



DIPLOMADO VIRTUAL EN
DIRECCIÓN TÉCNICA DE FÚTBOL
Guía didáctica 2: Técnica, táctica y estrategia



Formación Virtual

.....educación sin límites

Competencia específica

Se espera que, con los temas abordados en la guía didáctica del módulo 2: Técnica, táctica y estrategia, el estudiante logre la siguiente competencia específica:

- Interpretar los conceptos de técnica, táctica y estrategia identificando sus diferencias y aplicaciones.

Contenidos temáticos

Los contenidos temáticos a desarrollar en la guía didáctica del módulo 2: Técnica, táctica y estrategia, son:



Ilustración 1: contenidos temáticos de la guía.

Fuente: autor.

Tema 1: Conceptualización

En el rol del director técnico hay una asociación directa por el trabajo relacionado con lo técnico, táctico y estratégico. Estos términos se utilizan frecuentemente para describir diferentes situaciones de juego, para analizar acciones individuales o grupales e incluso para referenciar los comportamientos o movimientos en conjunto que se asocian a los sistemas de juego.

Estos conceptos son frecuentemente utilizados por diferentes medios de comunicación quienes, a pesar de no ser especialistas en estos temas (salvo algunas excepciones), los emplean inadecuadamente generando una confusión en los conceptos. Además, existen directores técnicos que carecen de preparación, por lo que sostienen una inadecuada interpretación y utilización.

Riera (1995) se refiere a que en los deportes en general:

La técnica, táctica y estrategia constituyen el elemento vertebrador de la competencia deportiva. Son conceptos que se utilizan para abordar, comprender y explicar el desarrollo de cualquier evento deportivo. Sin embargo, la comprensión de estos términos no resulta fácil, ya que tienen un significado diferente para cada deporte, para cada escuela deportiva e incluso para cada técnico. (p.45)

De acuerdo con la referencia anterior, se confirma que es común tener esta disparidad de conceptos; por tal motivo es pertinente revisar sus definiciones para que se solvete esta discrepancia y se brinde un manejo más adecuado al momento de utilizar e interpretar estos conceptos en sus adecuados contextos.

La Técnica Deportiva

En una primera definición, Bompa (citado por García et al., 1996) define la técnica como la manera de ejecutar un ejercicio físico. Cuanto más perfecta sea esa ejecución, menos energía es necesaria para conseguir el resultado.

Otra definición para la técnica es «el procedimiento desarrollado normalmente en la práctica para resolver una tarea motora determinada de la forma más adecuada y económica» (Weineck, 2005, p. 501).

Dentro de las palabras claves asociativas para definir la palabra técnica se encuentran: «ejecución, interacción con la dimensión física del entorno, y eficacia» (Riera, 1995, p. 54).

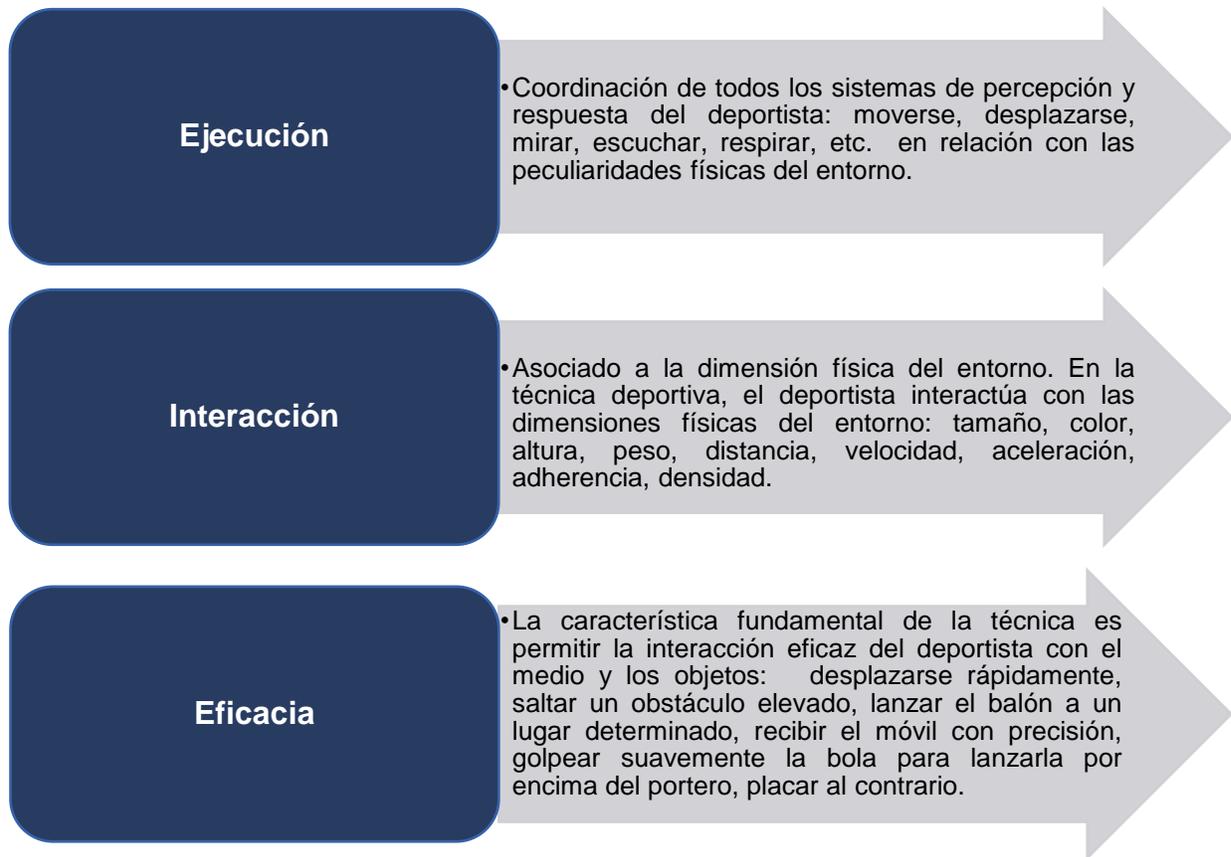


Ilustración 2: términos claves de la técnica.

Fuente: Riera (1995, p. 54).

La Táctica

Una de las grandes confusiones se presenta entre los términos táctica y estrategia. Así mismo lo confirma Riera (1995), indicando que:

A menudo se confunde y mezcla con la estrategia. En algunos deportes los términos táctica y estrategia se utilizan como sinónimos o no se establecen diferencias entre ellos, mientras que en otros se emplea el término táctica pero su significado encaja con la descripción. (p. 49)

Esta mezcla radica desde la génesis de los conceptos, los cuales son provenientes de los entornos militares. Táctica y estrategia han sido términos que se utilizan para prosperar en batallas y guerras; a pesar de esto, han sido inadecuadamente utilizados. Para ganar una guerra se requieren acciones tácticas, pero para vencer en la batalla se necesita de la estrategia. La táctica es un elemento micro, que escalado en el tiempo tiene una menor duración (acción de juego). En contraste, la estrategia es macro, con una mayor duración que corresponde al contexto global (partido).

Extrapolado a los deportes, de forma general, a la táctica en los deportes de equipo como en el fútbol se le define como «el conjunto de acciones, individuales o colectivas, que tiene como objetivo imponerse a los adversarios en un plazo corto de tiempo y teniendo en cuenta la oposición del rival, dentro del marco reglamentario» (Espar y Gerona, 2004, p. 23).

Del mismo modo, Riera (1995) utiliza estas tres expresiones para dar claridad a las características del concepto táctica en el deporte:

1. *Objetivo parcial*: ahora el objetivo es driblar al contrario, marcar un gol o conseguir un punto, así como evitar ser driblados y que el equipo contrario enceste o nos marque un gol. Conseguir la pelota o una posición, son objetivos inmediatos y limitados, pero entroncados y supeditados al objetivo principal y estratégico. [...] En la táctica, el objetivo es parcial, pero dentro de una estrategia global.
2. *Combate*: la esencia de la táctica es el combate, la lucha, el cuerpo a cuerpo. En la táctica, la improvisación supera a la planificación. Las decisiones son inmediatas, ya que dependen de las situaciones e intenciones constantemente cambiantes del/de los oponente/s, y del/de los compañero/s, si los hubiere. [...]
3. *Oponente*: la actuación táctica viene en buena parte determinada por la actuación de nuestro oponente. Desde esta perspectiva, de la globalidad de aspectos que integran el planteamiento estratégico, en la actuación táctica destacan los más inmediatos y en especial, hay que estar muy atentos a los factores vinculados a la actuación del contrario y a su situación temporal en el

espacio, en relación a la nuestra. Esta selección atencional es tan fuerte que, en ocasiones, puede hacer olvidar el objetivo principal. (p. 50)

Estrategia Deportiva

Como se ha mencionado anteriormente, la estrategia desde una concepción militar se enmarca en acciones que tienen mayor influencia desde la globalidad de la guerra. Para poder tener ascendencia en la guerra se debe sortear cada batalla, elaborando un *plan* de cuándo, cómo y dónde combatir. De acuerdo con lo anterior, se habla de un sentido de planificación (Espar y Gerona, 2004).

Riera (1995) explica que a través de la estrategia es posible establecer un plan para superar cualquier problema, esto aplica a la vida cotidiana y no solo al deporte. Adicionalmente este autor refiere a que, en el entorno militar, la elaboración de la estrategia es responsabilidad de los máximos rangos quienes planean las diferentes actividades entorno a una batalla.

