

EFFECTO DE LAS FORMAS JUGADAS EN ESPACIO REDUCIDO SOBRE LAS ACCIONES CON BALÓN EN FÚTBOL FEMENINO UNIVERSITARIO RECREATIVO.

González-Vargas, M. (mauricio.gonzalez@uss.cl)

Facultad de Ciencias de la Actividad Física, Universidad San Sebastián, Concepción, Chile.

Recibido: Octubre, 2014; Aceptado: Noviembre, 2014.

RESUMEN

Basada en la pedagogía del deporte, esta investigación abordó la problemática del entrenamiento del fútbol femenino realizando una intervención basada en las formas jugadas en espacio reducido. **OBJETIVO:** Demostrar que actividades basadas en situaciones de juego pueden generar respuestas motrices adecuadas a los problemas planteados en el juego mejorando el rendimiento de las acciones con balón sin condicionar las respuestas a criterios de eficacia estereotipadas. **MÉTODOS:** Se utilizó un planteamiento individual, con seguimiento bajo un diseño de observación participante en situación de entrenamiento con un procedimiento de verificación de las conductas motrices con balón a 23 mujeres universitarias, a las cuales se les aplicó pre test, innovación y pos test al final de la intervención. **RESULTADOS:** Las diferencias de medias entre el pre test y post test con la prueba τ para muestras no independientes fueron significativas a un nivel ($p = < 0,05$), tanto para el número de contactos con balón ($p = 0,000$), para los aciertos con balón ($p = 0,000$) y para los desaciertos con el balón ($p = 0,017$). **CONCLUSIÓN:** las formas jugadas en espacio reducido producen mejoras significativas en las acciones con balón de las jugadoras de fútbol femenino pertenecientes a la muestra y sólo en los desaciertos con balón, en la variable “pase al adversario” (PA) no se observaron cambios significativos ($p = 0,730$). **PALABRAS CLAVES:** fútbol femenino; pedagogía; metodología y entrenamiento.

ABSTRACT

Based on the sport pedagogy, this research addressed the problems of women's football training an intervention based on the reduced forms plays in space. **OBJECTIVE:** Demonstrate that in game situations based activities can generate appropriate to the problems in the game motor responses improving stock performance with ball unconditioned responses effectiveness criteria stereotyped. **METHODS:** An individual approach was used with follow- on design of participant observation in training situation a verification procedure of motor behaviors ball a 23 college women, to which pretest, posttest innovation and at the end of the intervention was applied. **RESULTS:** The mean differences between the pretest and posttest with no test for independent samples were significant at a level ($p = < 0.05$), both the number of contacts with ball ($p = 0,000$), hits for ball ($p = 0,000$), and to save the errors ($p = 0.017$). **CONCLUSION:** Shapes played in confined space produce significant improvements in the actions with the ball female soccer players in our sample and only the mistakes with the ball, in the variable pass the adversary" (AP), no significant changes ($p = 0.730$) were observed. **KEY WORDS:** women's football; pedagogy; methodology and training.

INTRODUCCIÓN

Cuando se propone indagar sobre pedagogía se corre un gran riesgo, principalmente por ser un área de conocimiento que camina sobre la línea de las innovaciones y transformaciones. El riesgo podría aumentar si incorporamos el concepto de Pedagogía del Deporte, sin embargo creo necesario abordarlo, teniendo en cuenta las múltiples posibilidades de desarrollo que tiene este fenómeno social llamado “deporte”. Cuando reconocemos el deporte como un fenómeno de orden sociocultural, estamos diciendo que él es una resultante de relaciones, interacciones y manifestaciones intrínsecas del ser humano (Reverdito, R., Scaglia, A., 2009).

El fútbol es el deporte más popular del mundo (Ekblom, B., 1986; Tumilty, D., 1993; Soares, J., 2000), es practicado de forma profesional y no profesional. El fútbol no profesional es practicado con diversas finalidades tales como: actividad física, recreación, mantención o perfeccionamiento de la aptitud física relacionada con la salud, socialización y competición. El fútbol en su globalidad tiene un poder socio educativo implícito en la actividad (Murad, M., 2006). Es uno de los deportes más simples en cuanto a comprender las apenas 17 reglas de juego (Federación de fútbol asociado [FIFA], 2010).

El presente estudio se enmarca dentro del deporte con una propuesta pedagógica, específicamente el fútbol femenino. La importancia del tratamiento pedagógico por medio de intervenciones de profesionales ligados al deporte es un aspecto relevante para una planificación del entrenamiento deportivo, ya que permite a los jóvenes enfrentar los desafíos en un universo sociocultural en constante modificaciones (Montagner, P., 2011).

