

---

# Futbol Modelos Tacticos Y Sistemas De Juego Elaboracion Y

---

Historia del fútbol  
Un fútbol "deconstruido"  
Conceptos tácticos de ataque en fútbol  
Táctica del fútbol: teoría y entrenamiento  
La Fase Ofensiva Del 1-4-3-3  
Familia Futbolitis  
Fútbol los sistemas de juego: Sistema 1.4.2-3.1  
Fútbol: Cuaderno Técnico nº 34  
Fútbol el modelo de juego  
Planificación y periodización del entrenamiento integrado en fútbol macrociclo de pretemporada  
Fútbol: Cuaderno Técnico nº 49  
Objetivos, Contenidos, Metodología y Evaluación  
Fundamentos de la planificación y periodización moderna del entrenamiento en fútbol  
Planificación y periodización del entrenamiento integrado en fútbol macrociclo competitivo I  
Manual para el Entrenador de Fútbol Base  
Fútbol: Cuaderno Técnico nº 51  
Periodización táctica: un ejemplo de aplicación en el fútbol basado en el sistema de juego 1-4-4-2  
La Vida de mi Equipo Vol. I.  
Bibliografía española  
Estructura y planificación de una temporada en el fútbol base de un club de élite  
La Vida de mi Equipo Vol. II  
Monografías  
Fútbol: Cuaderno Técnico nº 38  
Estructuración táctica y entrenamiento del ataque directo  
El Segundo Entrenador de Fútbol  
Dos ámbitos diferentes fútbol profesional y fútbol base  
Fútbol: Cuaderno Técnico nº 54  
Mejora tu Fútbol. La Táctica  
Una postura inspirada en Hannah Arendt y Emmanuel Levinas  
Fichas teórico-prácticas para jugadores de 13 a 15 años  
MIL 10 EJERCICIOS DE DEFENSA EN FÚTBOL  
Planificación del modelo de Formación Integral del Portero de Fútbol en el proceso evolutivo  
Principios Sistema Táctico 1-2-3-1 Fútbol 7

ganar. El que gana lo ha hecho todo bien, mientras que el que ha perdido lo ha hecho todo mal. Sin embargo esto no es del todo cierto porque en una competición deportiva infantil aunque 5 equipos hagan las cosas bien, 4 de estos equipos pierden a pesar de todo. El éxito deportivo en el fútbol base es un proceso continuo y no una meta que se debe alcanzar. Por ello, cada técnico, con ayuda de un programa formativo, debe procurar adaptarse a las nuevas exigencias y evolucionar sin pausa para no quedarse atrás. Con éste libro, el autor quiere ofrecer al entrenador de fútbol base, un actualizado manual que constituya un eficaz medio de apoyo, que oriente su trabajo diario. 1. INTRODUCCIÓN 2. FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL CALENTAMIENTO EN EL FÚTBOL BASE 3. EL MODELO DE PLANIFICACIÓN EN EL FÚTBOL BASE 4. LA SESIÓN Y EL DESARROLLO DE LAS TAREAS EN FÚTBOL BASE 5. LOS SISTEMAS DE JUEGO EN FÚTBOL BASE 6. EL TRABAJO CON LOS PADRES EN EL FÚTBOL BASE 7. METODOLOGÍA PARA LA OBSERVACIÓN DE UN PARTIDO EN FÚTBOL BASE 8. LA DIRECCIÓN DE EQUIPO EN FÚTBOL BASE 9. INVESTIGACIONES EN EL FÚTBOL BASE: ANÁLISIS DEL DISCURSO DE LOS ENTRENADORES

Fútbol Modelos Tácticos y Sistemas de Juego Elaboración y entrenamiento integrado

En nuestra Escuela de Fútbol se da prioridad a la función social del deporte en relación con los aspectos técnicos. No obstante, se proyecta un trabajo planificado y de calidad, aplicando técnicos adecuados y los medios necesarios para proporcionar a los niños un aprendizaje que permita orientarlos a continuar sus etapas siguientes en los niveles futbolísticos que mejor vayan a su proceso formativo. Hay que hacer compatibles estos principios que buscan el respeto a la salud psico-física del niño, con un posterior proceso, en las etapas siguientes, en las que si podrían participar en colectivos selectos, y que tengan como referencia el fútbol de alto rendimiento, pero siempre bajo el respeto a su formación integral y a su salud. Bajo estos criterios estaremos ayudando a la formación como hombres, pero estaremos en la mejor posición para ayudarles a conseguir sus objetivos en el fútbol, tanto sean de carácter educativo/recreativo o de carácter educativo/competitivo, es decir, para el alto rendimiento. La Escuela de Fútbol, nace con el objetivo de ser el primer peldaño formativo del fútbol base, anteponiendo el concepto formación sobre cualquier aspecto resultadista. Se cumplirá la función social

propia de una Escuela de Fútbol, colaborando en la formación integral de los jóvenes, al mismo tiempo que se les facilita una actividad deportiva bien organizada, que los inicia en el aprendizaje del fútbol y sin condicionante alguno para participar. En el trabajo de la Escuela, se subordina todo el proceso a la formación y se aplica el principio de competir para formar, no formar para competir. Una Escuela de Fútbol es una especial organización de la participación de los jóvenes futbolistas, que trata con progresión metodológica, el logro de los objetivos psico-técnicos y de las restantes áreas formativas, pero respetando y favoreciendo el natural proceso evolutivo de esos jóvenes.