De manera similar ocurre en el fútbol, en donde el director técnico es el de mayor rango en un cuerpo técnico y, por consiguiente, es el encargado de establecer el plan para poder sortear los diferentes partidos de la temporada:

El entrenador actúa estratégicamente cuando prepara el partido, el jugador que modifica sus planes de actuación porque se ha equivocado en las dos últimas acciones, también está actuando estratégicamente. Por esto, en el momento del partido, las decisiones que toma el entrenador son decisiones tácticas. El tiempo que tiene para aprender las decisiones es proporcionalmente menor que en el pensamiento estratégico. (Espar y Gerona, 2004, p. 21)

Riera (1995) nuevamente resume en tres características la definición de estrategia, empleada en el contexto deportivo:

1. *Intenta alcanzar el objetivo principal:* la victoria en una competición, clasificarse para disputar la final, no descender o subir de categoría, conseguir una medalla.

2. *Planifica previamente la actuación a corto, medio y/o largo plazo:* el entrenador planifica el ciclo de un deportista o de un equipo (largo plazo), la temporada (medio plazo) o la próxima competición (corto plazo).
3. *Aborda la globalidad de los aspectos que intervienen:* la planificación estratégica deportiva ha de incluir, por tanto, todos los elementos relevantes que inciden en el rendimiento deportivo: la selección de los deportistas, su formación, entrenamiento y mantenimiento de su motivación, la alimentación, la salud, el estado del terreno, el público, los árbitros y jueces, la directiva, los otros competidores, etc.

Interrelación de los Conceptos

Como se ha identificado en las diferentes definiciones, existe una interrelación funcional entre todos estos conceptos.

Desde los elementos técnicos que posee cada deportista es posible llevar a cabo cada una de las situaciones tácticas basados en un plan que corresponde a la estrategia. Un ejemplo característico es la influencia en la técnica de un lanzamiento de un jugador para el tiro de esquina, el cual permite establecer situaciones tácticas y estratégicas.

Así mismo lo reconocen Espar y Gerona (2004), refiriéndose a que: «la técnica es necesaria para cualquier actuación táctica o estratégica, ya que supone la ejecución de las acciones con las que se llevan a cabo las decisiones tomadas por los deportistas» (p. 20). Así mismo, estos autores agregan que toda acción táctica debe estar supeditada a las condiciones técnicas y viceversa, toda realización técnica debe estar alineada con los objetivos tácticos.

Finalmente, Riera (1995) recoge algunas interrelaciones entre técnica, táctica y estrategia; y las resume en los siguientes puntos:

- a) La elaboración estratégica ha de basarse en los recursos tácticos y técnicos de los deportistas. El entrenamiento estratégico ha de partir de las funcionalidades tácticas de los jugadores. Por tanto, en la medida de lo posible, los jugadores han de seleccionarse en función de los objetivos estratégicos y tácticos.

b) Las alternativas tácticas han de basarse en los recursos técnicos de los deportistas. El entrenamiento táctico ha de partir de las funcionalidades técnicas de los jugadores.

c) El entrenamiento técnico ha de ser coherente con los objetivos estratégicos y tácticos. (p. 56)

Factor de referencia	Técnica	Táctica	Estrategia
Caracterización	Ejecución	Adaptación	Planificación
El jugador se relaciona	Medio y móviles	Adversario	Globalidad
Finalidad	Eficacia	Ganar	Objetivo principal
Tiempo	Coordinación	Instantaneidad	Largo / medio / corto

Tabla 1: características de la técnica, táctica y estrategia según algunos factores de referencia.

Fuente: Sampedro (1999, p. 32).

Por último, cabe destacar que cuando un jugador desarrolla lo que se conoce como *el sentido del juego* es un futbolista que entiende la estructura del juego y presenta frecuentemente resoluciones apropiadas para cada contexto. A algún jugador que tenga esas características se le reconoce que tiene una *inteligencia motriz deportiva*. Así, este jugador tiene «la capacidad que le permite solucionar los problemas surgidos del juego mediante la técnica, la táctica y la estrategia» (Carrasco et al., s.f., p. 11).

Tema 2: Técnica

La Federación Internacional del Fútbol Asociado [FIFA] (2018b) define a la técnica propia del fútbol como la relación jugador-balón. «Es la forma de habilitar la pelota bajo condiciones normales de juego —con compañeros y adversarios—, pero es igualmente y, ante todo, un juego en movimiento» (p. 55).

Carrasco et al. (s.f.) definen la *técnica* como el gesto el cual se manifiesta por medio de las cualidades físicas, este tiene aspecto cognitivo y forma parte de la acción de juego.

En la mejora de estos gestos técnicos existen dos cualidades del movimiento que son fundamentales para reconocer cuándo se llevan a cabo adecuados patrones que permiten mantener una armonía gestual y el logro del objetivo a través de esa acción. Carrasco et al. (s.f.) las definen como *eficacia* y *economía*:

- «Eficacia es la concordancia existente entre el proyecto motor y su ejecución. En la ejecución de la técnica el espacio y el tiempo son dos conceptos importantes que no se deben solapar» (p. 15). La consecución de objetivos previamente propuestos.
- «Economía el movimiento técnico se aconseja que sea económico, que es de gran importancia en el aspecto cualitativo y cuantitativo. El deportista tiene una energía finita que debe desarrollarla a lo largo de la competición» (p.15).

Adicionalmente, Riera (1995) señala que existen dos tipos de técnica: las *individuales*, las cuales son propias del jugador, y las *colectivas*, que se caracterizan por mejorarse entre dos o más jugadores y que permite alcanzar el objetivo común. Ejemplo de este último es el pase, como el lanzamiento del balón de un jugador y la recepción del balón de otro jugador. De esta manera se caracteriza al pase y a la recepción como técnicas colectivas ya que existe colaboración entre ambos jugadores.

Este mismo autor igualmente expresa que el jugador siempre debe de manifestar la técnica y recurre a ejemplos como el simple hecho correr y saltar en el

campo o de pasar y rematar el balón; haciendo énfasis en que constantemente se están realizando estos gestos técnicos. Estas acciones se realizan por decisiones tácticas o por continuar con el plan elaborado desde la estrategia; sin embargo, el jugador siempre realiza maniobras técnicas cuando este en relación con el medio, el balón y los adversarios.

Por esto se establece que existe una relación entre la técnica y la táctica; una relación definida como «la técnica es el medio para poder resolver una acción táctica» (Riera, 1995, p. 55). El jugador debe elegir cuál alternativa técnica es más adecuada de acuerdo con cada momento de juego (táctica individual) y la relaciona con el hecho de que el propio jugador sepa llevarla a cabo (técnica individual). De igual forma, existe una conexión entre la *táctica colectiva* y la *técnica colectiva*; puesto que, en cada situación táctica de un equipo, suelen ocurrir varias posibilidades técnicas.

Por último, del mismo modo se incluye la relación entre técnica y estrategia, con una pregunta y respuesta realizada por Carrasco et al. (s.f.): «¿Se pueden los sistemas tácticos realizar bien con una técnica pobre? Lo cierto es que no se pueden hacer movimientos tácticos y estratégicos complejos si no se tiene una buena técnica» (p. 16).

Fundamentos Técnicos

La Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte de México [CONADE] y Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte (s.f.) manifiesta como aquellos elementos que, a través de acciones motrices, resuelven las tareas que demanda el fútbol; dando como ejemplo la conducción para llevar el balón de un lugar a otro, y así mismo el pase. Agrega que cuando el jugador progresa en el dominio de estos gestos, el futbolista va a adquirir mayor seguridad para estar participando activamente del juego. Constantemente debe estar decidiendo cuál gesto técnico utilizará de acuerdo con la situación en la que se encuentre; por lo tanto, en los entrenamientos toda realización técnica deberá estar relacionada con una situación específica del fútbol.



Ilustración 3: las habilidades técnicas básicas.

Fuente: FIFA (2018b, p. 47).

Según Castelo (1999), en el fútbol podemos dividir los comportamientos técnicos-tácticos individuales en los siguientes:

- **Acciones individuales ofensivas con balón.**
 - Tienen como objetivo la conservación/progresión del balón tales como recepción, protección, conducción, *dribling* y remate.
 - Tienen como objetivo la comunicación/remate; allí encontramos el pase y el remate.
- **Acciones individuales defensivas.** Estas persiguen la recuperación del balón o de cortar momentáneamente el proceso ofensivo del adversario. Estas acciones se asocian con el desarme, la interceptación, la carga y la técnica del portero.

La organización LA84 Foundation (2008) ha establecido un manual de entrenadores en el cual define y brinda algunas características sobre la utilización de los gestos técnicos individuales con balón; estos son:

Recepción/control orientado. Es el acto de controlar el balón por completo o direccionarlo hacia una finalidad (orientado). Castelo (1999) explica este gesto como la acción técnica de controlar o dominar el balón por parte de un jugador cuando este es recibido luego de un pase (por un compañero) o una interceptación (adversario).

Durante cada uno de los partidos, el jugador recibirá el balón a diferentes alturas, velocidades y ángulos, por lo tanto, el jugador debe ser capaz de controlar el balón rápidamente para poder realizar un pase, patear o driblar. Un equipo puede hacer un control efectivo del juego si cuenta con buenas técnicas de recepción. La diferencia entre perder y mantener el control del balón reside en la capacidad de un equipo de tomar el balón cuando está bajo presión.

Existen varias superficies de contacto habilitadas por el reglamento para realizar el control del balón, las de mejor consideración técnica son: muslo, pecho, parte interna y externa del pie, empeine, planta del pie e incluso la cabeza.



Ilustración 4: recepción del balón.
Fuente: LA84 Foundation (2008, p. 119).