La realidad muestra que las orientaciones del entrenamiento del fútbol y del fútbol femenino en particular, presentan muchas reticencias a incorporar novedades en sus prácticas (García, L., 2008), y se adopta por lo general una metodología tradicional basada en la técnica, donde se prioriza el resultado por sobre el proceso, dando más énfasis a secuencias interminables, mecánicas y repetitivas. El propósito del estudio de la presente investigación, es analizar el efecto de las formas jugadas en espacio reducido sobre en las acciones con balón, para ello es necesario abordar el creciente impulso que ha tenido el fútbol femenino con el fin de profundizar en el conocimiento de las conductas propias del juego (Barbero, J.C., et al. 2008), de las acciones del juego (acciones técnico-tácticas individuales y colectivas) y en la competición (De Mata, F., 1999), evidencia conducente al desarrollo y mejoramiento de la actividad del fútbol femenino. Estudios similares son aportados por French (1996 citado en López V., Castejón, F., 2005), se compara los modelos de enseñanza aplicados al bádminton basados en la técnica, la táctica y el modelo integrado, se concluye que el modelo basado en la técnica mejora más en corto tiempo y que los trabajos de integración técnico táctica no mejoran tanto como los otros pero que aspectos como la motivación son mayores en este. El mismo autor en otro estudio de 6 semanas, los sujetos mejoran en los tres enfoques, pero para el diseño de las unidades integradas tienen problemas pues hay puntos en común y se da más posibilidades de confusión, lo que no ocurre con la técnica que se inicia con una progresión más analítica. García Herrero (2001 citado en López V., Castejón, F., 2005), realiza un estudio más extenso que dura 4 meses en el balonmano, concluye que es demasiado corto el tiempo, el modelo integrado logra mejores resultados en sus respuestas que los del grupo técnico, también la motivación fue más importante en el grupo integrado. Castejón Oliva (2002 citado en López V., Castejón, F., 2005), aporta un trabajo con basquetbolistas comparando los tres modelos, el grupo técnico puntúan mejor en los test técnicos y los otros grupos mejoran en el aspecto táctico no encontrando diferencias significativas en el grupo táctico y el técnico-táctico.

La didáctica de las formas jugadas en espacio reducido basado en un modelo integrado, propone un enfoque globalizador (Arguelles, D., Angles, N., 2007). Se plantea un modelo integrado de

intervención didáctica aplicado al fútbol basado en las formas jugadas, que centra su desarrollo en la interacción participativa de los sujetos bajo el contexto de la multiplicidad de situaciones que aparecen en el juego (Ponce, F., 2007; Romero, C., 2005; Brüggemann D., Albrecht, D., 2000), el mejoramiento de las acciones en el juego se logra mediante la incorporación de conocimiento a través de la transformación de la experiencia. Los procesos biológicos, cognoscitivos y socioemocionales interactúan para producir los períodos de desarrollo que se encuentran en continuo cambio desde que el nacimiento hasta la muerte (Santrock, J., 2006).

Los procesos de mejoramiento de las acciones técnicas deben ser impulsados y mejorados con una óptica más interactiva (Solá, J., 2005), los jugadores procesan toda la información emanada del entorno real de juego y van autorregulando y mejorando sus acciones motrices. (Romero, C., 2005). El juego actúa como facilitador, estimulador, desafiante y fantasioso, pero también con pensamiento reflexivo de parte de quien juega. (Reverdito, R., Scaglia, A., 2009) Es una actividad más participativa, donde el sujeto se implica en la actividad, tanto en el plano físico, psíquico cognoscitivo, afectivo y emocional (Abruzzini, E., 1980).

El modelo integrado, debe propugnar actividades contextualizadas, (Morcillo, J., Cano, O., 2005) las que se constituyen en las formas jugadas en espacio reducido y que desarrollan al mismo tiempo procesos de percepción, análisis y toma de decisiones mediante situaciones problemas cercanos a la realidad de juego, donde participa la totalidad del alumno, no sólo sus conocimientos previos pertinentes, sino también sus actitudes, sus expectativas, sus motivaciones y además el aspecto social, considerando para ello las interacciones y la aceptación, para ello, se debe crear un clima social adecuado a las necesidades de cada uno de los participantes para que puedan responder ante las situaciones problemáticas planteadas en el juego de acuerdo a la propia experiencia desarrollada, siendo protagonistas en la construcción significativa de las acciones motrices de una forma más consciente. Contreras (2001 citado en Ponce, F., 2007) denomina a este proceso, “reflexión sobre la acción”. Las formas jugadas en espacio reducido comprendidas en las situaciones reales de juego representan las experiencias del llamado fútbol de calle, donde niños y jóvenes se juntan para formar equipos en forma espontánea y simplemente juegan, el lugar podía ser un sitio erizado, un pedazo de césped en una plazuela, un pasaje de algún barrio, el patio del colegio, etc. la pelota podía ser de cualquier material y las reglas simples y prestadas del fútbol, sin tiempo de término, así de esta manera se iban adquiriendo experiencias, conocimientos y capacidades a través de un aprendizaje por descubrimiento. El jugador se conecta inmediatamente con el entorno real de juego dentro de la organización fija del juego de equipo. Para favorecer lo anterior, la didáctica mediante indagación, favorece la búsqueda de soluciones por parte de los jugadores frente a determinadas situaciones problema planteado en el juego con el fin de lograr los objetivos esperados y que estos a su vez se conviertan en respuestas más eficaces (Díaz, B., Hernández, F., 1999).