**Un fútbol "deconstruido"** Wanceulen Editorial

El estilo y el sistema de juego que el entrenador trata de inculcar en su plantilla, debe partir de un análisis previo y profundo de las características de los jugadores que forman parte del equipo, con el objetivo de sacar el máximo rendimiento posible a las mismas. Una vez definido esto, debemos entrenarlos de una manera adecuada para lograr que los jugadores progresivamente vayan asimilando estas pautas tácticas, y logren ponerlas en práctica con eficacia durante el desarrollo de los partidos. En este libro, los entrenadores de todas las categorías se van a encontrar con un primer bloque teórico, en el que se trata de dar una serie de pautas para construir un sistema táctico propio; después, en un segundo bloque, se analizan los modelos más importantes, y la parte práctica asume el protagonismo, tratando de dar pautas de cómo construir tareas jugadas integradas para entrenar de la forma más adecuada los diferentes modelos de juego.

**Conceptos tácticos de ataque en fútbol** Tektime

Fútbol Modelos Tácticos y Sistemas de Juego Elaboración y entrenamiento integrado Wanceulen Editorial

**Táctica del fútbol: teoría y entrenamiento** Paidotribo

El sistema 1-3-4-3: construcción táctica, funciones por puestos y desarrollo del sistema (David L. Sánchez Latorre) Transiciones defensa-ataque en el sistema 1-4-4-2 (Javier López López) Sistema 1-4-2-3-1: fundamentos defensivos (Salvador Pérez, Fco A. Sánchez) Los sistemas de juego en el fútbol base (David L. Sánchez Latorre) Comportamiento Fisiológico durante el trabajo de fuerza máxima Gonzalo Cuadrado Sáez, Carlos Pablos Abella Juan García Manso) Metodología global para el entrenamiento (I) (Pilar Sáinz de Baranda Andújar, Luis Llopis Portugal y Enrique Ortega Toro). El entrenador de fútbol: habilidades psicológicas

básicas y habilidad para liderar y dirigir equipos (Antonio Mendoza Pérez, José Manuel Izquierdo Ramírez, María del Carmen Rodríguez) Organización y desarrollo de un campus de fútbol base (Javier A. Bernal, José Fco. Wanceulen)

*La Fase Ofensiva Del 1-4-3-3* MC Sports

Desde una perspectiva eminentemente práctica, Conceptos tácticos de ataque en fútbol describe los principales aspectos tácticos de la fase de ataque. Las nociones abordadas son definidas a nivel teórico y explicadas de forma visual, gracias a dibujos en 2D o fotos de partidos vectorizadas. Centenas de situaciones de juego ilustrativas son enseñadas y contextualizadas. Factores claves para explicar el rendimiento ofensivo de equipos destacados, como el Liverpool de Klopp o el Atalanta de Gasperini, también son tratados. Y en paralelo del contenido descriptivo, el libro trae consejos originales (sugerencias tácticas, tareas) para potenciar la eficacia colectiva. Es compuesto por siete capítulos, que se pueden leer seguidos o de forma independiente, a modo de manual de consulta. Va dirigido a un público diverso: entrenadores profesionales, a los que su lectura podría "encender alguna bombilla"; entrenadores novatos en busca de una base para el desarrollo de sus ideas; periodistas deportivos y directivos que quieran mejorar sus capacidades de análisis y de argumentación al hacer frente a profesionales del sector; y al aficionado apasionado de la táctica del juego. Su principal objetivo es ayudar a generar ventaja competitiva en fútbol.

