

# REFLEXIONES Y JUEGOS METODOLÓGICOS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA TÁCTICA MULTIDIRECCIONAL EN EL FÚTBOL

**JOSÉ LUIS VERA RIVERA**

Doctor en ciencias de la Cultura Física  
Profesor Universidad de Pamplona Colombia  
Grupo de Investigación Actividad Física, Recreación y Deportes  
[Vera10jose@hotmail.com](mailto:Vera10jose@hotmail.com)

**JOSE ORLANDO HERNANDEZ GAMBOA**

Profesor Universidad de Pamplona Colombia  
Grupo de Investigación Actividad Física, Recreación y Deportes  
[Orlandocc11@live.com](mailto:Orlandocc11@live.com)

## RESUMEN

En el entrenamiento táctico encontramos una gran variedad de definiciones sobre el concepto, y uno de tantos que quisiéramos mencionar es el del Dr (Riviera, 1995) quien define la táctica como “la selección y aplicación creativa y oportuna de medios, modos y formas para la lucha más eficiente con el contrincante en las condiciones para la competencia”; para este escrito aprovecharemos el conocimiento teórico que tenemos sobre el tema para realizar unas reflexiones metodológicas de cómo en un único sistema de entrenamiento podemos integrar capacidades físicas determinantes y condicionales, fundamentos técnicos básicos y específicos en función de un trabajo táctico en equipo con mira a mejorar la toma de decisiones. Para el desarrollo del presente artículo se tuvieron en cuenta métodos empíricos y científicos, los cuales se fundamentan en la organización académica del mismo. El aporte de este escrito se fundamenta en el sistema de carga que se aplica a los juegos que se utilizan para realizar el entrenamiento táctico del fútbol.

**Palabras claves:** táctica, toma de decisiones, fútbol.

REFLECTIONS AND METHODOLOGICAL GAMES FOR THE TRAINING OF THE MULTIDIRECTIONAL TACTICS IN THE FOOTBALL

## ABSTRACT

In the tactical training we find a great variety of definitions on the concept and one of so many people that we wanted to mention is that of the Dr Dr (Riera, 1995) who defines the tactics as “the selection and creative and opportune application of means, manners and forms for the most efficient fight with the opponent in the conditions for the competition. For this writing we will take advantage of the theoretical knowledge that we have on the topic to realize a few methodological reflections of how in the only system of training we can integrate physical determinant and conditional capacities, technical basic and specific foundations depending on a tactical work in equipment with gun-sight to improving the capture of decisions. For the development of the present article there were born in mind empirical and scientific methods which are based on the academic organization of the same one. The contribution of this writing is based on the system of load that is applied to the games that are in use for realizing the tactical training of the football.

**Key words:** tactics, capture of decisions, football.

.....  
*Artículo recibido 24 de febrero del 2012 y  
aceptado para su publicación el 18 de mayo  
del 2012.*

*Se considera un artículo T 2 de reflexión*

## 1. INTRODUCCIÓN

“Por tanto, existen cinco maneras de conocer el futuro vencedor. Ganan los que saben cuándo luchar y cuándo no. Los que saben discernir cuándo utilizar muchas o pocas tropas. Los que tienen tropas cuyos rangos superiores e inferiores tienen el mismo deseo. Los que se enfrentan con preparativos a enemigos desprevenidos. Los que tienen generales competentes y no limitados por sus gobiernos. Estas cinco son las maneras de conocer al futuro vencedor.” (Sun Tzu, aC).

Son muchos los antecedentes históricos que nos hablan del fútbol, pero no es hasta el campeonato mundial de Uruguay 1930 donde se dan a conocer las primeras ideas empíricas de lo que es el entrenamiento táctico en el fútbol. A partir de esa fecha se han jugado 19 campeonatos mundiales, y es allí donde el mundo académico de este deporte analiza la evolución del entrenamiento táctico; es importante realizar las siguientes anotaciones que aportaron a la metodología táctica del entrenamiento del juego: La evolución de los sistemas de juego del fútbol es un área para estudiar detalladamente.

“En lo que denominamos pre-sistemas de juego se desarrolla el fútbol previo al sistema clásico, donde el juego se caracterizaba principalmente por acciones individuales y únicamente ofensivas. Justamente a este sistema, también conocido como piramidal, se le considera el primer sistema de juego moderno por su organización”. (Lovrinevich, 2010 ).

Esta progresión permite ver cómo los sistemas de juego fueron eliminados lentamente delanteros para retrasarlos como mediocampistas o defensores. Actualmente son 3 sistemas de juego los que se utilizan, pues de allí surgen todas las variantes posibles: son el 4-4-2, que predomina principalmente en los equipos de primer nivel europeos, y en el fútbol argentino, el 3-5-2 que a predominó en Corea-Japón 2002, y el 4-5-1 que fue la base de Alemania 2006.

La obsesión por pensar primero en la defensa antes que en el ataque, por tener más jugadores defensivos que ofensivos, hizo que fuera descendiendo progresivamente la cantidad de goles en los Torneos.

