

Efecto de un plan de entrenamiento bajo la metodología de la periodización táctica sobre la efectividad de pases y disparos al arco a jugadores del club Pan de Azúcar¹

Paulo Cesar Ramón Sierra²
Elber Enrique Gómez Guerrero³
Fausto Alarcón Quigua⁴

Resumen

En el siguiente trabajo se podrá ver un plan de entrenamiento enfocando la efectividad de los pases y disparos al arco en los jugadores del club pan de azúcar categoría – juvenil, Primero se enfocó en evaluar las capacidades en las cuales se encuentran los jugadores desde el inicio, esto siendo la base para tener en cuenta la mejora de habilidades, entre estas: efectividad de pase y efectividad de tiro por medio de un test donde tendremos la primera medición basado en pruebas cuantificadas reales que nos ayuda a tener como base la primera recolección de datos, por otra parte las cuantificaciones se tendrán en tablas de Excel en lo pronto mediante cada transcurso del mes se tendrá que realizar la valoración del test, observando los ítems mencionados, que se va ir teniendo en el plan de entrenamiento de la periodización táctica donde los procesos de los componentes del entrenamiento siempre irán dirigidos a la mejora de la efectividad y la progresión de la pelota.

Se realizara un macro ciclo que lleve dentro de lo contemplado las fases de los entrenamientos para el mejoramiento de los fundamentos y su evolución o finalidad será evaluada en cada encuentro deportivo que tengan los jugadores, la planeación de cada sesión se dará al finalizar cada entrenamiento en el cual sus porcentajes tuvieron índices favorables en relacion en la acción ofensiva con un porcentaje de 9% en el disparo y un 5% en la habilidad del pase.

Palabras claves: entrenamiento deportivo, Futbol, Periodización táctica, Entrenamiento específico.

Scientific article template

Abstract

In the following work you will be able to see a training plan focusing on the effectiveness of passes and shots on goal in the players of the Pan de Azúcar club, category sub 15 – youth, First, it focused on evaluating the capacities in which the players are from the beginning, this being the basis for taking into account the improvement of skills, among these: passing effectiveness and shooting effectiveness through a test where we will have the first measurement based on real

¹ Artículo científico presentado como opción de grado para optar por el título Profesional en Cultura Física, Deporte y Recreación

² Autor: y paulo cesar ramón sierra, estudiante de la universidad Santo Tomas seccional Bucaramanga, paulo.ramon@ustabuca.edu.co.

³ Autor: Elber Enrique Gómez Guerrero, estudiante de la universidad Santo Tomas seccional Bucaramanga, Elber.gomez01@ustabuca.edu.co.

⁴ Autor de contacto: Fausto Alarcón Quigua, Magister en Educación de la Educación Física - Universidad de Baja California, México, especialista en Administración Deportiva, Usta, Bucaramanga, profesional en Cultura Física, Usta, Bucaramanga, Fausto.alarcon@ustabuca.edu.co

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

quantified tests that help us to have the first as a basis data collection, on the other hand, the quantifications will be in Excel tables as soon as each month passes, the evaluation of the test will have to be carried out, observing the mentioned items, which will be taken into the periodization training plan tactic where the processes of the training components will always be aimed at improving the effectiveness and progression of the ball.

A macro cycle will be carried out that includes the training phases for the improvement of the fundamentals and its evolution or purpose will be evaluated in each sporting event that the players have, the planning of each session will be given at the end of each training.

Keywords: sports training. Football. Pedagogy. Pedagogical training.

Introducción

El entrenamiento deportivo es el pilar del éxito en el deporte del futbol, los métodos aplicados a este deporte han venido evolucionando a tal punto que la relación entre los jugadores la fanaticada y el entorno donde se juegan los partidos juegan un papel fundamental, llevando a los teóricos de este deporte a probar metodologías asociadas la globalidad del deporte como tal.

(Camacho Velázquez, 2019, p.6) “El cambio de planteamiento corresponde a que el mundo moderno plantea otras exigencias y demandas al entrenamiento deportivo, y los modelos tradicionales no respondían a esos requerimientos”, en este contexto se habla que debe haber un cambio en la planeación tradicional, atendiendo al nuevo componente del entrenamiento deportivo en los juegos socio motor.