Castelo (1999) plantea tres formas para realizar la recepción:

- *Bloqueo.* Consiste en un contacto brusco con el balón, inmovilizándolo por la acción simultánea del suelo y de la superficie corporal que lo recibe.

- *Semi-bloqueo*. Control del balón intentando que este no se inmovilice y que ruede por el suelo en una dirección, en función de la situación de juego. (Orientado).
- *Amortiguación*. Control del balón si hacer apenas uso de las superficies corporales de contacto, sin auxilio del suelo; disminuyéndole velocidad.

Conducción. «Es la acción técnico-táctica de desplazamiento controlado del balón en un espacio de juego controlado por el jugador» (Castelo, 1999, p. 207). Para poder mantener la posesión del balón, el jugador en ocasiones debe ser capaz de moverse con el balón, transportarlo para ganar metros hasta que tenga la oportunidad de rematar o realizar un pase. Esto permite progresión y condiciones más favorables para la evolución en el juego ofensivo.

LA84 Foundation (2008) asegura que la conducción es una técnica difícil de dominar puesto que los jugadores en muchas ocasiones reciben intensas presiones por el rival; de esta manera debe proteger el balón ubicándolo entre el defensor y el balón hasta recibir la ayuda de un compañero. Con respecto al gesto técnico dice que «el jugador debe mantener un centro de gravedad bajo y mantener el equilibrio con los brazos. Esta posición le permite al jugador controlar el balón con precisión» (p. 122). Incluso recomienda realizarlo con la cabeza en alto para poder ver a los adversarios y tener una visión periférica.

Igualmente es importante tener en cuenta los siguientes elementos fundamentales dados por Castelo (1999) para un eficaz desplazamiento con el balón:

- La parte interna del pie ofrece más precisión, pero es menos rápida.
- Conducir con el empeine es más rápido, pero es poco preciso por ser un área pequeña de contacto.
- Emplear la parte externa del pie es más rápida y eficiente porque es grande la superficie de contacto y fácil su adaptación.

Regate /finta. Son las acciones técnicas en las que se supera con el balón perfectamente dominado al adversario. En el regate existe un contacto físico directo con el adversario más estrecho, en la misma acción el rival es despistado por el atacante. Este es un gesto bastante resolutivo ante la falta de espacios libres y el

marcaje; son acciones originales de cada jugador que demandan de una gran virtuosidad técnica y de improvisación (Castelo, 1999).

Al respecto Hughes (1999), citado por Castelo (1999), establece cinco elementos importantes para un eficiente *dribling*:

1. La aproximación del atacante debe ser lineal, en velocidad máxima y con predisposición a cambiar de sentido.
2. Debe tener un control y rodamiento del balón para que el defensa no pueda desarmar.
3. Engaño y desequilibrio a través de acciones veloces buscándolo poner fuera de la línea de acción.
4. Cambio de dirección en el tiempo necesario.
5. Cambio de velocidad cuando el defensor esté buscando retomar el equilibrio de su posición.

La organización LA84 Foundation (2008) añade que, para realizar fintas, se debe atacar el espacio libre detrás del defensor mediante la utilización de la creatividad y diferentes amagues para vencer al defensor, de tal manera que queden frente al arco del adversario. Resaltar la importancia de acelerar hacia el espacio libre que dejó el amague. Este cambio de ritmo permite que el jugador en posesión del balón deje atrás al defensor y genere una situación de ataque o penetre hacia el arco.



Ilustración 5: driblar-regatear.

Fuente: LA84 Foundation (2008, p. 126).

El pase. «Acción técnico-táctica de relación de comunicación material establecida entre dos jugadores del mismo equipo; por lo tanto, la acción de relación colectiva más simple de observar y ejecutar» (Castelo, 1999, p. 210). Complementa expresando que es un elemento básico de colaboración y muy determinante para lograr los objetivos de ataque.

Jugar bien al fútbol exige realizar buenos pases. Aproximadamente el 80% del juego consiste en realizar y recibir pases. Es casi imposible atacar sin realizar buenos pases, sin importar qué tan bien drible el jugador. La confianza y el ímpetu del equipo se nutren de los buenos pases. Los pases malos destruyen al equipo. Realizar buenos pases es, en gran medida, una cuestión de trabajo en equipo. La buena comunicación y movilidad ayudan a simplificar la tarea de realizar pases. El arte de realizar pases reside, en gran medida, en la capacidad de realizar cosas simples bien y rápidamente. (LA84 Foundation, 2008, p. 127)

Esta misma organización agrega que es fundamental la producción adecuada de la técnica del pase para el desarrollo de un buen juego; si un jugador no es asertivo, se limita el juego colectivo.

Existen diferentes superficies de contacto en el pie que permiten realizar diferentes formas de pase, estas superficies son:

Borde interno.

El pase con la parte interna del pie [...] es el pase más preciso cuando la distancia es corta. [...] La pierna de apoyo debe estar levemente flexionada, con el pie junto a el balón apuntando hacia el objetivo. [...] La pierna que pateará el balón se lleva hacia atrás, y la parte interna del pie debe mirar hacia el balón. (LA84 Foundation, 2008, p. 130)

Borde externo. «Un pase con la parte externa del pie se utiliza, en general, para cubrir distancias cortas. Consiste en un pase especialmente engañoso, dado que el pie de apoyo y las caderas no miran en dirección al objetivo» (LA84 Foundation, 2008, p. 130).

Empeine.

El golpe con el empeine es utilizado para cubrir grandes distancias. La pierna de apoyo debe estar levemente flexionada, con el pie junto a la pelota y apuntado en dirección al objetivo. La punta del pie que realizará el golpe debe apuntar hacia abajo, con el tobillo trabado y rígido. El jugador debe golpear el centro del balón con la parte superior del empeine. Debe concentrar la mirada en el balón durante el contacto. (LA84 Foundation, 2008, p. 130)



Ilustración 6: pases con diferentes superficies de contacto.

Fuente: LA84 Foundation (2008, p. 118).

Remate. Es la acción técnica más utilizada para finalización jugada, buscando lograr el objetivo de anotar gol; venciendo la resistencia del adversario (Castelo, 1999).

Para tener mayores probabilidades de éxito, LA84 Foundation (2008) presenta las siguientes recomendaciones:

Un jugador que patea al arco con seguridad tiene más posibilidades de alcanzar el objetivo, por eso deben relajarse y concentrarse al momento de patear al arco. Sin embargo, es esencial la realización de una buena técnica de tiro al arco: adecuada mecánica del cuerpo, precisión, potencia y coordinación. La precisión marca la diferencia entre patear al arco y anotar un gol. La regla de oro es precisión antes que potencia. Todas las pelotas que el arquero no puede atajar son goles, no sólo los tiros explosivos que llaman la atención. Los jugadores deben pensar en cómo vencer al arquero. Los

jugadores deben mirar antes de patear y decidir hacia dónde patear. (pp. 139-140)

Al igual que el pase, también existen diferentes superficies del pie con las cuales se puede patear al arco:

- *Empeine* es el tiro que brinda mayor potencia. A menudo, se utiliza para patear al arco a gran distancia. El objetivo reside en patear el balón con el empeine en su totalidad (es decir, con los cordones), dando una gran zancada hacia el balón antes de patearlo con la punta del pie hacia abajo y el tobillo firme.
- *Voleas* es una acción de remate que se ejecuta con el balón en el aire. En ese sentido existen completas, medias, con el lateral del pie y de costado; son técnicas más complejas de aprender y que demandan de mucha más práctica. Una volea completa consiste en patear el balón directamente en el aire; si el balón se patea después de rebotar, entonces es una media volea.

Generalmente estas acciones técnicas suceden como consecuencia de tiros cruzados, desviados o rebotes como consecuencias del juego aéreo. El impacto a la pelota se debe producir con el empeine en la parte central del balón, la pierna que patea debe estar paralela al suelo y las caderas deben rotar hacia el objetivo.

- *Borde interno o borde externo* generalmente se utilizan para patear al arco evitando a los defensores. En muchas ocasiones se utilizan en momentos en los que se reinicia el juego después de una interrupción, como tiros de esquina o tiros libres. Cuando los jugadores diestros patean el balón a la izquierda del centro del balón, esta gira en el sentido de las agujas del reloj, o a la derecha. Cuando patean el balón a la derecha del centro del balón, esta gira en el sentido contrario a las agujas del reloj, o a la izquierda (LA84 Foundation, 2008).



Ilustración 7: gestos técnicos de remate en volea, con empeine, borde interno y externo.

Fuente: LA84 Foundation (2008, pp. 142-143).

Cabeceo. Cabecear consiste en propulsar el balón utilizando la frente. Los jugadores pueden utilizar la cabeza para realizar un pase, tirar al arco, recibir o despejar el balón. Cabecear es una técnica importante porque en general el 30 % del juego se realiza en el aire. Contar con una técnica y una coordinación adecuadas es fundamental para cabecear con éxito.

Es importante tener en cuenta los siguientes elementos dados por Castelo (1999) a la hora de hacer el gesto técnico:

- Para mayor precisión en el contacto, utilizar el hueso frontal de la cabeza; mientras que los parietales son un recurso a pesar de no brindar alta precisión.
- Mantener constantemente los ojos bien abiertos en todo momento; es normal que se cierren al momento de impactarlo.
- Atacar el balón para llegar primero y aumentar la potencia en el gesto.

Para generar potencia debe haber una transmisión de movimiento desde el tren inferior (piernas) hasta la cabeza; esto asegura mayor potencia. Es esencial realizar una leve inclinación del cuerpo hacia atrás para luego ser impulsado con explosividad hacia adelante.

