los niños los conceptos básicos de la defensa de manera lúdica y progresiva, estaremos formando jugadores más completos y seguros de sí mismos.

Ejercicios simplificados 2vs 2 en el fútbol para niños de 6 a 8 años.

Los ejercicios de 2vs2 son ideales para desarrollar habilidades defensivas en niños de 6 a 8 años. Aquí te presento algunos ejemplos, adaptándolos siempre al nivel y capacidades de tus jugadores:

Objetivos de los ejercicios 2vs2:

Toma de decisiones rápidas: Los niños deben decidir rápidamente si atacan o defienden.

Posicionamiento: Aprender a ocupar el espacio de manera efectiva para recuperar el balón.

Tackleo suave: Practicar cómo quitar el balón al rival sin lesionarlo.

Comunicación: Fomentar la comunicación entre compañeros para coordinar acciones.

Ejemplos de Ejercicios:

Tarea 1.

El balón es mío.

Objetivo: Lograr dominar el balón en todo el campo o en espacio reducido

Descripción: Se delimita la mitad del campo, cada jugador con un balón, el entrenador orienta el ejercicio de manejo del balón todas las variantes con el interior, el exterior y planta del pie, totalmente en movimiento.

Variantes; Se aplicarán todas las variantes del toque del balón que planifique el entrenador y se orientara como tarea para la casa en el próximo entrenamiento traer un movimiento de manejo del balón propio.

Tarea 2. Balón compartido.

Objetivo: Enseñanza de la técnica física de conducción, pase, recepción, tiro a portería, buscar espacio, toma de decisiones.

Descripción: Se delimita el campo de práctica, y los jugadores ejecutan ejercicios técnicos físicos orientados por el docente. Corregir los detalles con deficiencias que ejecutan los niños según el ejercicio.

Tarea 2.

El Cuadrado Mágico:

Objetivo: objetivo es mantener la posesión del balón dentro del cuadrado y evitar que los jugadores de fuera lo roben.

Descripción: Se delimita un cuadrado pequeño. Dos jugadores se enfrentan dentro del cuadrado, mientras que otros dos esperan fuera. Además, al mismo tiempo se puede jugar en varios espacios reducidos, todos juegan al sonido del silbato los amarillos cambian hacia otro campo rotando por la derecha, y así sucesivamente.

Variantes: Se pueden añadir conos dentro del cuadrado para dificultar el juego o cambiar las reglas (por ejemplo, solo se puede tocar el balón con una determinada parte del pie), se juega en 2, 3, o 4 espacio al mismo tiempo.

2. El Robo al Rey:

Descripción:

Objetivo. Evitar que le roben el balón, se realiza en un campo amplio, para darle movilidad al jugador ofensivo.

Descripción: Se designa un jugador como "el rey". Los otros jugadores intentarán robarle el balón. El rey debe proteger el balón y evitar que se lo quiten.

Variantes: Se pueden añadir más reyes o limitar el espacio de juego., se puede colocar dos apoyos para que el Rey pase y busque de nuevo el pase, pero en áreas fijas. El que le quite el balón al rey pasa a ser Rey y continua el ejercicio, no se para.

3. El Túnel:

Objetivo: Lograr la efectividad de los pases entre jugadores.

Descripción: Los jugadores se colocan en parejas formando un túnel. Un jugador con el balón debe intentar pasar por el túnel sin que los defensores hagan pase y este llegue a pasar el túnel.

Variantes: Se pueden añadir conos para dificultar el paso o cambiar la dirección del túnel.

5. El Rey de la Montaña:

Objetivo: Proteger el balón del contrario con el cuerpo a través de la fuerza

Descripción: Se delimita un círculo pequeño. Los jugadores intentan empujar al rival fuera del círculo para convertirse en el "rey de la montaña". El balón se utiliza para empujar o bloquear.

Variantes: Se pueden utilizar dos balones o limitar el número de toques.

6. El Balón Quemado:

Objetivo:

Descripción: Se designa un balón como "quemado". Los jugadores deben evitar tocar ser tocado por el balón quemado. Se arman 3 o 4 zonas de 8 jugadores, 4 dentro del cuadrante y cuatro afuera, estos últimos, son los encargados de quemar a los jugadores dentro en un tiempo determinados, luego cambian o rotan según determine el entrenador. Si un jugador lo toca, queda eliminado.

Variantes: Se pueden añadir más balones quemados o cambiar las reglas para hacer el juego más dinámico, que el jugador se quede y se sumen los puntos por cada jugador quemado. El ayudante del entrenador debe tener balones en manos para cuando el balón salga no perder tiempo.

Ejercicios enfocados en la creación de juego y el ataque para niños de 6 a 8 años:

6. El Rondo:

Descripción: Un grupo de jugadores se organizan en un círculo, pasando el balón entre ellos. Uno o dos jugadores intentan robar el balón.

Objetivos: Mejora la técnica de pase, la visión de juego y la capacidad de mantener la posesión.

Variantes: Se puede aumentar la velocidad del juego, reducir el espacio o limitar el número de toques.

7. El Cuadrado Mágico (variante ofensiva):

Objetivos: Mejora la combinación de pases, el desmarque y la finalización.

Descripción: Similar al ejercicio anterior, pero en lugar de defender, los jugadores dentro del cuadrado intentan crear oportunidades de gol. 4 vs 4

8. El Tren:

Descripción: Los jugadores se colocan en fila, uno detrás del otro. El primero con el balón debe intentar driblar a los defensores y pasar el balón al siguiente.

Objetivos: Mejora el dribbling, la velocidad y la capacidad de jugar bajo presión.

9. El Partido de Mini-porterías:

Objetivos: Mejora la finalización, la toma de decisiones y el juego en equipo.

Descripción: Se organizan partidos en campos pequeños con mini-porterías.

10. El Carrera de Obstáculos con Balón:

Objetivos: Mejora la coordinación, el control del balón y la agilidad.

Descripción: Se establece un recorrido con obstáculos (conos, slalom, bancos, etc.) que los jugadores deben superar con el balón.

Ejercicios enfocados en la finalización:

11. El Tiro a Puerta:

Objetivos: Mejora la precisión y la potencia del disparo.

Descripción: Los jugadores realizan tiros a puerta desde diferentes posiciones y distancias, a través de ejercicios simples, con y sin obstáculos

12. El Rebote y Tiro:

Descripción: Los jugadores hacen rebotar el balón contra la pared y luego disparan a puerta, directo con recepción, finta y tiro a portería.

Objetivos: Mejora el control del balón y la coordinación ojo-pie.

13. El Tiro Libre:

Descripción: Los jugadores practican tiros libres desde diferentes posiciones.

Objetivos: Mejora la precisión y la técnica del tiro a portería.

Ejercicios enfocados en la conducción:

14. El slalom con obstáculos:

Objetivo: Dominar la conducción en movimiento con obstáculos

Descripción: Coloca conos en fila y los niños deben conducir entre ellos a máxima velocidad.

Variantes: Luego de concluir el recorrido, realizar pase pared y tiro a portería.

15. El cambio de dirección:

Objetivo: Realizar cambios antes los obstáculos, con y sin defensa.

Descripción: Los niños deben realizar cambios de dirección rápidos y bruscos con el balón.

Variante: Finalizar con tiro a portería.

Ejercicios enfocados en el pase y la recepción:

16. El muro:

Objetivo: Mejorar el pase y la recepción del balón

Descripción: Los niños se colocan en parejas frente a una pared y se pasan el balón.

Variante: Terminar en finalización

17. El pase ciego:

Objetivo: Dominar el pase de forma mecánica

Descripción: Los niños se pasan el balón sin mirarse.

Variante: Pueden realizar conducción y pasar al lado contrario, o en profundidad, sin mirar al jugador, pero si tener la percepción de su ubicación.

18. El pase a un objetivo móvil:

Objetivo: Lograr ejecutar correctamente el pase en movimiento.

Descripción: Un jugador con un chaleco corre por el campo y los demás deben pasárselo el balón.

Ejercicios enfocados en la finalización:

19: El tiro al ángulo:

Objetivo: Buscar precisión en el tiro a portería

Descripción: Los niños disparan a puerta tratando de colocar el balón en las esquinas.

Variante: Colocar los balones en las esquinas de la portería por suelo o por aire en las esquinas.

20: El tiro de volea:

Objetivo: Golpear el balón cuando viene de bolea, según las orientaciones del entrenador.

Descripción: Los niños rematan el balón de volea después de un pase aéreo.

21. El tiro con efecto:

Objetivo: Lograr golpear el balón con efecto al disparar el balón

Descripción: Los niños intentan darle efecto al balón al disparar.

Ejercicios enfocados en el juego en equipo:

22. El 3 vs 2 y 2vs1.

Objetivo: Aplicar la superioridad numérica.

Descripción: Un equipo de tres jugadores intenta superar a un equipo de dos en un espacio reducido.

Variante: Un equipo de dos jugadores intenta superar a un jugador en un espacio reducido.

23. El fútbol tenis:

Objetivo: Mantener la dinámica del movimiento del balón.

Descripción: Los jugadores se enfrentan en parejas y utilizan una pared para mantener el balón en juego.

24. El partido de mini-porterías con reglas especiales:

Objetivo: Aplicar el reglamento del fútbol.

Describir: Puedes establecer reglas como "prohibido dar más de dos toques al balón" o "obligatorio hacer un pase antes de disparar".

Orientaciones metodológicas para futbolista de 6 a 8 años:

- Adapta los ejercicios: Ajusta la dificultad de los ejercicios según la edad y el nivel de los niños.
- Varía los ejercicios: Cambia los ejercicios con frecuencia para mantener el interés y evitar la monotonía.
- Fomenta la creatividad: Permite que los niños experimenten y encuentren sus propias soluciones.
- Corrige los errores de forma positiva: Ofrece feedback constructivo para que los niños puedan mejorar.

- Haz que sea divertido: El juego debe ser siempre la prioridad. Utiliza elementos lúdicos para mantener la motivación de los niños.
- Consideraciones Adicionales:
- Adapta los ejercicios: Siempre ajusta los ejercicios al nivel y las habilidades de los niños.
- Varía los ejercicios: Cambia los ejercicios con frecuencia para mantener el interés y evitar la monotonía.
- Fomenta la creatividad: Permite que los niños experimenten y encuentren sus propias soluciones.
- Corrige los errores de forma positiva: Ofrece feedback constructivo para que los niños puedan mejorar.
- Recuerda: El objetivo principal es que los niños disfruten del juego y desarrollen sus habilidades de manera natural. ¡No dudes en combinar estos ejercicios con los que ya conoces para crear sesiones de entrenamiento variadas y divertidas!
- Adapta los ejercicios: Ajusta la dificultad de los ejercicios según la edad y el nivel de los niños.
- Fomenta la comunicación: Anima a los niños a comunicarse entre ellos durante los ejercicios.
- Corrige los errores: Observa a los niños y corrígelos de manera individualizada.
- Haz que sea divertido: El juego debe ser siempre la prioridad. Utiliza elementos lúdicos para mantener la motivación de los niños.
- Varía los ejercicios: Cambia los ejercicios con frecuencia para evitar la monotonía y mantener el interés de los niños.
- Recuerda: El objetivo principal de estos ejercicios es que los niños disfruten del juego y desarrollen sus habilidades de manera natural. ¡No te olvides de celebrar sus logros y fomentar el espíritu de equipo!

Ejercicios simplificados defensivos para niños de 6 a 8 años en el fútbol.

Ejercicios defensivos simplificados y adaptados para niños de 6a 8 años, enfocados en desarrollar habilidades básicas como el posicionamiento, la anticipación y el robo del balón:

Ejercicios de posicionamiento

25. El Guardia del Tesoro:

Objetivo: Defender el balón para evitar que se lo roben.

Descripción: Se coloca un objeto en el centro de un círculo. Un jugador es el "guardia" y debe proteger el tesoro de los demás. Los demás intentarán quitarle el tesoro.

Variante: En un cuadrante 6 jugadores ofensivos son guardianes de su balón, y otros 6 intentaran robarle el balón en un tiempo de 30 segundos y cambio.

26. El Rey de la Montaña:

Objetivo: Demostrar su fuerza ante el jugador contrario.

Descripción: Similar al anterior, pero en lugar de un objeto, los jugadores intentan empujar al rival fuera de un círculo para convertirse en el "rey".

27. El Congelado:

Objetivo: Evitar ser tocado con el balón

Descripción: Un jugador con el balón intenta pasar a otro jugador sin que este sea tocado por un defensor. Si es tocado, queda "congelado" hasta que otro compañero lo "descongele" con un pase.

