



## ÁREA TEMÁTICA: EDUCACIÓN

### TÍTULO: CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS EN LAS SESIONES PRÁCTICAS DE INICIACIÓN AL FÚTBOL

Autor: Manuel Antonio Avilés Conesa  
I.E.S. Mediterráneo. ESPAÑA

Alameda de San Antón nº 15. Telf.: 606-58-49-42. Email: [avileco@ono.com](mailto:avileco@ono.com)

#### Concepto de iniciación deportiva

Si bien, es un concepto ampliamente definido en la bibliografía especializada (Sánchez Bañuelos, 1986; Blázquez, 1986; Hernández Moreno, 1986) el común denominador lo constituye aceptar que es un proceso cronológico en el transcurso del cual un sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una actividad físico deportiva. "Tradicionalmente, se conoce con el nombre de iniciación deportiva el período en el que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes." (Blázquez, 1986). Entendemos por tal el proceso de enseñanza / aprendizaje seguido por un sujeto, para adquirir el conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte. Desde que toma contacto con el mismo, hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, táctica y reglamento.

#### Factores que intervienen en la iniciación deportiva

Para Hernández y cols. (2000) los procesos de iniciación deportiva van a depender de los siguientes factores: el sujeto, el deporte y el contexto. Esto a su vez se ven influidos por factores extrínsecos y/o intrínsecos a cada uno de ellos, así tenemos, que si tenemos en cuenta al sujeto, deberíamos fijarnos en su capacidad de aprendizaje, su estadio evolutivo, sus experiencias anteriores, su interés y su personalidad, con el deporte estaría implicada su lógica interna, y en el contexto estarían incluidas, la intencionalidad, el periodo escolar, las instituciones, la competición, los recursos, los técnicos deportivos y los padres. Esto en cuanto a la metodología, aunque en la iniciación deportiva, también deberíamos tener en cuenta los contenidos y los objetivos que pretenderíamos y a su vez una evaluación de los resultados obtenidos.

#### Fases en la iniciación deportiva

Sánchez Bañuelos ofrece unas fases progresivas en la iniciación deportiva, que surgen como resultado del análisis de los mecanismos que intervienen en la realización de las tareas motrices, jerarquizando la valoración de los mismos en el proceso de aprendizaje. Dicho planteamiento determina una progresión en la enseñanza deportiva que permite al alumno integrar los nuevos elementos que va aprendiendo en un contenido global del deporte practicado, donde las nuevas actividades poseen significado, ya que tienen una aplicación práctica inmediata.

Como punto de arranque para la aceptación de estas fases debemos de afirmar que entendemos el concepto “iniciación deportiva” en un sentido amplio, no consideramos a un individuo iniciado hasta que no es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de juego o competición. Por tanto, nos movemos dentro de un concepto de operatividad motriz y no de comprensión y memorización de una serie de datos a nivel verbal. De acuerdo con lo dicho, según nuestros criterios, la enseñanza en esta etapa puede estructurarse según las siguientes fases:

1º.- **Presentación Global del deporte.** Durante esta fase (breve en lo posible) se hará comprender al alumno los objetivos y significado del deporte y se dará conocimiento de las reglas fundamentales.

2º.- **Familiarización perceptiva.** Las características perceptivas de la actividad en sí y del entorno en el cual debe desenvolverse. Este es el momento para que el alumno empiece a formar una “atención selectiva” en función de poder estimar correctamente el valor que tienen los diferentes estímulos presentes y la importancia o insustancialidad de la información que conducen.

3º.- **Enseñanza de los modelos correctos de ejecución.** Todos los deportes tienen una técnica o técnicas de ejecución de una eficiencia probada, por lo menos empíricamente. El practicante en esta fase tiene que llegar a una ejecución correcta en líneas generales.

4º.- **Integración de los modelos técnicos en las situaciones básicas de aplicación.** A medida que se van cubriendo objetivos en la fase anterior se deben plantear situaciones lo más próximas posibles a la situación real en las cuales el alumno pueda experimentar la dificultad real de ejecución que implican los diferentes elementos en su contexto auténtico.

5º.- **Formación de los esquemas fundamentales de decisión.** La formación de una adecuada táctica individual El jugador debe ir adquiriendo un sentido táctico y una capacidad de anticipación cognitiva, es decir, intuir que es lo que va a hacer el oponente en función de qué es lo que sabe hacer mejor y qué es lo más probable

6º.- **Enseñanza de los esquemas tácticos colectivos** La comprensión de las estrategias básicas de conjunto, tanto de carácter ofensivo como defensivo, deben ser planteadas en esta fase de una manera sistemática. El significado de la aportación individual en el esfuerzo colectivo debe ser uno de los puntos didácticos clave, así como la asimilación de la aplicabilidad eficiente de una estrategia.

