





Revisión      Recibido: 08/11/2023 | Aceptado: 02/02/2024

## La preparación táctica, componente determinante en el juego de fútbol.


Tactical preparation, a determining component in the game of football

Pablo Elier Sánchez Salgado, Profesor Auxiliar de la Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz Montes de Oca”. Pinar del Río. Cuba. [[sanchezelier2018@gmail.com](mailto:sanchezelier2018@gmail.com)] 

Modesta Moreno Iglesias, Profesora Titular de la Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz Montes de Oca”. Pinar del Río. Cuba. [[sanchezelier2018@gmail.com](mailto:sanchezelier2018@gmail.com)] 

Luis Rene Quetglas González, Profesor Titular de la Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz Montes de Oca”. Pinar del Río. Cuba. [[sanchezelier2018@gmail.com](mailto:sanchezelier2018@gmail.com)] 

Milena González Gortes, Profesora Auxiliar de la Universidad de Pinar del Río “Hermanos Saíz Montes de Oca”. Pinar del Río. Cuba. [[sanchezelier2018@gmail.com](mailto:sanchezelier2018@gmail.com)] 

Fernando Emilio Valladares Fuente. Profesor Titular. Universidad de Pinar del Río. “Hermanos Saíz Montes de Oca”. Pinar del Río. Cuba. [[sanchezelier2018@gmail.com](mailto:sanchezelier2018@gmail.com)] 

## Resumen

El jugar al Fútbol responde a un deporte eminentemente táctico, de ahí la necesidad que tienen los jugadores de relacionarse para organizarse colectivamente con eficacia en las situaciones ofensivas y defensivas, de las cuales van a surgir el resto de las capacidades técnicas, físicas, teóricas y psicológicas. En investigaciones realizadas, enmarcadas en el proceso de preparación táctica en el fútbol, muchas han sido las ideas y las investigaciones que han contribuido a lograr resultados deportivos importantes, y que sirven de bases a las herramientas que se expone en este artículo, sustentado en los sistemas de entrenamientos tácticos contemporáneos dirigida al perfeccionamiento de las acciones tácticas de los



jugadores. Este trabajo, tiene como objetivo, mostrar una sistematización sobre la preparación táctica en el fútbol basadas en principios y fundamentos contextuales del entrenamiento moderno. Esta revisión contribuye a enriquecer los niveles de conocimientos de los entrenadores que por ende se verá reflejado en el comportamiento de los jugadores en los cuatro momentos de juegos del fútbol según el modelo de juego empleado. Con este estudio se visualiza todo el proceso de la organización del trabajo con lo cual se pudo determinar los contenidos que se exponen como resultados, así como una serie de dimensiones e indicadores que permiten valorar el accionar del performance de la preparación táctica de los jugadores.

**Palabras Clave:** Preparación Táctica, Modelo de juego, Roles del juego de fútbol, Fundamentos, Tareas.

### **Abstract**

Playing soccer is an eminently tactical sport, hence the need for players to relate to each other in order to organize themselves collectively and effectively in offensive and defensive situations, from which the rest of the technical, physical, theoretical and psychological capabilities will emerge. In research carried out, framed in the process of tactical preparation in soccer, there have been many ideas and research that have contributed to achieve important sports results, and that serve as the basis for the tools presented in this article, based on contemporary tactical training systems aimed at improving the tactical actions of the players. The objective of this work is to show a systematization of tactical preparation in soccer based on the principles and contextual foundations of modern training. This review contributes to enrich the levels of knowledge of coaches, which will therefore be reflected in the behavior of players in the four moments of soccer games according to the game model used. With this study the whole process of the organization of the work is visualized with which it was possible to determine the contents that are exposed as results, as well as a series of dimensions and indicators that allow evaluating the action of the performance of the tactical preparation of the players.

**Keywords:** Tactical preparation, Game model, Roles of the soccer game, Fundamentals, Tasks.



## **Introducción**

El Fútbol está catalogado por los especialistas dentro de los denominados deportes de equipo de colaboración–oposición directa, es decir, deporte donde un elevado número de jugadores desarrollan fases de colaboración–oposición de una manera activa y coordinada en un espacio de juego compartido.

Martín (2008), citado por Alcalá, et al., (2020), corrobora que es un deporte de características variables, se compone esencialmente de habilidades que se realizan en un ambiente dependiente de las demandas situacionales, en las que el jugador debe constantemente tomar decisiones frente a situaciones cambiantes, necesitándose un alto componente perceptivo frente a este juego imprevisible por lo general en su totalidad.

El Fútbol, como deporte de cooperación-oposición, es de preponderancia táctica, y sus habilidades específicas son abiertas y predominantemente perceptivas; es decir, que son la unión indisoluble de un componente gestual (técnico-coordinativo) y una intención táctica, la cual condiciona la forma y el momento de ejecutar el primero y que adquiere sentido en la estrecha y sincronizada comunicación con compañeros y contrarios, lo que posibilita la solución colectiva a los problemas del juego. (Parissi, 2019).

Por estas circunstancias, son coincidentes los criterios de los autores de este artículo con las particularidades del Fútbol como deporte de equipo abordadas anteriormente, pero valora con más convicción lo planteado por Seirulo, et al., (2015), en que el Fútbol es considerado de preponderancia táctica, que implica la necesidad de estar continuamente resolviendo situaciones de juego, es decir, tomando las decisiones más eficaces dentro del catálogo que figura en su memoria táctica que se ha ido llenando con las experiencias vividas, tanto en competición como en entrenamiento.