Con respecto a este último punto, la organización LA84 Foundation (2008) recomienda:

Explíqueles a sus jugadores que la potencia del cabeceo es generada por el tronco, las piernas y los brazos. A menudo, los jugadores tratan de cabecear el balón con un movimiento brusco del cuello, en vez de mantener el cuello firme y utilizar el cuerpo para generar la potencia del tiro. Ya sea que el jugador

se encuentre en el suelo o el aire, debe inclinar el tronco hacia atrás antes de cabecear el balón. Los brazos deben estar delante del cuerpo, flexionados como si estuvieran por comenzar a remar [para darles mayor empuje y así otorgarle al gesto mayor potencia]. (p. 147)

En principiantes es importante que los jugadores adquieran seguridad para utilizar la cabeza, luego se podrán integrar acciones técnicas más complejas derivadas del gesto.



Ilustración 8: gesto técnico del cabeceo.

Fuente: LA84 Foundation (2008, p.119).

Finalmente, se resalta la trascendencia efectuar los gestos técnicos en la realización de la táctica y la estrategia. «La táctica determina hacia dónde se debe jugar la pelota, pero es la técnica que determina si el balón llegará allí» (Johan Cruyff, citado por FIFA, 2018b, p. 46).

Es importante destacar que a través de las acciones técnicas se establecen *medios de ejecución* para alcanzar una capacidad a partir del cambio constante de situaciones con compañeros y adversarios; es decir, realizar la ejecución con una *intención táctica* (Castelo, 1999).

Tema 3: Táctica

La FIFA (2018b) define a la táctica como: «maniobras de juego espontáneas de un jugador o un grupo de jugadores como respuesta a una situación de juego ofensiva o defensiva».

Sampedro (1999) define la táctica como «la combinación inteligente de los recursos motrices, de forma individual y colectiva, para solucionar las situaciones de juego de forma actual que surgiesen de la misma actividad competitiva» (p. 29).

Los directores técnicos deben entrenar la táctica del equipo o de cada jugador, sin embargo, quien resuelve tácticamente es el propio jugador durante el partido. Serán ellos quienes encuentran las soluciones para poder atacar efectivamente al contrario y defenderse de los ataques del rival.

¿Cuándo aparece la táctica? La respuesta es siempre que exista competencia e incluso existen autores que la asocian directamente al concepto de oposición (Riera, 1995).

Algunos ejemplos de actuaciones tácticas en el fútbol son los siguientes: realizar un pase a un compañero desmarcado, realizar una finta para cambiar de dirección y sorprender al adversario, realizar un desdoblamiento para apoyar a un compañero que está siendo presionado por el rival, realizar un desmarque de apoyo para recibir un pase, atraer un rival para que el compañero penetre en el último tercio, bloquear la conducción del rival, etc.

Existen dos tipos de táctica según Riera (1995): la individual y la colectiva.

En la táctica colectiva los jugadores del equipo aprenden a colaborar entre sí para enfrentar al rival, en una acción de cooperación. A cada momento del juego, los jugadores analizan la situación con respecto a los adversarios, el balón y los compañeros, para de esta manera decidir con rapidez y emplear la acción colectiva más conveniente para conseguir el objetivo.

- Cada componente del equipo, y el equipo como un todo, interactúan con los adversarios, el elemento de juego, la ubicación de los compañeros y sí mismos.
- La comparación de los efectos correspondientes a los elementos anteriores.
- El equipo ha de efectuar las acciones técnicas colectivas: desmarcarse, pasar y recibir, ayudar a un compañero presionado; en el caso contrario, colaborar entre varios para evitar ser superados.

Comparando la táctica individual con la colectiva, Riera (1995) expresa que: «no basta con que cada miembro del equipo actúe aisladamente, sino que los componentes del equipo perciban correcta y colectivamente la situación, valoren conjuntamente la acción más conveniente para afrontarla y que sepan ejecutarla colectivamente» (p. 53).

Finalmente, es pertinente indicar que es posible establecer objetivos parciales y suplementarios, vinculados tanto al ataque como a la defensa. Existen un momento que se asocia a la táctica ofensiva y se manifiesta con la posesión del balón por parte del equipo; mientras que la táctica defensiva involucra esfuerzos sin el balón, procurando por recuperarlo.

En la táctica individual cada jugador actúa para superar al oponente y evitar ser superado por él. Desde una perspectiva táctica, existen varios momentos donde interactúa con adversarios en unas situaciones de oposición específicas. Allí el jugador debe valorar las alternativas y realizar la acción técnica que considera más adecuada para resolver la acción de juego. Para F. Malho (citado por Carrasco et al., s.f.) la acción de juego es «la combinación significativa más o menos complicada de los diversos procesos motores y psíquico indispensables para la solución de un problema nacido de la situación de juego» (p. 5).

Fases de la Táctica

De acuerdo con lo anterior, es relevante agregar que existen procesos cognitivos superiores a nivel cortical y que luego se expresan como solución a través del gesto técnico. Riera (1995) y Carrasco et al. (s.f.) establecen que existen tres

fases para la resolución táctica de la acción de juego: percepción, análisis y toma de decisión.

Percepción: análisis perceptivo de la situación de juego. A través de los sentidos y los receptores neuromusculares recibe la información que va a ingresar por vía aferente al cerebro. Puede encontrarse con diversos estímulos cambiantes tales como el oponente (posición, situación, trayectoria, intenciones), su propio cuerpo (posición, situación, trayectoria, consecuencias de las acciones anteriores, recursos técnicos, cansancio, estado de ánimo) y el balón.

El jugador recibe información cuando lleva a cabo una acción de juego, puede provenir del aparato locomotor (receptores musculares, tendinosos, articulares) que regula la dirección, la velocidad del jugador, y también del entorno a través de los sentidos. Hay una información complementaria correspondiente a las explicaciones e instrucciones del director técnico.

Análisis: solución mental o pensamiento táctico. Por medio del procesamiento cerebral a través de la actividad neuronal, el jugador valora los posibles efectos de las diversas alternativas tácticas y elige la que considere mejor para alcanzar el objetivo. Este análisis se da en unos planos de dificultad identificados por Schock (1987), citado por Carrasco et al. (s.f.), los cuales son:

1. *Primer nivel, perceptivo o sensomotor:* poca intervención de la conciencia, situaciones fáciles que con un mínimo de percepción se es capaz de resolver (Ej. acciones sin defensa).
2. *Segundo nivel de regulación o perceptivo-conceptual:* [...] demanda de nivel medio que requiere ejercicios mentales. [...] (Ej. juego 1 x 1).
3. *Tercer nivel o plano de regulación creativo, superior:* cuando demandamos de la actividad mental el máximo, como ocurre con ciertas acciones complejas. (p. 10)

Toma de decisión: solución motriz del problema. Mediante la activación de la asta posterior de la médula y la transmisión de la información a través de las neuronas eferentes, el jugador materializa la acción técnica escogida a partir del proceso anterior para poder resolver la acción de juego presentada. La ejecución se da por la combinación de los procesos anteriores, perceptivos y decisionales.

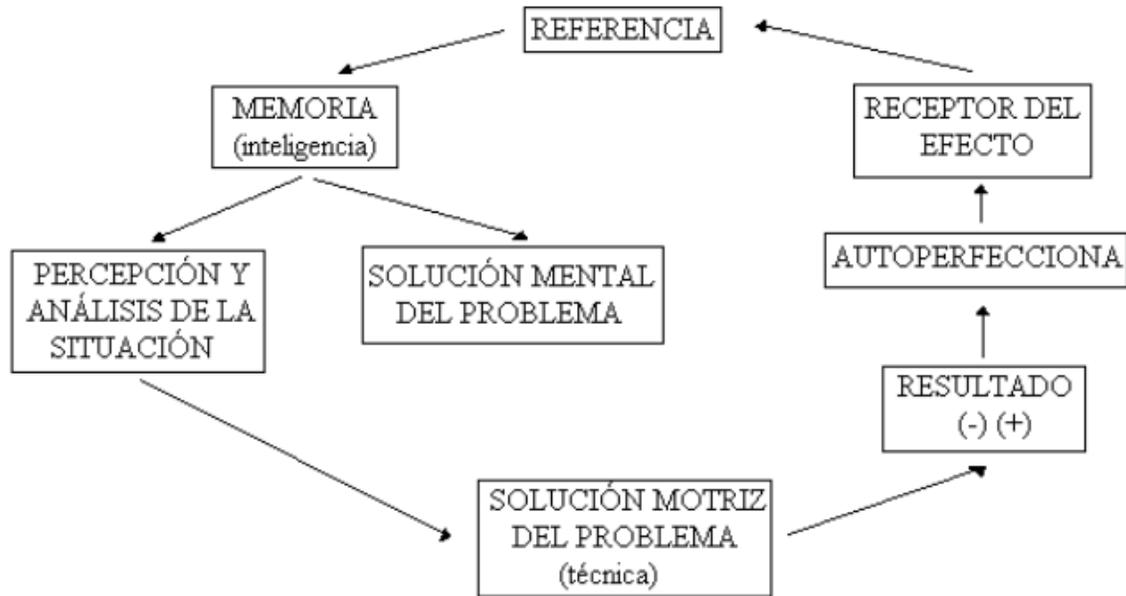


Ilustración 9: ciclo de la acción táctica.

Fuente: Carrasco et al. (s.f., p. 5).

Carrasco et al. (s.f.) se refieren a que la calidad del pensamiento táctico es «la comprensión adecuada de la solución mental y la rapidez con que se toma» (p. 10). Esta calidad depende de los siguientes factores:

De forma *global*: del ritmo de la competición, la velocidad propia del deportista, las condiciones del campo, conocimiento y experiencia de los jugadores; de forma *particular* (cada jugador): depende la cantidad de decisiones, número de respuestas, grado de incertidumbre y aspectos emocionales (voluntad y motivación). Del mismo modo, hay que reconocer que la táctica está supeditada a la estrategia, por lo tanto, el jugador también debe estar atento a las diferentes situaciones que inciden en el objetivo estratégico, tales como: tiempo transcurrido, condiciones climatológicas, resultado parcial, etc. (Riera, 1995).