Finalmente debemos tener presente que, el hecho de aplicar una metodología en función de una técnica individual, puede carecer de una serie de factores que cumplen con el desarrollo dentro de un proceso de aprendizaje, por poner un ejemplo: “La dimensión social”, que supone la aparición de lazos afectivos, aprendizaje social, equilibrio sobre sus emociones y descubrir al otro (Luarte, C., 2005).

MÉTODOS

El estudio es de carácter descriptivo, el diseño es cuasi experimental, de grupo único, no equivalente, con medidas de pre test, aplicación de la innovación y medidas de post test al final de la intervención (Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P., 2003).

La intervención tiene una duración de 3 meses, con una frecuencia de dos veces a la semana y una duración de 60 minutos cada sesión. Se aplica la metodología observacional en realidad de juego (Anguera, M., Blanco, A., Losada, J., Hernández, A., 2000; Ortega, J., 1999; Orta, A., Pino j., Moreno, I., 2000; Moreno, M., Pino J., 2000).

Sujetos

La muestra la constituyen 23 mujeres universitarias entre 20 y 25 años, con una media de $21,7 \pm 1,57$. Se utiliza una muestra no probabilística intencionada (López Schwerter, A., 1999). Un 0% (0 jugadoras) juega habitualmente fútbol, 35% (8 jugadoras) declara haber jugado esporádicamente y 65% (15 jugadoras) declaran no haber jugado nunca al fútbol.

Todas las participantes del programa son informadas sobre el contenido del estudio y sus objetivos, y todas ellas dan su consentimiento formal antes del estudio. Como criterio de inclusión se considera aquellas alumnas inscritas en el programa de formación general fútbol damas de la universidad San Sebastián y como criterio de exclusión, que no tengan ningún impedimento físico o enfermedad prescrita por un facultativo que impida la práctica del fútbol.

Test realizados

Bajo la metodología de la observación cuantitativa se utiliza una estructura de 4 contra 4 en espacio reducido (15x30m), se juegan 15 minutos y se registran los valores en una planilla respecto a frecuencia de ocurrencia de las acciones con balón. Se utiliza un planteamiento individual, con seguimiento bajo un diseño de observación participante en situación de entrenamiento con un procedimiento de verificación de las conductas motrices con balón (Anguera, et al., 2000). En una pauta de observación se registra en un casillero con signo positivo o negativo según sea el caso sobre las conductas acertadas y las conductas desacertadas que realizan cuando tienen el balón en su poder durante el tiempo que dura el juego. Dentro de los contactos con balón se encuentran los aciertos, que para este caso son definidos cuatro elementos a observar en el juego; el pase a una compañera "PC", el rechazo defensivo evitando el peligro en su propio arco "RD", el tiro a puerta o la intención de lanzar al arco contrario con la finalidad de convertir un gol "TAR" y el pase al espacio con intención, es decir, al espacio libre dejado por una rival y que pudiera ser ocupado efectivamente por una compañera de equipo "PECI". También se encuentran los desaciertos con balón, los cuales se resumen en dos elementos a observar, el pase al rival "PA" y el pase sin destino "PSD". En definitiva son seis las acciones con balón que son registradas por los observadores.

Entrenamiento

Desde el punto de vista de la estructura del plan de sesión, el enfoque está basado en una forma fija, la cual se modifica paulatinamente, introduciendo variantes. La idea es participar de una variedad de formas jugadas que ponen a los practicantes en un continuo proceso de descubrimiento en situaciones de acción inmediata. Al final de la sesión se realiza una actividad grupal en la cual el profesor media para producir una reflexión sobre la acción. (Contreras 2001 citado en Ponce, F., 2007). Las formas jugadas adaptan las actividades a las condiciones contextuales haciendo modificaciones espaciales, número de participantes y velocidad y duración del juego (Balson, P., 2000). Las actividades se configuran a partir de la necesidad de provocar una transferencia proactiva (Nuviala 1997 citado en Valero, A., 2005). Cada sesión contempla actividades a partir de las formas jugadas (Brüggemann D., Albrecht, D., 2000), otorgando estructura a las unidades de entrenamiento (Mayer, R., 1996). Se establece la siguiente estructura de sesión tipo:

Momento inicial

Familiarización con el balón en forma individual durante 5 minutos más un trabajo de flexibilidad durante otros 5 minutos dirigido por el profesor.

Momento principal

El profesor da a conocer las reglas del juego y la forma de marcar los tantos, provocando con ello el problema a resolver. Se organizan las estructuras de los equipos. Por medio de la indagación, las alumnas tratan de resolver los problemas planteados. La duración global es de 40 minutos (trabajo + pausa).