Una de las frases más repetidas en las ruedas de prensa por los entrenadores más prestigiosos del mundo se refiere a la relación directa entre entrenamiento y competición “Se juega como se entrena”. Esta afirmación nos deja en claro la importancia de que toda metodología de entrenamiento debe basarse en la competición hacia la que va dirigida.



Diseñar una metodología de entrenamiento para su posterior aplicación en una determinada especialidad deportiva requiere de un análisis detallado por un lado de las características específicas del deporte y por otro de la forma en la que los participantes van a desarrollarse en la misma. (López, 2015).

Cada especialidad deportiva es única ya que presenta unas características, estructura y una forma de competición que ningún otro deporte puede imitar, para cada deporte debe existir una metodología de entrenamiento capaz de reproducir y perfeccionar las necesidades de sus participantes en la competición.

La forma de jugar al fútbol es eminentemente táctica y es de la necesidad que tienen los jugadores de relacionarse para organizarse colectivamente con eficacia en las situaciones ofensivas y defensivas que van a surgir el resto de capacidades técnicas, físicas y psicológicas.

Es evidente que no son las mismas capacidades las que necesitan los jugadores de un equipo que basa su juego de defensa en la presión alta en campo contrario que aquel que espera la recuperación del balón en campo propio o las de un equipo que basa su juego de ataque en posesiones de balón largas que aquel que lo basa en el manejo de las 2 jugadas.

Cada forma de juego requiere de la aplicación de diferentes capacidades sobre las cuales debemos también sistematizar nuestra metodología de entrenamiento.

Las necesidades de un futbolista son muy diferentes que las de una baloncestista, atleta, nadador, cada deporte tiene unas necesidades y éstas deben ser una de las bases sobre las que sistematizar un determinado modelo de entrenamiento.

En la actualidad cada día son más voces las que consideran que la metodología de entrenamiento del fútbol debe respetar por un lado la especificidad de este deporte y por otro lado la singularidad del modelo táctico de juego que cada equipo trata de aplicar en competición.

El objetivo final es claro entrenar jugando, basar el entrenamiento en una competición continua subordinando la metodología de entrenamiento a las características-estructura del fútbol y al modelo



táctico de juego que pretendemos desarrollar en competición utilizando para ellos tareas que reflejen las situaciones reales del juego en donde los jugadores potencien de una manera conjunta todas sus capacidades. Martín-Moya, (2022).

Cada equipo en función de su modelo táctico de juego debe desarrollar su propia metodología de entrenamiento logrando trasladar a todas y cada una de las tareas de entrenamiento las características principales de su forma de juego logrando con ellos la mejor y más fiel transferencia del entrenamiento a la competición.

### **Desarrollo**

Sobre táctica del fútbol se han realizado numerosas investigaciones, todas con un matiz diferente, por ejemplo: García et al., (2019) se centró fundamentalmente en la evaluación de funciones ejecutivas, que para el fútbol, ocupa un lugar primordial. Pizarro et al., (2016) prefirió concentrarse en la comprensión, pues para estos autores todo éxito parte de comprender las fortalezas y debilidades que tiene cualquier rol en el deporte para después asumir una táctica pertinente. Sánchez et al., (2012) le suma a esta comprensión, un necesario estado de conciencia, según estos autores, de nada vale comprender la función que debe asumir cada jugador si en cada jugada no hay un razonamiento consciente que le indica lo que debe hacer o no en cada contexto.

Sin embargo, Pérez et al.,(2014) no lo ven así; atendiendo a sus criterios entender y estar conscientes no es suficiente para lograr una táctica efectiva. No existirán transformaciones en el pensamiento y las actitudes de los atletas hasta que no prime la participación; en otras palabras la búsqueda en la solución de problemas.

Como parte de este tipo de interacción con los problemas surge la iniciativa planteada por González-Ródenas et al., (2015) quienes ven en el ejercicio de dominar el gol, ya sea desde la ofensiva como la defensiva, una función clave.



Presentada y demostrada la necesidad de los autores antes mencionado de encontrar un instrumento que evalúe dichos componentes surge la obra de Serra-Olivares, García-López, (2016) quienes se deciden proponer un test que evalúe el conocimiento táctico esta vez desde lo ofensivo. Pero ellos no fueron los únicos en lanzar propuestas en esa dirección; Caicedo, Vargas, (2020) también elaboraron su instrumento, pero no enfocado precisamente en un test sino desde las potencialidades de una profunda observación para la valoración de acciones tácticas ofensivas en fútbol-vatof.

Ya desde esta evolución de científicos del fútbol queda claro que un método bien estructurado y basado en lo cognitivo-actitudinal puede obtener información útil para concebir determinada táctica en el fútbol, más si los resultados no son positivos habrá que trabajar mejor en las capacidades, sobre todo las coordinativas, como así lo plantean (Fuentes, Gaïbor, 2022; Gonz)

Por estas circunstancias, los deportes de equipo son considerados de preponderancia táctica, que implica la necesidad de estar continuamente resolviendo situaciones de juego, es decir, tomando las decisiones más eficaces dentro del catálogo que figura en su memoria táctica que se ha ido llenando con las experiencias vividas, tanto en competición como en entrenamientos.