(Bruggemann , 1995 ) propone los siguientes Dispositivos tácticos : 4 - 4 - 2 (en rombo 4-3-1-2, en línea 4-4-2, y en cuadrado 4-2-2-2) Era una variante del 4 - 3 - 3.

(Fernandez, 1996) propone que uno de los aspectos más importantes en la táctica del fútbol es el “Fútbol de pressing”; es el nombre con el que Rinus Michel bautiza el estilo de juego que desarrolló mientras actuó como preparador del Ajax de Amsterdam.

En donde sobresalen las siguientes características:

- Todos atacan y todo defienden
- Movimiento constante.
- Intercambio de puestos
- Defensores que incursionan en ataque
- Atacantes que colaboran en defensa
- Marca zonal

- Utilización racional del espacio
- Aumento del ritmo de juego

Todas estas ideas son retomadas de la lectura histórica de los sistemas de juego y nos llevan a reflexionar que el éxito de la obtención de resultados deportivos no solo está en saber defender y atacar, sino en la forma inteligente que lo hagamos; el jugador de fútbol no debe convertirse en un robot que repite la variabilidad de fundamentos técnicos en función de una táctica defensiva o ofensiva.

Uno de los grandes errores que están cometiendo los equipos de elite es la gran improvisación en las jugadas de ataque y en la correcta utilización de las cargas físicas en función del trabajo táctico de equipo; este problema real es el que nos motiva a desfragmentar metodológicamente cómo se deben abordar ciertos principios de periodización táctica al trabajo multidireccional de la carga y cómo, a través de componentes fundamentales como el volumen, la intensidad y la densidad, logramos un entrenamiento más planificado, integrado y moderno, lo que nos ayudará a afirmar que el entrenamiento táctico es el más importante en el alto logro de resultados; es por eso que (De la Paz , 1985 ) define la táctica como “la adopción racional de las acciones individuales, en grupos y colectivas, durante la enseñanza de los elementos técnicos.

Mata ( 1989 ) define la táctica en el fútbol como todos los movimientos efectivos que hacemos de ataque y defensa.

El siguiente trabajo es netamente reflexivo, donde los métodos cuasi experimentales se utilizan solamente como ejemplos descriptivos de algunos trabajos realizados a través de la intervención pedagógica.

Para terminar esta introducción, tenemos que afirmar, en unión a varios entrenadores, que las copas del mundo constituyen un congreso de reflexión en el que confrontan análisis y se descubren los sistemas y las evoluciones tácticas del fútbol.

## 2. DESARROLLO METODOLÓGICO

La importancia de la táctica para el logro deportivo es distinta en cada deporte y disciplina deportiva. Sus particularidades específicas están relacionadas ante todo con el carácter de las interacciones entre los competidores. (Manno, 1991).

Los objetivos específicos de esta intervención radican en un trabajo de reflexión en donde el aporte no es cuantitativo si no educativo; por lo tanto, los métodos a utilizar son metodológicos, en donde a través de la teoría se analiza la práctica en donde utilizaremos algunos elementos teóricos como el análisis y la síntesis, y otros prácticos como la simulación de juego, todo lo referente a la metodología del entrenamiento táctico, la periodización contemporánea de la táctica y la concentración de la misma a través de situaciones reales de juego.

**Selección y descripción de los participantes:**

Los deportistas que se tomarán como ejemplo son futbolistas de alto rendimiento, correctamente fundamentados generalmente a través del paso en escuelas de formación deportiva y en categorías aficionadas del futbol profesional colombiano, como la primera C, y juegos universitarios en sus diferentes zonas; tienen un promedio de edad de 20 años, por lo que en el entrenamiento deportivo se consideran deportistas que se encuentran en la etapa de consecución de altos logros deportivos, lo cual facilita el análisis de los datos explicados.

**Reflexiones**

**PRIMERA REFLEXIÓN**

**Entrenamiento físico dentro del funcionamiento táctico del equipo:**

Uno de los grandes errores que se encuentra en la metodología del entrenamiento del futbol es la aplicación incorrecta de la preparación física a la preparación táctica; o, mucho más grave, la aplicación del entrenamiento físico separado del pensamiento táctico (Leali, 1991).

En la actualidad no hay tiempo para realizar sesiones de entrenamiento, en donde prioricemos en los métodos analíticos como medio de su desempeño; esto motiva al entrenador a utilizar la inter-conexión de cargas en función del objetivo táctico que es el de demostrar movimientos racionales en función de la ofensiva y la defensiva.

Para llevar de forma adecuada esta inter-conexión es necesario el conocimiento completo de los principios y métodos del entrenamiento deportivo, en donde cobra singular importancia el conocimiento de las escalas de intensidad y, dentro de éstas, la densidad, que es igual al tiempo de duración en trabajo y el tiempo de recuperación.

