

METODOLOGÍA PROPIA DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOL

Por: Carlos Enrique Cortés

A. CON LOS NIÑOS EN EDAD ESCOLAR

El método es el que relaciona al alumno con las materias, por tanto, es la metodología la que va a poner en contacto los fines que se buscan y el elemento a quien se enseña (alumno), la materia que se enseña y quien la enseña (profesor o entrenador).

La metodología es una parte de la didáctica, como ésta lo es de la pedagogía. La metodología estudia los métodos de la enseñanza.

El método es el conjunto de medios dispuestos convenientemente para llegar a un fin que se pretende conseguir.

La enseñanza es la dirección que se le imprime al aprendizaje. La didáctica puede ser general y especial. La primera estudia los problemas de la enseñanza como un todo, estudiando las condiciones generales. La didáctica especial se refiere a un campo bien delimitado, estudia la aplicación de los principios de la didáctica general en la enseñanza de las diversas disciplinas, de manera específica. Las actividades educativo-físicas requieren de una didáctica especial. Así hablamos de una didáctica especial de la gimnasia, del atletismo, de la natación, en nuestro caso del fútbol, etc.

La didáctica especial deportiva, necesita de la aplicación de dos métodos esenciales. —Analítico o Inductivo. (De las partes al todo) y —sintético o deductivo. (Del todo a las partes).

El método Analítico: separa las distintas partes del todo. Parte del conocimiento parti-

cular de los hechos y elevándose de lo particular llega al conocimiento general. Del aprendizaje por separado busca el dominio total de la materia planificada. Puede ser Cualitativo (en cuanto a calidad). Y Cuantitativo (cantidad).

El método Sintético: une las distintas partes para llegar a un todo conocido, busca el aprendizaje mediante la repetición global de la materia. Ambos métodos pueden ser aplicables en la enseñanza del fútbol, pero una combinación de ellos sería más provechoso. Por ello para la enseñanza de los distintos gestos técnicos que conforman este juego se usará el método Sintético - Analítico - Sintético.

1o. ETAPAS METODOLOGICAS:

En el aprendizaje de una técnica sicomotriz se deben considerar las siguientes etapas metodológicas:

a) **Aprensión:** Consiste en crear las imágenes motrices de los diferentes gestos técnicos, plantear las condiciones del proceso y crear conductas favorables al proceso. Para formar la imagen motriz del movimiento es necesario una adecuada gradación y progresión pedagógica junto a la posibilidad de que el niño en forma permanente tenga la oportunidad de ver fútbol de buen nivel técnico.

b) **Ejercitación:** Es la repetición de los diferentes fundamentos en forma variada, interesante, estimulante. Se adquiere precisión, automatización y con ello, economía del movimiento.

c) **Aplicación:** Donde la técnica aprendida se selecciona y refuerza con otro proceso para darle una mejor realización.

Este proceso lo vitaliza, la presencia del profesor. Un profesor debe dominar ampliamente los fundamentos y técnicas de trabajo, aparte de conocimientos técnicos, anatómofisiológicos, psicofógicos y pedagógicos, además poseer vocación, para que su labor sea segura y eficiente.

2. ESQUEMA DE UNA CLASE DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOL

a) **Introducción:** Calentamiento previo o precalentamiento que puede ser: sin pelota con base en movimientos gimnásticos o gestos técnicos (imitación). Con pelota con base en movimientos gimnásticos o gestos técnicos. Así mismo este precalentamiento puede ser mixto y con juegos.

b) **Parte Fundamental:** Enseñanza graduada de uno o dos fundamentos técnicos o principios de juego.

c) **Parte Aplicativa:** Se juega un partido de fútbol con diversas exigencias que tengan relación con lo enseñado en esa clase. Alternar con el fútbol libre.

d) **Juegos:** Si corresponden a una parte final deben ser calmantes, de relajamiento, para retornar a la normalidad fisiológica. Además, los juegos pueden ir ubicados en cualquier lugar del esquema, pudiendo ser activantes, descongestionantes o aplicados.