Por lo tanto se tendrá en cuenta las sesiones de entrenamiento que se recomiendan el libro (FIFA), implica la gestión del tiempo que genera el objetivo, está fundamentado en procesos continuos, bajo los ejercicios bien estructurados, en lo tanto tendremos como objetivo de estos entrenamientos mejorar la eficiencia del pase y los tiros a arco, es decir: aumentar los tiros al arco siendo gol, desde el punto de vista tendremos en cuenta los aspectos de recuperaciones bajo circunstancias de ejercicios aumentados en un 80%, del 100% que pueden dar.

Algunos jugadores presentan procesos de incumplimiento en los entrenamientos, por lo tanto se tuvo que aclarar que en el momento de una inasistencia en los adiestramientos, de igual manera se tendrá que aislarlo del grupo en lo cual no podrá continuar con el proyecto, esto también recurre a un poco en las preocupaciones en las escuelas de futbol base, no obstante el enfoque que se da en las principales fases del deporte no está muy lejos de parecer al futbol profesional, en la categoría juvenil ya es muy normal encontrar los jugadores que estén saturados de competencias, por lo tanto se acercan a la fase en las cuales los cazatalentos estarán verificando y tomando apuntes de las cualidades grupales e individuales de los jugadores.

En este punto del deporte encontramos que se tiene dos fases, algunos autores dicen que hay más de dos fases en el juego, por lo tanto en esto se pretende realizar una contextualización acerca de estas fases y los diferentes énfasis que se proponen en diferentes autores, (Aranda, 2021, p.37), menciona que se encontraran 3 situaciones de juego durante cada partido por ello se divide la cancha durante la planeacion en 3 aspectos

- Zona defensiva
- Zona media o transición
- Zona ofensiva o gol

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

Consecuente a ello el enfoque durante las baterías entran enfocadas en las 3 zonas o los 3 momentos que pueden encontrarse en el juego, ya que esta ciencia está comprobada en el futbol y en el deporte en general.

Metodología de análisis y recolección de datos

En el estudio longitudinal experimental, primero se enfocó en evaluar las capacidades técnicas al realizarse los test de tiro y pase de (García R. M., 2006 p.4), dado que el test fue aplicado en la población juvenil del equipo de futbol, se realizó la intervención con una duración de 6 semanas en las cuales en la 3 semana se volvió a tomar una nueva muestra de medida para observar el crecimiento de las habilidades técnicas que ya se hicieron mención y al finalizar nuevamente una nueva medición, la intervención para mayor énfasis fue enfocada con una frecuencia de 2 días a la semana.

Tendremos un sistema de puntuación al final de la sesión en la cual mediante cada batería tendrá una numeración y un número en cual cumplirá con los parámetros de la evaluación, con ello la medición de cada jugador será exacta, no obstante el monitoreo se realizó antes y después de la intervención promoviendo mayor número de énfasis en los datos de los deportistas.

Mediante esta tabla busca tomar en cuenta la determinación en la hora de definición y la hora de realizar el pase con ello la numeración que se presenta a continuación es específica según el porcentaje que pudo alcanzar durante la prueba.

Tabla 1. *Medición de definición.*

Acción	Resultado
El jugador no tiro	1
El defensor detuvo el disparo	2
El tiro va por fuera del arco	3
Lo detiene el portero	4
El tiro entra a gol	5
El tiro entra a gol y derriba el objeto	6

Nota: Se relacionan los resultados de la medición de definición, además se tienen en cuenta la acción y el valor de cada acción.

Tabla 2. *Medición del pase.*

Acción	Puntuación
No llega el pase al compañero de azul	1
El pase llega por fuera de la zona delimitada	2
El pase llega por la zona delimitada	3
El pase llega y el jugador puede realizar el tiro	+1

Nota: Se relacionan los resultados de la medición en respecto al pase

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

Tabla 3. *Parámetros de análisis según el fundamento en evaluación*

Fundamentos al evaluar	Test de Disparo	Test de pase	T de disparo	T de pase	T de disparo	T de pase
Numero de toma	Disparos	Pases	Puntos	Puntos	Porcentaje	Porcentaje
Primera toma	230	230	637	474	55%	68%
Segunda toma	230	230	614	413	54%	59%
Tercera toma	230	230	726	505	64%	73%

Nota: Dentro de las variables a resaltar se encuentra los momentos que se realizó las tomas, debido a los momentos del entrenamiento que son antes, durante y después, para ello en la segunda toma en evidencia el nivel descendió considerablemente, no obstante la evaluación interna es enfocada a los objetivos de valoración que están dentro del plan de entrenamiento, consistiendo en la retroalimentación de las planeaciones destinadas para los jugadores, de esta forma en la última toma de medida hubo un ascenso en el nivel permitiendo que los jugadores pudiera potenciar los dos fundamentos en evaluación.