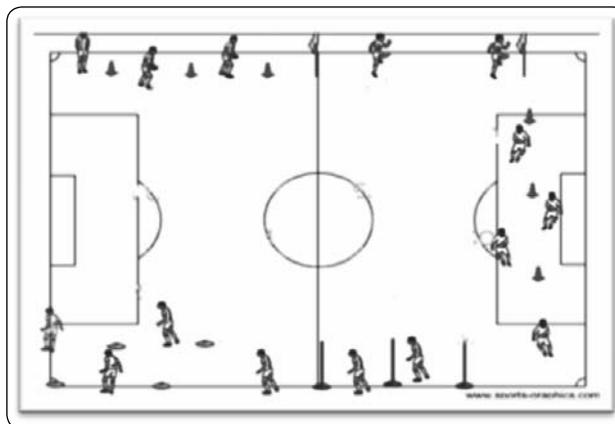
**Ejemplo para el entrenamiento de las capacidades físicas**

La preparación física es el proceso biosicopedagógico dirigido al mejoramiento de las potencialidades morfofuncionales mediante el desarrollo adecuado, equilibrado y progresivo de las direcciones físicas, las cuales se manifiestan en el fortalecimiento muscular funcional del organismo. (Collazo, 2002).

**EJEMPLO : Resistencia anaerobia de larga duración.**

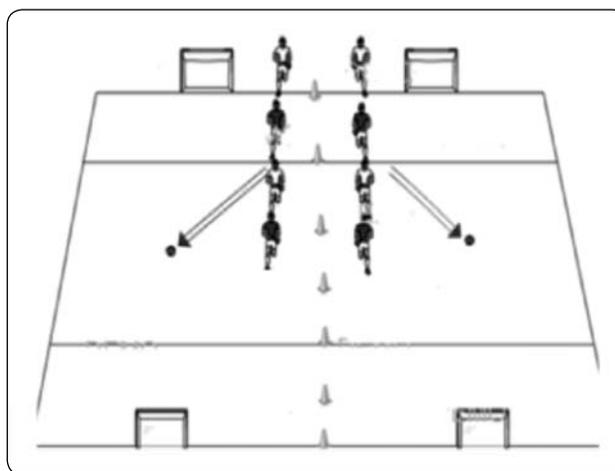
- La duración oscila entre los 60-120 segundos de trabajo.
- El tiempo de recuperación entre repeticiones, debe oscilar entre los 4-6 minutos.
- El tiempo de recuperación entre series debe ser mayor a los 6 minutos.

Los ejercicios de fácil desarrollo se deben realizar con balón y sin balón



**Figura 1.** Ejercicio para la resistencia anaeróbica larga duración

Método global para el entrenamiento de resistencia anaeróbica de larga duración.



**Figura 2.** Juego para la resistencia anaeróbica larga duración.

**SEGUNDA REFLEXIÓN**

**Los fundamentos técnicos deben trabajarse en función de las tareas tácticas zonales y de pensamiento.**

Tanto la técnica defensiva como la ofensiva debe utilizarse en función de los sistemas tácticos por utilizar; hay acciones técnicas, como el pase, que permiten la comunicación motriz de los jugadores que cooperan, y la correcta realización de los movimientos sin balón es lo que permite el dominio del espacio dentro del terreno de juego. El control y el regateo permitirán el desequilibrio de la defensa del equipo contrario, y la utilización correcta del tiro a portería hará el cumplimiento del objetivo principal, que es el gol. (Bruno, 2012)

Para ello se necesita una excelente preparación física, la cual debe obtenerse mediante la metodología Global que se fundamenta en la utilización en la sesión de entrenamiento diario por lo siguiente:

### Ejemplo de juego metodología global para el pase

*Descripción metodológica:*

Dos equipos de igual número de participantes cada equipo, en el campo contrario ubican 4 ó más aros, de tal manera que cada equipo ubique la misma cantidad de aros situados en las esquinas; dentro del aro ubica un jugador.

El objetivo es lograr que, jugando fútbol, darle el pase al jugador situado dentro del aro; si se logra, rescatar a este jugador para su equipo.

Gana el equipo que primero rescate sus jugadores; el equipo a la defensa trata de impedir que estos jugadores toquen la pelota; jugar a uno, o máximo dos toques.



Figura 3. Juego global fundamentos del pase

### Ejemplo de método global para el desarrollo del gesto técnico del cabeceo

*Descripción metodológica*

Se instalan cuatro bases; los participantes se dividen en dos equipos de igual número de jugadores.

El equipo al ataque bateara el balón (estilo saque de arquero), lanzándolo hacia donde esté el equipo contrario (la defensa); el jugador más cerca del balón correrá por él, mientras que sus compañeros se ubican organizando un círculo en la mitad de las cuatro bases. Allí llegara el jugador con el balón. Y ejecutarán el cabeceo, de tal forma que todos los del equipo toquen el balón una vez. Si lo dejan caer, vuelven a empezar. Si lo golpean dos veces o más, vuelven a empezar.

Mientras tanto, el equipo al ataque hará el máximo de carreras pasándolo uno por uno y en forma ordenada. Pararán de hacer carrera cuando el equipo a la defensiva complete la ronda del cabeceo, uno por uno (luego cambian).