**Familia Futbolitis** Wanceulen Editorial

En cada número, podrá encontrar una cuidada selección de artículos, relacionados con las diferentes áreas relacionadas con el entrenamiento y la competición del fútbol. ENTRENAMIENTO DE LA LÍNEA DEFENSIVA EN DEFENSA: EJEMPLIFICACIONES DE MOVIMIENTOS, EVOLUCIONES Y ACCIONES CONJUNTAS Fermín Galeote Martín JUEGOS PARA EL ENTRENAMIENTO INTEGRADO DE LA TÁCTICA OFENSIVA Javier López López, Javier Alberto Bernal Ruiz, Antonio Wanceulen Moreno, José Francisco Wanceulen Moreno METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL BASE José Pino Ortega, Gustavo Vegas Haro, Cipriano Romero Cerezo DESARROLLO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO: MACROCICLO DE PRETEMPORADA David Carrasco Bellido, Dimas Carrasco Bellido, Darío Carrasco Bellido **Fútbol los sistemas de juego: Sistema 1.4.2-3.1** EDAF

Este documento nos ofrece una planificación y estructura del entrenamiento y formación del joven jugador a lo largo de su vida deportiva. Todos aquellos profesionales que nos dedicamos al entrenamiento de los deportes colectivos, conocemos la dificultad de planificar y estructurar todas aquellas áreas que engloban al fútbol. En este caso el autor después de una exhaustiva revisión bibliográfica y su larga experiencia como entrenador y preparador físico, nos muestra en su libro una visión a nivel metodológico con sus diferentes objetivos y contenidos. Este trabajo, riguroso y ambicioso, nos aporta las bases metodológicas y conceptuales así como su aplicación en el entrenamiento técnico, táctico, físico y psicológico en el fútbol formativo. Jordi García García Preparador Físico Real Madrid C.F. Campeón de Liga Temp. 2007-2008. Campeón de Supercopa de España 08-09. Éste libro se compone de los siguientes apartados: - objetivos a conseguir en la sección de fútbol base, ya sea a nivel general, específico u operativo, - contenidos a través de los cuales se conseguirán los objetivos propuestos, - metodología utilizada para la enseñanza de los contenidos en cada área, - estructura del fútbol base, apartado en el que se concretará el número de equipos en cada categoría de edad, y organigrama de la sección de fútbol base del club, donde se indicarán las competencias de cada uno de los componentes del personal técnico, - secuenciación de los contenidos de cada área en función de la edad de los jugadores, - planificación, por categorías, de los contenidos relativos: - a la condición física, - a la técnica, - a la táctica, - al trabajo psicológico.

Wanceulen Editorial

Este libro muestra cómo puede nacer un modelo de juego de un equipo, teniendo en cuenta algunas variables específicas del fútbol. La utilización de las nuevas tecnologías (pulsómetro, GPS...) permite conocer el esfuerzo físico de cada jugador de fútbol. En los partidos y en los entrenamientos, se pueden obtener datos estadísticos del juego individual y colectivo en cada momento; de forma general, se tiene la posibilidad de controlar y evaluar una serie de datos que nos sirven como referencias para interpretar el rendimiento del equipo y, sobre todo, para mejorarlo. Los autores proporcionan las herramientas para que el entrenador pueda sacar el mayor partido de estos datos a la realidad de su equipo.

Wanceulen S.L.

"La vida de mi equipo" es una colección de 4 cuatro volúmenes,

uno teórico y tres prácticos, dirigidos a todas aquellas personas del mundo del fútbol que, vinculadas o no a un cuerpo técnico, gozan de un nivel, por mínimo que sea, de responsabilidad en la preparación física, técnica, táctica y psicológica de los jugadores de un equipo de fútbol. Es evidente que son los gremios de los entrenadores y los preparadores físicos de fútbol, tanto los que pertenecen a las categorías inferiores de base como a los de máximo nivel, los que mayor y mejor rendimiento pueden extraer de los conocimientos reflejados en estas obras, pudiendo obtener respuestas a las múltiples preguntas que se les presentan a lo largo de un año deportivo. Lo que pretendemos es dar cobertura a todos los cuerpos técnicos que dirigen un equipo de fútbol, proporcionándoles un modelo completo de planificación anual de entrenamientos, así como las herramientas necesarias para poder ponerlo en práctica, con el fin de que aquellos que posean un mínimo de conocimiento al respecto puedan iniciar su desarrollo a la vez que los entendidos en el tema puedan contrastar sus planteamientos con los que nosotros exponemos. Todos los que se mueven o han movido en los puestos de preparación y dirección de un equipo de fútbol, cualquiera que sea el nivel del equipo así como de los jugadores, saben que se encuentran con numerosos interrogantes en diferentes ámbitos, como: ¿Qué capacidades debo trabajar en pretemporada?, ¿en qué orden?...¿Cómo dispongo las cargas de trabajo?, ¿qué intensidad debo utilizar en cada ejercicio?...¿Qué porcentaje de tiempo dedicaré al aspecto físico, técnico, táctico y psicológico?...¿Qué ejercicios me facilitan una mejora de la táctica del contraataque y cuáles pueden favorecer una mayor posesión del balón?...¿Cómo ayudo al jugador a perfeccionar su tiro a puerta y su técnica individual?...¿Cómo puedo controlar estadísticamente las variables del juego?...¿Cuánto tiempo estaré sin contar con un jugador lesionado de esguince de tobillo?...¿Qué y a qué hora debe comer el equipo antes de un partido?...Etc. Esta planificación anual de entrenamiento contiene las respuestas prácticas y teóricas a esos interrogantes, puesto que en él son objeto de estudio todos los aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos que se pueden dar en un año deportivo dentro de un equipo de fútbol. De igual forma, también se recogen diferentes consideraciones médicas y alimenticias, con el fin de que tanto los entrenadores como los preparadores físicos tengan un conocimiento básico de estos temas tan desconocidos para