En el proceso de preparación de los futbolistas, las metodologías modernas de entrenamientos, se apoyan en estas concepciones, las cuales, al valorar la estructura, la lógica interna y las características de este deporte, les permiten metodológicamente diseñar la estrategia, planificación y organización de todo el proceso de preparación de los equipos para enfrentar las diferentes dinámicas competitivas en la actualidad mundial.

Muchas han sido las ideas y las investigaciones en relación con la preparación táctica de los futbolistas que han contribuido a lograr resultados deportivos importantes a través de los años, en este artículo se propone la aportación teórico-práctica a la metodología de la didáctica del entrenamiento, mediante una sistematización de los principios contemporáneos para la estructuración y planificación del



entrenamiento de la preparación táctica en el fútbol, el redimensionamiento del contenido de los diferentes pasos a seguir para la preparación táctica en el fútbol y la concepción de dimensiones e indicadores evaluativos con rangos de valoración dentro del artículo.

Desde el punto de vista práctico brinda herramientas para el desarrollo de la preparación táctica desde el entrenamiento para los jugadores de fútbol que permite perfeccionar el proceso de preparación de los futbolistas teniendo en cuenta las tendencias contemporáneas de entrenamiento. La propuesta de indicadores y sub-indicadores que especifican las acciones del juego de fútbol a partir de sus momentos, tributando al modelo de juego planificado, lo cual permitirá valorar el nivel de comportamiento táctico de los jugadores de fútbol.

En las sesiones de entrenamiento los máximos protagonistas serán el balón, los jugadores y la competición continua entendida desde la perspectiva de perfeccionar los principios de juego que nuestro modelo de juego requiere. (López, 2015).

En este artículo, los entrenadores de todas las categorías se van a encontrar con herramientas que a partir de una orientación teórico-práctica de una manera clara, explica como la preparación táctica para su entrenamiento requiere de una planificación de contenidos con un orden lógico que parten desde la base de un modelo de juego y como trasladar estas ideas basadas en los roles de las acciones tácticas y los fundamentos de cada uno, mediante los elementos técnico-tácticos a través de las tareas, sesiones y microciclos establecidos llevando a cabo un entrenamiento moderno, dinámico y que presente un excelente traslado a la competición .

Además, en este artículo, los autores pretenden exponer algunas reflexiones a tener en cuenta para el desarrollo de la preparación táctica desde el entrenamiento para los jugadores de fútbol del alto rendimiento que permite perfeccionar el proceso de preparación teniendo en cuenta las tendencias contemporáneas de entrenamiento.



La novedad e importancia de este trabajo, radica en visualizar, entre otros aspectos relacionados con la táctica del fútbol, la organización de una serie de pasos lógicos a seguir que se brinda para el desarrollo de la preparación táctica, donde la programación de la misma como dirección determinante mediante metodologías modernas de entrenamiento, arrastran las condiciones técnicas, físicas, psicológicas y teóricas según el modelo de juego planteado. Se integran en este trabajo la clasificación del trabajo semanal y la sesión diaria, cual se orientan a partir de las tareas de entrenamientos según los cuatro momentos de juegos, así como la utilización de un novedoso control para evaluar el desarrollo de la táctica en las condiciones reales del juego.

Se expone de forma gráfica la organización de como la preparación táctica se constituye en un sistema de pasos interrelacionados lo cual permitirán redimensionar la programación de la preparación de los futbolistas teniendo en cuenta el componente táctico como preponderante en los entrenamientos de este deporte.

#### *-Principios de la formación táctica*

Son muchos los autores que mencionan y enfocan determinados principios para el desarrollo de la dimensión táctica en los diferentes deportes. Malho (1983), definió los principios de formación táctica como de carácter determinante para el éxito deportivo:

Principio de sistematización, Principio del carácter alterno que debe tener el entrenamiento del comportamiento táctico, Principio de la unidad de la formación táctica elemental de la formación táctica compleja, Principio de la unidad de la formación táctica individual y de la formación táctica colectiva.

Hay autores quienes particularizan los principios teniendo en cuenta el accionar del juego, tal es el caso de, Csanadi (1983), Matveev (1983), Talaga (1986) y Wein (1988) que definieron los Principios de la táctica ofensiva y defensiva como:

#### *Principios tácticos ofensivos*





- Profundidad en el ataque (Apoyos), Amplitud, Penetración, Movilidad, Improvisación

#### *Principios tácticos defensivo*

- Profundidad defensiva (Cobertura), Retardación, Equilibrio, Concentración, Control.

Otros autores como Frade (2008), Tamarit y Seirulo (2012), López e Iglesias (2015), Leitao, (2018), citados por Martín-Moya, (2022), haciendo énfasis en las metodologías de entrenamientos de la Periodización táctica, la Periodización de juego, el Modelo cognitivista hace alusión a principios de la táctica como:

- Principios de la especificidad, Principios de las propensiones, Principio de la alternancia horizontal específicas, Principio de la progresión complejas

- *Principios de la especificidad:* viene dado en que todos los factores del entrenamiento están en función del juego, de esta forma, los ejercicios que procuren la organización de un equipo deben simular momentos de la competición, y ese simular se tiene que traducir en ejercicios que en su propia esencia no descontextualicen aquello que es, o va a ser la realidad competitiva. Es por ello que se debe conseguir que el mayor número de jugadores piensen de la misma manera ante una situación dada, o sea, que tengan un objetivo claro desde el primer día.