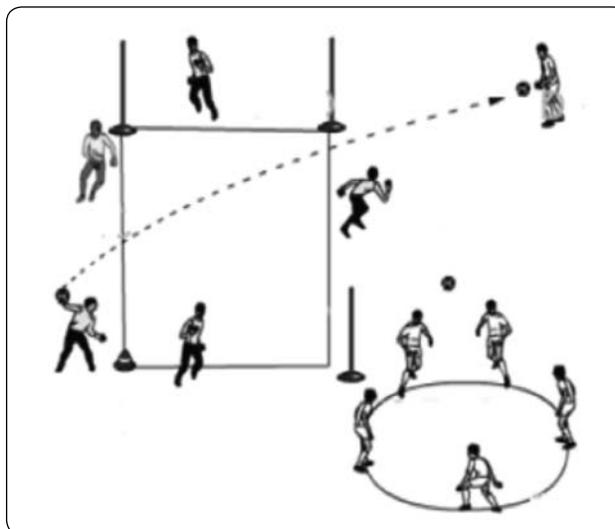


Figura 4 Juego global fundamentos del cabeceo

Juego de conducción Los dos equipos estarán ubicados dentro del círculo central, y cada jugador con un balón, driblando, sin chocarse, sin parar y esquivando los obstáculos. Cada equipo tiene un nombre. Dentro del equipo participante, la mitad de los integrantes serán número 1, y la otra mitad número 2; en cada arco hay un portero. Cuando el profesor diga el nombre de un equipo, éste saldrá atacar con el balón que tenga el capitán (habrá capitán en los números 1 y en los números 2), los 1, a atacar hacia su izquierda, y los 2 hacia su derecha. Lo mismo el equipo que defiende los 1, marcará a los 1, y los 2 a los 2, tratando de no dejar hacer el gol y volver el balón al círculo central jugando fútbol.

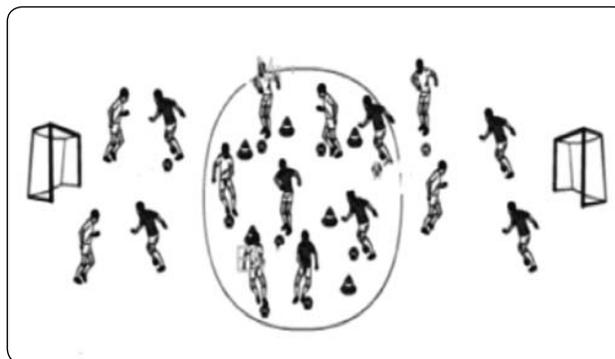


Figura 5. Juego global fundamentos de la conducción

### JUEGO DE TIRO A PORTERIA

Se colocan los conos y arcos móviles formando porterías alrededor de la cancha (1mts); el equipo A defiende las porterías que están en su campo y trata de hacer goles en los arcos del equipo B. Las porterías principales tienen un portero; el equipo que haga gol en las porterías grandes tiene 2 puntos, y en las pequeñas un punto.

Jugar a un toque, a dos toques, juego libre, salida por los costados, cambio de frente, tiro frecuente etc...

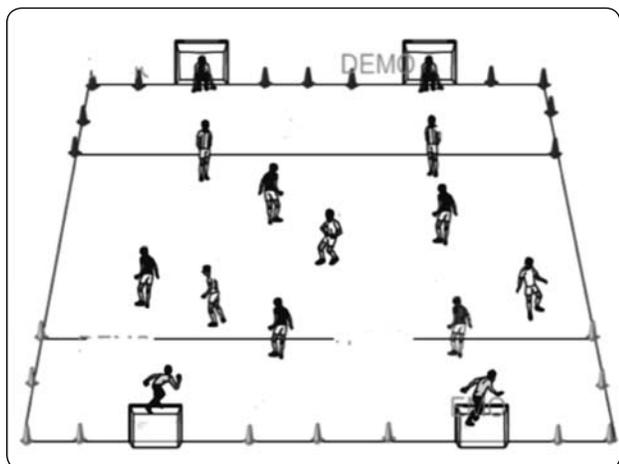


Figura 6. Juego global tiro a portería

### JUEGO DE RECEPCIÓN

#### Descripción metodológica

Dos equipos de igual número de participantes, cada uno en su zona defensiva realizando todo tipo de ejercicios de recepción y tiro a portería para ello utilizar arcos móviles. A la orden del profesor se enfrentan en acción real de juego, pero realizando diferentes tareas de recepción del balón con las diferentes partes del cuerpo.

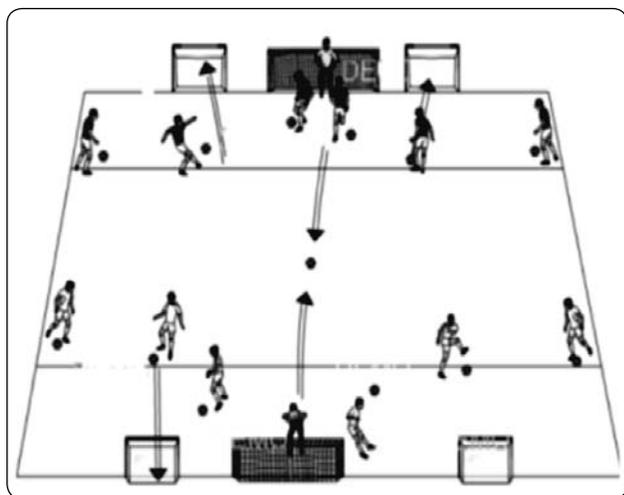


Figura 7. Juego recepción

Método a través de juegos variables que permiten la constante realización de la acción técnico- táctica del tiro a puerta. Situaciones reales o modeladas del juego.