La valoración a su vez permitió tomar en cuenta los 3 momentos del futbol defensivo, transición y ofensivo, cabe agregar dentro de los parámetros las planeaciones tuvieron un mayor énfasis en los objetivos centrales según el fundamento en planeación, la periodización tactica se basa en dividir las cargar de entrenamiento según en la etapa de competencia obteniendo mayor énfasis en las capacidades condicionales, técnico-tácticas y coordinativas, para ello la función de esta tabla se podrá ver los diferentes niveles en 23 jugadores como se podrá observar en las siguientes figuras señaladas.

Resultados

Se realizara un macro ciclo que con lleve dentro de lo contemplado las fases de los entrenamientos para el mejoramiento de los ítems mencionados y su evolución o finalidad será evaluada en cada encuentro deportivo que tengan para observar el control, en lo tanto la planeación de cada sesión se dará al finalizar cada entrenamiento, teniendo como punto de partida los principales aspectos de la competencia del futbol, la efectividad de pases y tiros, en lo tanto el tiempo predeterminado para este macro será de 4 meses, anexando, cada sesión de entrenamiento tendrá como tiempo 1 hora y 45 minutos de tiempo destinado, desde el calentamiento hasta el estiramiento final, en este aspecto damos a determinar el cuidado del deportista evitando futuras lesiones.

Dentro de los aspectos de la revisión que se realizó en la búsqueda de los datos podremos tener que buscar principalmente en un solo buscados que fue la de google académico dado que un buscador demasiado amplio tuvo un significativo alto en la información para la revisión y aporte científico, no obstante al notar que hay dos buscadores más que se puede tener información, se consultó en ellos una base de aproximadamente 60 artículos revisados en los buscadores de Science Direct y Web of Science.

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

Las características de búsqueda dentro de este método nos hablan de especificar el tiempo de seguimiento e las investigaciones en los momentos de la búsqueda en ella se descartaron por google académico 30 investigaciones dado que su tiempo de publicación fue muy añejo, además de manera de inclusión o exclusividad se dejaron publicaciones que manejen más idiomas como inglés, portugués y un periodo de actualización en los artículos de al menos 4 a 5 años, es decir que solo las referencias vengan del 2016 o 2017 son incluidos en la investigación, dentro de estos parámetros se encontraron las palabras específicas, entre estas están futbol, pedagogía, entrenamiento y entrenamiento deportivo.

Tabla 4. *Parámetros de calidad en los documentos*

Calidad Metodológica	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Total
(Arrese, 2013)	-	+	+	-	-	-	+	+	+	-	-	5
(Camacho Velázquez, 2019)	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	9
(FIFA)	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	8
(Gamonales Puerto & León Guzmán, 2019)	+	+	-	-	+	+	+	-	-	-	+	6
(Gómez-Carmona, León, & Ibáñez, 2020)	-	+	+	-	-	-	+	+	-	+	+	6
(Martínez & Blandon, 2003)	+	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	8
(Pablo, 2016)	-	-	-	+	+	+	-	+	-	+	+	6
(Padilla, 2017)	-	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	7
(Parga, 2019)	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	9

Nota: P1: Asignación aleatoria; P2: Ocultamiento de la asignación; P3: Grupos similares en línea de base; P4: Cegamiento de los participantes; P5: Cegamiento de los terapeutas; P6: Cegamiento del evaluador; P7: Abandonos < 15%; P8: Análisis por intención a tratar; P9: Diferencias reportadas entre grupos; P10: Punto estimado y variabilidad reportada.