La preparación de la táctica en el fútbol, requiere de trabajar siempre en especificidad, no dando lugar, por tanto, a ejercicios analíticos y descontextualizados, es por ello que rechaza entrenamientos físicos o técnicos separados del modelo de juego, ya que esto conduce a una inespecificidad en el proceso con sus posteriores consecuencias

- *Principio de progresión compleja,* propone la adquisición progresiva en complejidad de los principios del modelo de juego.

- *Principio de la alternancia horizontal específica,* propone una alternancia en el tipo de contracción muscular predominante en la sesión (en tensión, duración y velocidad) a lo



largo del microciclo de entrenamiento, garantizando así la relación adecuada entre esfuerzo y *Principio de las propensiones* recuperación para la siguiente competición.

- plantea, la repetición de un gran número de veces de lo que se pretende que surja en competición como forma de adquisición por los jugadores. Es un principio táctico explicado por Frade (2011), como el “hacer aparecer” donde lo que se quiere es condicionar el ejercicio para que aparezcan comportamientos de lo que quiere alcanzar en un gran porcentaje. Se busca que el jugador adquiera y repita el comportamiento pretendido.

Existe una total coincidencia entre los criterios de los autores de este artículo con los de los autores mencionados con respecto a los principios de estas teorías ya que se entiende que los mismos son la base fundamental en la que se sustenta la preparación táctica en especificidad por las particularidades del fútbol en la actualidad.

### *Modelos de juegos*

Muchos autores le refieren una gran importancia en los deportes de equipos a los modelos o formas de juego ya que estos funcionan como guía u orientación de las ideas en las cuales se organizan el accionar táctico del juego. (Barrero, 2021).

López (2015) en el análisis sobre las características del modelo táctico de juego, especifica en la forma en la que cada equipo se organiza para desarrollar las fases de colaboración oposición durante el desarrollo del juego, en como presenta múltiples variantes, muchos caminos válidos para llegar al mismo lugar, conseguir que los jugadores respondan de una manera rápida, coordinada y eficaz ante una determinada situación del juego, relacionado con un conjunto de señas de identidad que definirá el juego colectivo del equipo.

(Mourinho, 2006, p 544), “es la dirección que hace que los jugadores puedan en los cuatro momentos del juego, pensar en la misma perspectiva”.



Frade y Tamarit, (2015, p 157), entienden por modelo de Juego como una idea/conjetura de juego constituida por principios, sub – principios, sub – principios de los sub – principio, representativos de los diferentes momentos o fases del juego, que se articulan entre sí, manifestando una organización funcional o propia, o sea, una identidad.

López (2015), grafica la organización táctica del modelo de juego teniendo en cuenta una serie de aspectos que dan contenido a su desarrollo:

**Momentos del juego:** representan las cuatro fases generales de carácter táctico en las que se pueden encontrar los equipos durante el desarrollo del juego.

Las fases defensivas serian la defensa y la transición ataque –defensa, las fases ofensivas serian el ataque y la transición defensa-ataque.

Todo equipo debe definir claramente que comportamiento colectivo va a tener ante los cuatro momentos tácticos que presenta el desarrollo del juego según el modelo de juego que haya definido el entrenador, lo cual tendrá presente como guía de orientación en la preparación, los fundamentos de cada uno de ellos como indicadores de evaluación y los elementos técnicos tácticos que rigen a cada uno de ellos indicadores que se constituyen como sub indicadores los cuales con su comportamiento darán una valoración del nivel táctico colectivo del equipo.

Momento ofensivo: el juego de ataque se produce cuando el equipo se encuentra en posesión del balón y el equipo contrario está organizado defensivamente o el equipo reinicia el juego con una acción a balón parado. Estas acciones están regidas por un grupo de principios mencionados anteriormente como: movilidad, velocidad en la circulación del balón, amplitud, profundidad, progresión de jugadores y equilibrio.

Objetivos del juego de ataque y sus fundamentos:



Los objetivos tácticos que se persiguen alcanzar durante el desarrollo de este momento son cuatro, para poder desarrollarlos de forma óptima se requiere de la aplicación de unos determinados fundamentos de juego.

Ocupar racionalmente el terreno de juego: el equipo atacante se distribuye en el espacio de juego ocupándolo a lo largo y ancho de una manera equilibrada, estirar el campo a lo largo y a lo ancho, jugadores cerca de las líneas de bandas y al borde del fuera de juego, no estar en la misma línea (escalonarse), ocupar los cinco carriles de ataque (laterales, centros laterales y central), no dejar espacios entre líneas.

Mantener la posesión del balón: el equipo atacante trata de conservar la posesión del balón el mayor tiempo posible dejando que trascorra el tiempo para mantener un resultado, desgastar física y psicológicamente al equipo adversario.

- Salir jugando, si no se puede progresar pase hacia atrás y volver a iniciar, primero mantener el balón después hacerlo avanzar, adversario desorganizado acelerar y progresar rápido, adversario organizado desacelerar el juego.

*Progresar en el juego:* el equipo atacante trata de aproximar a la portería adversaria el balón y los jugadores necesarios para acceder con garantías a la última fase del juego de ataque.

- Alternar el juego al pie con el juego al espacio, si no se puede progresar, pase atrás y cambio de juego, alternar el juego por dentro (cerrar la defensa) y por fuera (abrir la defensa), enseñamos que vamos por un lado para jugar por el otro, incorporar jugadores de las líneas más retrasadas para sorprender, alternar el juego corto (atraer al rival) con el juego largo (aprovechar espacios libres).