Tipos de Táctica

Como ya se mencionó, existen tácticas desarrolladas por el jugador (individuales) y por el equipo (colectivas).

Bauer (1994), citado por Rivas y Sánchez (2012), retoma esa clasificación y agrega otros tipos de acuerdo con el contexto del jugador o del equipo:

Táctica individual. «Son todas las acciones de ataque y defensa que realiza un solo jugador en la competencia». Pueden ser ofensivas como centrar, desmarcarse, apoyar; y defensivas como acciones de táctica individual defensiva: marcar, cubrir la zona, barrerse.

Táctica posicional. Se da de acuerdo con la posición de cada jugador en el sistema de juego en donde se le exige de tareas adicionales y posibilidades tácticas específicas a cada jugador. Se dan tanto ofensiva como defensivamente.

Táctica grupal. «Son las acciones que realizan dos o más jugadores del equipo, pero no comprende a los 11. Ejemplos: una jugada de pared, una triangulación, movimientos de la línea defensiva, otras» (Rivas y Sánchez, 2012, p. 9).

Táctica colectiva. «Son todas las acciones tácticas que realizan en conjunto la totalidad del equipo, por ejemplo; la marcación zonal, el juego en bloque, la realización del pressing, otras» (Rivas y Sánchez, 2012, p. 9).

Táctica del partido. «Tiene que ver con las acciones de ataque y defensa específicos, para un juego determinado, tomando en cuenta principalmente el rival a enfrentar, así como aspectos de condición de local o visita, dimensiones del terreno de juego, tipo de competición y otras» (Rivas y Sánchez, 2012, p. 9).

Táctica fija. Son las «acciones planificadas previo a un partido y que tienen lugar al momento de iniciar o reiniciar el juego, luego de una sanción [...]. Por ejemplo: saque inicial, saque lateral, saque de puerta, tiros libres, tiros de esquina, penales, otros» (Rivas y Sánchez, 2012, p. 9).

Métodos de Enseñanza de la Táctica

Rivas y Sánchez (2012), citando a Santos (1999), plantean siete métodos para la enseñanza de la táctica:

1. Explicación teórica en la pizarra.

Explica el sistema de juego a utilizar y los diferentes movimientos del propio equipo y del rival, para luego ir a la táctica grupal por líneas y terminar con posibles movimientos tácticos individuales. Es importante la elección del sistema que se va a emplear y sus posibles variantes.

2. Evoluciones tácticas.

Es la explicación y realización teórico-práctica de los movimientos del sistema, sin oposición de adversarios o bien de una forma pasiva para mecanizar movimientos. Se da la colocación de los jugadores por puesto y movimientos de éstos sobre el campo poniendo en práctica la exposición hecha en la pizarra sin oposición y a la indicación del D.T. Se aplica el ensayo de determinadas salidas con el balón en posesión —según el sistema—, en tanto el equipo contrario trabaja en forma pasiva.

3. Partido aplicado arreglado.

Es un tipo de partido en el que se puede jugar 11 x 11, pero se introducen reglas, así como referencias visuales diversas. Se utiliza para trabajar el sistema táctico, buscando reforzar aquellos aspectos defensivos u ofensivos seleccionados. Las normas o reglas que se apliquen en cada uno de los partidos, dependerá del esquema táctico planteado en la pizarra, de modo que todos los jugadores realizarán una práctica de lo que se producirá en el partido real. Dividir el terreno de juego en sectores, obligar a jugar a dos toques, excluir por unos minutos a un jugador o iniciar el partido con el marcador en contra para uno de los dos equipos, podrían ser ejemplos de normas utilizadas en este método de enseñanza táctica.

4. Análisis de video.

Se utiliza para observar los diferentes movimientos que adecuadamente deben hacer los jugadores, así como los realizados por el rival. Asimismo, se observan los movimientos erróneos que se realizan, y con base en esto, se podrán hacer las correcciones necesarias.

5. Actividades lúdicas.

Se busca la asimilación de ideas y movimientos de manera general. Se trabaja en la velocidad de toma de decisiones, en donde el jugador debe pensar rápido. Las actividades lúdicas, buscan encontrar juegos en espacio más o menos reducidos. Busca el perfeccionamiento de todos aquellos principios tácticos tanto defensivos como ofensivos que van a predominar de nuestro sistema táctico. Por ejemplo; jugar 5 x 5 en un cuadrado de 30x30 m. con los

objetivos de conservar el balón, cambios de juego y pressing por parte del equipo que marca.

6. Acciones combinadas.

Se trata de extraer acciones colectivas de un partido, para después ejercerlas de manera aislada en el entrenamiento. Se realizan acciones simples con oposición pasiva o real. Se toma siempre como referencia el sistema de juego escogido, que servirá como base para elaborar jugadas y plantear soluciones a determinados momentos del partido. No se debe limitar la fantasía ni la creatividad de cualquier jugador, haciéndolo demasiado mecánico y previsible.

7. Partidos libres.

Se trata de un juego real con las reglas propias del fútbol, en el que se engloban ya los conceptos y movimientos aprendidos en los otros métodos. Deben utilizarse en el juego real, todos los conceptos entrenados, con las diversas formas vistas en los métodos anteriores. (pp. 9-10)

Principios Tácticos

«Son los elementos tácticos que determinan el sistema de juego en las fases ofensivas y defensivas. Las consignas se aplican individual y colectivamente de acuerdo con la posición del equipo en el campo y, naturalmente, la situación de juego» (FIFA, 2018b, p. 77).

«Los principios tácticos se definen como un conjunto de reglas sobre el juego que ofrecen a los jugadores la capacidad de alcanzar rápidamente soluciones tácticas a los problemas creados por la situación que enfrentan» (Costa et al., 2011, p. 28).

Según estos autores, dichos principios están implícitos en todas las acciones de juego y presentes en el comportamiento de los jugadores durante un partido, en donde su utilización individual y colectiva facilitan la consecución de los objetivos como marcar goles, controlar el juego, mantener la posesión. Por lo tanto, cuanto más ajustada y eficaz sea la aplicación de los principios tácticos en el juego, mejor podrá ser el rendimiento del equipo o de un jugador en el partido.

«Los principios tácticos se derivan de la construcción teórica acerca de la lógica del juego, concretizándose en el comportamiento táctico-técnico de los jugadores» (Castillo, 1994, citado por Costa et al., 2011). Por lo tanto, es importante que los jugadores tomen conciencia sobre ellos, para que los puedan transmitir y utilizar en cada acción de juego. Estos principios generalizan movimientos y los jugadores los automatizan de acuerdo con el conocimiento táctico.

Existen tres tipos de principios de acuerdo con la congruencia de ideas y a la organización táctica, estos son: los principios generales, operacionales y fundamentales.

Principios generales. Son comunes a las diferentes fases del juego y a los demás principios. Se basan en las relaciones numéricas y espaciales entre los miembros del equipo respecto a los oponentes. Estos principios son:

1. No permitir la inferioridad numérica.
2. Evitar la igualdad numérica.
3. Tratar de crear una superioridad numérica.

Principios operacionales. Se relacionan con los conceptos actitudinales de las dos fases del juego.

Defensa	Ataque
Anular las situaciones de finalización	Conservar la posesión del balón
Recuperar la pelota	Crear acciones ofensivas
Impedir la progresión del adversario	Progresar sobre el campo del oponente
Proteger la portería	Crear situaciones de finalización
Reducir el espacio de juego adversario	Finalizar en la meta contraria

Tabla 2: principios tácticos operacionales.

Fuente: Costa et al. (2011).

Principios fundamentales. Son normas básicas que orientan las acciones de los jugadores y el equipo en las dos fases del juego (defensiva y ofensiva), con el objetivo de crear desequilibrios en la organización del equipo contrario, estabilizar la organización del propio equipo.

Defensa	Ataque
Contención	Penetración
Cobertura defensiva	Movilidad

Equilibrio	Cobertura ofensiva
Concentración	Espacio

Tabla 3: principios tácticos fundamentales.

Fuente: Costa et al. (2011).

Otras Clasificaciones de los Principios

En la literatura es posible encontrar otras formas de establecer los principios tácticos ofensivos y defensivos, como el siguiente diagrama, ofrecido por Contreras (2002). Sin embargo, estas clasificaciones cumplen con el mismo propósito expuesto por Costa et al. (2011):



Ilustración 10: principios técnicos - tácticos.

Fuente: Contreras (2002).

GENERALES	DEFENSIVOS	OFENSIVOS
1 - Hacer lo más fácil	1 - Seguridad ante todo	1 - Abrir la cancha
2 - Acompañar la jugada	2 - Saber ubicarse	2 - Ganar la línea de fondo
3 - Movilidad constante	3 - Saber retroceder	3 - Dominio del 2 x 1
4 - Jugar a lo ancho y a lo largo	4 - Marcación es sinónimo de anticipación e interceptación	4 - Dominio de la pared
5 - Visión periférica	5 - Cooperación con el compañero eludido	5 - Jugar sin balón ocupando espacios
6 - Dominar la idea de bloque	6 - Salir jugando	6 - Hambre de gol
7 - Dominar la idea de cambio de juego	7 - Jugar con el arquero	7 - Rematar y seguir la jugada
8 - Entregar y correr a un espacio		8 - Dominio de los fundamentos técnicos

Tabla 4: principios tácticos de base.