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

Metodología

En lo inicial será realizar el test de tiro al arco tendremos la primera medición basado en pruebas cuantificadas reales que nos ayuda a tener como base la primera recolección de datos, en esta situación podremos tomar los puntos en la cual se realizara la mejora de las estadísticas de los jugadores con ella, los resultados se tendrán en cuenta a medida que las planeaciones se vayan realizando y la focalización de dicho objetivo en la efectividad de los tiros y pases de igual manera se tendrá que realizar el test de para las valoraciones, por otra parte las cuantificaciones se tendrán en tablas de Excel en lo pronto mediante cada transcurso del mes se tendrá que realizar la valoración del test por lo pronto tener presente el aumento de sus estadísticas o el descenso de las estadística, de esta misma manera se tiene estipulado que el plan será desarrollado en un microciclo estructurado por lo tanto la elaboración tendrá como el objetivo fundamental su desarrollo técnico.

Los procesos de los componentes del entrenamiento irán siempre dirigidos a la mejora de la efectividad y la progresión de la pelota, estas planeaciones serán adaptadas al nivel que se encuentren los deportistas mirando en efectivo el método intervalito en ejercicios de pases y métodos continuos en ejercicios de disparo, las observaciones se realizaran al finalizar cada sesión y en simulaciones de juego que no podrán exceder más de 45 minutos del encuentro, dichos cambios se irán reforzando a medida que los entrenamientos estén realizándose efectuando la mejora de la condición de la salud del deportista evitando futuras lesiones.

(Gamonalés Puerto & León Guzmán, 2019, p. 7) “las cualidades específicas de la diferentes categorías deportivas, así como las ideas metodológicas de los entrenadores o técnico deportivos en el futbol influye en el desarrollo de los objetivos propuestos”. Igualmente se tiene que establecer y con llevar la realización de objetivos diarios de cada sesión para realizar los objetivos generales del plan, el fortalecimiento de cada aspecto excluyendo el tiempo que los deportistas estén en el club no se tomara en cuenta del mismo modo que ese entrenamiento no estará contemplado para mejoras.

Ante ello la primera toma de muestra da índices favorables en los aspectos de principio fundamental que es el pase

Dentro de los parámetros a evaluar la finalidad serán los puntos que son tomados en cuenta, no obstante la medición no tendrá nada que ver si el jugador cumple en otras funciones su posición con ello cabe resaltar que los puntos que son mencionados en las tablas no podrán cambiar, son adaptados según la categoría que se está evaluando

Los aspectos a detallar están conllevados en los siguientes entornos

- El jugador no logra definir
- El defensor detuvo el disparo
- El tiro no fue a portería
- El tiro lo detiene el arquero
- Realiza el gol
- Realiza el y gol y derrumba el objetivo

(Pereira, 2010, p.8) Este autor nos menciona algo importante que es necesario realizar en cada momento después de la práctica, antes y durante las sesiones de entrenamiento y es “El feedback pedagógico (FBP), se define como un comportamiento de reacción del

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

profesor/entrenador a la respuesta motora del deportista, con el objetivo de adquirir, perfeccionar o modificar una habilidad” esto ayudando a potencializar la eficiencia pedagógica propuesta por el entrenador para seguir aumentando las destreza del deportista.

Los siguientes parámetros a medir si estarán relacionados con el pase e también la clasificación por posiciones en cual los jugadores cumplen

Aspectos detallados según la tabla

- No llega el pase al siguiente jugador
- El pase no llega en la zona delimitada
- El pase llega por la zona que es marcada
- El pase permite que el jugador pueda realizar el disparo con facilidad