#### Ejemplos

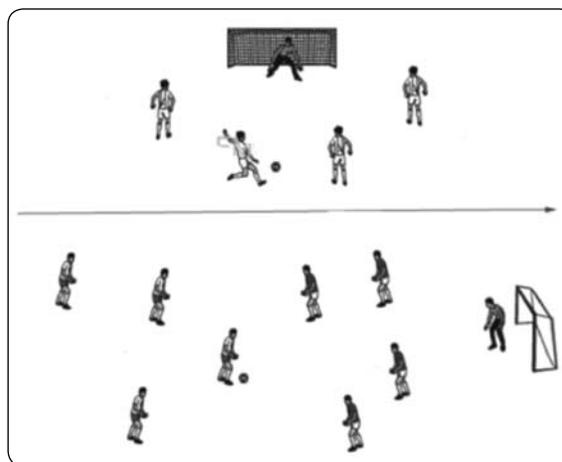


Figura 8. Juego de penaltis y defensiva

#### Descripción metodológica del juego.

El equipo A ordenadamente realizará tiros penaltis tratando de anotar y colocará un arquero y dos defensores; en el equipo B, el jugador que ejecuta el penalti, para poder darle turno a su compañero, debe conseguir el gol.

Por el otro lado, el equipo B ataca a los dos defensores y el portero del equipo A, realizando todos los goles posibles.

Al terminar el equipo A de pasar todos sus integrantes y anotar todos los penaltis requeridos, se hará cambio de papeles: B pasa a patear penaltis y A realiza juego de ataque. Gana el equipo que más goles consiga en juego de ataque, o el que más rápido consiga los penaltis.

En el juego podemos observar una correcta relación entre el método y el medio, donde se demuestra las formas de organización de trabajo en pequeñas situaciones, además como se realiza a través de la competencia constante desarrollando un alto grado de motivación, el control del juego se realiza a través de la frecuencia cardiaca utilizando pulsó metros polar y corrigiendo errores a media que se van cometiendo.

Presenta situaciones reales de juego en las que intervienen balón, compañeros y adversarios.

Ejemplo:

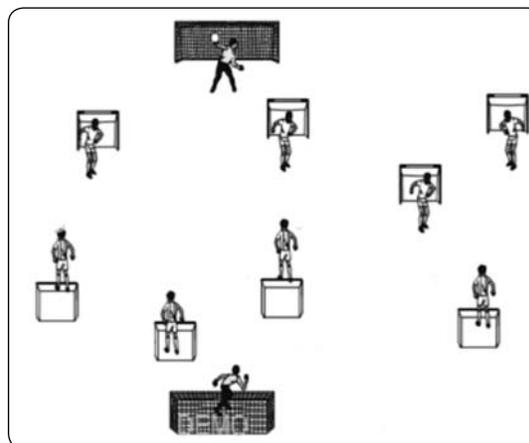


Figura 9. Juego de ataque y defensiva cuidar la fortaleza.

### Descripción metodológica del juego.

Se juegan 5 vs 5, pero utilizando un terreno amplio, que puede ser la mitad de la cancha; se aplica el siguiente juego; tratamos de anotar en las canchitas pequeñas y de no dejarnos anotar; pues si eso pasara saldríamos eliminados del juego; al realizar gol en la portería grande eliminaremos a 2 jugadores del equipo contrario.

Gana el equipo que deje sin jugadores al contrario.

De esta manera podemos observar que en el juego Intervienen balón, compañeros, adversarios, acción real de juego, desarrollo del tiro a puerta en situación de juego, ataque y defensa etc.

Se entrenan simultáneamente aspectos técnicos-tácticos físicos, teóricos y psicológicos.

Ejemplo:

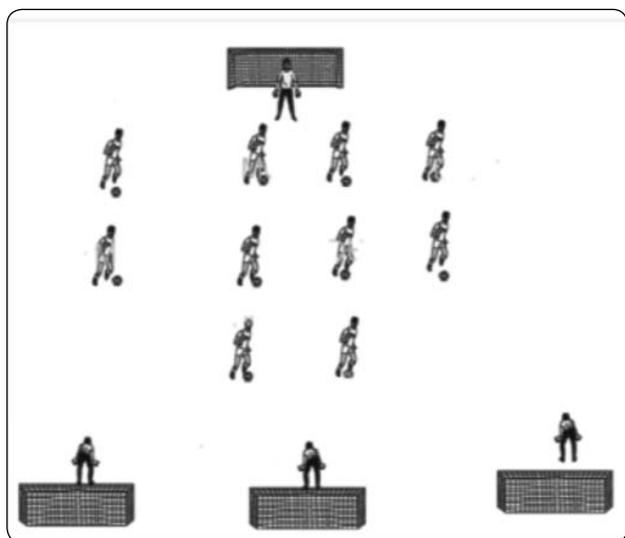


Figura 10. Ejercicios sistema táctico la zona.