Actividades utilizadas

3:3 sin metas, 3:3 con una meta pequeña, 3:3 con 4 metas pequeñas, 4:4 sin metas, 4:4 con 1 meta representada por la línea central, 4:4 con 2 metas normales, 5:5 sin metas, 5:5 con una meta normal, 5:5 con 2 metas normales y 4 metas pequeña, 6:6 sin metas con 3 balones, 6:6 con 1 meta, 6:6 con 2 metas normales y 6 apoyos, 5:5 con 6 a 8 metas pequeñas, 5:5 con 2 metas normales, 4:4 con 4 metas normales, 6:6 con 2 metas normales, 3:3 con 2 metas normales, rondo de 5:1, Relevos, 1:1 sin metas, 3 equipos 7:7:7 sin metas, 7:7 con 2 metas normales, 10:10 con 2 metas normales, 10:10 en parejas con 2 metas normales, Tiña pelota en conducción y 4:4 en juego circular. Espacios utilizados; 10x10m, 10x20m, 15x30m, 15x15m, 20x20m, 30x30m, 20x40m, 30x50m.

Momento final

Se realiza la reflexión sobre la acción, que consiste en una discusión guiada por el profesor al final de la práctica, donde se reflexiona sobre las actividades realizadas y como las participantes han resuelto los problemas planteados en el juego. Duración, 10 minutos.

Análisis estadísticos

Para estimar la calidad de las medidas del test de juego, previo a la recolección definitiva, se recluta a ocho sujetos que no participaron de la recolección definitiva del estudio, para que realizaran el test, de los cuales cuatro fueron evaluados por dos observadores ubicados en ambos extremos del espacio de juego durante el tiempo que dura la prueba y consignan en una planilla de registro los resultados observados. Se utiliza el cálculo de confiabilidad de los observadores y el índice de confiabilidad se obtiene a partir del conocimiento del número total de unidades de análisis observadas y el número total de acuerdos entre dos observadores, el valor resultante es 0,94.

Se utiliza la media aritmética y la desviación estándar como medidas principales de la estadística descriptiva. Para el análisis de la distribución normal de la muestra se utiliza la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk. Para verificar las diferencias entre las medias correspondientes a las variables de la muestra se utiliza la prueba estadística paramétrica, t de Student (Hernández, et al., 2003), el nivel de significancia utilizado es ($p < 0,05$). Para el tratamiento estadístico se utiliza la hoja de cálculo Excel versión 2010 integrante del programa ms-office (Triola, M., 2007) y el paquete estadístico SPSS versión 15.0 para Windows.

RESULTADOS

Se observan cambios en el número total de contactos con el balón en el post test como se aprecia en la figura 1, desde una media de $14,22 \pm 3,52$ contactos de balón en el pre test a una media de $23,96 \pm 5,80$ en el post test. Un 100% de las jugadoras experimentan un cambio en esta variable. El tratamiento de las medias con la prueba τ arroja un valor $p = 0,000$ para el número de contactos del balón a un nivel de significancia 0.05.

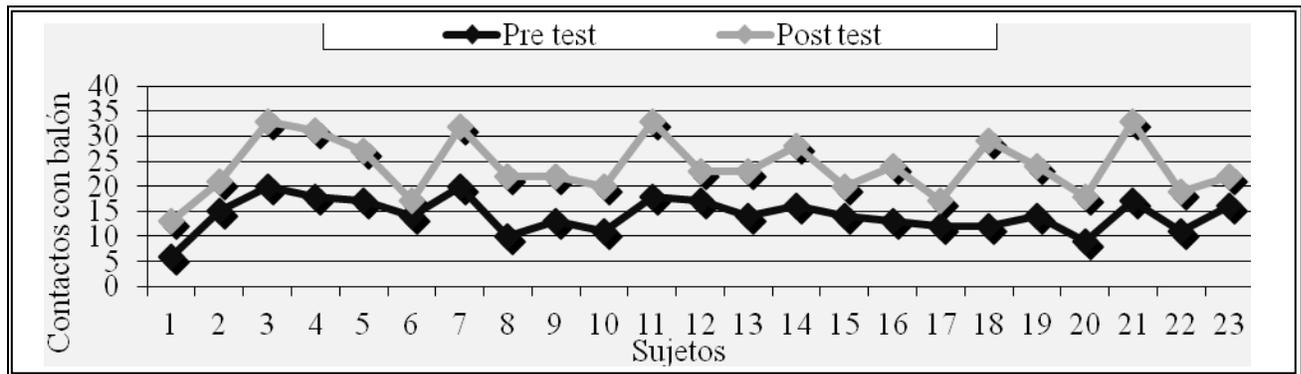


Figura 1. Resultados en el pre test y post test respecto al número de contactos con balón.

El número total de aciertos observados en la figura 2, evidencia un incremento, demostrado en el resultado de las medias en el pre test cuyo valor es $4,30 \pm 3,48$ y como aumenta en el post test cuyo valor alcanzado es de $15,43 \pm 3,86$. La prueba τ para un nivel de confianza de 0.05 es $p = 0,000$, un 100% de las jugadoras evidencian un aumento en esta variable al término de la experiencia.