muchos y de vital importancia para todos. Como posteriormente podrán comprobar, estos libros cargan todo su acento sobre la planificación práctica de la temporada, proporcionando unas pautas de conductas para todo tipo de períodos y situaciones, las cuales están contrastadas teóricamente, pero constan de un sello muy personal, adquirido por los autores a través de las diferentes experiencias vividas en el mundo del fútbol, por lo que no pretende ser un programa de recetas, sino las bases prácticas a tener en cuenta para poder llegar a construir su propia planificación anual de entrenamientos, a diferencia de los demás textos publicados que sí dan conocimientos de las bases teóricas, pero que no proporcionan ejemplos prácticos, teniendo que recurrir, no siempre con resultados positivos, a otras fuentes de información. Para concluir, y desde nuestra óptica futbolística, lo que nos hemos propuesto con la realización de este manual es presentar una planificación anual de entrenamientos completos tanto práctica como teórica, bien meditados y minuciosamente definidos, para contribuir a la correcta preparación de un equipo de fútbol en los diferentes aspectos de este deporte..

**Fútbol: Cuaderno Técnico nº 34** Wanceulen Editorial

Presion = Pressing?. Diferenciar o no la presion del pressing. - Concepto defensivo u ofensivo?. Pese a que la presion sea considerado un as-pecto tactico defensivo, es posible que tanto por su origen, como por su intencionalidad, responda a una cuestion ofensiva incluso antes que defensiva. Tal y como expresa Yague Cabezon (2001): "Un comportamiento ofensivo de la defensa". - Son importantes el factor espacio y tiempo?. Ambos, ninguno o alguno de ellos. - Transicion defensa/ataque instantanea?. Se habla de presion o pressing solo cuando tras perdida, se pretende de manera inmediata la recuperacion del balon. O, si por el contrario, no existe solo esta posibilidad. - Zona de aplicacion?. Solo en medio campo ofensivo o, sin embargo, se incluye tambien zona media e incluso medio campo defensivo. ... Es evidente, que en el futbol actual, el concepto tactico presion ha obtenido una considerable relevancia, creciendo sustancialmente su importancia con el paso de los anos y del cual, una adecuada organizacion y trabajo, junto a una correcta utilizacion, seran aspectos determinantes a la hora de cosechar logros positivos para un equipo. Desde este punto de vista, consideramos lo enunciado por Mourinho, citado por Amieiro (2007), cuando diferencia defender zonalmente de hacer un

pressing zonal. Para el primero de los casos, el objetivo es crear dificultades y esperar el error, mientras que para el segundo, "defender zonalmente de una forma presionante, significa, un buen juego posicional, con una iniciativa en el sentido de intensificar al máximo las dificultades del adversario y de intentar recuperar la pelota lo más rápidamente posible". Coincidiendo con lo que hemos ido argumentando a lo largo del texto, sobre la importancia de la presión con un sistema defensivo zonal, en el fútbol de hoy en día, "cuando hablamos de fútbol de alto nivel, yo diría que el hombre a hombre no existe. Zonal existe, pero no me convence, y zona presionante es el fútbol de hoy y del mañana" (Mourinho citado por Amieiro, 2007)

*Fútbol el modelo de juego* Wanceulen Editorial

Es muy común ver como en las escuelas de fútbol se desarrollan programas para la formación progresiva del joven jugador que se adaptan a las características del fútbol actual. También es muy común ver como los jugadores son entrenados por monitores o entrenadores que tienen una buena y aceptable formación como técnicos. Pero lo más habitual en las escuelas de fútbol es ver y comprobar que el entrenamiento del portero es la gran asignatura pendiente. Es muy corriente en las escuelas de fútbol ver como los porteros entrenan apartados del grupo de trabajo durante unos 15 o 20 minutos aproximadamente. Los más afortunados tienen a un preparador de porteros o, como mínimo, a algún voluntario que se ofrece a "fusilarlos" sin darles ninguna tregua y apelando a la ya mítica "locura" que siempre ha perseguido a los porteros de fútbol: "un buen portero tiene que estar loco", es lo que se acostumbra a escuchar entre la gente que presencia un "fusilamiento". Estos voluntarios suelen ser ex-porteros que, sin ninguna formación teórica o académica sobre el entrenamiento, se basan en sus experiencias personales vividas a lo largo de sus carreras deportivas, sin seguir ninguna programación y aplicando sistemas de entrenamiento tradicionales que no se adaptan a la realidad de nuestro fútbol actual. El portero es hoy en día en nuestro fútbol un especialista, y como tal tiene que tener un trabajo específico y controlado para su mejora. El portero necesita de un entrenamiento con características técnicas, tácticas, físicas, y psicológicas distintas al resto de jugadores. Para ello, las escuelas de fútbol y los clubes han de dotarse de la infraestructura necesaria para satisfacer las necesidades que el entrenamiento de los porteros requiere. El espacio y el material