### Descripción metodológica

El equipo en posición defensiva del sistema táctico de la zona realiza ejercicios de calentamiento y tareas tácticas.

A la orden del profesor, los jugadores fijados irán a las porterías asignadas y patearan tiros libres o penaltis, según sea el caso.

En el ejercicio se demuestran la realización de desplazamientos cortos a intensidades moderadas y sub.- máximas estimulando el desarrollo de la resistencia mixta; además, la constante realización de movimientos con la utilización del balón permite el desarrollo de acciones técnico- tácticas y se cumple con la tarea de la interconexión de un entrenamiento integral, desarrollando como producto final el tiro a puerta.

Tercera reflexión La correcta utilización de la estructura de planificación adecuada para el entrenamiento táctico.

La planificación se hará efectiva en la medida que pueda ser controlada. El entrenador debe saber qué carga de entrenamiento le ha dado a sus deportistas en cada momento del proceso de preparación. Para mantener la importancia de estas ideas, hay que subrayar lo escrito por (Forteza, 1994)

El concepto más sencillo de planificación es la elaboración de un documento en donde llevemos un control de los ciclos de la preparación deportiva (García , 1998).

Algunos lo denominan plan de entrenamiento; también algunos entrenadores utilizan teorías tradicionalistas y otros contemporáneas, y hay un gran debate entre cual es mejor; lo único cierto acá es que el entrenador debe ser muy acertado a la hora de dosificar sus cargas, que deben ser mas específicas que generales; ganar una competencia es el producto de la adecuada utilización de uno o varios sistemas de su planificación, y por ello cobran mucha importancia aquellas estructuras como la cognitiva (Valdés , 1994) o la de objetivos o la de direcciones, ya que las mismas se acercan a la realidad de las acciones reales de juego y permiten el entrenamiento, prácticamente simulando y desfragmentando la realidad competitiva.

El entrenamiento deportivo moderno, posee un elemento transformador y determinante en la preparación de los deportistas actuales; ese elemento es la aplicación y utilización del proceso científico - pedagógico especializado, orientado hacia el perfeccionamiento técnico-táctico y físico de los deportista, elevando la capacidad de trabajo específico, y asegurando los altos resultados deportivos. (Verjoshanki, 1990).

### CUARTA REFLEXIÓN

Control específico en el entrenamiento y en la competencia

El control es uno de los aspectos más importantes en la ejecución planificada de los diferentes sistemas tácticos de juego; el mejor control de la preparación es la competencia; es por ello que debemos crear instrumentos que, a partir del análisis del video, nos permitan realizar una evaluación objetiva del rendimiento táctico de los jugadores en competencia, según el profesor Riviera (1995) quien afirma "La evaluación táctica suele comportar la observación de un reducido número de factores, y no siempre los más relevantes. Frecuentemente, se toman como indicadores tácticos aspectos muy indirectamente relacionados con el que hacer táctico". A menudo, se seleccionan indicadores rápidos y fáciles de obtener, a pesar de que sólo ofrecen una visión parcial y pobre de la táctica. Los principales principios en que debe basarse la evaluación táctica, según Riviera (1995) son:

- Imprevisibilidad.
- Interdependencia.
- Subordinación
- Globalidad.,
- Adaptabilidad.
- Simplicidad,
- Intencionalidad.
- Relevancia.
- Temporalidad..
- Arbitrariedad. Objetividad. Validez.

Cumplir todos estos principios puede ser una tarea difícil, ya que incluso algunos de ellos son, en parte, contrapuestos.

**SEXTA REFLEXIÓN**

El entrenamiento táctico debe estar en constante desarrollo y corde con la toma de decisiones como producto final del pensamiento táctico, y midiendo el tiempo de reacción simple y compleja en el correcto transito de defensa ataque. (Mahlo, 1981).

**RESULTADOS**

Para evaluar el rendimiento táctico de los jugadores objeto de estudio utilizamos pasos importantes de la evaluación específica del futbolista en competencia; para esto se va de lo general a lo particular haciendo mención en las acciones más importantes de la ofensiva, ya que el futbol como lo dice Jaramillo (1994), está “conformado por muchas variables que no podemos controlar en la medición táctica”. Por ello solo tuvimos presente las acciones más importantes de la ofensiva, en donde a través del análisis de video y la estadística descriptiva se tabularon los siguientes resultados.