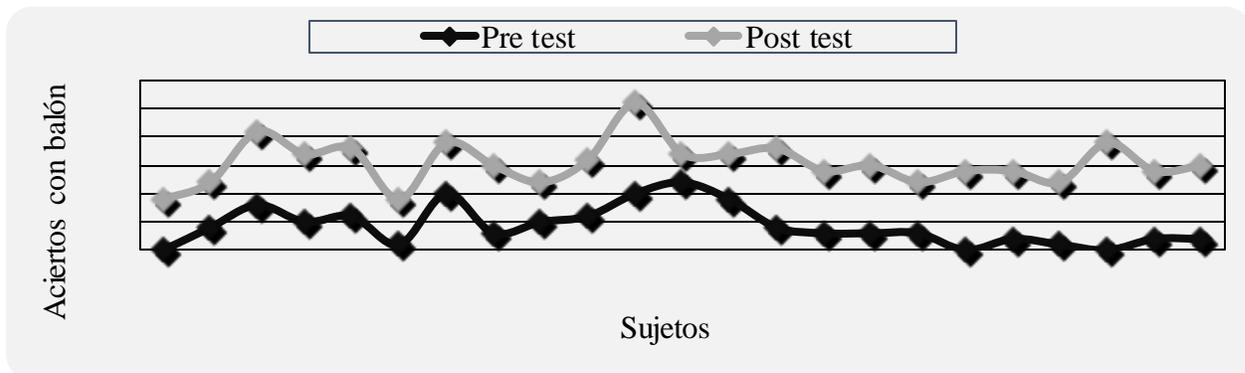


Figura 2. Resultados en el pre test y post test respecto al número de aciertos con balón.

De los aciertos con balón durante el juego (figura 3), el pase al compañero (PC) y el rechazo defensivo (RD) obtienen valores medios más altos tanto en el pre test como en el post test de $1,57 \pm 1,70$ y $5,57 \pm 2,27$ el primero y $1,91 \pm 1,73$ y $5,70 \pm 2,34$ en el segundo. En cambio el tiro al arco rival (TAR) y pase al espacio con intención (PECI), los valores obtenidos son evidentemente más bajos que los anteriores, $0,57 \pm 0,89$ y $2,91 \pm 1,08$ el primero y $0,26 \pm 0,61$ y $1,26 \pm 1,60$ el segundo. La prueba τ para un nivel de confianza de 0.05 es $p = 0,000$ para pase al compañero “PC”, $p = 0,000$ para tiro al arco rival “RD”, $p = 0,000$ para tiro al arco rival “TAR” y $p = 0,000$ para pase al espacio con intención “PECI”.

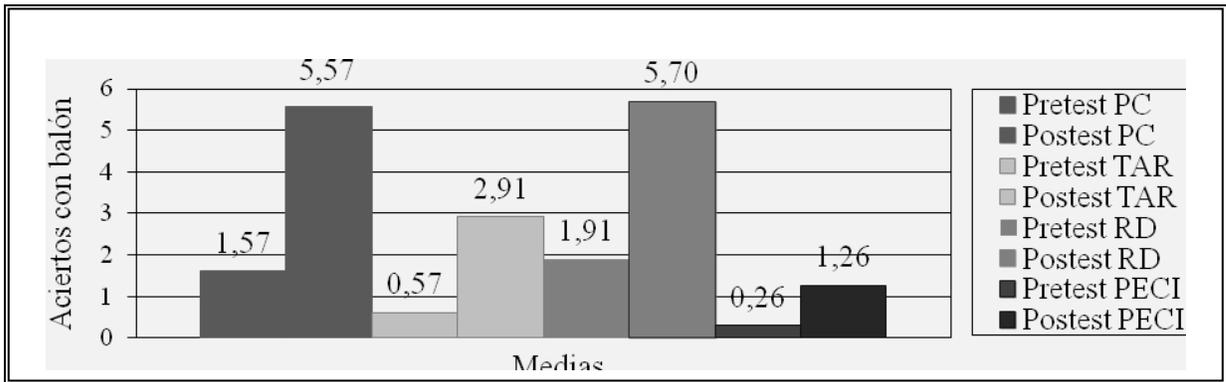


Figura 3. Valores medios de los tipos de aciertos en el pre y post test

El análisis del número de desaciertos con balón (figura 4), tanto para el pre test como para el pos test, arroja una media de $9,91 \pm 3,13$ en el primero y de $8,52 \pm 3,30$ en el segundo. 70% mejora la respuesta en esta variable, 8,69% (2 jugadoras) mantienen el valor inicial no evidenciando ningún cambio en esta manifestación de juego y un 21% (5 jugadoras) empeora la respuesta. La prueba τ , entrega un valor de $p = 0,017$ para un nivel de confianza de 0.05.