Fuente: Contreras (2002, párr. 9).

Los principios tácticos de evolución también se dividen en ofensivos y en defensivos; y, según Contreras (2002), se subdividen en grupos según la fase de juego:

Los principios tácticos defensivos.

- *Retardación*, ya que después de perder la posesión del balón es la acción que se debe realizar.
- *Equilibrio* en las tareas defensivas (grupo del equilibrio), retomando posición defensiva.
- *Recuperar* la posesión del balón (grupo de la recuperación).

Los principios tácticos ofensivos.

- *Control*; luego de recuperar el balón se debe buscar un dominio en la iniciación de la fase ofensiva, por ello debe existir.
- *Movilidad*, no solo individual sino colectiva (grupo de la movilidad), esta movilidad nos conducirá a una posesión del balón o a una progresión del ataque.
- *Penetración* en las líneas defensivas del rival (grupo de la penetración).
- *La improvisación*; ya que, en el fútbol, por ser un deporte acíclico, el jugador debe estar en condiciones y dispuesto para cambiar de acción en el momento menos esperado.



Ilustración 11: principios tácticos de evolución defensivos.
 Fuente: Contreras (2002, párr. 12).

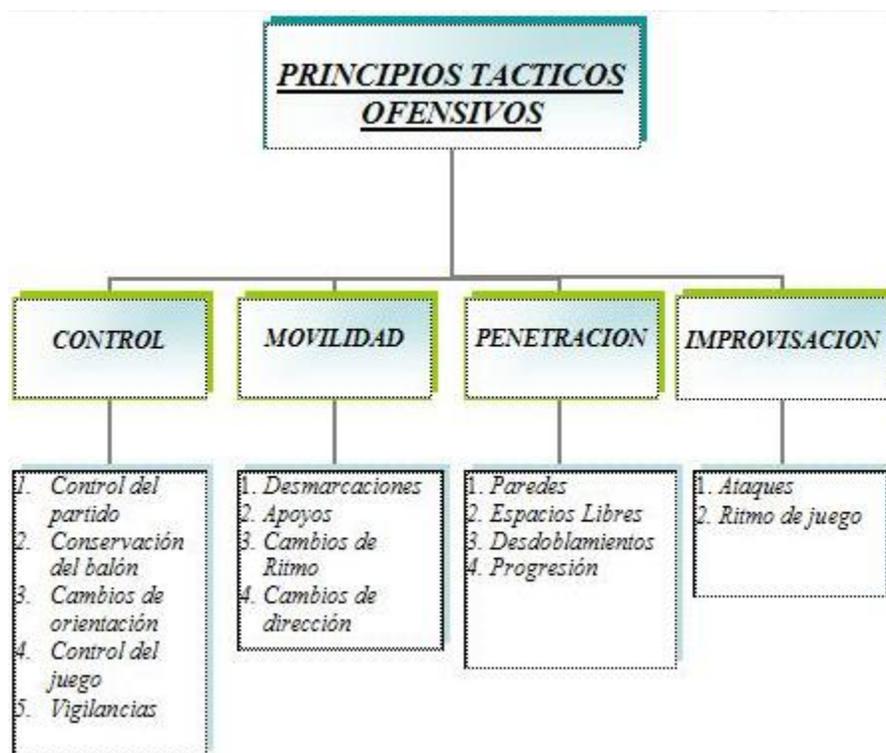


Ilustración 12: principios tácticos de evolución ofensivos.
 Fuente: Contreras (2002, párr. 12).

Como se ha mencionado al inicio de esta guía, resulta evidente la relación de la aplicación de los principios tácticos de acuerdo con la estrategia, puesto que la

actuación táctica debe estar supeditada al objetivo estratégico y de acuerdo con los resultados de esta actuación se puede obligar a replantear la estrategia.

Riera (1995) indica que la estrategia presupone la actuación de los rivales mientras que la táctica es la interacción real con ellos; por lo tanto, es pertinente asociar la estrategia con la planificación, mientras que la táctica con la lucha con el rival. En ese sentido aspectos como las jugadas ensayadas tan comunes en el fútbol se consideran parte de la estrategia.

«Los tres elementos pueden interrelacionarse entre sí: al lanzar un penalti de una forma determinada (técnica) se pretende marcar un gol (objetivo táctico) que permita alcanzar el fin estratégico (vencer)» (Riera, 1995, p. 56).

Tema 4: Estrategia, Sistemas de Juego y Táctica Fija

En el contexto del fútbol, la estrategia es «la ciencia de la dirección de un equipo, en donde se involucra el conjunto de decisiones sobre la manera de enfrentar un partido antes de que este inicie y que tienen como fin obtener el éxito en una competencia dada» (Ardá y Casal, 2003, citados por Rivas y Sánchez, 2012).

De forma general, la estrategia se realiza procurando obtener resultados en los diferentes plazos (largo, mediano y corto); sin embargo, es pertinente resaltar que la estrategia debe ser elaborada en conjunto con los directivos desde el inicio de la temporada para así definir los objetivos de esta y, que de tal manera, todos trabajen de acuerdo con ellos.

Correspondiendo al contexto de la competencia, la estrategia inicia desde el momento en el que el director técnico empieza a pensar y a planificar el próximo partido.

Riera (1995) brinda algunos ejemplos de la estrategia empleada en el fútbol:

- Mojar el terreno de juego antes del partido.
- Reducir o ampliar el terreno de juego, dentro de los límites permitidos
- Entrar un jugador fresco al final del partido.
- Cambiar jugadores durante el partido en función del resultado o el enfrentamiento con los oponentes.
- Cambiar la posición o la función de los jugadores durante el partido.
- Animar la presencia y la participación del público.
- Seleccionar a los jugadores según el sistema de juego que se quiere implantar (p. 48).

A pesar de que se debe considerar que la estrategia para conseguir la victoria es siempre colectiva, durante la competición muchos jugadores elaboran sus propios planteamientos estratégicos a corto plazo para llevarlos a cabo dentro del juego. Así, un jugador puede, antes de empezar partido, planificar su actuación para no ser sancionado, evitar las lesiones o no fatigarse en exceso. «La estrategia individual

debería estar siempre en consonancia y supeditada a la colectiva, pero podría incluso estar en contra» (Riera, 1995, p. 48).

De esta forma surge un concepto que se conoce como la *estrategia motriz deportiva*, la cual, según Hernández (citado por Sampredo, 1999), es «la conducta motriz de un individuo, grupo o equipo actuando en una situación motriz dada, orientada a resolver los problemas que se le plantean en tal situación, de manera individual, grupal o en equipo» (p. 32).

Pierre Parlebas, citado por Sampredo (1999), se refiere a la estrategia motriz como «la aplicación en el campo de un plan de acción individual o colectivo para solucionar un problema motriz. Es el arte de conocer las tácticas o modos tácticos, destacando que «la estrategia es concepción y la táctica es ejecución» (p. 33).

Sistemas de Juego

En una primera definición por parte Van Gigch (1981), citado por Rivas y Sánchez (2012), expresa que el sistema es «un conjunto estructurado de elementos que se interrelacionan para el logro de un objetivo» (p. 13).

La FIFA (2018b) lo define como «una serie de cifras que describen en cada línea de formación el posicionamiento de los jugadores en la cancha. La formación corresponde al sistema de juego elegido por el entrenador: 4-4-2 / 4-3-3 / 4-3-1-2 / 4-1-3-2 / 4-2-3-1, etc.» (p. 77).

Por tanto, en el fútbol el sistema 1-4-4-2 o 1-3-5-2 estará conformado por 11 jugadores o elementos que tendrán funciones tácticas específicas con dependencia del resto de jugadores, los cuales buscarán obtener goles a favor y evitarlos en contra para así ganar un partido.

El sistema de juego en fútbol, atribuye a los jugadores dentro de un orden básico, espacios de juego determinados para las acciones de defensa y ataque. A esta distribución del espacio se encuentra asociada al mismo tiempo, también una repartición de tareas a cada uno de los jugadores. (Rivas y Sánchez, 2012, p. 13)

Respecto a lo anterior, la FIFA (2018b) señala que para desarrollar un sistema de juego es muy importante la repartición de tareas a los jugadores en el campo.

Desde una organización básica se constituyen movimientos y desplazamientos que permiten la expresión del equipo. A ese concepto se le denomina *organización de juego*; en donde se da una repartición de tareas de defensivas y ofensivas en la cancha, posición por posición y línea por línea, para obtener una eficacia máxima y hacerlo adaptable a las diferentes circunstancias.

Con referencia a los movimientos y desplazamiento coordinados de los jugadores, la FIFA (2018b) lo reconoce como las *maniobras de juego*, y sugiere que estas acciones se realicen conforme a los principios del juego ofensivo y defensivo. Destaca que estas maniobras flexibilizan el sistema, cambiando la estructura parcial (pasar de un 4-4-2 a un 4-2-4) haciendo que el fútbol sea más dinámico.

Por último, agregan lo importante de tener un *plan de juego*, para de esta manera tener unas consignas individuales y colectivas; representando la estrategia que plantea cada entrenador.



Ilustración 13: concepto de juego.

Fuente: FIFA (2018b, p. 77).

Características de los sistemas de juego.

1. Objetivos: evidentemente todo sistema de juego tiene como objetivo primordial la anotación de goles y evitar recibirlos en contra, con el fin de obtener la victoria. No obstante, muchas veces el objetivo podría variar si se toman en cuenta aspectos como; el sistema de juego del rival, la expulsión de

un jugador propio o rival, las características del terreno de juego, el marcador y otras.