disponible, junto con un preparador de porteros, son los tres requisitos imprescindibles para llevar a cabo un entrenamiento del portero de fútbol. Ahora solamente hace falta elaborar una filosofía de entrenamiento que se adecue a las diversas situaciones que se están viviendo en el fútbol actual, y que cada escuela, cada preparador de porteros, pueda llevar a cabo un plan para la formación del joven portero que se adapte a las necesidades del fútbol moderno. El objetivo de este trabajo no es el de aportar otra "receta" al gran abanico de programas que se pueden encontrar en las publicaciones referentes a este tema, sino unificar criterios y ser el punto de partida de muchos de estos técnicos o preparadores de porteros para que descubran una nueva filosofía y un nuevo concepto del entrenamiento del portero de fútbol en edades formativas, motivando nuevas corrientes de entrenamiento fruto de la capacidad inventiva de cada entrenador. ¿Qué encontraremos en este libro? El libro está dividido en 2 bloques: un primer bloque de tres capítulos, en los que hablaremos de las ventajas y desventajas de los diferentes métodos de entrenamiento usados hasta ahora en el entrenamiento del portero, y de la importancia que tiene el procesamiento de la información en el entrenamiento, incidiendo en los tres mecanismos (perceptivo, decisional y ejecutor) para lograr una formación más eficaz y significativa en el joven portero. Por último, en este primer bloque, veremos la importancia que tiene la evaluación para cualquier proceso de enseñanza y aprendizaje, y como puede aplicarse al entrenamiento del portero. En el segundo bloque, formado por cinco capítulos, os propondré un modelo de formación integral del portero, tomando como referencia el sistema educativo español, en el que organizaremos los objetivos a conseguir y los contenidos a trabajar en cinco etapas formativas. También os ofreceré unas orientaciones sobre la progresión y las formas didácticas más adecuadas para la mejora en el entrenamiento del portero. Para acabar con este segundo bloque, voy a sugerir al lector una nueva forma de organización de la sesión de entrenamiento del portero, que permita llevar a cabo esta combinación ISIDRE RAMÓN MADIR 14 de metodologías analíticas y globales, incidiendo así en los aspectos técnicos, tácticos y físicos necesarios para una puesta a punto a corto plazo de cara a la competición, pero también para una correcta formación a largo plazo del joven guardameta.

*Planificación y periodización del entrenamiento integrado en fútbol macrociclo de pretemporada* Wanceulen Editorial  
"La vida de mi equipo" es una colección de 4 cuatro volúmenes, uno teórico y tres prácticos, dirigidos a todas aquellas personas del mundo del fútbol que, vinculadas o no a un cuerpo técnico, gozan de un nivel, por mínimo que sea, de responsabilidad en la preparación física, técnica, táctica y psicológica de los jugadores de un equipo de fútbol. Es evidente que son los gremios de los entrenadores y los preparadores físicos de fútbol, tanto los que pertenecen a las categorías inferiores de base como a los de máximo nivel, los que mayor y mejor rendimiento pueden extraer de los conocimientos reflejados en estas obras, pudiendo obtener respuestas a las múltiples preguntas que se les presentan a lo largo de un año deportivo. Lo que pretendemos es dar cobertura a todos los cuerpos técnicos que dirigen un equipo de fútbol, proporcionándoles un modelo completo de planificación anual de entrenamientos, así como las herramientas necesarias para poder ponerlo en práctica, con el fin de que aquellos que posean un mínimo de conocimiento al respecto puedan iniciar su desarrollo a la vez que los entendidos en el tema puedan contrastar sus planteamientos con los que nosotros exponemos. Todos los que se mueven o han movido en los puestos de preparación y dirección de un equipo de fútbol, cualquiera que sea el nivel del equipo así como de los jugadores, saben que se encuentran con numerosos interrogantes en diferentes ámbitos, como: ¿Qué capacidades debo trabajar en pretemporada?, ¿en qué orden?...¿Cómo dispongo las cargas de trabajo?, ¿qué intensidad debo utilizar en cada ejercicio?...¿Qué porcentaje de tiempo dedicaré al aspecto físico, técnico, táctico y psicológico?...¿Qué ejercicios me facilitan una mejora de la táctica del contraataque y cuáles pueden favorecer una mayor posesión del balón?...¿Cómo ayudo al jugador a perfeccionar su tiro a puerta y su técnica individual?...¿Cómo puedo controlar estadísticamente las variables del juego?...¿Cuánto tiempo estaré sin contar con un jugador lesionado de esguince de tobillo?...¿Qué y a qué hora debe comer el equipo antes de un partido?...Etc. Esta planificación anual de entrenamiento contiene las respuestas prácticas y teóricas a esos interrogantes, puesto que en él son objeto de estudio todos los aspectos físicos, técnicos, tácticos y psicológicos que se pueden dar en un año deportivo dentro de un equipo de fútbol. De igual forma, también se recogen diferentes