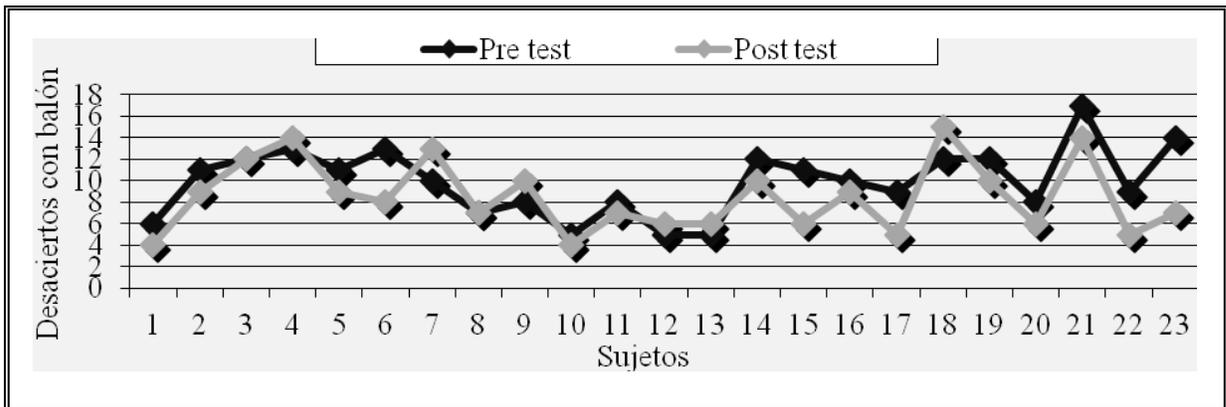


Figura 4. Resultados en el pre test y post test respecto al número de desaciertos con balón.

Los desaciertos con balón durante el juego, se expresan en la figura 5, tanto el pase al adversario (PA) que desciende de un valor medio de $4,13 \pm 2,00$ a un valor medio de $4,00 \pm 1,83$ desaciertos y el pase sin destino (PSD) que disminuye de $5,78 \pm 2,67$ a $4,52 \pm 2,29$. La prueba τ para el pase al adversario (PA) arroja un valor $p = 0,730$ que es mayor al valor de significancia 0,05 definido para este estudio, por lo tanto este cambio no es significativo estadísticamente, en tanto para el pase sin destino (PSD) el valor $p = 0,009$ resulta significativo.

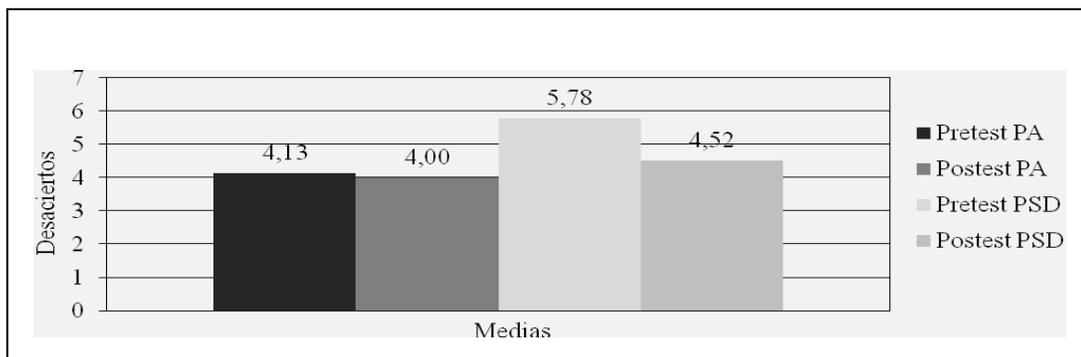


Figura 5. Tipos de desaciertos en el pre y post test.

DISCUSIÓN

El incremento sustancial de las acciones motrices a partir de la aplicación de las formas jugadas en espacio reducido, da cuenta de resultados significativos. El número de contactos, aciertos y desaciertos con el balón ha mejorado significativamente en el post test, salvo el pase al adversario (PA) en la variable desaciertos con el balón el resultado no es significativo, las formas jugadas en espacio reducido reemplazan al juego de la calle manteniendo la naturalidad, pero realizado con una intencionalidad. (Huizinga, J., 1987), el juego propicia un contexto adecuado, las acciones son estimuladas a partir del propio juego de forma intrínseca (Martínez, G., 2008). El juego como base constituye una herramienta pedagógica que facilita el mejoramiento de las acciones propias del deporte, como lo es la eficacia técnica (Ponce, F., 2007).

En los aciertos con balón, el pase al compañero (PC) tiene un rendimiento de 100% y el rechazo defensivo (RD) un 96%, lo que constituye un cambio significativo. Respecto al tiro al arco (TAR), también presenta un aumento de un 96%, pero que presenta valores inferiores en términos absolutos y el pase al espacio con intención (PECI), presenta un aumento más discreto, 47%, de los cuales el 53% mantiene los mismos valores iniciales, esto debido a que se necesita más tiempo para desarrollar conductas que tienen un grado de dificultad mayor y seguramente se necesita un desarrollo más importante respecto a la interpretación del juego.