Variante: Los defensores evitan que descongelen a sus s compañeros congelados.

Ejercicios de anticipación y robo del balón

28. El Roba-balón:

Objetivo: Evitar el robo del balón

Descripción: Se dividen los jugadores en dos equipos. Un equipo tiene el balón y el otro intenta robárselo.

Variante: Se puede establecer un límite de tiempo para cada posesión.

Ejercicios de despeje y cabezazo

29. El Volcán:

Objetivo: Golpear el balón lo más fuerte posible.

Descripción: Se coloca un cono en el centro del círculo. Los jugadores deben despejar el balón lanzado por el ayudante del entrenador lo más lejos posible del cono con la cabeza.

Variante: Dos jugadores uno frente a la portería y otro detrás, se pasan el balón de cabeza por encima de la portería.

30. El Cabezazo Suave:

Objetivo: tocar suave el pase de cabeza adaptación al golpe.

descripción: Los jugadores se pasan el balón con la cabeza a baja altura.

Ejercicios de marcaje individual y zonal

32. El Escondite:

Objetivo: Evitar con el cuerpo que le quiten el balón.

Descripción: Un jugador tiene un objeto en sus manos, los contrarios deben intentar quitarle el objeto (un balón, un cono). El ofensivo se resiste a entregar el objeto.

Variante: 1vs1, tratan de quitarle el balón en un círculo pequeño

33. La Zona de Defensa:

Objetivo: Lograr que los jugadores ofensivos pasen el balón al área contraria y que los defensas eviten el pase.

Descripción: Pase y defensa. En un cuadrante dividido en 3 zonas se colocan 4 jugadores en cada zona, los jugadores del fondo tratan de pasarse el balón, los del medio intentan interceptar el balón, y si lo interceptan van al fondo y los interceptados pasan al medio.

Variante: Se puede hacer el mismo ejercicio realizan el mismo ejercicio, pero en vez de 4 jugadores pueden ser de 1 ,2 ,3 jugadores colocados igual que el ejercicio anterior.

Ejercicios de interceptación y recuperación del balón

34. El Pase y la Intercepción:

Objetivo: Aplicar rondo de 2vs2, evitando la intercepción del balón.

Descripción: Dos equipos se pasan el balón tratando de evitar que el equipo contrario lo intercepte.

Variante: Poder ser Rondo de 2x1, 2x2, 3x3

35. El Carrera de Obstáculos con Robo:

Objetivo: Lograr quitar el balón antes de que puedan rebasar los obstáculos.

Descripción: Similar a la carrera de obstáculos, pero los jugadores deben intentar robarse el balón entre sí mientras superan los obstáculos.

Variante: Se proyectan varios obstáculos, en el terreno, que los jugadores ofensivos deben de pasar, el defensa evita que pasen, estos obstáculos son: Conos para correr en zigzag, túnel de conos, Pared para golpear y recibir pase, ec.

Ejercicios de despeje y cabezazo

36. El Volcán (variante):

Objetivo: Cabecear el balón en cada cono balón lanzado por un compañero que estará en cada cono.

Descripción: Se colocan varios conos y los jugadores deben despejar, Cabecear el balón en cada cono balón lanzado por un compañero que estará en cada cono.

Variante: se colocan conos a una distancia determinada y los jugadores con balón lanzado de superar la distancia de los conos, y cada vez que lo hagan se corre más.

37. El Cabezazo Directo:

Objetivo: dirigir el cabezazo con efectividad hacia un área determinada

Descripción: Los jugadores se pasan el balón con la cabeza tratando de apuntar a una zona específica.

Variante: En movimiento se le lanza el balón y tratan de dirigirlos hacia un ángulo de la portería.

38. El Cabezazo y el Tiro:

Objetivo: Combinar cabezazo con tiro a portería.

Descripción: Los jugadores cabecean el balón hacia un compañero que debe disparar a puerta.

Juego combinado

40. El Partido de Mini-porterías con Reglas Específicas: Se pueden establecer reglas como "prohibido pasar el medio del campo" o "obligatorio hacer un despeje con la cabeza después de tres pases".

Orientaciones metodológicas:

Adaptación: Ajusta la dificultad de los ejercicios según la edad y el nivel de los niños.

Juego: Prioriza el juego sobre la técnica. Los niños deben divertirse mientras aprenden.

Positivismos: Fomenta un ambiente positivo y corrige los errores de manera constructiva.

Seguridad: Asegúrate de que los espacios de juego sean seguros y que los niños utilicen el equipo adecuado.

Recuerda: El objetivo principal es que los niños adquieran las bases de la defensa de manera lúdica y progresiva. Al trabajar estos conceptos básicos, estarás preparando a los niños para enfrentar situaciones más complejas en el futuro.

Adapta los ejercicios: Siempre ajusta la dificultad de los ejercicios según la edad y el nivel de los niños.

Varía los ejercicios: Cambia los ejercicios con frecuencia para mantener el interés y evitar la monotonía.

Fomenta la comunicación: Anima a los niños a comunicarse entre ellos durante los ejercicios.

Corrige los errores de forma positiva: Ofrece feedback constructivo para que los niños puedan mejorar.

Haz que sea divertido: El juego debe ser siempre la prioridad. Utiliza elementos lúdicos para mantener la motivación de los niños.

CAPITULO IV

PERIODIZACIÓN DEL MODELO DE JUEGO FORMATIVO. CATEGORÍA 6 A 8 AÑOS

Propuesta de estructura ampliada y detallada:

Dado que has proporcionado una simbología clara:

(P.I P.1, P.2, P.T, C.F, C.P, C.I), podemos construir una estructura más detallada para tu plan anual. Esta propuesta integra los aspectos clave del entrenamiento deportivo para niños de hasta 8 años, considerando tanto los aspectos técnicos como los físicos y la evaluación del progreso.

Estructura General del Plan Anual

1. Introducción:

- Objetivo general del plan.
- Justificación de la estructura en cuatro etapas.
- Descripción de la población objetivo (edad, nivel, etc.).
- Calendario general del año deportivo.

2. Primera Etapa: Iniciación (Semanas 1-12)

- **Objetivos:**
 - Introducir los fundamentos básicos del deporte.
 - Desarrollar habilidades motrices generales.
 - Fomentar el gusto por el fútbol.
- **Contenido:**
 - Juegos y actividades lúdicas.
 - Circuitos de entrenamiento.
 - Ejercicios básicos de coordinación y equilibrio.
- **Evaluación:** P.I

3. Segunda Etapa: Desarrollo (Semanas 13-24)

- **Objetivos:**
 - Perfeccionar las habilidades básicas.
 - Introducir elementos técnicos más específicos.
 - Desarrollar capacidades físicas básicas.
- **Contenido:**
 - Juegos adaptados.
 - Circuitos de entrenamiento más complejos.
 - Ejercicios técnicos específicos.
 - Introducción a la preparación física básica.
- **Evaluación:** P.1

4. Tercera Etapa: Consolidación (Semanas 25-36)

- **Objetivos:**
 - Profundizar en las habilidades específicas del deporte.
 - Desarrollar tácticas básicas.
 - Mejorar el rendimiento físico.
- **Contenido:**
 - Entrenamientos más estructurados.
 - Simulaciones de partidos.
 - Ejercicios de fuerza y potencia específicos.
- **Evaluación:** P.2, P.T, C.F

5. Cuarta Etapa: Transición (Semanas 37-42)

- **Objetivos:**
 - Consolidar los aprendizajes adquiridos.
 - Prevenir lesiones.
 - Preparar el cuerpo para la siguiente temporada.
- **Contenido:**
 - Juegos recreativos.
 - Actividades de relajación.
 - Ejercicios de mantenimiento físico.
- **Evaluación:** C.I

Tabla Detallada de una Semana Tipo (Ejemplo)

Día	Contenido	Duración	Intensidad	Evaluación
Lunes	Calentamiento, ejercicios técnicos, juego	60 min	Moderada	
Miércoles	Calentamiento, circuito de fuerza, juego reducido	60 min	Alta	
Viernes	Calentamiento, ejercicios tácticos, partido amistoso	60 min	Media	
Sábado	Juego	60	alta	

Consideraciones Adicionales

- **Personalización:** Adaptar el plan a las características individuales de cada niño.
- **Variabilidad:** Rotar los ejercicios para mantener la motivación.
- **Progreso gradual:** Aumentar gradualmente la dificultad de los ejercicios.
- **Evaluación continua:** Utilizar las pruebas para ajustar el entrenamiento.
- **Colaboración:** Trabajar en conjunto con padres y otros profesionales.

Ejemplo de una Tabla de Evaluación Anual

Etapas	Prueba	Objetivo
Iniciación (P.I)	Test de coordinación, test de fuerza, test de velocidad	Evaluar habilidades básicas
Desarrollo (P.1)	Test de técnica específica, test de resistencia	Evaluar progreso técnico y físico
Especialización (P.2, P.T, C.F)	Test de técnica específica, test de fuerza, test de resistencia, partidos de control	Evaluar nivel técnico, táctico y físico
Transición (C.I)	Cuestionario de satisfacción, test físico general	Evaluar progreso general y satisfacción

drive_spreadsheetExportar a Hojas de cálculo

Esta propuesta brinda un marco sólido para desarrollar el plan anual.
personalizandola aún más añadiendo elementos como:

- **Registro de asistencia:** Para llevar un seguimiento de la participación de los niños.
- **Registro de lesiones:** Para identificar posibles problemas y prevenir futuras lesiones.
- **Registro de comentarios:** Para recoger las opiniones de los niños y padres.

Simbología:

P. I: Prueba Inicial: Enseñanza básica 1 (Aplicar todas las pruebas)

P. 1: Prueba Intermedia: Consolidación de la enseñanza básica 1 (Aplicar pruebas físicas)

P. 2: Prueba Intermedia: Consolidación de la enseñanza básica 1 (Aplicar pruebas técnicas)

P. T: Especialización de consolidación de la enseñanza básica 1

C.F: Especialización de consolidación de la enseñanza básica 1: Competencia fundamental evaluación técnica

C.P: Competencia Preparatoria: Especialización de consolidación de la enseñanza básica

C. I: Competencias Internas: Especialización de consolidación de la enseñanza básica

Etapas	I			II				III				IV	
Periodo	Periodo Preparatorio												
Etapas	Etapa de iniciación			Etapa de desarrollo				Etapa de consolidación				Etapa de transito	
Sub-etapas	1	2	3	4	5	6		7	8	9	10	11	12
Cantidad de semanas	30 % 12 sem.			30 % 12 sem.				35 % 14 sem.				10 % 4 sem.	

Pruebas	P. I	P.1	P.2	PT
Competencias		CP	CP CP CP CF	CI

Estructura del plan anual.

Modelo de juego formativo para el futbol categoría 6 – 8 años. Porcentajes de preparación física (condicional-coordinativa) general y técnico-táctica y juego

EDAD	6-8 años
P. Técnica -física-juego.	25%
PTac.	10%
PTec.	40%
JUEGO	25%
Frec. Semanal	4x60mtos=180' mtos.
JUEGO	60' mtos
P. Técnica -física-juego.	60' mtos
Prep. Táctica.	24 mtos
Preparación Tecnica.	96mtos
Nº FREC.	3 clase 1 de juego
DUR. Sesión	1 hr 00'
LUNES	P.tec.-fis-juego 20' P.tec.32' y PTT-8 mtos
MIÉRC.	P. tec.-fis-juego 20' P, tec.32' y PTT-8mtos
VIERNES	Ptec.-fis-juego 20' P. tec.32' y PTT-8mtos
SÁBADO	60 Juego

Distribución del plan anual por componente de la preparación de los deportistas.

Macro ciclo		Prep. Técnico Físico-juego		Prep. Técnica		Prep Táctica		Juego	
Día	60	Día	20	Día	32	Día	8	Día	0
Sem.	180	Sem	60	Sem	96	Sem	24	Sem	60
Mes	2160	Mes	720	Mes	1152	Mes	288	Mes	240
Año	21600	Año	7200	Año	11520	Año	2880	Año	2400

Distribución de los objetivos del programa de entrenamiento en el macrociclo trimestral

Ejemplo sintético: edad: 6 a 8 años frecuencia semanal de **Entrenamiento:** 3 días de clase y un día de juego.