3o. COMPONENTES PSICOPEDAGOGICOS DE UNA CLASE DE FUTBOL

Son factores tan importantes como la materia a entregar, pues van a influir en el desarrollo de la clase, ya sea en la captación e integración plena de los alumnos a la actividad, y también como elementos de ayuda y orientación del profesor. Por esto, nunca deben dejarse de considerar, pues inciden directamente en la clase. Los componentes psicopedagógicos son

a) **La Motivación:** Es un problema de tipo psicológico que consiste en aprovechar situaciones que provoquen interés automático. Por ejemplo, Visita de un futbolista destacado, el buen humor del profesor, etc. Cuando existe una situación de interés, la motivación surge espontáneamente, se vitaliza y la actividad resulta placentera.

b) **La Explicación:** Toda buena explicación debe reunir tres condiciones: debe ser clara, breve y precisa.

c) **La Demostración:** Esta puede ser realizada por el profesor o bien por un alumno destacado asesor o monitor, es un elemento que refuerza la explicación.

d) **Disposición de los Alumnos en el campo.** Una vez explicado y demostrado lo que se va a practicar, se distribuye a los alumnos el campo en distintas formaciones, de acuerdo al número de ellos y al material disponible, es una manera racional de actuar.

e) **La Gradación:** No se puede pedir perfección de inmediato, se debe ir paso a paso, el objetivo final se desglosa en etapas previas para así llegar y aprender mejor lo propuesto.

f) **La Repetición:** Por medio de este mecanismo adquirimos en un comienzo una determinada habilidad, para enseguida perfeccionarla y reforzarla; en cuanto a su aprendizaje, está en base al principio "De que nada se aprende si no se ejercita".

g) **La Variedad:** Es matizar el aprendizaje de un gesto determinado en diversas formas de práctica, de lo contrario, de no variar; la misma repetición, aburre.

h) **La Estimulación:** Es un factor importante y el niño lo desea y lo necesita; es un incentivo que lo lleva a brindarse entero por lo que está realizando.

i) **Las Correcciones:** Dentro de una clase deben existir; por algo se está formando un deportista, pero deben ser hechas con tino, con sentido didáctico, sin apabullar o re-

prender al alumno. No se debe abusar de ellas.

j) **La Continuidad:** La clase de fútbol debe tener una actividad lo más dinámica y efectiva posible, hay que sacarle el mayor provecho, por eso deben evitarse las lagunas, es decir, momentos de inactividad.

Esta continuidad se logra:

- Organizando y planificando la actividad.
- Distribuyendo a los alumnos en grupos homogéneos.
- Utilizando situaciones de enlace entre una materia y otra.
- Aprovechando simultáneamente el material de trabajo.
- Estableciendo buenas normas disciplinares compartidas.
- Agregando dificultades a los ejercicios en forma progresiva.
- Estableciendo una proporción entre el trabajo propiamente dicho y las pausas.
- Haciendo correcciones durante el desarrollo del trabajo; solo se detienen los ejercicios cuando los alumnos, no los han entendido.

4o. AGRUPACIONES HOMOGENEAS

Las agrupaciones homogéneas como ya lo señalé anteriormente, es uno de los factores que permiten lograr la continuidad de una clase.

En forma muy breve enunciaré algunos de sus beneficios:

- Mejor conocimiento de los alumnos.
- Buscar una superación colectiva.
- Lograr un rendimiento máximo.
- Mejor aprovechamiento del tiempo.
- Evitar los complejos de inferioridad.

Las agrupaciones homogéneas que se utilizan en las prácticas educativo-físicas son las siguientes:

a) **Agrupación homogéneas por estatura:** Es una de las formas que nos permite evitar el problema de la desproporción física en la realización de los ejercicios. También nos sirve para determinar para que puesto está mejor dotado el niño, según el aspecto físico (ejemplo si es alto tiene posibilidades de jugar como arquero; si su talla es baja o pequeña, puede jugar de puntero etc.).

b) **Agrupación homogénea por edad:** El trabajo físico debe adecuarse a la edad del niño, debido a que sus intereses cambian a medida que pasan los años. Un niño de 9 a 10 años necesita una actividad educativo-física diferente de uno de 14 a 15 años, que se encuentra en el período conocido como crisis de pubertad. En consecuencia, esta agrupación también nos sirve para evitar la desproporción del físico, peso, estatura, técnica, etc.

c) **Agrupación homogénea por técnica:** Nos sirve para identificar a los niños de buena técnica diferenciándolos de los de la mala técnica. Es aconsejable en determinadas oportunidades intercalarlos para que los de técnica deficiente los tomen como ejemplo y busquen la superación.

d) **Agrupación homogénea por puestos:** Se debe considerar para qué puesto está el niño físico y técnicamente mejor dotado, y también su preferencia por determinado puesto. Una vez formado el grupo, como por ejemplo arqueros, se puede señalar el trabajo técnico correspondiente.