7º.- **Acoplamiento técnico y táctico de conjunto.** La construcción de un sentido de trabajo en equipo, el factor cooperación constituye la cúspide de la iniciación deportiva en los deportes colectivos. Esta fase, el jugador tiene que darse cuenta que no puede sacrificar la labor del conjunto a su lucimiento personal, y que un equipo de competición es un colectivo cooperando.

Numerosos autores como Sánchez Bañuelos (1984), Olivera (1992), Antón (1990), Pintor (1987), Cebeira (1988); Bayer (1986), han señalado las fases de formación deportiva, la edad que corresponde a cada una, sus características generales, los objetivos. Siguiendo a estos autores se describen diferentes etapas de formación deportiva, aportando breves ideas sobre las características y objetivos de cada una.

1ª ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA, de 0 – 4 AÑOS, cuyas características son: Piscomotricidad y Juegos, Estructuración y génesis, Evolución muy rápida, Adquiere patrones motores básicos, y los objetivos técnico-tácticos que nos debemos plantear son: el desarrollo del esquema corporal y espacio próximo.

2ª ETAPA DE FORMACIÓN BÁSICA, 4 – 7 AÑOS, cuyas características son: E.F. de base y juegos, habilidades perceptivas y básicas, y los objetivos técnico-tácticos que no debemos plantear son: el desarrollo de mecanismos perceptivos del propio cuerpo y un entorno más amplio.

1ª ETAPA DE INICIACIÓN DEPORTIVA, 7 – 10 AÑOS, cuyas características son: mejora de cualidades físicas y coordinación, habilidades básicas aplicadas a juegos reducidos, y los objetivos técnico-tácticos que no debemos plantear son: desarrollo de mecanismos perceptivos y toma de decisiones, familiarización global con el deporte; sus medios y reglamentos, iniciación al juego colectivo y competitivo.

2ª ETAPA DE INICIACIÓN DEPORTIVA, 10 – 12 AÑOS, cuyas características son: desarrollo global de habilidades específicas, consigue la madurez cognitiva, etapa de máxima sensibilidad de aprendizaje, y los objetivos técnico-tácticos que no debemos plantear son: desarrollo de mecanismos de percepción, decisión y ejecución, desarrollo de instrumentos técnicos globales; combinaciones gestuales, desarrollo exhaustivo de situaciones básicas: 1x1, 2x2.

Otras etapas que completarían la formación deportiva sería:

1ª ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO, 12 – 16 AÑOS.

2ª ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO, 16 – 19 AÑOS.

ETAPA DE MÁXIMAS PRESTACIONES, a partir de 19 años.

Aunque la edad de iniciación ideal para algunos autores sería sobre los 9 años, que es cuando el niño mejora su capacidad de relación, su estabilidad emocional, y sus capacidades perceptivo-motrices. Ya Le Boulch, en 1991 afirmó "...el concepto de deporte carece de significación antes de los 9 años, la supuesta iniciación deportiva dirigida a niños de 6 a 9 años es sólo una caricatura de la actividad adulta, expresada a veces como un condicionamiento gestual precoz."

Esta introducción quedaría corta, si no tuviéramos en cuenta las características generales del niño, así como sus periodos lúdicos.

La figura del jugador es uno de los pilares básicos que fundamenta la concepción tridimensional en todo proceso de enseñanza aprendizaje, pero se debe remarcar la especial mención que merece **el niño**, como un jugador "especial", con características diferenciales respecto del adulto, que originan una concepción distinta de entender el juego deportivo colectivo, y consiguientemente la necesidad de plantear el proceso de iniciación deportiva en términos y con matices adaptados a la realidad infantil.

Debemos tener en cuenta las siguientes características:

**El niño no es un adulto en miniatura:** Es un error copiar los modelos de entrenamiento y la estructuración de la forma de trabajo de los adultos, para aplicarlos a un niño no iniciado en la práctica deportiva colectiva. También se debe rechazar la fórmula de reducir los parámetros de juego adulto, sea en volumen, en intensidad, o a nivel de aspectos formales. Debemos ser capaces de que el niño comprenda los objetivos del juego, y se integre en un proyecto común, constituyéndose en equipo, para conseguir unos objetivos.

**El niño es un ser individual irrepetible:** Debemos respetar el principio de individualización para que sea posible el desarrollo natural del niño. No tenemos la potestad para delimitar con exactitud el momento preciso de consecución de los objetivos previstos, y mucho menos para tener la intención de que todos nuestros pequeños jugadores los asuman simultáneamente. La estructura de las sesiones, por tanto, deberá favorecer la adquisición progresiva del niño, partiendo de situaciones con

objetivos más globales, que respeten los diferentes niveles de asimilación en los que nos encontramos.