MACROCICLO. MODELO DE JUEGOFORMATIVO FUTBOL 5-6 AÑOS											
MESOCICLO	MES	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
DURACIÓN	40 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM	4 SEM
Prep. Técnica. física FUERZA (2400)	7200	180	180	180	180	180	180	180	180	180	180
Prep. Técnica. física RAPIDEZ (2400)		180	180	180	180	180	180	180	180	180	180
Prep. Técnica. física		180	180	180	180	180	180	180	180	180	180

RESISTENCIA (2400)											
Prep. Técnica	11520	1152	1152	1152	1152	1152	1152	1152	1152	1152	1152
Prep. Táctica	2880	288	288	288	288	288	288	288	288	288	288
JUEGO	2400	240	240	240	240	240	240	240	240	240	240

frecuencia semanal de entrenamiento por capacidad y técnico táctico

PLANIFICACION DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO TRIMESTRAL 5 A 8 AÑOS

FASE DEL PROCESO DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE MODELO DE JUEGO 6-8 AÑOS											
Etapa	Etapa de Iniciación			Etapa de desarrollo			Etapa de consolidación			Transito	
Meses	1	2	3	4	5	6	7	8	9	11	12
	-Trabajo a ritmo regenerativo. -Mesociclo preparatorio. Adaptabilidad funcional Formación multilateral de las técnicas y desarrollo de las capacidades naturales -Tareas: -Carácter de aprendizaje del futbol. -Aplicar los 5 Pilares del entrenamiento. (semanal) Preparación Técnico 96´ Técnico – físico- juego 60´ -Táctica individual 24´ -Juego 60´ Teórico y Psicológico 5´ -Días de entrenamiento (3) y uno de juego -Tiempo de entrenamiento 60´ -Trabajo del sistema energético 130 a 140/p/m Fuerza con el propio peso corporal - Entrenamiento de detalle (corrección de errores) -tres semanas en el Umbral aeróbico			--Trabajo a ritmo extensivo controlado. -Mesociclo transformación especial. Consolidación y profundización del fondo de Hábitos Motores naturales de los futbolistas -Tareas: -Carácter de consolidación del aprendizaje del futbol. -Aplicar los 5 Pilares del entrenamiento. (semanal) Preparación Técnico 96´ Técnico – físico- juego 60´ -Táctica individual 24´ -Juego 60´ Teórico y Psicológico 5´ -Días de entrenamiento (3) -Tiempo de entrenamiento 60´ -Trabajo del sistema energético 140 a 160/p/m Fuerza con el propio peso corporal - Entrenamiento de detalle (corrección de errores) -Dos semanas en el Umbral aeróbico y una semana en el umbral anaeróbico láctico			--Trabajo a ritmo controlado de competitivo. -Mesociclo transformación especial. Perfeccionamiento del fondo de Hábitos Motores para competir de los futbolistas -Tareas: -Carácter de perfeccionamiento del aprendizaje del contenido futbol aprendido. -Aplicar los 5 Pilares del entrenamiento. (semanal) -Preparación Técnico 96´ -Técnico – físico- juego 60´ -Táctica individual 24´ -Juego 60´ Teórico y Psicológico 5´ -Días de entrenamiento (3) -Tiempo de entrenamiento 60´ -Trabajo del sistema energético +160/p/m -Fuerza con el propio peso corporal - Entrenamiento de Ritmo) -Una semanas en el Umbral aeróbico y una semana en el umbral anaeróbico láctico controlado y una semana en el umbral aláctico intensivo de competición.				

MACROCICLO DE ENTRENAMIENTO

Distribución de los microciclos de un mesociclo del (1-4) – frecuencia diaria 3 días entrenamiento, un día de competencia categoría (6 – 8 ANOS)

Etapas de iniciación

	OBJETIVO	SEMANA 1	SEMANA 2	SEMANA 3	SEMANA 4
LUNES	FuerzaTecn-Juego Veloc. Tecn-Juego Resist.Tecn-Juego técnica táctica	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'
MIÉRCOLES	FuerzaTecn-Juego Veloc. Tecn-Juego Resist.Tecn-Juego técnica táctica	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32'
VIERNES	FuerzaTecn-Juego Veloc. Tecn-Juego Resist.Tecn-Juego técnica	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	FuerzaTecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica: 8'
SABADO	JUEGO	60	60	60	60
TIEMPO		240'	240'	240'	240'

Nota: Es importante tener en cuenta que Distribución de los microciclos de un mesociclo del (1-4) – frecuencia diaria 3 días entrenamiento, un día de competencia categoría (6 – 8 años), El modelo de juego es lineal, quiere decir que los contenidos siempre serán repartidos entre los objetivos planificados, por ejemplo: Fuerza técnica-juego, velocidad técnica – juego; resistencia técnica - juego; Técnica y táctica, como aparece en la tabla anterior, es importante la variedad de ejercicios y juegos para mantener un alto nivel de motivación e interés de los niños practicantes.

Macro ciclo de entrenamiento

distribución de los microciclos de un mesociclo del (5-8) – frecuencia diaria 3 días entrenamiento, un día de competencia categoría (6 – 8 ANOS)

Etapas de desarrollo

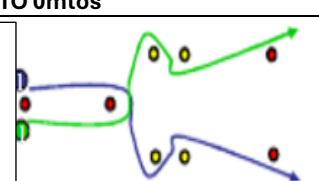
	SEMANA 5	SEMANA 6	SEMANA 7	SEMANA 8
LUNES	Fuerza Tecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica 8'	Veloc. Tecn-Juego: 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	Resist.Tecn-Juego: 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	Fuerza Tecn-Juego 20' Técnica: 32' Táctica 8''
MIÉRCOLES	Veloc. Tecn-Juego: 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	Resist.Tecn-Juego: 20' Técnica: 32' Táctica: 8'	Fuerza Tecn-Juego 24' Técnica: 30' Táctica: 6'	Veloc. Tecn-Juego: 20' Técnica: 32' Táctica: 8'
VIERNES	Resist.Tecn-Juego: 20' Técnica: 32'	Fuerza Tecn-Juego 20'	Veloc. Tecn-Juego: 20' Técnica: 32'	Resist.Tecn-Juego: 20'

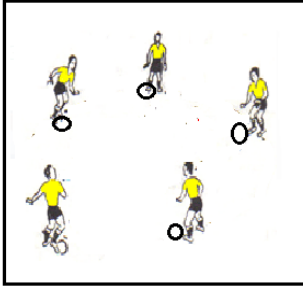
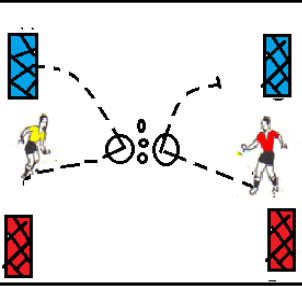
	Táctica: 8´	Técnica: 32´ Táctica 8	Táctica: 8´	Técnica:32´ Táctica: 8´
9SABADO	60	60	60	60
TIEMPO	240´	2480´	240´	240´

Macro ciclo de entrenamiento
distribución de los microciclos de un mesociclo del (9-12) – frecuencia diaria 3 días
entrenamiento, un día de competencia categoría (6 – 8 ANOS)
Etapas de consolidación

	SEMANA 9	SEMANA 10	SEMANA 11	SEMANA 12
LUNES	Fuerza Tecn-Juego 20´ Técnica: 32´ Táctica 8´	Veloc. Tecn-Juego: 20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Resist.Tecn-Juego:20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Fuerza Tecn-Juego 20´ Técnica: 32´ Táctica 8´
MIÉRCOLES	Veloc. Tecn-Juego: 20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Resist.Tecn-Juego:20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Fuerza Tecn-Juego 24´ Técnica: 30´ Táctica: 6´	Veloc. Tecn-Juego: 20´ Técnica:32´ Táctica: 8´
VIERNES	Resist.Tecn-Juego:20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Fuerza Tecn-Juego 20´ Técnica: 32´ Táctica 8	Veloc. Tecn-Juego: 20´ Técnica:32´ Táctica: 8´	Resist.Tecn-Juego:20´ Técnica:32´ Táctica: 8´
SABADO	60	60	60	60
TIEMPO	240´	2480´	240´	240´

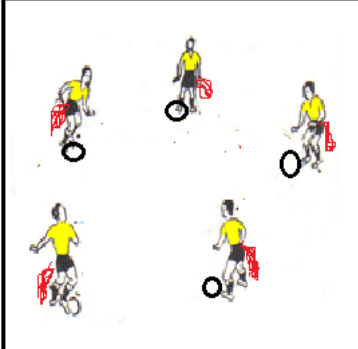
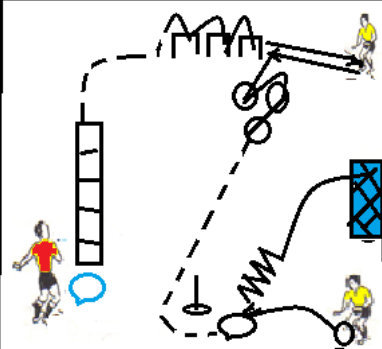
ETAPA INICIACION: ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES DEL 1RE
TRIMESTRE
CATEGORIA 7 A 8 AÑOS

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años			Periodo		Preparatorio	Dia	L	25/08/2024	
			Mesociclo		Preparación	Hora	16h00		
			Microciclo 1		Etapas Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 1	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL 50mtos									
TECNICA TAREA 1 Y 2 1. Ejercicio, malabarismo toque del balón (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones)					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por repeticiones				

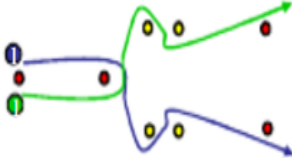

Ej 1. Regate a diferentes direcciones con acciones de malabarismo y toques orientados por el entrenador.
Ej- 2. Dos jugadores, 4 porterías dos azules y dos rojas, se ejecuta la acción técnica en equipo, a la voz del entrenador “ya”, ambos jugadores corren al centro del aro y realizan skipping, cuando el entrenador diga el color de la portería rápidamente se desplazan.
Ej.3. Ejercicio táctico, uno ataca otro defiende, realizan una acción y cambio de posición.

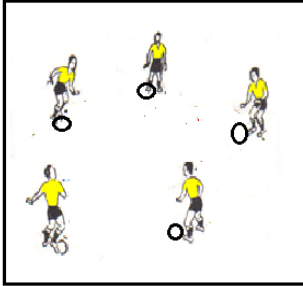
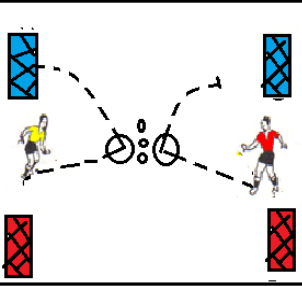
TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.
Ej 1: Robo del pañuelo 10mts continuo. **Ej2:** 10mts continuo. Descanso el traslado.

Ej.1 Los jugadores con el balón intentan quitarle el pañuelo a su compañero sin abandonar su balón.
Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + escalera+ salida, + vallitas+ control y pase+ salto aros +salida+ 10 flexiones + regate + tiro a portería.

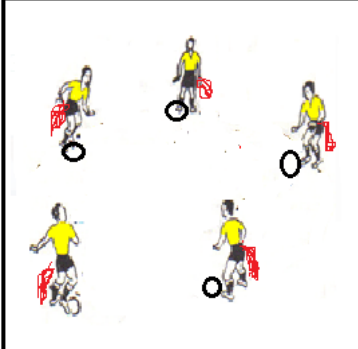
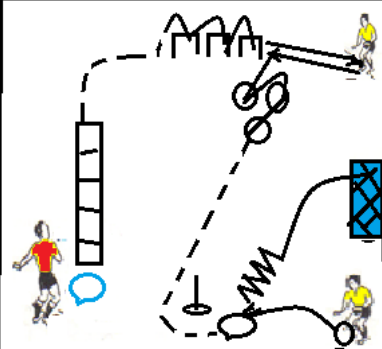
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años				Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024	
				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 2	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mts									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL 50mts									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio, malabarismo toque del balón (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones)					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso. por repeticiones				


Ej 1. Regate a diferentes direcciones con acciones de malabarismo y toques orientados por el entrenador.
Ej- 2. Dos jugadores, 4 porterías dos azules y dos rojas, se ejecuta la acción técnica en equipo, a la voz del entrenador “ya”, ambos jugadores corren al centro del aro y realizan skipping, cuando el entrenador diga el color de la portería rápidamente se desplazan.
Ej.3. Ejercicio táctico, uno ataca otro defiende, realizan una acción y cambio de posición.

TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.
Ej 1: Robo del pañuelo. 10mto. **Ej2:** 10mto continuo. Descanso el traslado.

Ej.1 Los jugadores con el balón intentan quitarle el pañuelo a su compañero sin abandonar su balón.