5o. OTROS MEDIOS Y PROCEDIMIENTOS A CONSIDERAR EN EL DESARROLLO DE UNA CLASE

En la realización de una clase se deben considerar además de los aspectos ya enunciados los siguientes:

a) **La Adaptación:** En el desarrollo de una clase se deben contemplar:

- Aprovechamiento del campo de trabajo (espacio, accidentes naturales).

- Aprovechamiento y adaptación al material disponible.
- Adaptación del trabajo al local o sitio donde se realiza el mismo.
- Disposición efectiva de los alumnos en el lugar de trabajo.
- Adaptación del trabajo al número de alumnos de la clase.

b) **La Flexibilidad:** Este factor es muy importante en la planificación de una clase; ocurre cuando:

- Se debe reemplazar o suprimir la realización de algún ejercicio del esquema de clase de acuerdo a una conveniencia eventual.
- Aprovechamos cualquier material para el mejor desarrollo de la clase.

c) **La Creatividad:** Los esquemas de clase deben poseer cierta elasticidad que facilite el libre ejercicio de sus imaginaciones creativas.

El niño actúa de acuerdo con la medida de sus fuerzas, su necesidad recreativa, su poder creador y su fantástica imaginación que corresponde a su temperamento y responde a sus intereses vitales.

d) **La Disciplina:** Existen diversos medios para lograr esta cualidad que asegura entre otras cosas, un mejor aprovechamiento de la clase.

La disciplina se puede obtener por:

- El interés o placer por la actividad.
- Los méritos metodológicos del profesor.

60. SELECCION DE EJERCICIOS TECNICOS

Antes de elegir los ejercicios que van a estructurar un esquema hay que tener en cuenta los siguientes factores:

a) **La Edad:** Hay que considerar la edad de los alumnos antes de elegir los ejercicios,

teniendo cuidado de que estén al alcance de la capacidad física e intelectual de los niños. El niño es distinto en cada edad. El tiene según la edad una morfología, capacidad física, actitudes, aptitudes e intereses diferentes.

b) **Grado de adiestramiento o ejercitación previa.** La edad no es el índice que determina en forma exclusiva la calidad o intensidad de los ejercicios, sino que debe considerarse fundamentalmente el grado de ejercitación previa.

c) **Equilibrio entre trabajo fundamental y secundario.** Se debe enseñar y practicar un fundamento técnico específico combinándolo con otros ya enseñados (maniobras combinadas).

d) **Condiciones eventuales del alumno.** Para planificar una clase se debe considerar si el alumno viene de un examen, si acaba de almorzar, o viene sin desayunar.

e) **Número de alumnos.** Debe tenerse en cuenta el número de alumnos para dejar de lado todos aquellos juegos o ejercicios que propician inactividad a un grupo numeroso durante largos períodos. Si el grupo es grande, los ejercicios deben ser fáciles de captar y corregir.

f) **El campo de trabajo.** Hay que tener en cuenta las condiciones del campo o patio donde se realizan los ejercicios, a fin de aprovechar al máximo sus ventajas o suplir con ingenio y buena voluntad sus posibles deficiencias.

g) **Disponibilidad de material.** El profesor al planificar su clase debe considerar si dispone de material suficiente (pelotas, arcos portátiles, vallas, estacas, etc.). El profesor que carece de material debe aprovechar sus dotes imaginativos para reemplazarlos por otros menos caros.

h) **El Clima.** También es importante el estado atmosférico, porque en invierno o en regiones de clima frío es necesario escoger ejercicios o juegos de gran actividad en los

cuales intervengan todos los niños simultáneamente. En cambio en época de calor se colocarán en el esquema, ejercicios que no exijan esfuerzos violentos y prolongados.

B. CON LOS JUGADORES JUVENILES O MAYORES, ESTUDIANTES O NO

1o. CARACTERISTICAS DEL PREPARADOR O ENTRENADOR

Como tal, el preparador debe reunir con respecto al deporte las tres características siguientes:

a) **Saber lo que enseña:** Nadie enseña lo que no sabe, además de dominar la educación física y sus diversas ramas, deberá estar al día en las enseñanzas y tendencias para evitar la rutina (asistencia a congresos, cursos, etc.). Necesita poseer una cultura general amplia y sólida.

b) **Saber enseñar:** Saber enseñar no es solamente transmitir los propios conocimientos sino incitar y dirigir al jugador para que adquiera y forme los suyos; de aquí que el entrenador deberá tener conocimientos pedagógicos y de psicología que le sirvan de orientación en su labor didáctica.

c) **Educar.** Necesita educar, es decir, desenvolver y desarrollar todas las disposiciones de los jugadores, disciplinar la voluntad, moralizar su conducta, sugerirles ideales, en una palabra, formar su carácter.