*Finalización:* el equipo atacante trata de hacer gol en la portería adversaria o concluir sus acciones ofensivas en tiro para evitar el contraataque del equipo defensor.



- Finalizar rápido, incorporar jugadores para como mínimo llegar en igualdad numérica, al remate de centro lateral hay que llegar no estar, perfilarse para rematar, después de un tiro atacar un posible rechace.

*Momento defensa:* este momento se produce cuando el equipo no se encuentra en posesión del balón y está organizado o el equipo contrario va a reiniciar el juego con una acción a balón parado. Estas acciones están regidas por un grupo de principios mencionados anteriormente como: densidad defensiva, equilibrio defensivo, marcaje zonal e intensidad defensiva, profundidad defensiva, y orientación defensiva.

Objetivos y fundamentos del juego de defensa:

Los objetivos tácticos que se persiguen alcanzar durante el desarrollo de este momento son cuatro, para poder desarrollarlos de forma óptima se requiere de la aplicación de unos determinados fundamentos de juego.

Ocupar racionalmente el terreno de juego: el equipo defensor se distribuye en el espacio de juego ocupándolo a la lo largo y ancho de una manera equilibrada, acortar el campo a lo largo y a lo ancho, bascular en función de la posición del balón, no estar en la misma línea (escalonarse), no dejas espacios entre líneas ni entre compañeros de línea

Recuperar el balón: el equipo defensor trata de recuperar la posesión del balón para iniciar acciones ofensivas.

-Recuperar para jugar, líneas juntas para defender, basculamos juntos en función de la posición del balón (coberturas constantes), máxima presión en las bandas o si el adversario va a recibir de espaldas (salir a la presión mientras el balón viaja no cuando llega), presionar al poseedor del balón + marcar a los adversarios + reducir espacios avanzando la línea defensiva.

Evitar la progresión en el juego: el equipo defensor trata de dificultar con sus acciones que el equipo adversario aproxime el balón y sus jugadores a la propia portería.



- Líneas escalonadas una es superada la siguiente se opone al avance del balón, coberturas constantes entre líneas, forzar el juego del rival hacia afuera del bloque defensor en los balones frontales (evitar los pases interiores), mantener el juego de frente al bloque defensor en los balones laterales.

*Evitar el gol:* el equipo defensor trata de evitar que el adversario logre finalizar sus acciones de ataque sobre la portería o dificultar al máximo las mismas para que si se produce sea en condiciones poco favorables para hacer gol.

- Primero defender la portería luego el balón, ningún atacante libre de marca en el área, si un jugador de la línea defensiva sale a presionar, el resto se reparte el espacio, dar la espalda a la portería en los balones laterales (ver balón y adversario), en el interior del área los brazos detrás del cuerpo, si el portero salió a enfrentarse 1x1 el defensor más cercano trata de tapan la portería, apoyar al portero por si este rechaza el balón.

#### *Objetivos y fundamentos del juego de transición defensa-ataque*

Para poder desarrollar de forma óptima los objetivos el juego de transición defensa-ataque requiere de la aplicación de unos fundamentos de juego:

Mantener la posesión del balón: el equipo atacante tras la recuperación del balón trata de conservar la posesión del balón el mayor tiempo posible dejando que trascurra el tiempo para mantener un resultado, desgastar física y psicológicamente al equipo adversario.

-Recuperar y asegurar primeros pases (defender para jugar), recuperar y si no se puede progresar pase hacia atrás y armamos ataque, primero mantener el balón después hacerlo avanzar, adversario organizado desacelerar el juego.

Progresar en el juego: el equipo atacante tras la recuperación del balón trata de aproximar rápidamente a la portería adversaria el balón y los jugadores necesarios para acceder con garantías a la última fase del juego de contraataque.



-Adversario desorganizado acelerar y progresar rápido, si el jugador que recupera el balón tiene campo abierto conducir rápido hacia adelante, si el jugador que recupera el balón tiene campo cerrado tratar de pasar hacia adelante, recuperamos de un lado y jugamos por otro, jugar por las bandas para abrir la defensa rival, si no se puede progresar, pase atrás y cambio de juego, incorporar jugadores para sorprender con su llegada desde atrás.

Finalización: el equipo atacante tras la recuperación del balón trata de hacer gol en la portería adversaria o concluir sus acciones ofensivas en tiro para evitar el contraataque del equipo defensor.

-Finalizar rápido las acciones de ataque, incorporar jugadores para como mínimo tener igualdad numérica, en las llegadas por banda tras ganar espalda línea defensiva, rematadores mantenerse por detrás de la línea del balón, llegar al remate no estar esperándolo.

*Momento transición ataque-defensa:* este momento se produce cuando un equipo pierde la posesión del balón estando en juego.

Estas acciones están regidas por un grupo de principios mencionados anteriormente como: densidad defensiva, equilibrio, movilidad constante, profundidad defensiva, orientación defensiva.

Objetivos y fundamentos de la transición ataque –defensa

Los objetivos tácticos que se persiguen alcanzar durante el desarrollo de este momento son cuatro, para poder desarrollarlos de forma óptima se requiere de la aplicación de unos determinados fundamentos de juego.

Ocupar racionalmente el terreno de juego: el equipo defensor se distribuye en el espacio de juego ocupándolo a la lo largo y ancho de una manera equilibrada.

-Replegar para acortar el campo a lo largo y a lo ancho, replegar en función de la posición del balón, no estar en la misma línea (escalonarse), no dejar espacios entre líneas ni entre compañeros de línea.