2. Premisas o supuestos: referente a las premisas o supuestos, se entiende como la información disponible sobre la cual se fundamenta la toma de decisiones. Transfiriendo esto al caso del fútbol, se entiende esto como el sistema seleccionado, donde en el subyace toda la información referente a los recursos de mi propio sistema y del sistema del rival.

3. Atributos: según la teoría de sistemas, los sistemas y los elementos que componen este, están dotados de atributos o propiedades. Por ejemplo; el sistema 5-3-2 tiene entre otros atributos, la presencia de muchos hombres en defensa, el orden defensivo, promueve el juego de ataque por los costados y una gran versatilidad de los volantes para atacar y defender.

4. Debilidades: está claro que todo sistema de juego tienen puntos débiles y que estos principalmente salen a la luz, cuando los jugadores cometen errores individuales y estos son aprovechados por el rival, o bien, simplemente cuando el rival es capaz de desestabilizar dicho sistema. Por ejemplo; los pelotazos a la espalda de los centrales de un sistema que ubica cuatro jugadores en línea, sería el punto débil del sistema 1-4-4-2.

5. Elementos Centrales: en el fútbol estos serían los jugadores que se desempeñan en posiciones claves para el buen funcionamiento del sistema de juego y que si en algún momento están ausentes el sistema lo reciente y en algunos momentos podría colapsar. Jugadores como el arquero, el defensa central, el volante de contención y el centro delantero que componen la conocida «columna vertebral» del sistema, podría decirse que son los elementos centrales del sistema 1-3-5-2. (Rivas y Sánchez, 2012, pp.13 y 14).

Aspectos importantes en un sistema de juego en Fútbol.

- Reparto uniforme de los jugadores en el campo.
- Carga de trabajo semejante.
- Fuerte vigilancia de la portería.
- Transición rápida de defensa a ataque y viceversa.
- Todos defienden y todos atacan.

- Intercambio de posiciones y funciones.
- Libertad de manifestar ideas y variantes. (Rivas y Sánchez, 2012, p. 14)

Aspectos de los que depende un sistema de juego.

1. La táctica y estrategia del partido (rival).
2. Las características de los jugadores.
3. La coordinación entre los jugadores.
4. La condición física de cada jugador. (Rivas y Sánchez, 2012, p. 14)

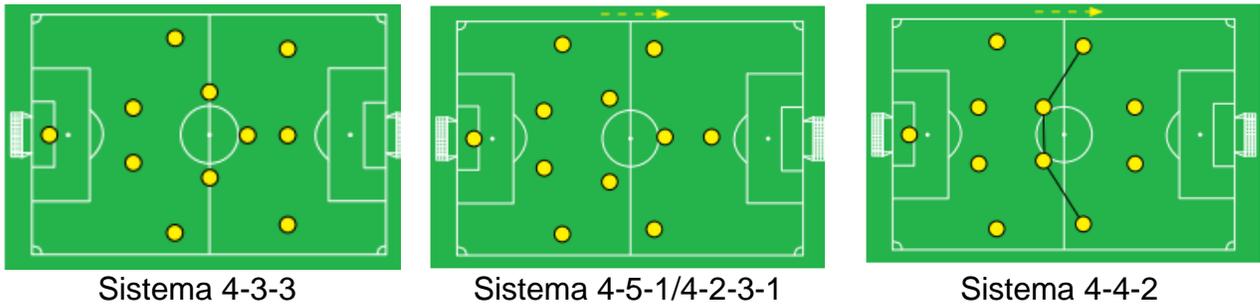


Ilustración 14: algunos sistemas de juego.

Fuente: FIFA (2018b, p. 105).

Estilo de Juego

Los equipos de fútbol pueden actuar de forma muy distinta a pesar de que tenga el mismo sistema de juego, por ello surge un concepto que se conoce como el estilo de juego: «el carácter táctico del juego de un equipo marcado por las distintas personalidades de los entrenadores y jugadores» (Bauer, 1994, citado por Rivas y Sánchez, 2012, p. 14).

Como menciona la definición el estilo de juego viene influenciado por varios factores, entre ellos el director técnico y los jugadores; encima se debe considerar la tradición del club y el aspecto cultural en el cual se desenvuelve el entorno, de allí que en algunas zonas geográficas se conciba el fútbol con unos rasgos y formas muy particulares.

En ese sentido, dos equipos se enfrentan concibiendo el mismo sistema de juego, sin embargo, pueden tener matices muy diferentes de acuerdo con las características mencionadas en el párrafo anterior. Un ejemplo podría ser el

expuesto por Rivas y Sánchez (2012) en el que ilustran un sistema 1-4-4-2 para las selecciones de Italia y Brasil respectivamente, sin embargo, se reconoce que el estilo de juego de los italianos es más defensivo, por lo que su funcionamiento tendrá ese matiz; en contraste, los brasileños tienen una tendencia hacia el juego más ofensivo.

Sampedro (1999) refiere a que el estilo de juego es la filosofía basada en la estructuración del sistema de preparación de los jugadores desde las edades más tempranas hasta la madurez deportiva. El estilo y la filosofía revela la propia concepción del juego por parte del entrenador (p. 35).

Cesar Luis Menotti, citado por Sampedro (1999), es el entrenador argentino que dice: «elegir una u otra forma de juego tiene estrecha relación con la opción de vida que hace uno».

Respecto a la manera de jugar en el campo, la FIFA (2018b) la reconoce como la «marca registrada» en cuanto a la filosofía de juego de un equipo. Agrega que el estado de ánimo en el encuentro el director técnico tiene mucha trascendencia, así como de la cultura futbolística, pero depende mucho más de las características de los jugadores. Para finalizar manifiesta que: «el concepto de juego se elabora en virtud de un sistema de juego y de una organización específica de juego; en otras palabras, los movimientos de los jugadores varían según los principios de juego elegidos» (p. 77).

Táctica Fija

En el fútbol es tradicional conocer a las jugadas de estrategia como las acciones a balón parado (ABP) o jugadas de táctica fija.

La Real Federación Española de Fútbol, citada por Silva (2011), habla de ABP como «todas aquellas acciones que se pueden desarrollar en un partido, tratando de aprovechar o neutralizar toda clase de lanzamiento a balón parado» (p. 98).

Son acciones motrices de los jugadores que parten de la reanudación del juego tras una interrupción reglamentaria. Estas pueden ser de «cooperación» en el caso de que se esté en posesión del balón (ofensivas) o de «oposición» si no se está en posesión del balón (defensivas). (Silva, 2011, p. 107)

Las siguientes son las jugadas que se inician con balón detenido:

- Penalti.
- Tiro libre directo.
- Saque de esquina.
- Saque de salida.
- Saque de meta.
- Libre indirecto.
- Saque de banda.
- Balón a tierra.

Con las cinco primeras es factible convertir un gol de forma directa mientras que en las restantes corresponde por reglamento realizar un toque adicional por algún jugador de campo.

ACCIÓN A BALÓN PARADO (ABP)	FASE DEL JUEGO
TIRO LIBRE	INICIACIÓN
	CREACIÓN
	FINALIZACIÓN
PENALTY	FINALIZACIÓN
SAQUE DE BANDA	INICIACIÓN
	CREACIÓN
	FINALIZACIÓN
SAQUE DE META	INICIACIÓN
SAQUE DE ESQUINA	FINALIZACIÓN

Tabla 5: relación entre ABP y fases del juego ofensivo.

Fuente: López y Fernández (2013, p. 5).

A través de la táctica fija se resuelven muchos partidos y algunos equipos se han consagrado campeones; por lo tanto, es importante. Según la última estadística de la Copa Mundial de la FIFA en 2018, el 42 % de los goles de esa Copa Mundial llegaron como consecuencia de los balones parados y esto se debe a que son acciones que se estudian más fácilmente y son difíciles de defender (FIFA, 2018a).

Tipo de marcación	Características
Individual	<ul style="list-style-type: none"> - El entrenador imparte directrices específicas (quién marca a quién): la tarea del jugador está claramente definida. - Los jugadores pueden formar parejas con los adversarios de similares características (hábiles en el juego aéreo - velocidad). - Responsabilidad individual respecto al adversario directo. - Bloqueo de trayectorias de despliegue conocidas.
Zonal	<ul style="list-style-type: none"> - Organización determinada con anticipación, independientemente del adversario. - Los mejores jugadores en el juego aéreo se colocan en las zonas más peligrosas delante de la meta. - Movimientos y maniobras especiales no desorganizan el equipo. - Posibilidad de un rápido desdoblamiento. - Buena visión de conjunto, del juego y del terreno. - El jugador actúa, en lugar de únicamente reaccionar.
Mixta	<ul style="list-style-type: none"> -El entrenador asigna cuáles jugadores hacen referencia individual a los jugadores más importantes del equipo rival, mientras que los otros jugadores ocupan espacios influyentes en ese tipo de acciones. -Aumenta la creatividad. -Menor posibilidad de que el equipo defienda en inferioridad numérica. -Las ventajas de ambos tipos de defensas mencionados anteriormente.

Tabla 6: tipos de marcación en ABP.

Fuente: FIFA (2018b).

Aprender a realizar jugadas a balón parado es más rápido y efectivo que trabajar acciones o soluciones ofensivas. Ferreiro, citado por la FIFA (2018a), muestra que las ABP en un partido poseen mayor éxito ofensivo que las acciones de juego dinámico.