2o. PRECEPTOS PEDAGOGICOS

Los preceptos pedagógicos de uso más corriente y de mayor eficiencia y eficacia son:

a) **La Emulación.** Es la inclinación que nos lleva a querer igualar y aún superar lo que se nos presenta como modelo, por medios lícitos y nobles. Se funda en la estimación a sí mismo (en la exaltación del amor propio)

La Emulación bien dirigida sirve para vencer la pereza, hábito natural, haciéndonos incansables en el trabajo. Evita el que nos durma-

mos en los laureles y no nos desanimen los fracasos.

b) **La Imitación.** Es la tendencia o inclinación que nos lleva a copiar las acciones o ideas que observamos en los demás. La imitación puede ser instintiva e involuntaria. El poder de la imitación está limitado por las condiciones físicas y estructuras anatómicas del individuo. Es necesario dirigirla bien, porque, mal dirigida, los jugadores se hacen esclavos de la rutina, o bien, se puede imitar lo malo o ineficaz.

c) **El Ejemplo.** En la tendencia a la imitación se basa la decidida influencia del ejemplo; para instruir y educar no hay medio más poderoso que él. El ejemplo es la iniciación al hábito y según sea aquel será éste.

El preparador o entrenador que es admirado y querido por su saber y autoridad moral, es ideal constante al que se copiará hasta en los más mínimos detalles. Por ello, además de competencia en la materia, debe reunir unas condiciones de facto, conducta edificante y constante trabajo de perfeccionamiento, que le facilitarán sobremanera su labor.

3o. CORRECCION DE LAS FALTAS EN MOVIMIENTO O JUEGO

Poner todo el empeño en distinguir el "no poder con el no querer". Hay que corregir lo menos posible, pero cuando se efectúe, tenemos que hacerlo con claridad, con precisión y ante todo con claridad (no usar de malos modos, ironías, etc.). Se deben dar las órdenes o correcciones en forma de pregunta, de modo que sea el jugador al contestar o actuar el que decida.

Las faltas generales se señalarán estando todos reunidos; las individuales, siempre que se pueda en particular y con la mayor discreción.

La idea moderna sobre el entrenamiento es que el jugador debe saber lo que hace, por qué lo hace y para qué lo hace.

4o. NORMAS QUE FACILITAN LA ENSEÑANZA

El preparador o director técnico debe:

Mandar o explicar con claridad.

Evitar las posiciones molestas a los jugadores.

No mantenerlos mucho tiempo inactivos.

— Adoptar posiciones cómodas para las explicaciones y correcciones.

— Enseñar constantemente con el ejemplo.

— Colocarse en un sitio desde donde pueda dominar todas las acciones o jugadas y en caso de explicar que todos los jugadores lo vean y lo oigan.

5o. PROCEDIMIENTOS DE LA ENSEÑANZA

Siempre que se trate de enseñar un movimiento técnico o físico se valdrá el preparador o entrenador de uno de los tres procedimientos siguientes:

a) Ejecutar el mismo ejercicio delante de los jugadores; aquí es importante anotar "El que no sepa hacer, que no pretenda demostrar", pues se puede perder el prestigio por el ridículo.

b) Hacer que lo realice un auxiliar.

c) Valerse de un jugador o monitor. En este procedimiento hay que tener la precaución de que el elegido no sea siempre el mismo, pues se daría ocasión para la creación de endiosamientos y favoritismos. Por regla general, en la enseñanza técnica se seguirá el siguiente orden:

- El preparador o entrenador describe la secuencia o acción. Explica su significado. Demuestra por sí mismo o por el auxiliar.

Los jugadores realizan las primeras pruebas.

Se busca por medio de las repeticiones y corrección de las faltas lograr el automatismo.

La mejoría lograda se experimenta en el juego de competición o controles pedagógicos establecidos en el plan; así mismo en juegos amistosos y en los controles técnicos que se realicen.