Recuperar el balón: el equipo defensor trata de recuperar la posesión del balón para iniciar acciones ofensivas. Fundamentos que permiten realizar las acciones.

-Recuperar para jugar, líneas juntas para defender, basculamos juntos en función de la posición del balón (coberturas constantes), máxima presión en las bandas o si el adversario va a recibir de espaldas (salir a la presión mientras el balón viaja no cuando llega), presionar al poseedor del balón + marcar a los adversarios + reducir espacios avanzando la línea defensiva.

*Evitar la progresión en el juego:* el equipo defensor trata de dificultar con sus acciones que el equipo adversario aproxime el balón y sus jugadores a la propia portería.

-Líneas escalonadas, una es superada la siguiente se opone al avance del balón, coberturas constantes entre líneas, forzar el juego del rival hacia afuera del bloque defensor en los balones frontales (evitar los pases interiores), mantener el juego de frente al bloque defensor en los balones laterales.

*Evitar el gol:* el equipo defensor trata de evitar que el adversario logre finalizar sus acciones de ataque sobre la portería o dificultar al máximo las mismas para que si se produce sea en condiciones poco favorables para hacer gol.

-Primero defender la portería luego el balón, ningún atacante libre de marca en el área, si un jugador de la línea defensiva sale a presionar, el resto se reparte el espacio, dar la espalda a la portería en los balones laterales (ver balón y adversario), en el interior del área los brazos detrás del cuerpo, si el portero salió a enfrentarse 1x1 el defensor más cercano trata de tapar la portería, apoyar al portero por si este rechaza el balón.

#### *Medios de entrenamientos para el desarrollo de la preparación táctica*

Se enfocan sobre todo hacia los ejercicios que influyen directamente o no en la preparación deportiva del jugador. Los ejercicios tácticos utilizados como medio de entrenamiento para el desarrollo de la táctica del equipo responden a la especificidad del funcionamiento del modelo de juego definido por





el entrenador, donde se ponen de manifiesto la simulación de las acciones que se originan en la competición en los diferentes momentos del juego logrando una adaptación a los patrones de juegos orientados lo cual les permitirán solucionar las diferentes situaciones que se presenten creando los niveles de respuestas necesarios ante cada acción de juego.

Estos ejercicios tendrán un carácter general, dirigido, especiales y competitivos los cuales se interrelacionan para calificar con la tarea y el tipo de sesión que se esté ejecutando según el nivel de la toma de decisiones en cada uno de ellos, siempre en especificidad y orientados por los principios de entrenamientos tácticos en el fútbol.

Los ejercicios de carácter general y dirigidos, los jugadores en sus acciones, no participaran directamente en las tomas de decisiones, mientras los especiales y competitivos si tendrán similitud a la competición y tendrán constantemente que dar respuestas a las disímiles situaciones que se presenten la dinámica del entrenamiento.

Es notorio referir que los ejercicios tácticos además de ser los preponderantes en la preparación de los jugadores de fútbol, también servirán como medios para el desarrollo de las demás preparaciones teniendo en cuenta siempre el modelo de juego o sea la propia táctica del equipo.

Igualmente están los medios técnicos complementarios que se pueden utilizar en el curso de los ejercicios.

#### *Tareas de entrenamientos*

Las tareas constituyen la unidad básica de las sesiones de entrenamiento, en las tareas deben de estar presente la suma de las características y estructura del fútbol en unión de las características de nuestro modelo de juego.

Las tareas deben reproducir fielmente la estructura del Fútbol y el comportamiento que deseamos para nuestro equipo en función de los cuatro momentos del juego.

Las características que deben presentar las tareas son las siguientes: (López, 2015).



-Empleo de colaboración y oposición inteligente ya sea en situaciones de igualdad, superioridad e inferioridad numérica.

-Deben ser competitivas, los jugadores deben estar sustentados en lo siguiente:

Tener como estímulo la consecución de la victoria sobre sus oponentes y la mejora de sus capacidades técnico-tácticas-físicas y psicológicas que nuestro modelo de juego requiere.

-Deben suponer una carga fisiológica continua o discontinua evitándose los tiempos pasivos o de espera.

En las tareas se debe alternar, realizar tareas de duración muy reducida con otras de una duración más amplia.

-Reducción del número de jugadores para lograr que estos realicen una mayor repetición de las acciones técnico-tácticas y exista una mayor intensidad física y un mayor nivel de concentración (Salvo partidos condicionales o libres).

-Reducción del espacio de juego para adaptarlo al número de jugadores.

En las tareas que con finalización se marcan las áreas para que los jugadores y el portero dispongan de esa referencia a la hora de atacar y defender, las dimensiones deben ir en relación al tamaño del espacio de juego.

-Reducción de tiempo de juego para lograr una mayor intensidad y concentración.

-Deben disponer de reglas cuyo cumplimiento favorezca el desarrollo de nuestro modelo de juego (provocación, continuidad y corrección).

-Deben estar presentes en todas ellas las características del fútbol y las bases de nuestro modelo de juego defensivo Ejemplo (marcaje zonal + presión muy alta+ concentración) y ofensivo (movilidad+ circulación rápida del balón+ concentración ofensiva).



-Los contenidos de las tareas se programarán en función de los cuatro momentos del juego, los objetivos de cada momento del juego, los principios que articulan cada momento y los fundamentos que se requieren para aplicar con eficacia los principios.