Figura 1. Primera toma del pase

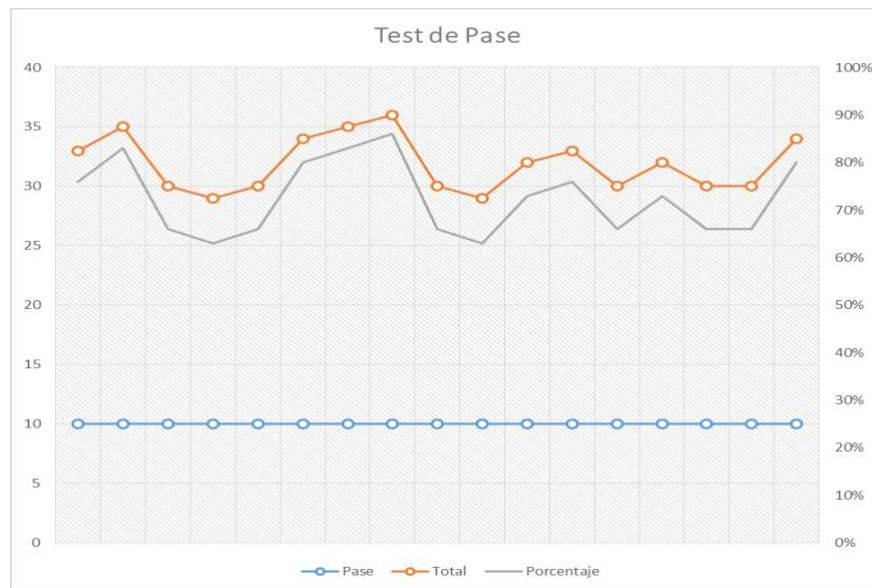
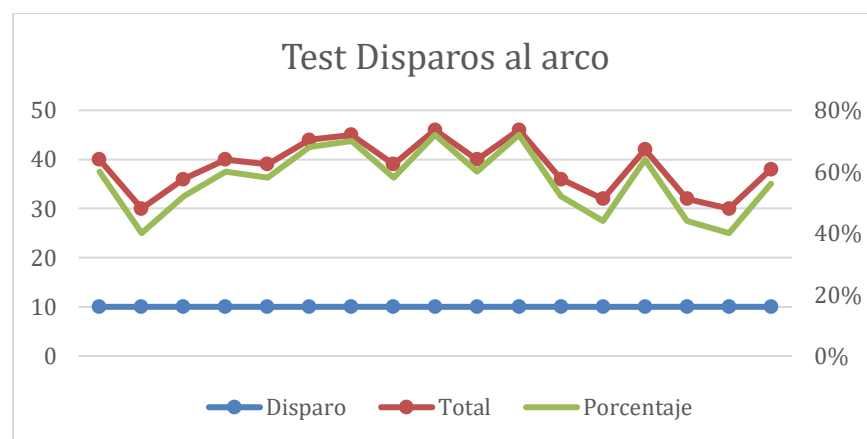


Figura 2. Primera toma de definición



PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

La táctica dinámica en la ofensiva es, la posibilidad de todos y cada uno en los jugadores conozca las variantes para llegar al campo del adversario, con el objetivo de vulnerarlo de la forma más ordenada y sincronizada posible. Esto se logra por medio del entrenamiento y de mejorar aprovechamiento de las cualidades de los jugadores que conforman el equipo (Fajardo, 2014, pág. 7)

En referencia a la toma de datos, los resultados previos que se obtuvieron tornaron favorables a la ejecución técnica del pase optando por un 68% no obstante el resultado más bajo fue para el fundamento de la definición con un 55%, es decir que las planeaciones deben ir mas enfocadas hacia la finalidad al arco y el disparo a gol.