Cabe añadir que las jugadas a balón parado son extremadamente difíciles de defender. Independientemente de si los marcajes en un córner son al hombre, en zona o mixtos, con que un solo jugador reaccione tarde o despeje defectuosamente el balón, al rival se le puede presentar una buena ocasión de gol. Defender apropiadamente las jugadas a balón parado es más difícil que aprovecharlas para marcar. (FIFA, 2018a)

¿Cómo trabajar la táctica fija? Como apunta Herráez (2003), citado por López y Fernández (2013), se deben tener en cuenta ciertas consideraciones para el entrenamiento de las ABP:

- Trabajo continuo y paciente. Aprendizaje y asimilación de conceptos a lo largo del tiempo.
- Adaptación a la edad.
- Aprovechar los errores cometidos en los partidos. Analizar los registros competitivos para orientar el entrenamiento a corregirlos.
- Paralizar el entrenamiento el menor tiempo posible para mantener la concentración de los futbolistas.
- Establecer criterios básicos de aprendizaje e ir en progresión. (p. 5)

López y Fernández (2013) proponen un conjunto de fases para el entrenamiento de las ABP:

- Presentación. Dar a conocer la acción. Demostración teórica acerca de los movimientos, roles y objetivos de cada jugador.
- Aprendizaje. Priorizar la repetición sistemática con el fin de automatizar las acciones. Se busca dominar los gestos técnicos implicados en la acción. Se acota el espacio al estrictamente necesario para realizar la jugada.
- Anclaje. Introducir elementos perceptivo-decisionales. Se pretende la resolución de situaciones tácticas de marcajes y acciones del rival. Los espacios se reducen al marco próximo de acción.
- Especificidad. Mayor especificidad dando continuidad a la acción. Se incrementan los espacios, aproximándose a los reales.
- Realidad. Ejecutar la acción en situación real. Ciclo completo de juego (defensa, ataque y transiciones). Se juega 11x11 en espacios reglamentarios y se busca una continuidad de la acción hasta que el balón esté fuera de juego. (López y Fernández, 2013, pp. 9-10)

Los dos últimos niveles (especificidad y realidad) suponen la mayor integración de elementos y, por ende, el acercamiento más alto a la realidad

competitiva. Parece sensato respetar el principio de progresión en el entrenamiento y utilizar los niveles anteriores y más básicos (presentación y aprendizaje).

No existe un tiempo fijo estimado de entrenamiento para cada fase. El entrenador tiene que analizar hasta qué punto sus jugadores han conseguido asimilar los objetivos de una fase para ascender a la siguiente, teniendo siempre abierta la posibilidad de regresar a pasos previos (López y Fernández, 2013, p. 10).

Finalmente, estos autores brindan un cuadro comparativo entre las ventajas y desventajas de los medios de entrenamiento de las acciones a balón parado:

MEDIOS DE ENTRENAMIENTO DE ABP	VENTAJAS	DESVENTAJAS
Audiovisuales	Claro y descriptivo.	Imposibilita la puesta en práctica de la acción.
Sin oposición	Muchas repeticiones, entrenamiento de acciones individuales.	No hay control sobre adversarios.
Con oposición	Acciones de superioridad o inferioridad numérica según objetivo.	No se pueden focalizar aspectos concretos. Mucha incertidumbre.
Con transición	Conecta principios del modelo de juego y relaciona fases.	Más desgaste físico y mental.
Acciones combinadas	Automatización de movimientos y gestos.	Contexto alejado de la realidad.
Partidos	Acercamiento a la realidad. Introducción de todos los elementos del juego.	Gran desgaste físico y mental.
Circuitos	Entrenamiento multilateral e individualización del entrenamiento	Pérdida de control sobre las acciones de los jugadores.
Tareas competitivas	Completa aprendizaje y automatiza acciones.	Alto desgaste emocional.

Tabla 7: ventajas y desventajas de los medios de entrenamiento de ABP.
Fuente: López y Fernández (2013, p. 7).



Ejercicio práctico

Ahora que has revisado los contenidos de la guía didáctica te invitamos a realizar los siguientes ejercicios. Son opcionales y buscan fortalecer los contenidos presentados y desarrollar la competencia propuesta.

1. Observa los siguientes vídeos: *Clase Magistral | Unai Emery, Táctica, Europa League 2015/16, Liverpool 1 Sevilla 3* [<https://www.youtube.com/watch?v=eAAb54oF9wk>] y *Clase Magistral: Hernán Darío Gómez, Táctica, Panamá 2 Costa Rica 1* [<https://www.youtube.com/watch?v=OfrqY4zKXSk>]
2. Analiza y reflexiona sobre:
 - La estrategia utilizada.
 - Los sistemas de juego utilizados.
 - La técnica específica de algunos jugadores como modifica la estrategia.
 - Las aplicaciones tácticas.
 - La táctica fija.
 - El estilo de juego.
 - Entre otros elementos que influenciaron en el plan de juego.
3. De acuerdo con la lectura de la guía los documentos de apoyo responder a las siguientes preguntas, según sus propias palabras:
 - ¿Cuáles son las diferencias entre táctica, técnica y estrategia? Dé un ejemplo para cada uno de esos conceptos.
 - ¿Cuáles son las características de la ejecución de un buen gesto técnico? Agregue un ejemplo.
 - ¿Cuáles son las fases de la táctica? Brinde un ejemplo ilustrativo aplicativo en una situación táctica.
 - Con sus propias palabras, ¿Qué son los principios tácticos y para qué sirven?

- Mencione cinco estrategias que como director técnico utilizarías para vencer en una final y explíquelas.
- ¿Con cuál(es) sistema(s) y estilo de juego te identificas más y por qué?



Referencias bibliográficas

- Carrasco, D., Carrasco, D. y Carrasco, D. (s.f.). *Fundamentos de la táctica deportiva*. Universidad Politécnica de Madrid. <http://futbolcarrasco.com/wp-content/uploads/2014/08/futbolcarrascoinef5curso8.pdf>
- Castelo, J. (1999). *Fútbol: Estructura y dinámica del juego*. INDE.
- Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte [Conade] y Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte. (s.f.). *Manual de capacitación. "Director técnico de fútbol del Sector Amateur en etapa base"*. Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos [ENED].
https://ened.conade.gob.mx/Documentos/Manuales/Manual_director%20t%C3%A9cnico_carta.pdf
- Contreras, F. (2002). *Principios tácticos del fútbol*. Entrenadores de fútbol.
http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/prin_tac/prin_tac.htm
- Costa, I., Garganta da Silva, J. M., Greco, J. P., y Mesquita, I. (2011, abril). Principios tácticos del fútbol: conceptos y aplicaciones. *Fútbol-Táctico*, (48), 26-47. <http://www.nucleofutebol.ufv.br/artigos/32-Principios-tacticos-del.pdf>
- Espar, X., y Gerona, T. (2004). *Capacidades cognoscitivas y táctica en los deportes colectivos. Máster profesional en Alto Rendimiento en Deportes de Equipo*. Slideshare. <https://es.slideshare.net/coloradovastell/capac-cognosc-y-tctica-28324286>
- Federación Internacional del Fútbol Asociado [FIFA]. (2018a). *El Mundial de las jugadas a balón parado*. FIFA. <https://es.fifa.com/worldcup/news/eine-wm-der-standards-die-suche-nach-den-grunden-2985300>
- Federación Internacional del Fútbol Asociado [FIFA]. (2018b). *Fútbol juvenil*. FIFA. <https://resources.fifa.com/image/upload/youth-football-training-manual-2866317-2866318.pdf?cloudid=dfy8m3wrgr1bdxxjiu2c>
- García, J. M., Navarro, M., y Ruiz, J. A. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo (principios y aplicaciones)*. Slideshare.
<https://es.slideshare.net/oscarflopez/garcia-manso-bases-del-entrenamiento>

- LA84 Foundation. (2008). *Manual de entrenamiento de fútbol de la LA84 Foundation*. LA84 Foundation. <https://la84.org/wp-content/uploads/2016/09/LA84SpanishSoccerManual.pdf>
- López, A., y Fernández, D. (2013). Orientaciones metodológicas del entrenamiento de las acciones a balón parado. *FútbolPF*, (9), 2-12. <https://futbolpf.org/wp-content/uploads/2018/01/Revista-9.pdf>
- Riera, J. (1995). Estrategia, táctica y técnica deportivas. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (39), 45-56. <https://revista-apunts.com/estrategia-tactica-y-tecnica-deportivas/>
- Rivas, O. M., y Sánchez, E. (2012). Guía Didáctica del Curso: Táctica y Estrategia en el Fútbol. *Revista Movimiento Humano y Salud [MHSalud]*, 10(1). <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/mhsalud/article/view/5323/5147>
- Sampedro, J. (1999). *Fundamentos de táctica*. Gymnos.
- Silva, D. (2011). *Praxis de las acciones a balón parado en fútbol. Revisión conceptual bajo las teorías de la praxiología motriz* [Tesis doctoral, Universitat Rovira i Virgili]. Xarxa. <http://hdl.handle.net/10803/42929>
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Paidotribo.



Esta guía fue elaborada para ser utilizada con fines didácticos como material de consulta de los participantes en el diplomado virtual en DIRECCIÓN TÉCNICA DE FÚTBOL del Politécnico Superior de Colombia, y solo podrá ser reproducida con esos fines. Por lo tanto, se agradece a los usuarios referirla en los escritos donde se utilice la información que aquí se presenta.

GUÍA DIDÁCTICA 2

M2-DV74-GU02

MÓDULO 2: TÉCNICA, TÁCTICA Y ESTRATEGIA

© DERECHOS RESERVADOS - POLITÉCNICO SUPERIOR DE COLOMBIA, 2021
Medellín, Colombia

Proceso: Gestión Académica Virtual

Realización del texto: Juan Sebastián Cardona Gómez, docente

Revisión del texto: Comité de Revisión

Diseño: Luisa Fernanda Serna, comunicadora

Editado por el Politécnico Superior de Colombia.