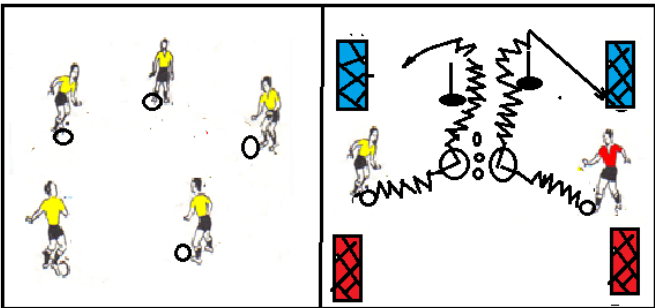
Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + escalera+ salida, + vallitas+ control y pase+ salto aros +salida+ 10 flexiones + regate + tiro a portería.

Parte final. Recuperación y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años					Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
					Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
					Microciclo 1	Etapas Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 3
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mto									
Calentamiento General: Rodar suave 3 ´ Estirar 2 ´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5 ´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL					50mto				
TECNICA TAREA 1 Y 2					TACTICA Tarea 3.				

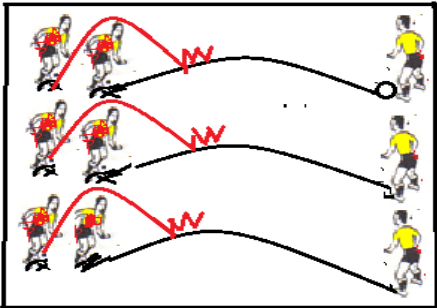
Ejercicio 1, malabarismo toque del balón
(3rep. /5' + 1 descanso por repeticiones)

Ejercicio 2. Regate y toma de decisión.



2rep./3' + 1 descanso, por repeticiones

Ejercicio táctico: Anticipación



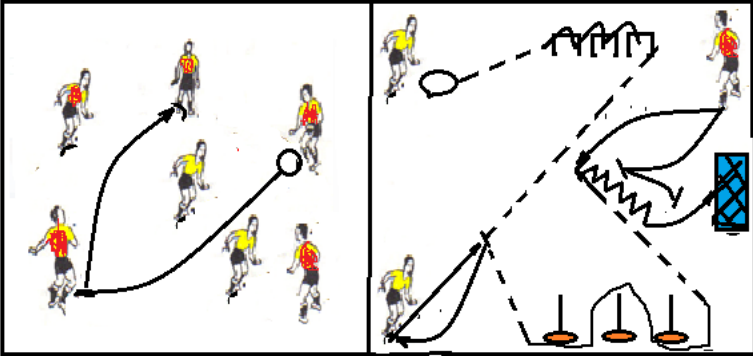
Ej 1. Regate a diferentes direcciones con acciones de malabarismo y toques orientados por el entrenador. Rollo de suela, toque borde interno con el interior del pie ambos pies+ corte interior + tijeras.

Ej- 2. Dos jugadores, 4 porterías dos azules y dos rojas, se ejecuta la acción técnica en equipo, a la voz del entrenador “ya”, ambos jugadores conducen hasta el centro del aro y realizan malabarismo con el balón

Ej.3. Ejercicio táctico, anticipación recepción y conducción.

TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.

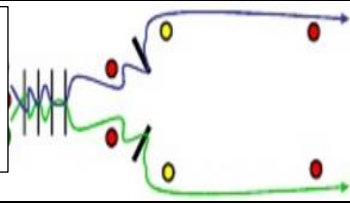
Ej 1: Rondo 5vs2. 10mto . **Ej2:** 10mto continuo. Descanso el traslado.



Ej.1 Juego Rondo 5vs2, exigir defensa activa, el que intercepta pasa a la ofensiva.

Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + salida 5m + vallitas+ salida 10m y control y pase+ salida 5m + esalon, + salida 10m + juego 1vs1.

Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años					Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
					Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
					Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 4
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mto									
Calentamiento General: Rodar suave 3 ´ Estirar 2 ´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5 ´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL					50mto				
TECNICA					TACTICA				

TAREA 1 Y 2

Ejercicio 1, malabarismo toque del balón
(3rep. /5' + 1 descanso por repeticiones)

Ejercicio 2. Regate y toma de decisión.

Tarea 3.

2rep./3' + 1 descanso, por repeticiones

Ejercicio táctico: Anticipación

Ej 1. Regate a diferentes direcciones con acciones de malabarismo y toques orientados por el entrenador. Rollo de suela, toque borde interno con el interior del pie ambos pies+ corte interior + tijeras.

Ej- 2. Dos jugadores, 4 porterías dos azules y dos rojas, se ejecuta la acción técnica en equipo, a la voz del entrenador “ya”, ambos jugadores conducen hasta el centro del aro y realizan malabarismo con el balón

Ej.3. Ejercicio táctico, anticipación recepción y conducción.

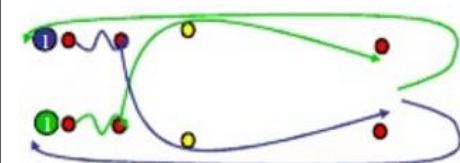
TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.

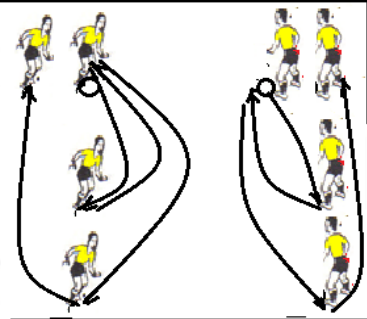
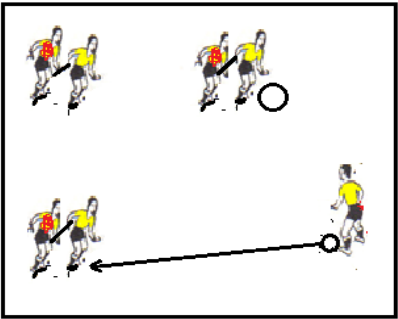
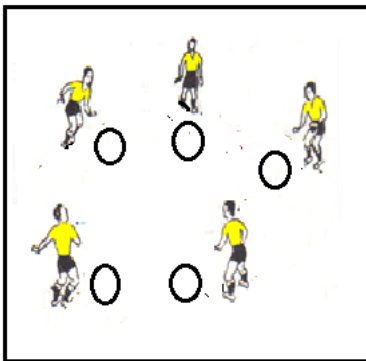
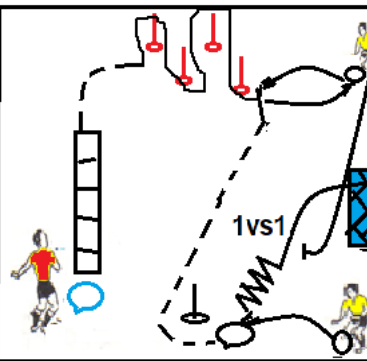
Ej 1: Rondo 5vs2. 10mto. Ej2: 10mtos continuo. Descanso el traslado.

Ej.1 Juego Rondo 5vs2, exigir defensa activa, el que intercepta pasa a la ofensiva.

Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + salida 5m + vallitas+ salida10m y control y pase+ salida 5m + esalon, + salida 10m + juego 1vs1.

Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

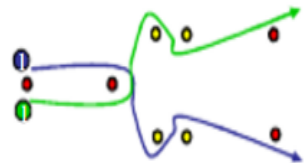
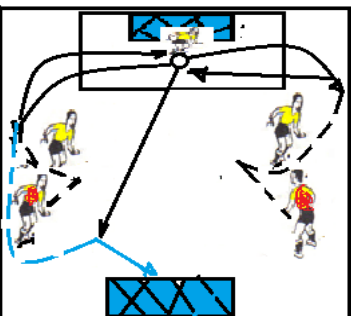
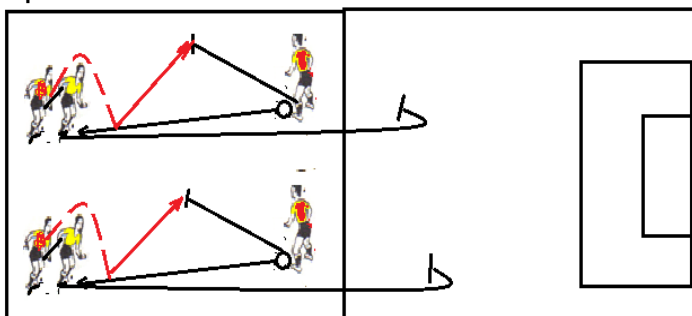
Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría: 7 a 8 años				Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024	
				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 5	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									

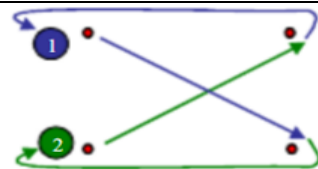
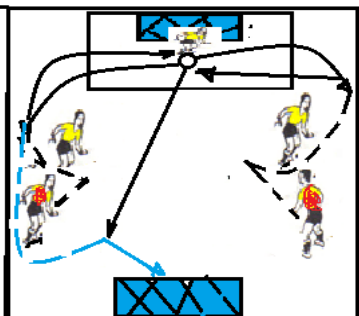
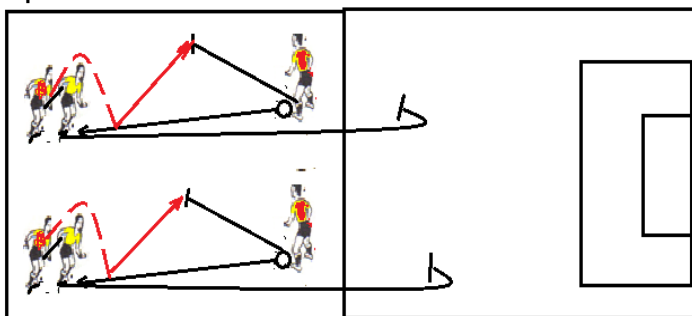
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, rondo 3vs1 dos toques del balón (3rep./5' + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Tiro a portería con fintas. 3rep/ con 1mto de descanso. Ej: 3. Pases laterales.	TACTICA Tarea 3. 2rep./3' + 1 descanso, por repeticiones Ejercicio táctico de anticipación y cubrir el balón.
   Ej 1. Rondo 3vs1, acción táctica defensiva intensa y toques orientados por el entrenador. Ej- 2. Los jugadores inician al lateral de la cancha con balón en ambos lados izquierda -derecha e inician ataque a la portería, en el primer eslabon regate y finta de tiro + regate ´ finta de tiro ´ regate ´ tiro a portería. Ejercicio 3. Tres jugadores en líneas, se inicia haciendo pases uno al otro en línea como aparece en la figura rotando voy a la posición donde paso. Ej.3. Ejercicio táctico, Cerrar al defensor, cubrir el balón para evitar intercepción, primero sin recurso, luego colocamos un balón al suelo y a forzar, y por último pase y evitar la anticipación bloqueando al jugador.	TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Malabarismo sobre aros. 2rep/4mto con 1mto de descanso. Ej2: 10mto continuo. Descanso el traslado.   Ej.1 Los jugadores cada uno con un aro, realizan ejercicios dentro fuera, alternos, por detrás, saltos giros etc creatividad del deportista. Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + escalera+ salida, + zigt zag entre eslabon + control y pase+ salida10m + control+ regate + 1vs1
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.	