Figura 3. Resultados finales de disparo

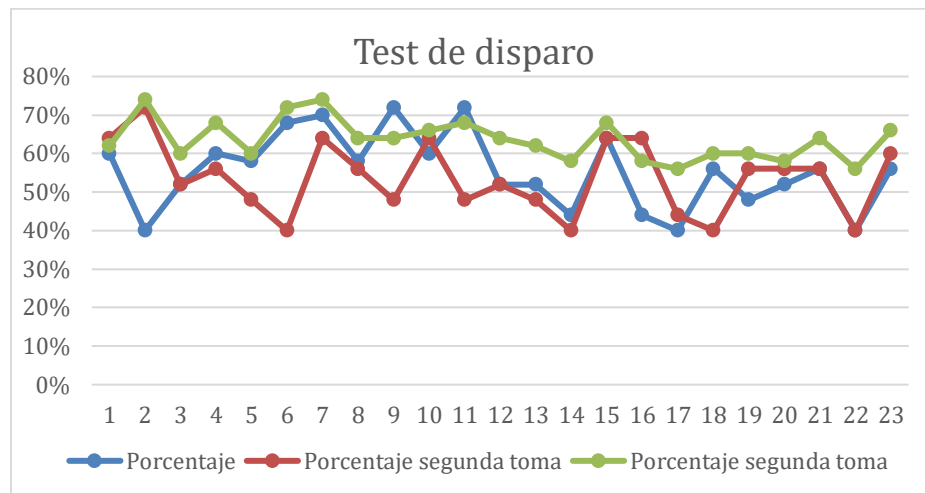
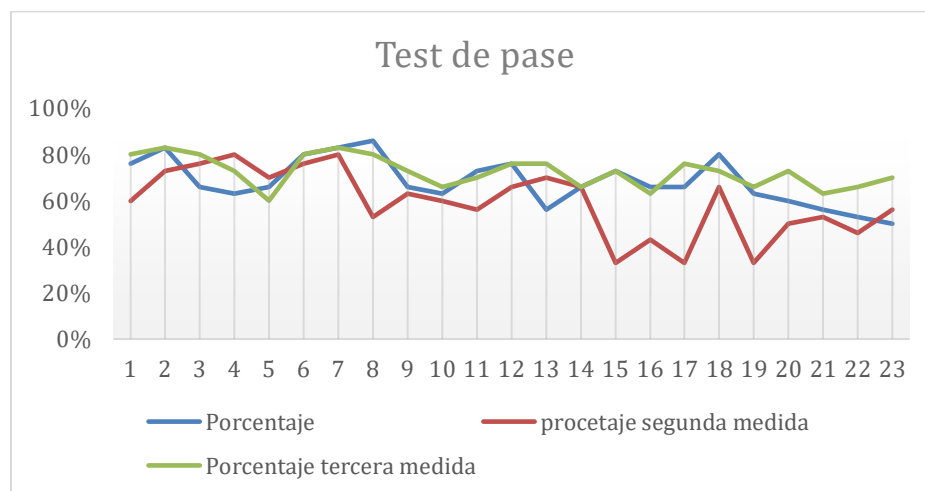


Figura 4. Resultados finales de pase



Discusión y conclusiones

Según el estudio realizado, se logró determinar que median la modificación de las planeaciones permitiendo que el porcentaje incremente, dado que algunos jugadores fueron exentos del programa por la inconsistencia a los entrenamientos, formulando nuevamente las planeaciones a la tenencia de la pelota incrementando el porcentaje de medida al finalizar el plan de entrenamiento con el cual el porcentaje final del disparo aumento un 9% superando al del pase que incrementó un 5% después de su primera toma, permitiendo realizar feedback en las planeaciones que se estaban elaborando, además la consulta bibliográfica permitió mejorar las planificaciones realizándolas más sencillas y enfáticas según las necesidades de los deportistas, no obstante la periodización tactica se centra en separar las cargas de entrenamientos y las etapas en preparación a una competencia.

La toma de esta primera medición toma a los jugadores de pan de azúcar con los parámetros de inclusión también mencionando 18 jugadores que aceptaron el consentimiento informado y también el asentimiento informado, no obstante se tiene a la espera de otros jugadores que serán parte de la inclusión en la cual sus datos serán subidos en los momentos que entreguen el documento diligenciado correctamente realizando protección de los datos e información de las personas.

Según los parámetros de las tablas muestra los tres momentos de las tomas realizando evaluaciones durante el plan de entrenamiento con ello la mejora se nota en la línea de color verde teniendo en cuenta las variables en los cambios de las planeaciones y los porcentajes que tuvieron en efectividad en el cual la efectividad se mantuvo con un porcentaje final de 64% del disparo y el pase incremento a un 74% permitiendo notar que cada posición del balón que tienen los jugadores aumenta la posibilidad de definición más al arco

Referencias

- Acero, R. M. (2000). Velocidad en el fútbol: aproximación conceptual.
- Alberto Martín-Barrero, F. I.-C. (2019). El modelo de juego en el fútbol. De la concepción teórica al diseño práctico. 9.
- American Psychological Association. (s.f.). Style and Grammar Guidelines. Recuperado el 17 de enero de 2020, de Apastyle: <https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines>
- Amieiro, N. (2007). defensa en zona de futbol. MC Sports.
- Aranda, C. E. (2021). Análisis del comportamiento ofensivo en fútbol: las situaciones de juego reducido como variables explicativas del éxito. España: En la Universitat d'Alacant - Universidad de Alicante.
- Arrese, A. L. (2013). Manual del entrenamiento deportivo. Paidrotibol.
- Benítez Sillero, J. D.-G.-G. (2015). Capacidades físicas en jugadores de fútbol formativo de un club profesional. Revista internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física del Deporte.
- Bustos-Viviescas, B. J.-M.-N. (2017). Consumo máximo de oxígeno, frecuencia cardíaca máxima y velocidad aeróbica máxima de árbitros colombianos de fútbol. Búsqueda.
- Camacho Velázquez, N. D. (2019). revisión teórica de la planificación tradicional y contemporánea en el entrenamiento deportivo. revista digital: actividad física y deporte, 5(2), 171-181.