consideraciones médicas y alimenticias, con el fin de que tanto los entrenadores como los preparadores físicos tengan un conocimiento básico de estos temas tan desconocidos para muchos y de vital importancia para todos. Como posteriormente podrán comprobar, estos libros cargan todo su acento sobre la planificación práctica de la temporada, proporcionando unas pautas de conductas para todo tipo de períodos y situaciones, las cuales están contrastadas teóricamente, pero constan de un sello muy personal, adquirido por los autores a través de las diferentes experiencias vividas en el mundo del fútbol, por lo que no pretende ser un programa de recetas, sino las bases prácticas a tener en cuenta para poder llegar a construir su propia planificación anual de entrenamientos, a diferencia de los demás textos publicados que sí dan conocimientos de las bases teóricas, pero que no proporcionan ejemplos prácticos, teniendo que recurrir, no siempre con resultados positivos, a otras fuentes de información. Para concluir, y desde nuestra óptica futbolística, lo que nos hemos propuesto con la realización de este manual es presentar una planificación anual de entrenamientos completos tanto práctica como teórica, bien meditados y minuciosamente definidos, para contribuir a la correcta preparación de un equipo de fútbol en los diferentes aspectos de este deporte..

*Fútbol: Cuaderno Técnico nº 49* Editorial Paidotribo

En cada número, podrá encontrar una cuidada selección de artículos, relacionados con las diferentes áreas relacionadas con el entrenamiento y la competición del fútbol. El entrenamiento táctico integrado. Javier López López El entrenamiento de la atención en el fútbol. Propuesta metodológica Tomás García Calvo. La planificación de la preparación física en el fútbol base: una perspectiva integral. Miguel de León Arpón. Microciclos de entrenamiento tipo: períodos general, especial y competitivo en el fútbol de ascenso. Gabriel Vercesi. Individualización del entrenamiento: ejemplo de control individual en fútbol mediante pulsómetros. Iker López de Audikana. La hipertrofia muscular. Gonzalo Cuadrado Saénz - Carlos Pablos Abella - Juan García Manso. Actividades jugadas para la mejora de la velocidad de reacción y la velocidad acíclica. Carles los Santos i Poquet. Clarificación de los sistemas y métodos de entrenamiento de la resistencia. Juan Expósito Bautista

Objetivos, Contenidos, Metodología y Evaluación Wanceulen S.L. Nuno Amierio introduce el bisturi en la esencia y en el desarrollo

de la zona. Desmenuza conceptos ya asentados en nuestro subconsciente y como con casi todo lo obvio, aprobados sin reflexión previa. Es decir, pone una lupa de aumento en la obviedad para cuestionarla. Sabotea el pensamiento estereotipado con el afán de desenmascarar sus prejuicios y sus dogmas. Y lo hace con faraónica meticulosidad, con enorme respeto, rastreando por debajo de la espuma de los conceptos más convencionales. Siente la necesidad de encontrar en este juego una fórmula, la vehemencia por reivindicar casi una naturaleza matemática, pero a la vez sabe que no la hay. Que el lector no se equivoque con el título de este libro. Quizá la forma de bautizarlo puede provocar razonable confusión. Quizá parezca que todo está desmenuzado, separado, que el autor ha sucumbido a la tentación de la fragmentación, que no estamos ante una obra global e integral. Pues no. Es una obra que hilvana todo con todo. No es por tanto una obra parcial, no se detiene en la defensa, sino que apela al juego como entidad indisoluble. Es un modelo que se ajusta a las necesidades del jugador y por tanto del juego. Nuno ha alumbrado una obra muy sesuda que se recrea en la excavación de conceptos que yo comparto. Juan Manuel Lillo

Fundamentos de la planificación y periodización moderna del entrenamiento en fútbol Wanceulen S.L.