**El niño tiene un proceso propio y definido de desarrollo:** La maduración se define como un proceso fisiológico genéticamente determinado. Ésta resulta de factores internos, sobre los que el entrenamiento no provoca efectos, hasta el momento en que la función es posible.

Es necesario, por tanto, ajustarnos en la presentación de la tarea al momento madurativo adecuado, pues antes no tiene efecto, y con posterioridad la función no se desarrolla plenamente. Se refiere a la existencia de “fases sensibles” o “períodos críticos”, para la adquisición de los aprendizajes, es decir el intervalo de tiempo durante el cual un comportamiento se adquiere con un mínimo de esfuerzo y un máximo de eficacia.

Siguiendo los trabajos de varios expertos, entre ellos Parlebas y Maldonado, sobre la adquisición de las reglas de los juegos tradicionales por los niños, se pueden distinguir los siguientes periodos lúdicos:

#### **Periodo de ludoegocentrismo**

En esta etapa se podrían incluir los niños cuyas edades oscilaran hasta los seis años. El niño empieza realizando juegos muy sencillos, basados principalmente en la reiterada manipulación simple del móvil (correr tras el esférico, golpear el balón, etc.), sin que pueda entender el significado de la regla como proposición que limita las acciones de juego. Estamos ante el juego denominado de ejercicio (Piaget) o de autoesfera (Erikson). A los cuatro años, la persona empieza a entender el sentido elemental de la regla, pero preocupado por su único protagonismo, no se interesa por las acciones de los demás sujetos, aunque empieza a tolerar el juego al lado de ellos. Piaget lo denomina juego en paralelo o egocéntrico. Constantemente se busca el móvil para contactar con él e intentar introducirlo en la portería, sin que exista una coordinación en las acciones de los jugadores.

#### **Periodo de coordinación y cooperación ludomotriz**

Este periodo podría corresponder a los niños cuyas edades oscilan entre los seis y los doce años. Los sujetos inician una paulatina coordinación práxica gracias a que empieza a tolerarse un sistema simple de reglas. Aparece la noción de competición y de comunicación motriz, hecho que va a facilitar el desarrollo del juego sociomotor, en detrimento del juego egocéntrico sumamente individualizado. Hasta ahora el niño centraba toda su atención en su cuerpo, a partir de estos momentos podrá organizar su actuación basándose en el balón (móvil), o en otra persona. Las reglas básicas cobran interés sobre los ocho años. En esta fase, también son capaces de entender la existencia de distintos roles en los deportes colectivos (portero, jugador con balón...)

#### **Periodo de establecimiento y desarrollo del acuerdo ludomotor**

A partir de los once, doce años, los jugadores empiezan a estar en plenas condiciones de aceptar el compromiso que supone acatar las limitaciones reglamentarias del deporte colectivo. Las reglas se entienden como resultado de un pacto grupal, y progresivamente se van a complicar, hasta originar situaciones motrices más complejas. En esta etapa, los jugadores aceptan participar en los distintos roles del juego deportivo e incluso, en su culminación sociomotriz, son capaces de sacrificar el éxito personal por conseguir un beneficio para el equipo. Los jugadores comprenden el juego deportivo en su globalidad, y por ello empiezan a cohesionar sus comportamientos tanto en defensa como en ataque.

#### **Consideraciones metodológicas en las sesiones prácticas:**

Las actividades o tareas suponen la esencia del proceso de enseñanza-aprendizaje. Esto quiere decir, que cuando se aplique una, en alguna sesión, debe estar

suficientemente fundamentada, para que sea adecuada a la edad, nivel, momento del año o de la sesión, etc.

Los niños no disfrutan con los ejercicios hasta los 11-12 años, cuando alcanzan una mayor madurez mental. Su objetivo fundamental es el de mejorar los elementos técnicos. No obstante, algunos son fácilmente transformables a formas jugadas. Todo consiste en introducir algún elemento lúdico, motivante que atraiga la atención del niño; en este caso se podrían desarrollar un poco antes de la edad citada. Por ejemplo meter un elemento competitivo como ¿cuántas veces somos capaces de hacer...? Esto amplía más aún el repertorio de actividades en iniciación.