Dentro del protocolo utilizado, evaluamos las siguientes acciones más importantes de la ofensiva:

- T esq ( tiros de esquinas )
- TAJ (tiros en acción de juego
- TL (tiros libres )
- TP( tiros penaltis)
- TS (tiros después de saque )
- TC (tiros de cabeza)

Y se dieron los siguientes resultados

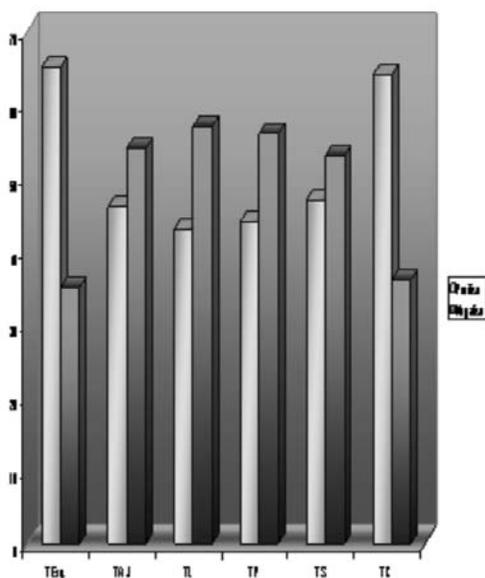


Figura 11. Resultado de las defensas en acciones tácticas de juego.

Los resultados obtenidos por los defensas en las acciones técnico- tácticas cuando la acción se realiza en una situación de fácil desarrollo, es bueno; pero cuando existe presión del contrario más fuerte, podemos apreciar que los errores aumentan; son ndo significativos en los tiros que se combinan con acción real de juego.

Los defensas según Bansgbo(1999) se caracterizan por ser muy poco participativos en el ataque y son buenos cabeceadores, tanto en defensa como en ataque; por lo general son los que mejor ejecutan el cabeceo, especialmente en las jugadas de pelota quieta como en los tiros de esquina. Una de sus funciones destacadas es la de tirar centros desde las esquinas;en ocasiones son muy buenos ejecutando tiros de esquina; su trabajo en el manejo del balón se utiliza para avanzar por los costados, abriendo el juego cuando la defensa del contrario está muy serrada.

La función ofensiva de los defensas cambia de acuerdo a las orientaciones tácticas del entrenador, estructuradas de acuerdo a los diferentes sistemas utilizados para el desarrollo del juego. Se puede apreciar la existencia de diferencias muy significativas entre los porcentajes de acciones positivas y negativas, solo en los tiros de esquina y de cabeza a favor de las acciones positivas. En las demás no existen diferencias significativas entre los tipos de acciones.

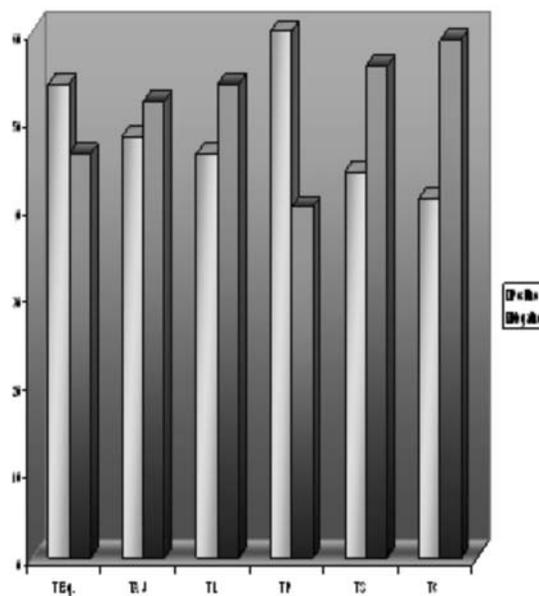


Figura 12. Resultados de los medio-campistas en acciones tácticas de juego

Son los jugadores que mayor participación tienen en cuanto al dominio del juego, tanto en ataque como en defensa, pues por lo general más del 50% de las acciones técnico tácticas las realizan en la mitad del terreno.

A los jugadores que se desempeñan en la mitad del campo se les conocen como medios campistas, y en algunos sistemas tácticos tienen sus propios nombres; desempeñan diferentes funciones y forman figuras tales como rombos, triangulaciones y línea de cuatro (Bansgbo , 1998).

En la actualidad donde todos los jugadores deben atacar y retornar a defender, estas funciones tácticas exigen de una muy buena preparación física y que los jugadores siempre pasen la línea del balón.

En los jugadores motivo de estudio se pudo observar que participan frecuentemente en la ejecución de tiros libres, tiros de esquina y cabeceo ofensivo, predominando un factor negativo en su evaluación.

En la acción real de juego donde se combinan diferentes acciones para lograr el tiro a puerta, se pudo observar que cuando la participación del futbolista en la jugada es sin presión, se logran conseguir frecuentemente tiros a portería; pero cuando hay una buena presión defensiva del contrario, los tiros a puerta disminuyen y el juego se torna inmóvil y estancado en la mitad de la cancha..

La participación del cabeceo ofensivo por parte de estos jugadores fue muy frecuente, y su valoración se balancea hacia lo negativo.

Estos jugadores son los que demostraron mayor dominio de la técnica y aplicación de esta en la táctica; son los jugadores que más crean posibilidades de tiro a puerta y gol. No existen diferencias significativas entre las acciones positivas y las negativas.