Este libro recoge las evoluciones singulares que algunos lectores de Futbolitis hemos tenido con el paso del tiempo, pero el origen está en ese feliz movimiento al que Martín López se incorporó antes que nosotros, él a su vez movido por ejemplos como el de Martí Perarnau, quien puso en relieve que otro periodismo era posible. Martí siempre tuvo la virtud de saber dirigir el vertiginoso torrente de actualidad a un remanso donde era posible seguir pensando en base a ciertos principios muy sólidos. No sólo no le restaba ningún brillo a lo nuevo, sino que además lo hacía digerible y permitía cierta perspectiva que a muchos nos permitió saber algo más de fútbol. Más que ningún otro blog, en el de Martí se hacía válido ese hermoso verso musical: 'the fundamental things apply as time goes by'.

Por su parte, y desde un perfecto anonimato, en noches de lectura intempestiva, Marcos fue dejando un reguero de análisis pre-partido obsesivos y casi proféticos que a mí en concreto me resultaron increíbles pues no sólo suponían un soplo de aire

fresco respecto a la prensa del sector que hacía compatible una afición a menudo incompatible con el pensamiento, sino que además era una invitación a tomar el guante y atrevernos a poner por escrito que el fútbol es realmente algo ajeno al negocio y al opiáceo.

Este libro es deudor de aquel trabajo apasionado y lleno de rigor que Martí, Marcos y su hermano Nicolás ofrecieron gratuitamente, y al que nosotros nos incorporamos como surfistas que toman una ola siempre ya empezada, quién sabe dónde o cuando. Planificación y periodización del entrenamiento integrado en fútbol macrociclo competitivo I Editorial Universidad del Rosario PLANIFICACIÓN DE UNA TEMPORADA EN PERÍODO DE ESPECIALIZACIÓN: MACROCICLO COMPETITIVO I Salva Cambray Castillo Joel Jové Martí SISTEMAS TÁCTICOS EL FÚTBOL: EL SISTEMA 1-4-5-1 Y SUS VARIANTES Juan Manuel Gallardo Rabadán FÚTBOL BASE. PLANIFICACIÓN REAL DE UNA TEMPORADA EN PERÍODO DE ESPECIALIZACIÓN: CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS Y FÍSICOS Y PROPUESTA DE PLANIFICACIÓN Salva Cambray Castillo Joel Jové Martí JUEGOS EN SUPERIORIDAD NUMÉRICA PARA ENTRENAMIENTO INTEGRADO DE LAS ACCIONES COMBINATIVAS EN EL FÚTBOL Javier López López Javier Alberto Bernal Ruiz Antonio Wanceulen Moreno José Francisco Wanceulen Moreno EVOLUCIÓN DEL REGLAMENTO DE FÚTBOL. ¿HASTA DÓNDE? Julen Castellano Paulis Víctor Martínez de Lafuente Iturrate.

Pedro Cataldo Nogueira

"¿Qué es la utopía? La utopía es algo que si avanzas un paso hacia ella, se aleja un paso. Y si avanzas diez pasos, se vuelve a alejar otros diez pasos. Entonces, ¿para qué sirven las utopías? Precisamente para eso; para nunca dejar de avanzar". (Eduardo Galeano, escritor, maestro de fútbol). La fórmula de la "deconstrucción" del fútbol es teórica, de mi propia cosecha, un ejercicio intelectual en la búsqueda de nuevas ideas futbolísticas, reconstruyéndolas sobre cimientos consolidados... A Ferrán Adriá se le considera un artista de la cocina, desarrolló conceptos fundamentales en un mundo muy tradicional. Mediante la "deconstrucción" aislaba los diversos ingredientes de un plato determinado, lo reconstruía de manera inusual tanto en su aspecto externo como en las texturas de sus elementos, y los presentaba de manera distinta y creativa... Eso sí, sin variar sus

sabores ni alterar la esencia de dichos platos... Sinceramente, creo que el fútbol puede concebirse de idéntica manera... El fútbol hay que entenderlo globalizado, en su contexto, y no se puede separar lo técnico, lo táctico, lo estratégico, lo físico o lo mental... " No basta con decir que la "deconstrucción" no puede reducirse a una mera instrumentalidad metodológica, a un conjunto de reglas y de procedimientos transportables". (Jacques Derrida). El fútbol tiene herramientas, modos, maneras, estilos, y las partes son un componente del todo. El toque es una fórmula para jugar el partido, pero el fútbol tiene otros objetivos: Tocar para qué; tener el balón en función de qué objetivos; apoyar al compañero para facilitarle la posesión. Si no hay desmarques el toque es un entretenimiento insulso; si no se superan líneas y se crean superioridades el toque es fútbol de broma. " Para quienes creen, no es necesaria ninguna explicación; para quienes no creen ninguna explicación será suficiente". (The Amazing Dunninger).

Manual para el Entrenador de Fútbol Base Wanceulen S.L.