Los Entrenadores nos vemos en multitud de ocasiones obligados por las circunstancias a asumir una serie de papeles para los que, en principio no estamos preparados: En equipos de categorías inferiores (alevín, infantil) el entrenador es padre, en categorías intermedias (cadete, juvenil) el entrenador es hermano mayor. Estas sugerencias, pueden ayudarnos a cumplir nuestra labor:

1. Planificar las sesiones. Teniendo en cuenta: materiales, número de jugadores y los objetivos claros y alcanzables que queremos enseñar.
2. Llevar apuntes de las mismas, con esto evitaremos que se nos olvide nada de lo programado.
3. Si no se están consiguiendo los objetivos previstos, se para y se vuelve a empezar.
4. Uso adecuado del material a utilizar. En iniciación el material puede ser inespecífico y debe estar adaptado a la edad.
5. El material se tiene que tener preparado antes del inicio de cada juego.
6. Normas precisas antes del inicio de cada sesión: Breve explicación de lo que vamos a hacer, comportamiento, actitud y colaboración.
7. Cualquier ejercicio lo podemos transformar en un juego simple o compuesto (poniendo reglas, exigiendo competición).
8. Las variantes de los juegos son importantes.
9. Empezamos las sesiones con juegos de calentamiento (teniendo en cuenta que los niños se regulan con dificultad).
10. Si en las sesiones utilizamos implementos, lo primero es la familiarización con los mismos.
11. Emplearemos sesiones dinámicas, utilizando situaciones de juego.
12. En nuestras sesiones evitaremos la monotonía y tiempos muertos. Las sesiones serán amenas, divertidas y motivantes.
13. Intentaremos fomentar que los niños piensen (introduciéndolos en la táctica individual).
14. En los Juegos predeportivos, el reglamento es lo de menos.
15. Controlaremos la duración de los juegos. (Evitando el aburrimiento)
16. El orden de los juegos también es importante. (en cuanto al control, individuales, parejas, tríos, grupos de cuatro, gran grupo).
17. Elegimos equipos equilibrados.
18. Peso y estatura equivalente en determinados juegos.
19. Evitar las colas y separar en más grupos cuando haga falta.
20. Los niños nos ayudan a sacar, trasladar, recoger y controlar el material.
21. La demostración a estas edades es importante.
22. Las explicaciones deben ser breves, claras y concisas.
23. Durante las explicaciones evitamos juegos con el material a utilizar.

24. La disposición del Entrenador debe ser la correcta; es decir, centrada y hablando para todos.
25. El control de los grupos es importante durante la realización de los juegos, no dejamos olvidado a ninguno.
26. La postura del Entrenador debe ser la correcta.
27. El Entrenador, participa activamente, creando un clima de implicación de todos.
28. La utilización del silbato (no es dictatorial, sino medio de control) nos evitará muchas afonías.
29. En momentos puntuales y sin llegar a hacerlo norma, la improvisación también es importante, como recurso.
30. No olvidamos palabras de ánimo, aliento, confianza.
31. En estas edades debe prevalecer “El Juego Limpio” por encima de todo.
32. En estas edades debe prevalecer “El Juego – Salud”.
33. Evaluar, modificar cuando sea necesario y archivar el entrenamiento. Nos ahorrará muchas horas de trabajo.
34. La especificación del entrenamiento por minutos debe ser muy flexible.
35. Debemos programar juegos en donde es fundamental la participación de todos los jugadores.
36. En iniciación deportiva, no se deben emplear juegos eliminatorios
37. Los juegos competitivos los haremos educativos, si cumplimos las siguientes normas: que todos participen., respetar reglas, los adversarios y los árbitros y que no gane uno sólo.
38. Fomentaremos la competición contra uno mismo, repitiendo los juegos para comprobar si va mejorando.
39. Propondremos situaciones individualizadas y equilibradas (1x0, 1x1).
40. Las ganas del Entrenador se contagian.

## BIBLIOGRAFÍA

- BAYER, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Hispano Europea. Barcelona.
- DOMINGO BLÁZQUEZ SÁNCHEZ. (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. INDE.
- GIMÉNEZ, F.J. (2000). Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela. Wanceulen. Sevilla.
- MANUEL DÍAZ TRILLO Y OTROS. (1995). Iniciación deportiva en primaria: Actividades físicas organizadas. Wanceulen. Editorial Deportiva, S.L.
- ROMERO GRANADOS, S. (2000). Reflexiones conceptuales de iniciación deportiva escolar y estudio de dos enfoques metodológicos. En Actas del I Congreso Nacional de Deporte en Edad Escolar. Dos Hermanas, Sevilla.
- VANGIONI, J. (1989).”Objetivos pedagógicos en los deportes de combate y de equipo”. Revista de Educación Física nº 28.
- WEIN, H. (1995). Fútbol a la medida del niño. F.E.F. Madrid.