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

- Campo, S. S. (2007). Valoración de la influencia de la práctica del fútbol en la evolución de la fuerza, la flexibilidad y la velocidad en población infantil.
- Campo, S. S. (2009). Validación de un protocolo para la medición de la velocidad de golpeo en fútbol.
- Carrillo García, S. (2019). artículo científico. en s. carrillo garcía, l. m. toro calderón, a. x. cáceres gonzález, & e. c. jiménez lizarazo, caja de herramientas. géneros textuales. universidad santo tomás.
- Chena Sinovas, M., Morcillo Losa, J., & Rodríguez Hernández, M. y. (2022). modelo multivariable para la planificación del entrenamiento en fútbol profesional. 15.
- Costela, A. H. (2017). Influencia de la distancia recorrida en diferentes rangos de velocidad en la anotación de un gol en fútbol. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación.
- CRAI USTA Bucaramanga. (2020). informe de recursos y servicios bibliográficos. bucaramanga: universidad santo tomás.
- Dos Santos, N. H. (2016). análisis de la eficacia en el disparo de tiro libre directo en jugadores profesionales del fútbol uruguayo.
- Espinosa Ávila, P. R. (2014). Análisis de la velocidad de reacción y flexibilidad en arqueros de los clubes profesionales de fútbol de la provincia de Imbabura y su incidencia en la preparación de los mismos en el año 2013. (Bachelor's thesis).
- Fajardo, M. (2014). Efectividad de los tiros a puerta en los futbolistas del municipio de Báguanos.
- Fajardo, M. (2015). Ejercicios técnico-tácticos para favorecer la efectividad del tiro en el fútbol escolar en Velasco.
- FIFA. (s.f.). Fútbol juvenil. Zurich - Suiza: Galledia AG.
- Galvis García, R. E. (2020). Guía Resumen del Estilo APA Séptima Edición. Universidad Santo Tomás.
- Gamonales Puerto, J. G., & León Guzmán, K. G. (2019). Análisis de las tareas de entrenamiento en fútbol-base: diferencias entre dos meses durante el periodo competitivo en la categoría sub-19. España: Sportis.
- García López, J. &. (2004). La velocidad en el fútbol.
- García, M. J. (2019). Fútbol. La toma de decisión en el pase: Concepto y 70 tareas para su entrenamiento. Wanceulen SL.
- García, R. M. (2006). Batería de test para la valoración de la cualificación técnico-táctica de los futbolistas de fútbol sala, categoría Benjamín. Efdeportes.com.
- García-López, J. V. (2001). Influencia del entrenamiento de pretemporada en la fuerza explosiva y velocidad de un equipo profesional y otro amateur de un mismo club de fútbol. Apunts. Educación física y deportes.
- Gómez, D. C. (2015). los juegos reducidos en el entrenamiento del futbol. futbol de libro.
- Gómez-Carmona, J. M.-P., León, K., & Ibáñez, J. M.-J. (2020). Estudio de las variables pedagógicas en tareas de entrenamiento en fútbol-base según el mesociclo competitivo. Universidad de Extremadura: ISSN 1579-1726.
- González-Badillo, F. R.-S. (2020). Efecto de dos periodos de entrenamiento de fuerza sobre el rendimiento en los ejercicios de salto vertical, tintorera y boost en natación sincronizada. España: Apunts educacion fisica y deportes.
- Hernández, L. &. (2018). Estudio de la efectividad defensiva en los saques de esquina de fútbol durante los play off de la Copa Libertadores 2016.