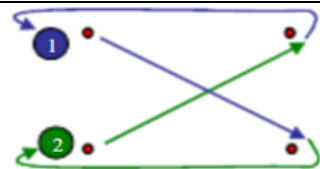
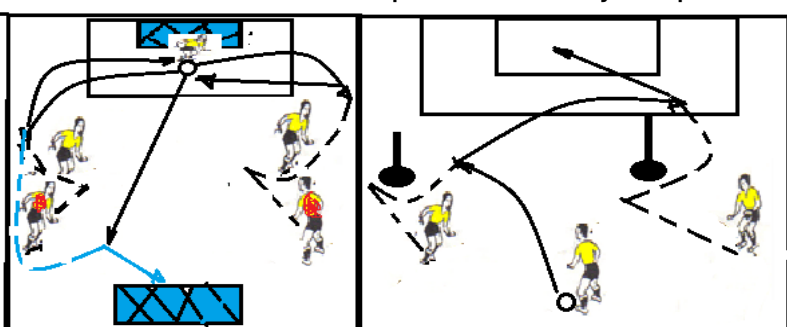
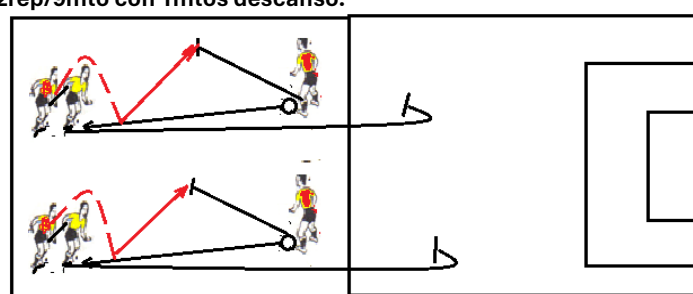
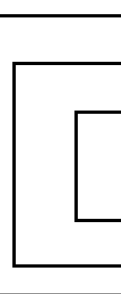
ETAPA DESARROLLO: ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES

CATEGORIA 7 A 8 AÑOS

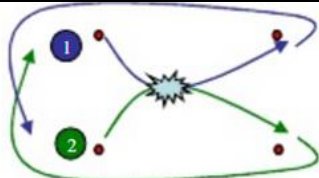
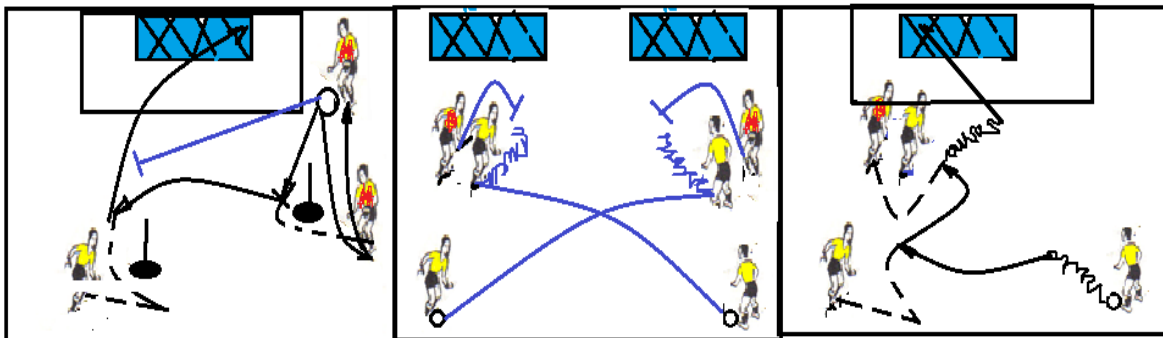
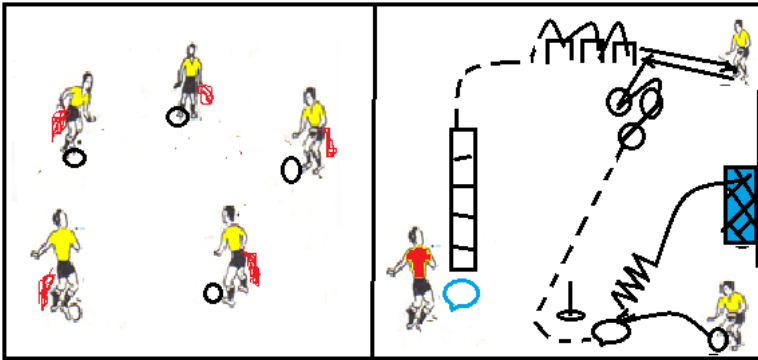
Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años					Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024
					Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
					Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 7
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mto									

Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL		50mtos							
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Regate libre automatización de gestos (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios de salidas. 3rep/ con 1mto de descanso. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso		TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por la espalda de contrario y tiro a portería							
									
Ej 1 Los jugadores harán habilidades de regates, rollos arriba, atrás, lateral, pisar el balón, fintas, toque interior y exterior, amago y salida, orientado por el entrenador y libre. Ej- 2. Dos jugadores ofensivos de rojos y dos de amarillos estos últimos defensores, los jugadores de rojo hacen un desmarque hacia adentro. Y control a la espalda del defensor el pase del portero, luego devuelven el balón al portero, el otro compañero de rojo, hace el mismo desmarque y busca el balón a la espalda del defensor, control y devuelve al portero, quien pasa largo al primer ofensivo de rojo que contrataca y tira a portería. Ejercicio 3. Tres jugadores ofensivos realizan desmarque al costado del rival, recepción y tiro a portería. TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Un jugador rojo le pasa a su compañero que hace un desmarque por delante anticipándose, luego le devuelve el pase de nuevo a su compañero, y el amarillo corre al campo contrario a defender juego de 2vs1. 2rep/9mto con 1mtos descanso.									
									
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									
Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años		Periodo Mesociclo Microciclo 1	Preparatorio Preparación Etapa Prep General	Dia Hora Sesión Matutina	L 16h00 1	25/08/2024 Clase N0. 8			
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									

Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL					50mtos				
TECNICA					TACTICA				
TAREA 1 Y 2					Tarea 3.				
Ejercicio 1, Regate libre automatización de gestos (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios de salidas. 3rep/ con 1mto de descanso. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso					2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por la espalda de contrario y tiro a portería				
									
Ej 1 Los jugadores harán habilidades de regates, rollos arriba, atrás, lateral, pisar el balón, fintas, toque interior y exterior, amago y salida, orientado por el entrenador y libre. Ej- 2. Dos jugadores ofensivos de rojos y dos de amarillos estos últimos defensores, los jugadores de rojo hacen un desmarque hacia adentro. Y control a la espalda del defensor el pase del portero, luego devuelven el balón al portero, el otro compañero de rojo, hace el mismo desmarque y busca el balón a la espalda del defensor, control y devuelve al portero, quien pasa largo al primer ofensivo de rojo que contrataca y tira a portería. Ejercicio 3. Tres jugadores ofensivos realizan desmarque al costado del rival, recepción y tiro a portería. TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Un jugador rojo le pasa a su compañero que hace un desmarque por delante anticipándose, luego le devuelve el pase de nuevo a su compañero, y el amarillo corre al campo contrario a defender juego de 2vs1. 2rep/9mto con 1mto de descanso.									
									
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									
Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años					Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
					Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
					Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 8
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									

Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714			
PARTE PRINCIPAL		50mtos	
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Regate libre automatización de gestos (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios de salidas. 3rep/ con 1mto de descanso. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso		TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por la espalda de contrario y tiro a portería	
			
Ej 1 Los jugadores harán habilidades de regates, rollos arriba, atrás, lateral, pisar el balón, fintas, toque interior y exterior, amago y salida, orientado por el entrenador y libre. Ej- 2. Dos jugadores ofensivos de rojos y dos de amarillos estos últimos defensores, los jugadores de rojo hacen un desmarque hacia adentro. Y recepciona a la espalda del defensor el pase del portero, luego devuelven el balón al portero, el otro compañero de rojo, hace el mismo desmarque y busca el balón a la espalda del defensor, recepciona y devuelve al portero, quien pasa largo al primer ofensivo de rojo que contrataca y tira a portería. Ejercicio 3. Tres jugadores ofensivos realizan desmarque al costado del rival, recepción y tiro a portería. TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Un jugador rojo le pasa a su compañero que hace un desmarque por delante anticipándose, luego le devuelve el pase de nuevo a su compañero, y el amarillo corre al campo contrario a defender juego de 2vs1. 2rep/9mto con 1mto de descanso.			
			
Parte final. Recuperación y pase de lista, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.			

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años	Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024
	Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
	Microciclo	Etapas Prep	Sesión	1	Clase N0. 9
	1	General	Matutina		

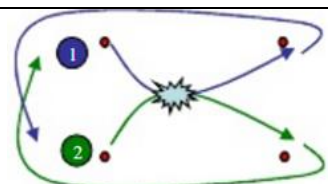
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL 50mtos									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Pase , desmarque , recepción y 1vs1. (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios pase recepción en el pivot y 1vs 1. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por detrás , recepción y tiro				
									
Ej 1 Los jugadores de rojos se pasan el balón entre sí, uno de los rojos corta por delante del esalon recepción y pasa al amarillo que había realizado un desmarque y cambio de dirección, recepción y va 1vs1 con el rojo. Ej- 2. Los amarillos atacan y los rojos defienden, en este caso el amarillo hace pase a a su compañero en el pivot, este recibe y trabaja 1vs1. Ejercicio 3. Desmarque por detrás con recepción y tiro a portería. TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Robo del pañuelo 10mtos continuo. Ej2: 10mtos continuo. Descanso el traslado.									
					Ej.1 Los jugadores con el balón intentan quitarle el pañuelo a su compañero sin abandonar su balón. Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + escalera+ salida, + vallas+ control y pase+ salto aros +salida+ 10 flexiones + regate + tiro a portería.				
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años	Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
	Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
	Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 10
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO					

P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1

CALENTAMIENTO 0mtos

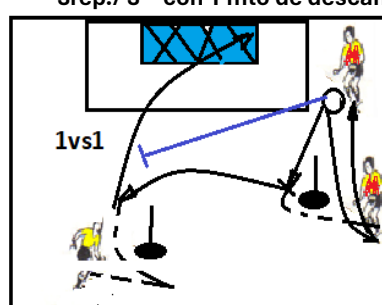
Calentamiento General:
 Rodar suave 3´ Estirar 2´
 5 salidas cortas 10 a 15m (5´)
 Calentamiento especial Link: (1)
<https://www.facebook.com/reel/1076700310930714>

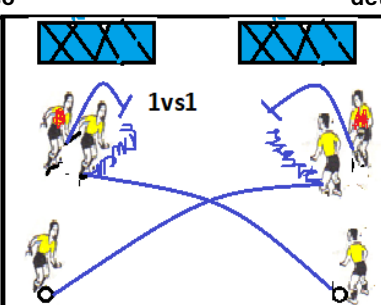


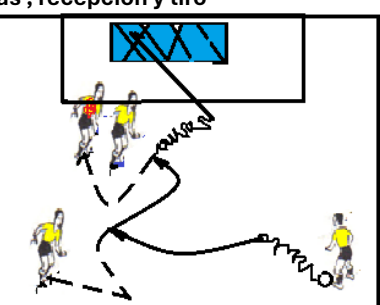
PARTE PRINCIPAL 50mtos

TECNICA
TAREA 1 Y 2
Ejercicio 1, Pase, desmarque, recepción y 1vs1.
 (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones)
Ej: 2. Ejercicios pase recepción en el pivot y 1vs 1.
 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso

TACTICA
Tarea 3.
 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep
Ejercicio táctico: Desmarque por detrás , recepción y tiro







Ej 1 Los jugadores de rojos se pasan el balón entre sí, uno de los rojos corta por delante del esalon recepción y pasa al amarillo que había realizado un desmarque y cambio de dirección, recepción y va 1vs1 con el rojo.

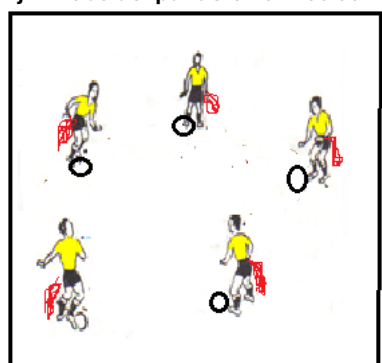
Ej- 2. Los amarillos atacan y los rojos defienden, en este caso el amarillo hace pase a a su compañero en el pivot, este recibe y trabaja 1vs1.

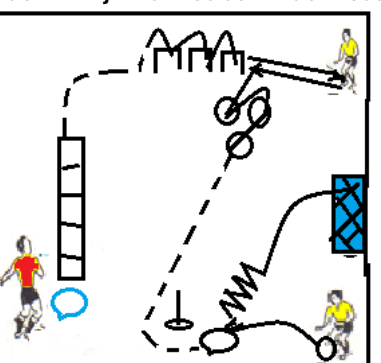
Ejercicio 3. Desmarque por detrás con recepción y tiro a portería.

TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.

Ej 1: Robo del pañuelo 10mtos continuo.

Ej2: 10mtos continuo. Descanso el traslado.





Ej.1 Los jugadores con el balón intentan quitarle el pañuelo a su compañero sin abandonar su balón.

Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + escalera+ salida, + vallitas+ control y pase+ salto aros +salida+ 10 flexiones + regate + tiro a nortería.