En cada número, podrá encontrar una cuidada selección de artículos, relacionados con las diferentes áreas relacionadas con el entrenamiento y la competición del fútbol. MODELO DE PERIODIZACIÓN MIXTO INTEGRADO: MACROCICLO VACACIONAL. David, Dimas y Darío Carrasco LOS FUNDAMENTOS TÁCTICOS DEFENSIVOS DE LA LÍNEA DEFENSIVA Y LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO DEFENSIVO. Fermín Galeote Martín METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA EXPLOSIVA Y LA POTENCIA: EL ENTRENAMIENTO DE LA CAPACIDAD DE SALTO, CAPACIDAD DE ACELERACIÓN EN CARRERA Y POTENCIA DE GOLPEO Daniel Juárez Santos-García EL MÉTODO DE ENTRENAMIENTO DE CONTRASTES UNA OPCIÓN DE DESARROLLO DE LA FUERZA REQUERIDA EN ACCIONES EXPLOSIVAS. Daniel Juárez Santos-García LA ETAPA JUVENIL: CONTENIDOS TÉCNICO-TÁCTICOS Y FÍSICOS Juan Mas Rubio

**Fútbol: Cuaderno Técnico nº 51** Wanceulen Editorial

La figura del entrenador en la historia del fútbol siempre ha mantenido un plano relevante en la evolución del juego y la forma de entender el entrenamiento. En las primeras etapas, la inquietud de estos iba mayoritariamente orientada a encontrar los sistemas de juego (a través de la ocupación de espacios) que pudiesen desestabilizar al rival y favorecer nuevas alternativas ofensivas y defensivas. Así es como el juego empezó a evolucionar del 1-1-8 de 1870, para, posteriormente, a través de las nuevas estrategias que impulsaron los entrenadores, pasar por el famoso sistema piramidal del 2-3-5, o la época del WM y su variante "punta de lanza", que empezó a funcionar una vez se modificó la regla del fuera de juego y que perduró prácticamente hasta el mundial de 1954. Sin embargo, hasta 1950 aproximadamente no hubo especial preocupación por reforzar la línea defensiva, y es cuando se empezó a imponer el sistema con cuatro defensas, para pasar posteriormente el Catenaccio, hasta que en 1970 el juego sufrió una gran evolución en las dos fases del juego a través del concepto del fútbol total, donde se potenció el dinamismo del jugador y su inteligencia para participar en tareas tanto ofensivas (permitiendo que los defensores incurriesen con importancia en acciones de ataque) como defensivas (el delantero era el primero que iba que asumía el rol defensivo y se involucraba en las labores de robo del balón). Posteriormente, y hasta nuestros tiempos, se han ido utilizando diferentes sistemas que han ido marcando tendencia según el éxito deportivo de aquellos clubes que participaban en los campeonatos del mundo, Copas de Europa etc. Sin embargo, esta evolución del entrenador no ha sido única y exclusivamente desde el punto de vista del juego. La figura del preparador físico y el estudio y análisis del entrenamiento desde un punto de vista más académico y científico ha permitido y ayudado al entrenador

a progresar y hacerle consciente de que para conseguir el éxito no vale tan solo con analizar el juego desde una perspectiva competitiva y estratégica, sino que para que el jugador llegue a tener altas cuotas de rendimiento debe ser entrenado a consciencia para ello, con un método que permita conseguir las adaptaciones que el juego y el entrenador requieren. Así empezaron a aparecer los primeros métodos de entrenamiento, muy orientados a los deportes individuales, que por aquel entonces ya se habían adelantado y estudiaban sus métodos para conseguir mayores éxitos. Estos primeros sistemas de entrenamiento, donde los modelos de planificación, de diseño de tareas y de entrenamiento en general, que distaban mucho del juego, pero que al menos empezaban a generar una cultura del progreso y del esfuerzo para poder rendir mejor. Posteriormente, a través del estudio e investigaciones, se originaron nuevas tendencias en el entrenamiento que provocaron una gran evolución en este deporte, orientando el proceso del entrenamiento a las necesidades del juego y el carácter de la competición. Llegados a este punto, la alta y fuerte competitividad que aflora en el fútbol profesional, ha favorecido que los entrenadores traten de buscar a través del análisis del juego y la construcción de un esquema que ayude a transmitir las ideas del entrenador al equipo, con el fin de alcanzar de la manera más rápida posible las mejores prestaciones en competición. Es a partir de aquí, cuando comienza a aparecer la idea de Modelo de Juego (MJ), eje sobre el que gira esta obra y sobre el cual los autores intentaremos arrojar algo de luz a través del estudio, la investigación y algunas propuestas teóricas y prácticas. Es importante resaltar que el contenido de este trabajo ha sido desarrollado con la convicción plena de querer exponer nuestras inquietudes e ideas, alejándonos en todo momento de querer imponer, generar o establecer un método cerrado, que se aleje de la reflexión o se pueda convertir en recetas o fórmulas.