Los desaciertos con balón observados en el test de juego, mejoran en valores medios al término de la intervención, tanto el pase al adversario (PA), donde se observa un mejoramiento de un 65%, en tanto, un 26% empeora la respuesta y un 9% mantiene los mismos valores iniciales. El pase sin destino (PSD), mejora un 44%, 30% empeora el rendimiento motriz y 26% mantiene el mismo rendimiento del inicio.

Lo importante para jugar bien al fútbol no es como se ejecuta correctamente una acción desde el punto de vista técnico y táctico, sino que se debe actuar de forma prometedora en cuanto a la situación, ósea de modo difícilmente previsible para el contrario (Brügge man, D., Albrecht, D., 2000).

Ésta transferencia proactiva hacia mejores resultados en el accionar técnico durante el juego, (Valero, A., 2005) la tarea previa facilita la posterior, desarrollando la consecución de aprendizajes de todos los participantes, (Bruggemann, D., Albrecht, D., 2006), la ley de la provocación, la ley de la continuidad y la ley de la corrección implícitas metodológicamente en la intervención pedagógica a través de las formas jugadas en espacio reducido, donde se contextualiza las actividades para provocar múltiples desafíos enfrentando a los participantes a una situación de creciente complejidad, donde las respuestas se van dando de forma natural por medio de la indagación y la búsqueda.

Los resultados encontrados concuerdan con las ideas de Ruiz (1994 citado en Romero, C., 2005) en que los jugadores toman la información emanada del entorno real de juego y autorregulan las acciones de tal forma incorporar nuevas formas de respuesta acorde a la situación de juego y lo que es mejor, tal como se ha observado en los resultados del estudio, incremento sustancial de las respuestas a través las acciones con balón. El análisis de los resultados concuerda con los hallazgos de French (1996 citado en López, V., Castejón, F., 2005) en bádminton y García Herrero (2001 citado en López, V., Castejón, F., 2005) en balonmano, referidos a las acciones que mejoran con el modelo integrado basado en las formas jugadas al igual que la motivación pero con tiempos de intervención más largos, en el caso de ésta investigación es de 3 meses y los resultados más relevantes de los autores mencionados ha sido de 4 meses.

Al respecto, el estudio en basquetbol de Castejón Oliva (2002 citado en López, V., Castejón, F., 2005) concuerda con el presente estudio en que las actividades a partir de las formas jugadas mejoran las acciones con balón dentro de una situación real de juego.

CONCLUSIONES

Los resultados cuantitativos obtenidos a través de un planteamiento individual, con seguimiento bajo un diseño de observación participante en situación de entrenamiento con un procedimiento de verificación de las conductas motrices con balón a partir del juego, dan cuenta de las respuestas motrices de las jóvenes pertenecientes a la población participante en las variables contactos con el balón, aciertos y desaciertos con balón, durante los momentos de pre y post test. Del mismo modo se aumentan significativamente la cantidad de contactos o actuaciones con el balón, lo que se traduce en un rendimiento motriz de un 100% y un aumento de un 68,5% respecto las medias en el test de juego. Del aumento sustancial del número de contactos con el balón surgen los aciertos observados en el juego y que obtienen cambios significativos al término de la experiencia, manifestado en un rendimiento motriz de un 100% y un notable 259% de mejora respecto las medias. De los aciertos con balón, el pase al compañero (PC), presenta un rendimiento motriz del 100%, el tiro al arco rival (TAR) y el rechazo defensivo un 96% y el pase al espacio con intención (PECI) un 47%. Un 14% de incremento respecto las medias y un 70% de los participantes mejoran las respuestas respecto a los desaciertos. Sólo la variable pase al adversario el cambio no es significativo.

La intervención realizada a la población participante a través de las formas jugadas en espacio reducido ha sido adecuada para el logro de los objetivos planteados, ya que han demostrado ser un recurso didáctico significativo para el rendimiento de las acciones con balón en fútbol femenino.

APLICACIONES PRÁCTICAS

Con los resultados expuestos cabe señalar, que las formas jugadas en espacio reducido bajo distintas estructuras de juego, constituyen un recurso didáctico interesante que contribuye a mejorar las acciones con balón en el entrenamiento del fútbol, de ahí su importancia para implementar sesiones de entrenamiento bajo esta metodología. Esta intervención puede servir de base para orientar al diseño de actividades que fomenten la realización de un entrenamiento de fútbol basado en las situaciones de juego.

LINEAMIENTOS PARA FUTURAS INVESTIGACIONES

Se hace necesario profundizar acerca de la observación del juego en situación de entrenamiento como también en competición, dado los aportes al término de la intervención de los resultados obtenidos, que contribuyen a tener una visión más real del rendimiento de las acciones con balón, también bajo esta misma metodología es necesario indagar en el aspecto físico de las futbolistas integrando tecnología como monitores de ritmo cardíaco con GPS y video, para estudiar las demandas que participan en las situaciones del juego como distancia recorrida e intensidad de los esfuerzos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Abruzzini, E. Educazione fisico motoria nel fanciullo: aspetti metodologici in Corsi di qualificazione in Ed. Física per insegnanti elementari. Roma: Scuola dello Sport. 1980.