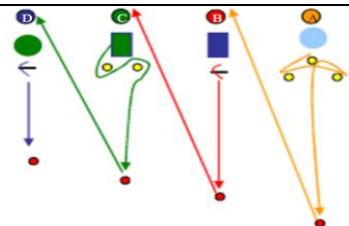
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años	Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
	Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
	Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 11
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO					

P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1

CALENTAMIENTO 0mtos

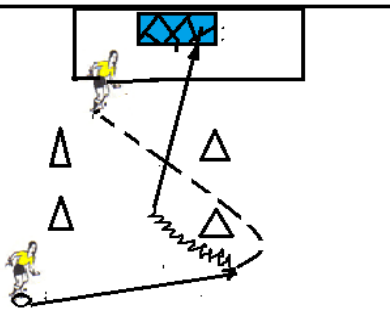
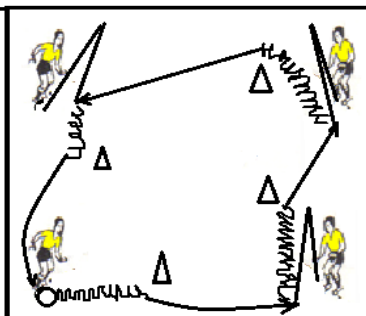
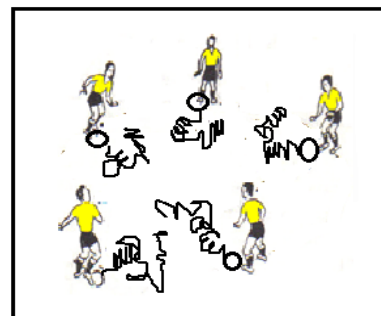
Calentamiento General:
Rodar suave 3´ Estirar 2´
5 salidas cortas 10 a 15m (5´)
Calentamiento especial Link: (1)
<https://www.facebook.com/reel/1076700310930714>



PARTE PRINCIPAL 50mtos

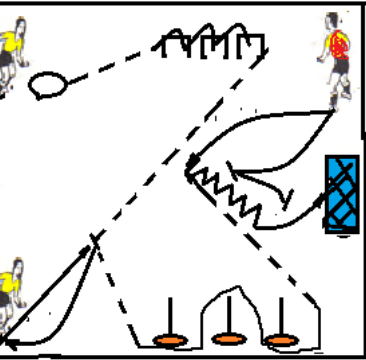
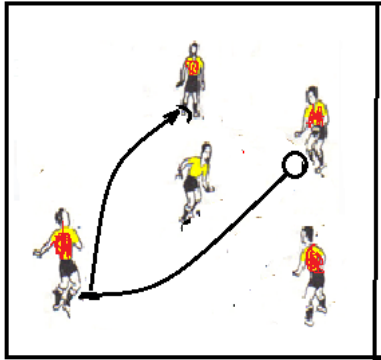
TECNICA
TAREA 1 Y 2
Ejercicio 1, Malabarismo con el balón.
(3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones)
Ej: 2. Ejercicios pase y control.
3rep./ 3´ con 1 mto de descanso

TACTICA
Tarea 3.
2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep
Ejercicio táctico: Desmarque por detrás.



Ej 1: Los jugadores realizan malabarismo con el balón, diferentes toque y desplazamiento dentro del área orientada por el entrenador,
Ej- 2. Los jugadores en grupo de 4, realizan regate + pase entre ellos como indica la figura, y rolan hacia donde hacen el pase.
Ejercicio 3. Desmarque desde atrás, control y giro abierto hacia adentro, para realizar un potente disparo a portería.

TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.
Ej 1: Rondo 4vs1. 1rep. 9mtos 1 descanso Ej2: Circuito fisico tecnico. 9tos.



Ej.1 Los jugadores juegan con el balón 4vs 1 con defensa muy activo por los niños. El jugador que pasa cambia de posición.
Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + salida, + vallas+ salida rápida 10 m+ control y pase +salida 5m + esalon + salida 10m + control v regate + juego 1vs 1.

Parte final. Recuperacion y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

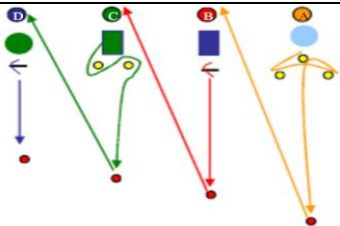
Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría: 7 a 8 años	Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024
	Mesociclo	Preparación	Hora	16h00	
	Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 12

MATERIALES DE ENTRENAMIENTO

P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1

CALENTAMIENTO 0mtos

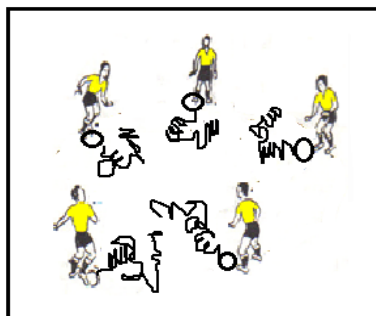
Calentamiento General:
Rodar suave 3´ Estirar 2´
5 salidas cortas 10 a 15m (5´)
Calentamiento especial Link: (1)
<https://www.facebook.com/reel/1076700310930714>

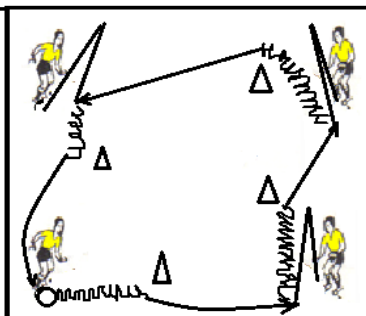


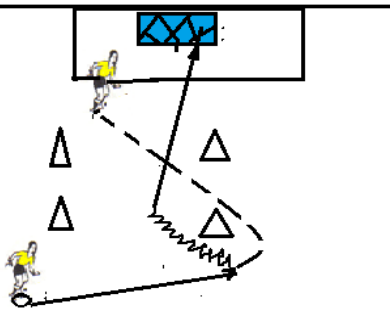
PARTE PRINCIPAL 50mtos

TECNICA
TAREA 1 Y 2
Ejercicio 1, Malabarismo con el balón.
(3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones)
Ej: 2. Ejercicios pase y control.
3rep./ 3´ con 1 mto de descanso

TACTICA
Tarea 3.
2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep
Ejercicio táctico: Desmarque por detrás.

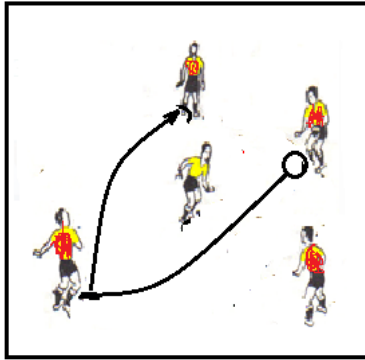


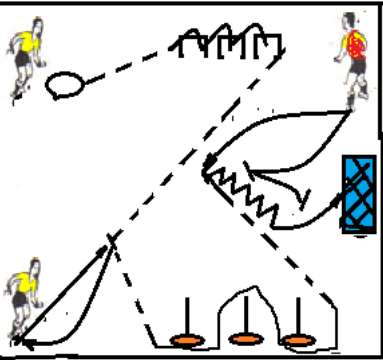




Ej 1: Los jugadores realizan malabarismo con el balón, diferentes toque y desplazamiento dentro del área orientada por el entrenador,
Ej- 2. Los jugadores en grupo de 4, realizan regate + pase entre ellos como indica la figura, y rolan hacia donde hacen el pase.
Ejercicio 3. Desmarque desde atrás, control y giro abierto hacia adentro, para realizar un potente disparo a portería.

TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4.
Ej 1: Rondo 4vs1. 1rep. 9mtos 1 descanso Ej2: Circuito fisico tecnico. 9tos.

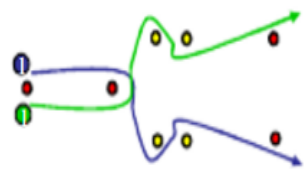
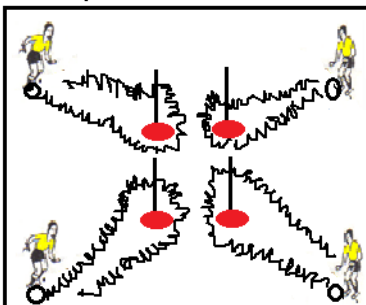
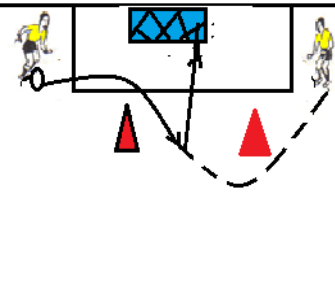
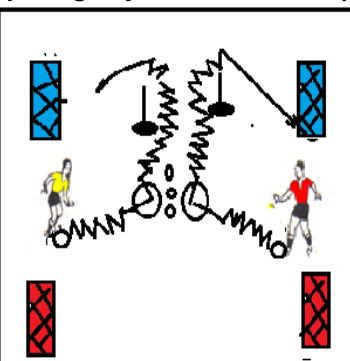
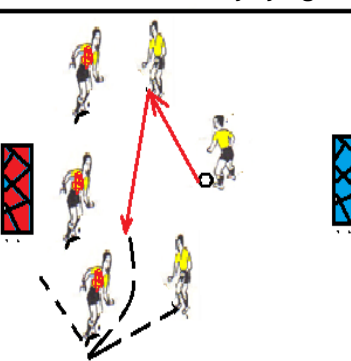


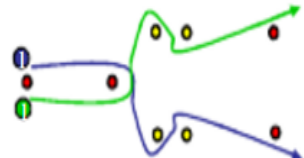
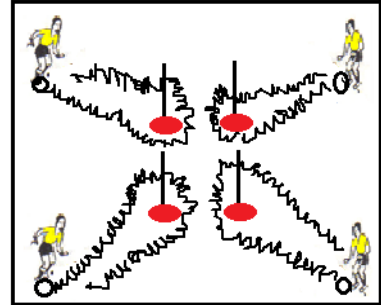
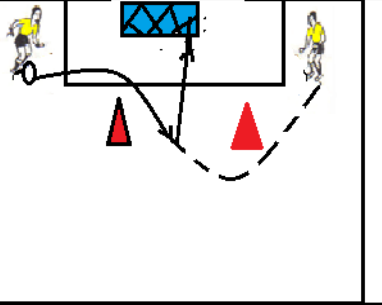
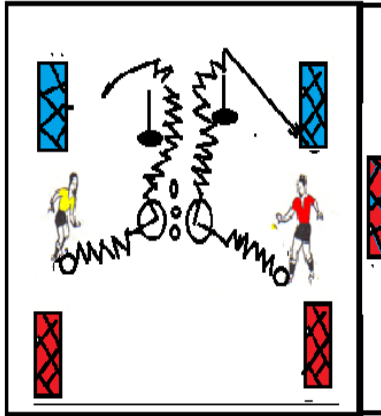


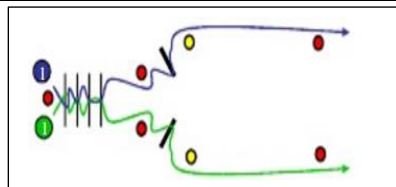
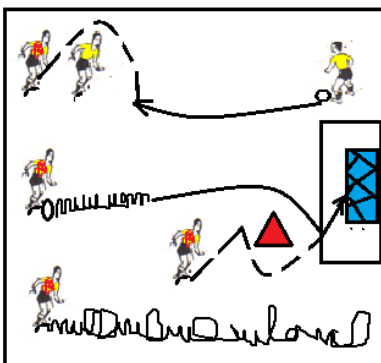
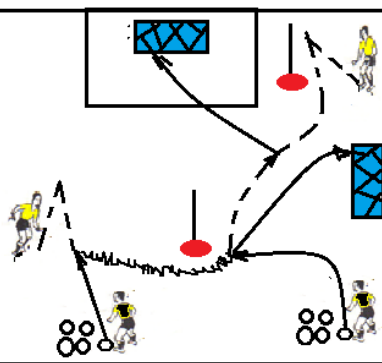
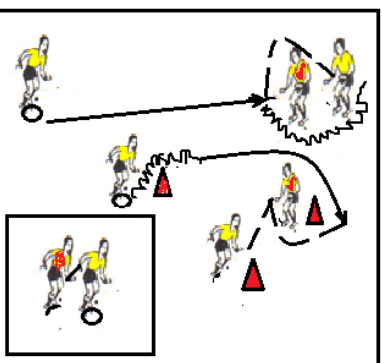
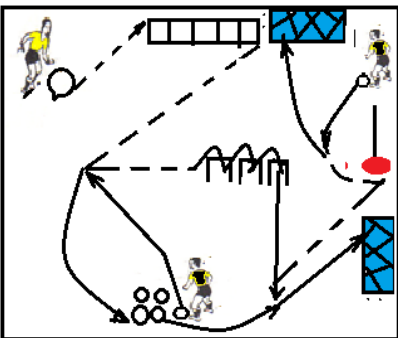
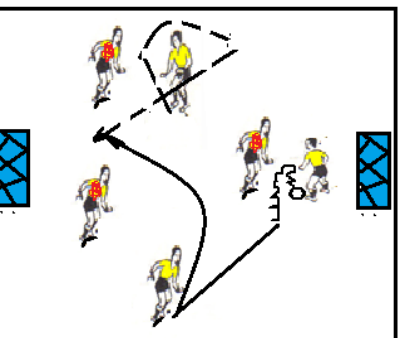
Ej.1 Los jugadores juegan con el balón 4vs 1 con defensa muy activo por los niños. El jugador que pasa cambia de posición.
Ej 2. Los jugadores inician haciendo 10 abdominales + salida, + vallitas+ salida rápida 10 m+ control y pase +salida 5m + esalon + salida 10m + control v regate + juego 1vs 1.