#### *Organización de las tareas de entrenamiento*

-Definir el momento de juego y el modelo táctico a desarrollar, definir los objetivos del juego, definir la carga física a nivel condicional de la tarea, definir la carga psicología de la tarea, reglas de las tareas: ( Provocación, Continuidad, Corrección).

#### *Tipos de tareas*

Rondós técnico-tácticos: son tareas orientadas a nivel ofensivo al perfeccionamiento de los principios técnico tácticos necesarios para mejorar la velocidad–precisión en la circulación del balón y la finalización en situaciones de superioridad numérica y a nivel defensivo perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos necesarios para la recuperación del balón y evitar el gol.

Juegos de posición: son tareas orientadas a nivel ofensivo al perfeccionamiento de los principios técnico tácticos necesarios para mejorar la velocidad –precisión en la circulación del balón y la finalización en situaciones de superioridad numérica y a nivel defensivo perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos necesarios para la recuperación del balón y evitar el gol.

Tareas sin finalización: son tareas orientadas a nivel ofensivo al perfeccionamiento de los principios técnico táctico necesarios para la mejor de la velocidad –precisión en la circulación del balón en situaciones de igualdad, superioridad o inferioridad numérica y a nivel defensivo perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos necesarios para favorecer la recuperación del balón.

Tareas con finalización: son tareas orientadas a nivel ofensivo perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos necesarios para la mejor de la velocidad–precisión en la circulación del balón, la progresión en el juego y la finalización y a nivel defensivo perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos necesarios para favorecer la recuperación del balón, evitar la progresión en el juego y el gol.



Partidos condicionados: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos-físicos y psicológicos que nuestro modelo táctico de juego requiere para poder competir con éxito en las diferentes situaciones del juego que se pueden presentar a lo largo de un partido de competición.

Partidos libres: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios técnico-tácticos-físicos y psicológicos de nuestro modelo táctico de juego para poder competir con éxito en las diferentes situaciones del juego que se pueden presentar a lo largo de un partido de competición valorando la creatividad del jugador.

Situaciones ataque-defensa: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios y fundamentos de juego necesarios para resolver con eficacia las situaciones en las que el equipo está en posesión del balón y el equipo contrario está organizado defensivamente.

Situaciones defensa-ataque: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios y fundamentos de juego necesarios para resolver con eficacia las situaciones en las que el equipo no está en posesión del balón y se encuentra organizado defensivamente.

Situación transición defensa-ataque: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios y fundamentos de juego para resolver con eficacia las situaciones en las que el equipo tras la recuperación del balón estando este en juego busca progresar y finalizar rápidamente la acción ofensiva.

Situación transición ataque-defensa: son tareas orientadas al perfeccionamiento de los principios y fundamentos de juego necesarios para resolver con eficacia las situaciones en las que el equipo tras la pérdida de la posesión del balón estando este en juego busca evitar la progresión del equipo adversario y volver a recuperar el balón.

Situación de balón parado: son tareas orientadas a la organización defensiva u ofensiva del equipo en las situaciones en las que se reanuda en juego con una acción a balón parado.

### *Sesión de entrenamiento*



Son conjuntos de tareas interrelacionadas para lograr la mejora de un determinado momento, fundamento, objetivo o principio táctico de juego de un modelo de juego.

Los objetivos a desarrollar con la realización de las sesiones de entrenamiento deben estar relacionados en un primer plano con un momento del juego que pretendemos perfeccionar de acuerdo al modelo de juego definido, en un segundo plano con el objetivo que pretendemos alcanzar en ese momento y en un último plano con los principios tácticos de juego.

Los contenidos de carácter técnico-táctico a perfeccionar con la realización de las sesiones de entrenamiento deben programarse en función de un plan semanal que recoge los cuatro momentos del juego con sus diferentes objetivos, los requerimientos del próximo partido y las experiencias a nivel de aspectos positivos y negativos del partido anterior.

Del análisis de estos aspectos se obtendrá que contenidos serán los más adecuados para trasladar a cada una de las sesiones de entrenamiento.

La duración de las sesiones de entrenamiento no debe superar el tiempo de la competición (es variable según las categorías y edades) tras el período de calentamiento ya que a mayor duración de la misma se verá mermada la intensidad y capacidad de concentración de los jugadores.

La valoración de variados criterios de los autores constatados sobre las características estructurales y funcionales del fútbol como un deporte de equipo donde sus fundamentos se basan en las teorías contemporáneas del entrenamiento, (Complejidad, (Arévalo, 2020), los Sistemas dinámicos, (Carlota, 2014), los Constreñimientos, (Newell, 1996), a raíz de la interacción entre todas sus partes ratificando la preparación táctica como el componente rector y las preparaciones técnicas, físicas, teóricas y psicológicas, se definen según las necesidades del modelo de juego determinado en el proceso de preparación del equipo, siendo coincidente con los resultados de la propuesta en esta artículo de exponer herramientas para el perfeccionamiento de la preparación táctica a partir de un redimensionamiento de la planificación y orientación de la táctica según el modelo de juego, teniendo en cuenta los cuatro



momentos de las acciones de juego basado en los fundamentos de cada uno y donde los ejercicios califican a partir de las tareas y los constreñimientos dependiendo del nivel de toma de decisiones según las situaciones de entreno.