C. PLAN METODOLOGICO DE LA ENSEÑANZA DEPORTIVA

Por método entendemos el orden que se sigue en las ciencias para hallar la verdad o enseñarla. Con el método, en el deporte buscamos crear y desarrollar la eficacia, la ética, y la estética del mismo. La metodología que más se usa está contemplada en los siguientes aspectos:

1o. METODO PARA ENSEÑAR

Es usado de acuerdo con las posibilidades, fijándose fines sensatos. El deporte en general se aprende esencialmente con la práctica; la enseñanza oral es complementaria.

De suerte que los métodos más empleados con los jugadores mayores son:

a) **Analítico.** Que consiste en particularizar lo general, desmenuzar toda una acción en sus partes.

b) **Sintético.** Que consiste en generalizar lo particular, formando un todo o acción integrando las partes o los elementos simples.

c) **Dognático.** Está fundamentado en los principios demostrados con anterioridad.

2o. METODO PARA CORREGIR

Consiste en que, detectado o conocido el defecto, se corrige la causa o el origen del mismo.

3o. METODO PARA OBSERVAR

Se debe observar detenidamente cada una de las partes y acciones de los jugadores en forma organizada. "Querer ver todo a la vez es no ver nada".

CONCLUSIONES:

1o. Para un mejor provecho y rendimiento de los alumnos o jugadores de fútbol, el profesor debe ser muy claro en sus explicaciones, tener una gran seguridad en sí mismo, irradiar optimismo por todas partes, combinar el buen humor y la seriedad, fortalecer la respetuosa y leal amistad hacia sus dirigidos y sobre todo mostrar a sus alumnos el agrado por su profesión.

2o. El profesor debe tener una terminología habitual técnica y correcta, lo cual señala su mayor preparación en comparación con sus dirigidos.

3o. La preparación y memorización de la clase o entrenamiento es de vital importancia para el éxito del mismo: el profesor debe mostrar seguridad y claridad en sus explicaciones y demostraciones y en general en todo el desarrollo de la clase o entrenamiento deportivo.

4o. El desarrollo de las cualidades motoras (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, agilidad, etc.), llevan al deportista a una mejor preparación en el campo atlético-deportivo y por consiguiente obtendrá mejores resultados en la práctica de su deporte específico.

5o. Los aspectos metodológicos utilizados por el profesor, preparador o director téc-

nico de un equipo le ayudarán a conseguir los objetivos propuestos con un máximo de rendimiento.

6o. Para que una clase resulte amena y provechosa; el profesor debe organizar el entrenamiento para utilizar al máximo el tiempo. La enseñanza de juegos es muy importante y en ella se deben planear el trazado de la cancha, la ubicación de los jugadores; por lo demás el juego debe ser entretenido muy especialmente cuando el entrenamiento o la clase haya perdido su animación.

7o. En todo entrenamiento es fundamental que el jugador esté permanentemente entretenido, familiarizándolo con la portería, o sea que todos los ejercicios o juegos, en lo posible, deben terminar con remates al arco. El mismo profesor debe participar en ellos para familiarizarse más con el alumno o jugador e ir creando un verdadero grupo humano.

8o. El orden general para enseñar el fútbol a los mayores debe ser: a) La preparación física. b) La técnica que va dividida en ofensiva y defensiva y c) Por último la táctica que también se divide en ofensiva y defensiva. d) La estrategia.

9o. A los niños el orden para enseñar el fútbol debe ser: a) La técnica. b) Algo de preparación física y c) Algo de táctica.

BIBLIOGRAFIA

1. López Cuadra, Gerardo. **Manual del entrenador**. Hispano-Europea. 4a. edición, Barcelona, 1977.
2. Moraga Paredes, Gastón. **Campeones del 86**. Ediciones Gráficas, 2a. edición, Medellín, 1978.
3. Mera Carrasco, Julio. **Fútbol, método moderno de preparación físico-atlética**. Editores Mexicanos Unidos S.A., 3a. edición, México, 1978.
4. Absialmov, Gairat y otros. **Fundamentos gene-**

rales de la teoría y metodología de la educación física. Unidad Impresora José Antonio Huelga, La Habana, 1977.

5. Barrio, Jesús. **Manual de fútbol, técnica y táctica**. Hispano-Europea. Colección Herakles, Barcelona, 1973.
6. Pila Teleña, Augusto. **Preparación física**. Rubio y Castro, Madrid, 1976.