#### Delanteros

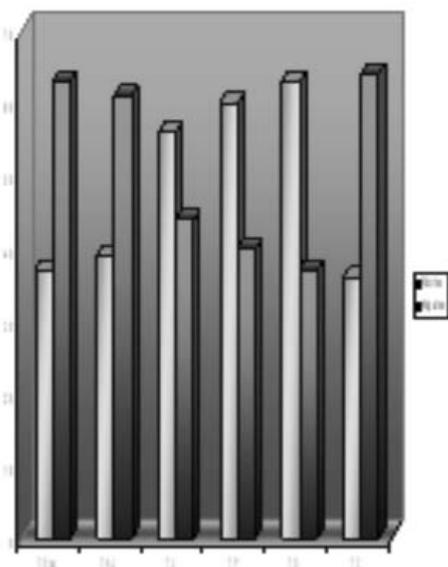


Figura 13. Resultados para los delanteros en acciones táctica de juego.

Son los jugadores que mayor actividad tienen en las jugadas de ataque (Bansgbo, 2000).

Por tal motivo, su participación por lo general es de una forma presionada y bien marcada por la defensa del contrario. La realización de la acción de juego sin presión se da cuando el equipo contrario se equivoca en su sistema defensivo o cuando la habilidad técnica permite enfrentar uno contra uno al arquero.

Los delanteros son los jugadores que frecuentemente tiran a puerta; se ha apreciado un error muy grande ya que son futbolistas muy insuficientes a la hora de realizar la definición; es por

ello que su predominio en la acción real de juego es negativa, su participación en los tiros de esquina es más de receptores y menos de ejecutores; se destacaron por ser los más efectivos y potentes a la hora de realizar tiros libres y penaltis; su participación en el cabeceo fue frecuente, pero mal ejecutado, y fueron los jugadores que más goles consiguieron.

## CONCLUSIONES

El entrenamiento táctico en el fútbol debe fundamentarse en la dosificación de carga que se realice sobre las acciones defensivas y ofensivas y su correcta aplicabilidad a los diferentes sistemas de juego.

Las evaluaciones realizadas de los deportistas en competencia demuestran que las acciones más importantes de la ofensiva son aquellas que el jugador realiza en posesión del balón, donde se destaca el tiro a portería, el cual debe ser tan efectivo con la pierna; menos y más dominante para lo que se deben realizar entrenamientos tácticos específicos por posiciones.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Bangsbo, I. (1998). El centro campista, Madrid. Editorial Gymnos
- Bangsbo I. (1999). El defensor, Madrid. Editorial Gymnos
- Bangsbo, I. (2000). El delantero. Madrid editorial Gymnos.
- Bruno, A. (2012). Entrenamiento del fútbol, Lo grupal. Buenos Aires. Editorial Búsqueda.
- Brüggemann, W. (1993). Sistema de evaluación del jugador de fútbol. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Brüggemann, W. (1995). Entrenamiento de los sistemas tácticos del juego en el fútbol. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Brüggemann, W. (1996). Entrenamiento de las acciones técnicas y tácticas en el fútbol. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Collazo, A. (2002). Manual básico para la comprensión del proceso de perfeccionamiento y desarrollo de las capacidades físicas motrices en atletas de alto rendimiento deportivo y estudiantes en edad escolar y juvenil. La Habana, ISCF "Manuel Fajardo"
- De la Paz, P. (1985). Baloncesto la ofensiva. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Forteza, A. (1997). El Entrenamiento Deportivo Alta metodología. Madrid. Editorial Pila Teleña.
- Fernández, J. (1996). Entrenamiento Físico basado en la Táctica y la Estrategia. Barcelona, Editorial Gymnos.
- García M, J. (1998). Planificación del Entrenamiento Deportivo. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Jaramillo, C. (1994). Manual del entrenador de fútbol. La técnica aplicada a diferentes niveles. Neiva. Editorial Paidotribo.

- Leali .G, (1991). Fútbol de base entrenamiento óptimo del futbolista en el periodo evolutivo, Barcelona. Editorial Martínez Roca.
- Lovrincevich, C. (2010). Estudio histórico de la táctica en el fútbol. Editorial INDE. Barcelona. España.
- Mata, F. (1989). La valoración física y su recuperación en el entrenamiento. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Mata, F. (1993). Consejos en la planificación del trabajo del fútbol Base. Barcelona. Editorial Hispano-Europea.
- Mata, F (1995). Consejos en la planificación del fútbol. Madrid. Editorial Gymnos.
- Mahlo. F. (1981). La acción táctica en el juego. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Manno, R. (1991). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Riviera, J. (1995) "Estrategia, táctica y técnica deportivas", Apunts d' Educació Física i Esports, 39,45-56.
- Valdés, D. (1994). Aspectos metodológicos generales de la Teoría y Metodología del deporte. México. Universidad Autónoma de Puebla.
- Verjoshanki, I. (1994). Entrenamiento Deportivo. Organización y planificación. Madrid. Editorial Martínez Roca.