### **Conclusiones**

Desde las teorías contemporáneas del proceso de entrenamiento en el fútbol, se plantea a la táctica como el componente rector y las demás preparaciones se asumen por arrastres según el modelo de juego empleado. Además, se valora la importancia de la preparación táctica, teniendo en cuenta los roles o momentos de las acciones de juego que se suceden durante los partidos para lograr un mayor nivel de adaptabilidad a las resoluciones de cada una de las situaciones que se puedan presentar durante el juego.

Las herramientas que se proponen en este artículo tienen sus fundamentos en los sistemas complejos contemporáneos de entrenamientos de la táctica, donde se interrelacionan los contenidos con una orientación lógica para lograr los objetivos pretendidos, valorando el modelo de juego, los momentos, los fundamentos y los elementos técnico-tácticos organizados por las tareas definidas, para obtener rendimientos deportivos acorde con el nivel de la competición.

### **Referencias Bibliográficas**

- Alcalá, E. P., García, A. M., Trench, M. G., Hernández, I. G., Seirulo, F., Morera, F. C., & Tarragó, J. R. (2020). Entrenamiento en deportes de equipo: El entrenamiento optimizador en el Fútbol Club Barcelona. *Apunts Educación física y deportes*, 36(142), 55-66.
- Arévalo, D.E. (2020). Teoría de la complejidad. *Pensamiento complejo de Edgar Morín*.
- Barrero, A. M., Gutiérrez, I. M., & Prieto, M. F. (2021). Análisis del modelo de juego en un equipo de fútbol profesional de la Bundesliga de Alemania: estudio caso. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (39), 628-634.



- Caicedo, S. A., & Vargas, M. A. C. (2020). Diseño y validación de un instrumento observacional para la valoración de acciones tácticas ofensivas en fútbol-vatof. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 306-311.
- Fuentes San Lucas, J. M., & Gaïbor Caicedo, E. R. (2022). *Capacidades coordinativas en los fundamentos técnicos tácticos en futbol de la categoría sub 13 de la Academia de Futbol Huracán, cantón Daule, Provincia del Guayas, año 2021* (Bachelor's thesis, BABAHOYO: UTB, 2022).
- Frade, V. (2015). «Qué es la Periodización Táctica. MC Sport
- García, S., Rodríguez, A., & Garzón, A. (2011). Conceptualización de inteligencia táctica en fútbol: Consideraciones para el desarrollo de un instrumento de evaluación en campo desde las funciones ejecutivas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 11(1), 69-78.
- González-Ródenas, J., Bondía, I. L., Moreno, F. C., & Malavés, R. A. (2015). Indicadores tácticos asociados a la creación de ocasiones de gol en fútbol profesional. *Cultura, ciencia y deporte*, 10(30), 215-225.
- González Ramos, P. R., Martín Agüero, O. J., Montero Quesada, J. G., & Rice Nelson, D. A. (2022). Guía para el control observacional de la táctica grupal ofensiva en el fútbol. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(1), 162-176.
- Leitao, R. (2018). Los Modelos de Juegos. Periodización de Juego. Curso Internacional para entrenadores DT. de categorías mayores en Cuba.
- López, López J. (2015). La preparación del futbolista basado en el Fútbol. Bases teórico –prácticas del entrenamiento específico del Fútbol, [WWW.ENTRENARFUTBOL.ES](http://WWW.ENTRENARFUTBOL.ES)
- Martin Doblado, J. (2011). La Táctica. Curso de alto rendimiento para directores técnicos de fútbol. La Habana



- Martín-Moya, R. (2022). Periodización táctica y metodología de enseñanza-entrenamiento-aprendizaje en fútbol. Modelo de Juego. Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación, 45.
- Matveev, L. (1983). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Editorial Raduga. Moscú.
- Mourinho, J. (2015). ¿Fútbol Práctico - Que es la Periodización Táctica? MC Sport
- Newell (1996). La teoría de “Constreñimiento del aprendizaje motor”.
- Parissi, M. (2022). Optimización en las metodologías de los deportes colectivos de cooperación-oposición, con énfasis en fútbol (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación).
- Pérez, E. E., Nivelá, M. L. H., & Expósito, R. E. (2014). La resolución de problemas como estrategia de enseñanza para el aprendizaje de la táctica ofensiva en la categoría prebenjamín de fútbol 8. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 209-217.
- Pizarro, A. P., García-González, L., Cortés, Á. M., Arroyo, M. P. M., & Domínguez, A. M. (2016). Aplicación de un programa de intervención para mejorar la comprensión táctica en fútbol sala: Un estudio en contexto educativo. *Movimento*, 22(1), 51-62.
- Sánchez, R., de la Vega-Marcos, R., Ruíz-Barquín, R., & Del Valle, S. (2012). Análisis y evaluación de los niveles de toma de conciencia y comprensión táctica en fútbol por medio de un tablero de juego. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 1(1), 33-38.
- Serra-Olivares, J., & García-López, L. M. (2016). Diseño y validación del test de conocimiento táctico ofensivo en fútbol (TCTOF). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 16(63), 521-536.





Seirulo, F. (2015). "Línea general de trabajo para el Fútbol como deporte de equipo". *Training & Fútbol*, nº 109, pp 26-33.

Tamarit, X. (2015). *Víctor Frade, el padre de la Periodización Táctica*. MC Sport

Torrent, C., Balagué, N., Seirulo, F. (2014). *Entrenamiento Integrado. Principios dinámicos y aplicaciones*, Apunts. Educación Física Deporte: Vol 2, Num. 116.