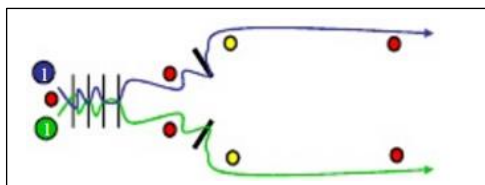
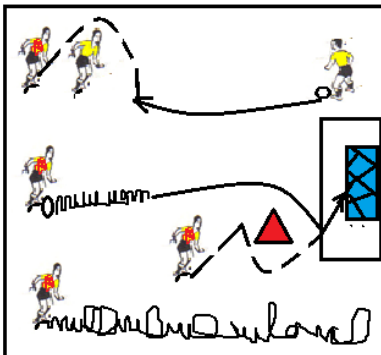
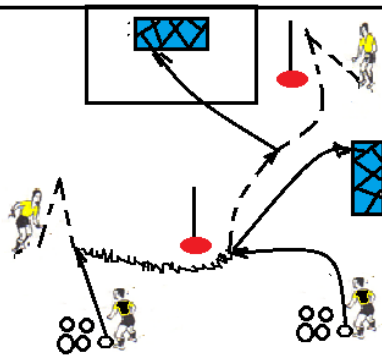
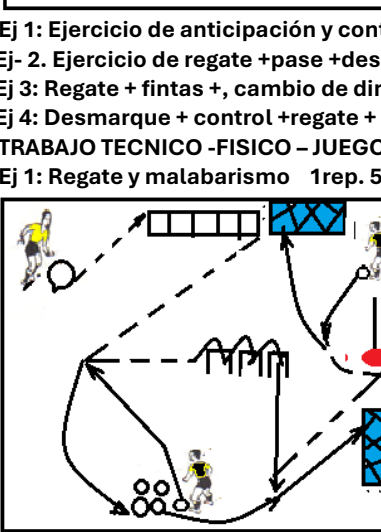
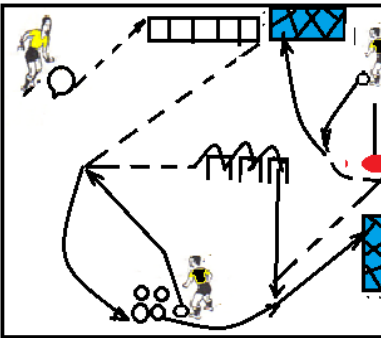
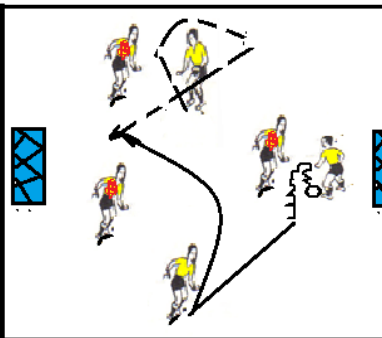
Parte final. Recuperacion y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.

ETAPA DESARROLLO: ORGANIZACIÓN DE LAS CLASES CATEGORIA 7 A 8 AÑOS

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años				Periodo	Preparatorio	Dia	L	25/08/2024	
				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 13	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL 50mtos									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Malabarismo con el balón. (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios pase y control. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por detrás.				
									
Ej 1: Los jugadores realizan conducción por entre el eslabon y regresan a su posición. V-1: al sonido del silbato pararan y hacen malabarismo con el balón, suena el silbato y continúan. con el balón, Ej- 2. Los jugadores se dividen en dos grupos uno hace de pasador y el otro de atacante para controlar y tirar de una a portería. Ejercicio 3. Desmarque a espalda del jugador y desde atrás, combinación y control y pase a su compañero y tiro a portería.									
TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Regate y malabarismo 1rep. 5mtos 1 descanso Ej2: juego 3vs3. 14tos.									
									
Ej.1 Los jugadores conducen el balón hasta el aro, allí inician malabarismo orientado por el entrenador, cuando suena el silbato conducen y tiran a portería. Ej 2. Los jugadores Juegan 3vs3, libre cuando suena un silbatazo, solo pueden dar 2 toques, cuando suena dos veces solo pueden dar hasta 3 toques y cuando suena seguida es un solo toque.									
Parte final. Recuperacion y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría: 7 a 8 años				Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024	
				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 14	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL 50mtos									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Malabarismo con el balón. (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios pase y control. 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por detrás.				
									
Ej 1: Los jugadores realizan conducción por entre el eslabon y regresan a su posición. V-1: al sonido del silbato pararan y hacen malabarismo con el balón, suena el silbato y continúan. con el balón, Ej- 2. Los jugadores se dividen en dos grupos uno hace de pasador y el otro de atacante para controlar y tirar a portería. Ejercicio 3. Desmarque a espalda del jugador y desde atrás, combinación y control y pase a su compañero y tiro a portería.									
TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Regate y malabarismo 1rep. 5mtos 1 descanso					Ej2: juego 3vs3. 14tos.				
					Ej.1 Los jugadores conducen el balón hasta el aro, allí inician malabarismo orientado por el entrenador, cuando suena el silbato conducen y tiran a portería según el color que diga el entrenador. Ej 2. Los jugadores Juegan 3vs3, libre cuando suena un silbatazo, solo pueden dar 2 toques, cuando suena dos veces solo pueden dar hasta 3 toques y cuando suena seguido es a un solo toque				
Parte final. Recuperacion y pase de lsita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil Equipo: Guayaquil Entrenador: Categoría; 7 a 8 años				Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024	
				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 15	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Anticipación (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios Desmarque al costado del rival 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso } Ej3: Regate+ control, + finta+ malabarismo Ej4: Ejercicio técnico combinado					TACTICA Tarea 3. 2rep./3´ + 1 descanso, por Rep. rep Ejercicio táctico: Desmarque por detrás.				
									
									
Ej 1: Ejercicio de anticipación y control Ej- 2. Ejercicio de regate +pase +desmarque costado del rival +control + tiro a portería. Ej 3: Regate + fintas +, cambio de dirección +, cambio de ritmo +, malabarismo. Ej 4: Desmarque + control +regate + control + tiro + control + tiro					Ej2: juego 3vs3. 14tos.				
TRABAJO TECNICO -FISICO – JUEGO: TAREA 4. Ej 1: Regate y malabarismo 1rep. 5mtos 1 descanso					Ej: El circuito comienza con 10 abdominales +salida 5m +escalera + salida 10m + control + pase +salida 5m + vallitas + salida 5m y freno + control + tiro a portería. Ej 2. Los jugadores Juegan 3vs3, libre cuando suena un silbatazo dos toques + dos silbatazos 3 toques, silbatazo corrido libre				
									
Parte final. Recuperacion y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									

Campeonato: Escolar Zona 8 Guayaquil				Periodo	Preparatorio	Día	L	25/08/2024	
Equipo: Guayaquil Entrenador:				Mesociclo	Preparación	Hora	16h00		
Categoría; 7 a 8 años				Microciclo 1	Etapa Prep General	Sesión Matutina	1	Clase N0. 15	
MATERIALES DE ENTRENAMIENTO									
P. rojo	P. Blanco	P. Azul	Conos	Balones	Vallas	Pesas 5kg	Pelota 3kg	Picas	Instalación Campo: 1
0	0	0	1 juego	10	0	0	0	6	1
CALENTAMIENTO 0mtos									
Calentamiento General: Rodar suave 3´ Estirar 2´ 5 salidas cortas 10 a 15m (5´) Calentamiento especial Link: (1) https://www.facebook.com/reel/1076700310930714									
PARTE PRINCIPAL									
TECNICA TAREA 1 Y 2 Ejercicio 1, Anticipación (3rep./5´ + 1 descanso por repeticiones) Ej: 2. Ejercicios Desmarque al costado del rival 3rep./ 3´ con 1 mto de descanso } Ej3: Regate+ control, + finta+ malabarismo Ej4: Ejercicio técnico combinado					TACTICA Tarea 3. 1rep./2´ + sin descanso Ej: táctico 1: anticipación y Desmarque por detrás. Ej_ Táctico 2. Desmarque al costado del rival Ej: táctico 3: Cubrir el balón				
									
									
Ej 1: Ejercicio de anticipación y control Ej- 2. Ejercicio de regate +pase +desmarque costado del rival +control + tiro a portería. Ej 3: Regate + fintas +, cambio de dirección +, cambio de ritmo +, malabarismo. Ej 4: Desmarque + control +regate + control + tiro + control + tiro					Ej2: juego 3vs3. 14tos. Ej: El circuito comienza con 10 abdominales +salida 5m +escalera + salida 10m + control + pase +salida 5m + vallitas + salida 5m y freno + control + tiro a portería. Ej 2. Los jugadores Juegan 3vs3, libre cuando suena un silbatazo dos toques + dos silbatazos 3 toques, silbatazo corrido libre				
									
Parte final. Recuperacion y pase de Isita, Traea para la casa: practicar video Orientado por el entrenador.									

Referencias

- Bustinza Mendizábal, P. (2021). Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol en niños de instituciones educativas de primaria, Puno. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/72100>
- Bustinza Mendizábal, P. (2021). Calderón León, L. Y., Sanabria Arguello, Y. D., y Ortiz Uribe, M. (2021). Efectos de un programa de ejercicios coordinativos sobre los fundamentos básicos del fútbol. VIREF Rev. De Educación Física, 9(4), 138–152. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/345427>
- Carrillo Linares, E., Aguilar Hernández, V., y González Blanco, Y. (2020). El desarrollo de las capacidades físicas del estudiante de Mecánica desde la Educación Física. Mendive. Rev. De Educación, 18(4), 794–807. <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1629>
- Campillo, L. (2021). Actividad física, condición física, funcionamiento cognitivo y psicosocial en preadolescentes y adolescentes. Universidad de Málaga (RIUMA). <https://orcid.org/0000-0001-5952-1829>
- Del Pozzo Mora, J. (2013). Aplicación de las destrezas físicas y su influencia en el desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol en niños de 10 a 12 años de edad de la Academia de Deportes Club Bolívar. <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/6936>
- Lazarus M. L. (2013). Imágenes de lesiones futbol altas en la extremidad superior. Clínicas radiológicas de América del Norte, 51(2), 313-330. <https://doi.org/10.1016/j.rcl.2012.11.002>
- Maya Jariego, I., y Bohórquez, M. (2013). Análisis de las redes de distribución de balón en fútbol: pases de juego y pases de adaptación. Rev. Hispana para el Análisis de Redes Sociales, 24(2), 135-155. <https://www.redalyc.org/pdf/931/93129550006.pdf>
- Palomino Mendoza, M., Cedeño Martínez, M., y Cedeño Martínez, E. (2016). Ejercicios para el desarrollo de la conducción del balón en la intención de juego en el futsal. Rev. de la Facultad de Educación Física de la Universidad de Granma, 13(40). <https://acortar.link/mZ0HgZ>
- Perlaza, A., y Burgos, D. (2023). Ejercicios para mejorar los fundamentos técnicos del pase y tiro al arco en el fútbol. Rev. Internacional de Actividad Física Universidad de Guayaquil, Ecuador, 2(2). <https://revistas.ug.edu.ec/index.php/riaf/article/view/2660/3464>
- Duncan, Weldon, Barnett y Lander (2022), Ciocca, Tessitore, Mandorino y Tschan, (2022) manifiestan en sus investigaciones, que un adecuado diseño de programas para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol,

beneficia el aprendizaje de niños y jóvenes en sus conocimientos del juego, dentro de las actividades tácticas del equipo en cualquier situación o posición en la que se desempeñen los deportistas.