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

- Jonathan Eduardo Camacho Velázquez, N. D. (2019). revisión teórica de la planificación tradicional y contemporánea en el entrenamiento deportivo. vol. 5 núm. 2 (2019): revista digital: actividad física y deporte.
- López-García, S. (2018). Tiros libres indirectos en fútbol de alto nivel: Identificación de variables explicativas. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Martínez, H. F., & Blandon, M. (2003). Pedagogía Proposicional del futbol un nuevo enfoque para la formacion tactica. Educacion Fisica y Deporte, 117-1118.
- Miraballes, G. (2017). náalisis de la eficacia en las acciones a balón parado ofensivas de los equipos semifinalistas del mundial de fútbol FIFA sub 20 de Corea del Sur 2017.
- Montiel, C. P.-B. (2021). La planificación del entrenamiento en deporte y su orientación al fútbol. Revisión narrativa sobre su evolución histórica. Logía, educación física y deporte, 9 .
- NÁPOLES GAXIOLA, A. L. (2015). mplementación de un programa de entrenamiento para mejorar la efectividad del tiro a gol del equipo de futbol Juan Bourjac categoría 10-12 años.
- Pablo, E. M. (2016). estudio de la fuerza y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los estudiantes de los décimos años de educacion basica del colegio el año 2012-2013. atuntaqui. ecuador.: primera.
- Padilla, J. R. (2017). Planificación del Entrenamiento Deportivo Un enfoque metodológico de la estructura clásica. Barinas: Episteme.
- Parga, L. A. (2019). La investigación como competencia en el procesode formación profesional integral, desarrolladoen el tecnólogo de entrenamiento deportivo. Tolima: Viref.
- Pereira Marques, F. M. (2010). Analisis multidimensional del feedback pedagogico en entrenamiento en voleibol.
- Pérez, D. C. (2017). Las técnicas del futbol el tiro a portería en los niños de 10 a 12 del cantón Sozoranga de la provincia de Loja. Olimpia: Publicación científica de la facultad de cultura física de la Universidad de Granma.
- Prieto, Y. H. (2013). Efectos de un entrenamiento específico de potencia aplicado a futbolistas juveniles para la mejora de la velocidad con cambio de dirección. European Journal of Human Movement.
- Puerto, J. M. (2020). Estudio de las variables pedagógicas en tareas de entrenamiento en fútbol-base según el mesociclo competitivo: un estudio de casos. Retos: nuevas tendencias en educacion fisica, deporte y recreacion, 486-492.
- Raposo, A. V. (2000). Planificacion y organizacion del entrenamiento deportivo (Vol. 24). Editorial Paidotribol.
- Rivero, L. R. (2019). ejercicios para el mejoramiento del tiro a puerta en situaciones de juego en el equipo de fútbol categoría juvenil/exercises for the improvement of the door shooting in playing situations in the football team youth category. universidad&ciencia,.
- Rubio Muñoz, J. (2017). Revisión bibliográfica: Entrenamiento de velocidad y agilidad en fútbol.
- Sánchez Valdez, J. A. (2015).
- Sánchez Valdez, J. A. (2015). La técnica del toque con borde interno y su incidencia en la efectividad del tiro aal gol, en la selección de futbol del centro educativo particular Vigotshy.
- Santana, W. F. (2017). Perfil antropométrico y de las capacidades de fuerza y velocidad en las jugadoras de fútbol del Club Gol Star (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación).

PERIODIZACION TÁCTICA EN EL FÚTBOL

- Santos-García, D. J. (2006). Análisis de la velocidad del balón en el golpeo en jugadores de fútbol sala en función del sistema de medición, la intención en la precisión del tiro, y su relación con otras acciones explosivas. *European Journal of Human Movement*.
- Suárez, T. A. (2014). Análisis de la eficacia de los saques de esquina en la copa del mundo de fútbol 2010. Un intento de identificación de variables explicativas. *Revista de Psicología del Deporte*.
- Torres, C. Á. (2017). El deporte, el entrenamiento deportivo y los entrenadores. *Lecturas: Educación Física y Deportes*.
- Vázquez, Á. V. (2002). Aproximación conceptual a la velocidad en deportes de equipo: el caso fútbol. *Apunts. Educación física y deportes*.
- Vera Rivera, J. L. (2018). periodizacion tactica aplicada en el entrenamiento ofensivo del futbol juvenil. *actividad física y desarrollo humano*, 11.