2. Anguera, M., Blanco, A., Losada, J., Hernández, A. www.efdeportes.com. Grado académico: Doctor en Psicología. Ciencias del comportamiento.
3. Arguelles, D., Anglés, N. Estrategias para promover procesos de aprendizaje autónomo. Colombia: Alfa Omega. 2007.
4. Balson, P. Fútbol de precisión. Finlandia: Polar electro OY. 2000.
5. Barbero, J.C., Gómez, M., Barbero, V., Granda, J., Castagna, C. Frecuencia cardiaca y patrón de actividad en jugadoras infantiles de fútbol. *Journal Human Sport Exercise*; 3 (2): 1-11. 2008.
6. Bruggemann, D., Albretch, D. Entrenamiento moderno del fútbol. Barcelona: Hispano-europea. 2000.
7. De Mata, F. Propuesta metodológica de la preparación física del jugador de fútbol a partir de indicadores de motricidad en la competición. Tesis Doctoral [Versión electrónica]. Escuela de Ingeniería Industrial. Universidad Politécnica de Madrid. Madrid. 1999.
8. Díaz, B., Hernández, F. Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. México: Mc Graw Hill. 1999.
9. Ekblom, B. *Applied Physiology of Soccer*. *Sports Medicine*; 3: 50-60. 1986.
10. Federación internacional de fútbol asociado. www.es.fifa.com.
11. García, L. Investigación y enseñanza técnico-táctica en el fútbol. *Revista científica cultura, ciencia y deporte*; 3 (9):161-168. 2008.
12. Hernández, R., Fernández C., Batista P. Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill. 2003.
13. Huizinga, J. *Homo ludens*. Madrid: Alianza. 1987.
14. López Schwerter, A. Metodología de la investigación. Valparaíso. Universidad de Playa Ancha. 1999.
15. López, V. Castejón, F. La enseñanza integrada técnico-táctica de los deportes en edad escolar. *Revista Apunts. Educación física y deportes*; 79: 40-48. 2005.
16. Luarte, C. Pedagogía del Deporte: Aspectos motrices del aprendizaje deportivo inicial en hockey sobre patines en niños de ocho a diez años. Tesis de Magister. Campinas S.P. Universidad Estadual de Campinas. 2004.
17. Martínez, G. www.efdeportes.com. Grado académico: Licenciado en alto rendimiento y tecnología deportiva, Master en entrenamiento deportivo.
18. Mayer, R. Fútbol: 120 juegos de ataque y defensa. Barcelona: Hispano europea. 1996.

19. Montagner, P. Intervenciones Pedagógicas en Deporte; Prácticas y experiencias. San Pablo. Phorte. 2011.
20. Morcillo, J., Cano, O. www.entrenadores.info. Grado académico: Doctor en educación Física.
21. Moreno, M., Pino J. www.efdeportes.com. Grado académico: Licenciada en Educación Física, Doctor en Educación Física.
22. Murad, M. El fútbol y sus posibilidades socioeducativas. Revista científica cultura, ciencia y deporte; 4 (2): 13-19. 2006.
23. Orta, A., Pino j., Moreno, I. www.efdeportes.com. Grado académico: Licenciado en ciencias de la Información, Doctor en Educación Física, Licenciada en Educación Física.
24. Ortega, J. www.efdeportes.com. Grado académico: Licenciado en Educación Física, Master en Alto Rendimiento Deportivo.
25. Ponce, F. www.efdeportes.com. Grado académico: Profesor de Educación Física, Doctor en Educación Física.
26. Reverdito, R. Scaglia, A. Pedagógicas do Esporte; Jogos coletivos de invasao. San Pablo. Phorte. 2009.
27. Romero, C. www.efdeportes.com. Grado académico: Licenciado y Doctor en Educación Física.
28. Santrock, J. Psicología de la educación. México: Mcgraw-Hill. 2006.
29. Soares, J. Particularidades energético-funcionais do treino e da competição nos jogos desportivos: o exemplo do futebol; en Garganta, J. (editor). Horizontes e órbitas no treino dos jogos desportivos. Porto: FCDEF/UP, 37-49. 2000.
30. Solá, J. Estudio Funcional del Saber Deportivo para la Comprensión de la Táctica. Apunts. Educación física y deportes; 82: 26-35. 2005.
31. Triola, M. Estadística Excel. (3a Ed.). Pearson addison wesley. 2007.
32. Tumilty, D. Physiological characteristics of elite soccer players. Sports Medicine; 16 (2): 80-96. 1993.
33. Valero, A. Análisis de los cambios producidos en la metodología de la iniciación deportiva. Apunts. Educación física y deportes; 79: 59-67. 2005.