- Aedo-Muñoz, (2020). Propuesta de modelo técnico de pateo en fútbol: Una revisión sistemática de variables cinemáticas y cinéticas. MHSalud, 17(2), 1-12. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mhs/v17n2/1659-097X-mhs-17-02-98.pdf>Alexander
- Castro Figueredo; Esteban Juan Pérez Hernández; Héctor Noa Cuadro. (2020). Methodological proposal for the teaching of the control guided with the sole of foot in indoor soccer. Revista PODIUM, 15(2), 1-12. http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v15n2/en_1996-2452-rpp-15-02-331.pdf
- Campillo, L. (2021)Comparison between global and analytical training methodologies for the development of technical fundamentals skills during soccer initiation training on 8-9 and 10-11 years old children. Biotechnia, 20(2), 1-12. <https://www.redalyc.org/pdf/6729/672971086009.pdf>
- Macias Cantos Carlos Freddy Macías-Cantos; Ángel AnelioMendoza-Loor; Pablo Yeferson Zambrano-Intriago. (2021). Lineamientos metodológicos para la formación de entrenadores de escuela de fútbol en la categoría infantil. Polo del conocimiento, 6(5), 1-12. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8016947.pdf>
- Durán-Delgado, J.; Silvio Alejandro Alcívar-Molina. (2022). Propuesta metodológica para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol. Polo del conocimiento, 7(9), 1-12. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/4641/11137>
- Gamonales, José M.; Salgado-Santos, Miguel Á.; Ibáñez, Sergio J. (2021). Influencia del medio de iniciación al entrenamiento en el diseño de tareas en fútbol escolar (sub-12). MHSalud, 18(2), 1-12. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/mhs/v18n2/1659-097X-mhs-18-02-151.pdf>
- Gallardo Carbo Gonzalo Bladimir; Walter Ricardo García Vélez; Ronald Alberto Feraud Cañizares; Carlos Alberto Paredes Echeverría. (2019). Perfeccionamiento en la técnica de conducción, golpeo y recepción en futbolistas de iniciación. Efdeportes: Lecturas educación física y deporte, 24(251), 1-12. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/download/1243/684?inline=1>
- Jácome, C. A. (2021). Laterality training in the technical and offensive fundamentals of U-12 soccer players. Theoretical validation. Revista

PODIUM, 16(1), 1-12. http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n1/en_1996-2452-rpp-16-01-114.pdf

Ulcuango, E. F. (2022). Importancia de las capacidades coordinativas especiales en el tiro a portería de los futbolistas sub-12. Revista cognosis, 7(1), 1-15. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/4535/4402>

Chasipanta, J. (2021). Bustinza Mendizábal, P., & Oseda Gago, D. (2021). Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos del fútbol en niños de instituciones educativas de primaria, Puno. Ciencia Latina Revista Multidisciplinar, 3895-3912. Obtenido de <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/592/754>

Hernández, C. (16 de Julio de 2021). Psicología Evolutiva y de la Educación . Obtenido de Metodologías de enseñanza y aprendizaje en altas capacidades. : <https://www.becasantander.com/es/blog/metodologias-de-ensenanza.html>

EVALUACIÓN POR PARES**I. Datos del libro**

Título:	Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 años
----------------	--

II. Datos del evaluador 1.

Institución:	Corporación Universitaria del Caribe – CECAR. Colombia.
Grado académico:	Postdoc. Ph.D. MSc. Lic. Profesora Titular.
Fecha de evaluación:	15/03/2025

III. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

IV. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
1. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.	De 0 a 3	3
2. Los resúmenes aportan suficiente información sobre el contenido de los capítulos. - Exponen los objetivos o propósitos. - Enuncian los métodos de la investigación. - Enfoques teóricos que sustentan los capítulos - Principales resultados, discusión y conclusiones. - Palabras clave.	De 0 a 3	3
3. La introducción de los capítulos contiene los siguientes aspectos: - Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio. - Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión.	De 0 a 4	4

- Se expone la justificación de la investigación. - Finaliza con el objetivo.		
4. La metodología enuncia y desarrolla en los capítulos: - Las variables o categorías de estudio. - El enfoque y alcance de la investigación. - La población y muestra o participantes del estudio. - Las técnicas e instrumentos de recolección de datos. - Las técnicas de procesamiento y análisis de datos. - El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto.	De 0-10	9
5. Los capítulos exponen los resultados de la investigación de manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.	De 0-10	9
6. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.	De 0-10	9
7. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).	De 0 a 10	10
8. Selectividad: Los capítulos presentados presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.	De 0 a 15	15
9. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.	De 0 a 10	10
10. Normalidad: Las investigaciones están organizadas y escritas de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.	De 0 a 10	9
11. Los capítulos presentan elementos originales.	De 0 a 15	10
Calificación total	91	

V. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

VI. OBSERVACIONES GENERALES:

Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 Años" es una lectura imprescindible para quienes deseen introducir a los niños en el fútbol de manera efectiva y divertida. Su enfoque integral y práctico no solo beneficia el desarrollo deportivo, sino que también contribuye a formar individuos más completos. Recomiendo encarecidamente este libro a cualquier persona involucrada en la educación y entrenamiento de jóvenes futbolistas.

I. Datos del libro

Título:	Modelo de Juego Fútbol Formativo 6 a 8 años
----------------	--

II. Datos del evaluador 2.

Institución:	Universidad Autónoma del Estado de México.
Grado académico:	Postdoc. Ph.D. MSc. Lic. Professor Titular.
Fecha de evaluación:	17/03/2025

III. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

IV. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
12. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.	De 0 a 3	3
13. Los resúmenes aportan suficiente información sobre el contenido de los capítulos. - Exponen los objetivos o propósitos. - Enuncian los métodos de la investigación. - Enfoques teóricos que sustentan los capítulos - Principales resultados, discusión y conclusiones. - Palabras clave.	De 0 a 3	3
14. La introducción de los capítulos contiene los siguientes aspectos: - Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio. - Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión. - Se expone la justificación de la investigación. - Finaliza con el objetivo.	De 0 a 4	4
15. La metodología enuncia y desarrolla en los capítulos: Las variables o categorías de estudio.	De 0-10	7

• El enfoque y alcance de la investigación. • La población y muestra o participantes del estudio. • Las técnicas e instrumentos de recolección de datos. • Las técnicas de procesamiento y análisis de datos. • El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto.		
16. Los capítulos exponen los resultados de la investigación de manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.	De 0-10	9
17. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.	De 0-10	9
18. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).	De 0 a 10	10
19. Selectividad: Los capítulos presentados presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.	De 0 a 15	13
20. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.	De 0 a 10	10
21. Normalidad: Las investigaciones están organizadas y escritas de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.	De 0 a 10	10
22. Los capítulos presentan elementos originales.	De 0 a 15	10
Calificación total	88	

V. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

VI. OBSERVACIONES GENERALES:

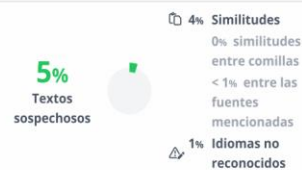
Es una herramienta excepcional para entrenadores y educadores que buscan cultivar el amor por el fútbol en los más pequeños. A través de un enfoque innovador, el autor presenta estrategias que no solo se centran en el desarrollo de habilidades técnicas, sino que también promueven la creatividad y la toma de decisiones en el juego. Las actividades propuestas son dinámicas y adaptables, lo que permite a los entrenadores personalizar las sesiones según las necesidades de sus jugadores. Además, el texto incluye valiosos consejos sobre cómo fomentar un ambiente inclusivo y positivo, donde cada niño se sienta valorado y motivado. Con recursos visuales atractivos y una narrativa clara, este libro se convierte en una referencia esencial para cualquier persona interesada en el fútbol formativo, asegurando que los niños no solo aprendan el deporte, sino que también disfruten del proceso.

CERTIFICADO DE ORIGINALIDAD



CERTIFICADO DE ANÁLISIS
magister

LIBRO MODELO JUEGO FORMATIVO FUTBOL 6-8- AÑOS



Nombre del documento: LIBRO MODELO JUEGO FORMATIVO FUTBOL 6-8- AÑOS.docx
ID del documento: a3c5ada5e9c9ea3e87b9b0044bf4ce344797a173
Tamaño del documento original: 11,14 MB

Depositante: FUNGADE
Fecha de depósito: 21/4/2025
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 21/4/2025

Número de palabras: 38.277
Número de caracteres: 263.596

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	www.dspace.uce.edu.ec La percepción de los estudiantes de la carrera de Ped... 2 fuentes similares	2%		Palabras idénticas: 2% (727 palabras)
2	doi.org Ejercicios para mejorar los fundamentos técnicos del pase y tiro al arco ... 3 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (261 palabras)
3	efdeportes.com https://efdeportes.com/efd125/la-preparacion-fisica-en-la-formacion-de-los-deportistas-de-b...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (73 palabras)
4	ve.scielo.org Fundamentos técnicos del fútbol para el desarrollo motor en estu... 1 fuente similar	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (66 palabras)
5	polodelconocimiento.com https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/download/4641/11137	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (67 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	redgade.com REPOSITORIO DIGITAL FUNGADE - FUNGADE https://redgade.com/libros/	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (26 palabras)
2	Documento de otro usuario #2b5d2f El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (31 palabras)
3	dialnet.unirioja.es Habilidades motrices básicas en los fundamentos técnicos d... https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=352322	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)
4	scielo.sld.cu http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n1/en_1996-2452-rpp-16-01-114.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)
5	Documento de otro usuario #d69147 El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (31 palabras)

Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas) Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

1	https://www.facebook.com/reel/1076700310930714
2	https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/345427
3	https://orcid.org/0000-0001-5952-1829
4	https://doi.org/10.1016/j.rcl.2012.11.002
5	https://acortar.link/mZ0HgZ

SOBRE LOS AUTORES



MSc. Yaxel Ale de la Rosa

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO CON CONDICIÓN DE UNIVERSITARIO COMPU
SUR**

yaxelaledelarosa@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1666-432>

Máster en Entrenamiento Deportivo de la Universidad Central del Ecuador (2020). Ecuador. Licenciado en Cultura Física y Deportes de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba (200). Miembro de la RED internacional de Gestión administrativa, Deporte y Educación – GADE 2017-actualidad. Especialista en Terapia física y rehabilitación. Profesor de pregrado de universidades de Ecuador en el campo del Entrenamiento Deportivo. Profesor de pregrado en varias instituciones de Educación Superior del Ecuador (Universidad Metropolitana del Ecuador, Instituto Superior Tecnológico Libertad, Instituto Superior Tecnológico con condición de Universitario Compu Sur). Investigador categorizado por la Senescyt Ecuador. Autor de más de 20 publicaciones científicas de alto impacto entre artículos y capítulos de libros, publicación de tres libros asociados a la actividad física y el deporte. Participación como ponente magistral y ponente en más de 20 eventos internacionales. Director de tesis de pregrado.



Ph.D. Danilo Charchabal Pérez

Universidad de Guayaquil, Ecuador

PhD en Ciencias de la Cultura Física y Licenciado en Cultura Física. Actualmente, docente en la Universidad de Guayaquil y gestor del programa de Maestría en Entrenamiento Deportivo. Cuenta con más de 40 años de experiencia en la docencia universitaria y la gestión académica en varias universidades de América Latina. Ha sido ponente en múltiples congresos internacionales. Ha dirigido proyectos de investigación FCI con excelentes resultados y participación de docentes y estudiantes. Creador de la carrera de Entrenamiento Deportivo en la Universidad de Guayaquil y gestor de la especialización de la maestría en entrenamiento deportivo, actualmente en funcionamiento. Ha participado en más de 8 congresos internacionales en los últimos 10 años y ha desarrollado cursos de capacitación en metodología de la investigación y entrenamiento deportivo, generando más de 80 artículos científicos en su área laboral. Además, especialista en teoría y metodología del entrenamiento deportivo y preparador físico de fútbol de alto rendimiento, así como especialista en planificador del entrenamiento deportivo en todas las categorías de fútbol. Su experiencia y liderazgo han impulsado la transformación académica en su área, consolidando programas de formación en entrenamiento deportivo en diversas instituciones, clubes, escuelas deportivas de fútbol.

El Modelo de juego formativo para el futbol categoría 6 a 8 años, constituye un elemento importante desde el punto de vista constructivista para la planificación del programa de enseñanza deportiva en el futbol de iniciación.

Este documento constituye un enfoque Integral para el desarrollo deportivo y educativo, se enmarca en un documento especial que describe los componentes y elementos técnicos tácticos, físicos y psicológicos esenciales de esta disciplina, sus objetivos y el tiempo dedicado a cada área de entrenamiento.

Está diseñado para abarcar aspectos técnicos, tácticos, físicos, teóricos y psicológicos, estableciendo una lógica para su avance progresivo.

