



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FISICA Y
EL DEPORTE
SANCTI SPIRITUS**

Trabajo de Diploma para optar por el título de Licenciado en
Cultura Física

Comportamiento del tiro a puerta de los jugadores de la categoría juvenil de fútbol de la EIDE provincial de Sancti Spíritus, en la etapa clasificatoria 2014-2015.

Autor: Randy Rojas Pérez.

Tutor: MSc. José Enrique Puga Turiño.
Profesor Asistente.

Sancti Spíritus
Año 58 de la Revolución.
2015 – 2016

AGRADECIMIENTO

- A mi tutor, que tan generosamente me ha apoyado en la realización de esta investigación.
- A mis amigos por la ayuda incondicional ante cualquier dificultad.
- A mi familia por su constancia y dedicación.
- A todas aquellas personas que de una forma u otra han colaborado al desarrollo de mi trabajo de investigación.

A todos Muchas Gracias.

DEDICATORIA

- A mi padre, por su dedicación y preocupación por mis estudios.
- A mi madre, por el amor y cariño que me ha dado.
- A todos los que me ha estimulado en esta facultad.
- A la Revolución, por brindarme tan magnífica oportunidad de ser útil.

RESUMEN

El objetivo de este trabajo consistió en realizar un diagnóstico del comportamiento del tiro a puerta de los jugadores de la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015, luego seleccionamos los indicadores técnico de golpe que utilizamos en nuestra investigación (golpeo interior del pie, empeine interior y golpeo empeine total, también del golpe de cabeza) , además se determinó la efectividad del tiro a puerta de los jugadores de la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015, la cual la conforman una población de 22 atletas, de los cuales se tomaron como muestra a 19 atletas que comprenden las líneas de juego del equipo (delantera, media y defensiva), por lo que el muestreo fue intencional. La muestra en general tiene una experiencia deportiva de 6 años y 6 meses como promedio. Para el diagnóstico del tiro a puerta de los jugadores se tomaron en los partidos oficiales de la temporada 2014 – 2015 y la cantidad fueron 6 partidos como sede; los métodos utilizados la observación: Se realizó con el objetivo de analizar todo el comportamiento de los atletas durante la ejecución de los tiros a puertas, los cuales nos permitieron arribar a determinadas conclusiones y recomendaciones: se comprobó que la efectividad de tiro a puerta en la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus presenta un nivel bajo que se manifiesta en: fue de un 41.17 % referido a 17 tiros positivos y de ellos hubo 7 anotaciones, la zona de contacto del pie con mayor influencia fue el empeine total., se pudo apreciar como en los segundos tiempos de cada partido se logro anotar más que en los primeros tiempos con 5 anotaciones, se comprobó que la zona del terreno donde mas se efectúan los disparo a puertas en la B (centro del terreno), por lo que se recomendó comenzar un proceso de investigación que respuesta a las deficiencias encontradas en la efectividad del tiro a puerta.

SUMMARY

The objective of this work consisted on carrying out a diagnosis of the behavior from the shot to the players' of the juvenile category of soccer of the county of Sancti door Spíritus, in the season 2014-2015, then we select the technical indicators suddenly that we use in our investigation (I hit interior of the foot, interior instep and I hit total instep, also of the head blow), the effectiveness was also determined from the shot to the players' of the juvenile category of soccer of the county of Sancti door Spíritus, in the season 2014-2015, which conform it a population of 22 athletes, of which took like sample to 19 athletes that understand the lines of game of the team (leading, mediates and defensive), for what the sampling was intentional. The sample in general has a 6 year-old sport experience and 6 months like average. For the I diagnose from the shot to the players' door they took in the official parties of the season 2014 - 2015 and the quantity were 6 parties as headquarters; the used methods the observation: He/she was carried out with the objective of analyzing the whole behavior of the athletes during the execution from the shots to doors, which allowed us to arrive to certain conclusions and recommendations: he/she was proven that the shot effectiveness to door in the juvenile category of soccer of the county of Sancti Spíritus presents a low level that one manifests in: it was of 41.17% referred to 17 positive shots and of them there were 7 annotations, the area of contact of the foot with more influence was the total instep., you could appreciate like in the second times of each party you achievement to score more than in the first times with 5 annotations, he/she was proven that the area of the land where but they are made the shot to doors in the B (I center of the land), for what was recommended to begin an investigation process that answer to the deficiencies found in the effectiveness from the shot to door.

ÍNDICE

	Pág.
I – INTRODUCCIÓN	1
Problema	3
Objetivos	3
CAPITULO I	
1.1 Consideraciones teóricas acerca de la precisión y efectividad del golpeo al arco.	6
1.2 La efectividad de realización.	10
1.3 El golpeo al arco	11
1.4 Precisión y rendimiento	15
CAPITULO II	17
2.1. Muestra y Metodología	17
2.2. <i>Métodos y Procedimientos</i>	18
2.3. Técnicas Estadísticas y Procedimientos para el análisis de los resultados	19
CAPITULO III	20
3.1 Análisis del diagnóstico.	20
CONCLUSIONES	24
RECOMENDACIONES	25
BIBLIOGRAFÍA	26
ANEXOS	27

INTRODUCCION

El Fútbol es un deporte de movimientos físicos y espectáculo, ha alcanzado trascendencia mundial sobre la base de exigir máximos rendimientos, tanto en los indicadores de la condición física, técnica, táctica, teórica y psicológica, como en los resultados deportivos.

En general el estudio de todos los componentes del fútbol ha evolucionado, no solo en el nivel cultural futbolístico, sino en todo el entorno que envuelve a la sociedad deportiva.

Cada día los adelantos de la ciencia y la técnica se incorporan vertiginosamente al enfrentamiento deportivo y estos se hacen viejos, aún sin apenas explotarse a plenitud. De ahí el salto evolutivo de los sistemas de entrenamiento tradicionales hasta los contemporáneos.

También han evolucionado los factores tácticos desde la formación clásica de la zona defensiva de 1863, pasando por la WM con la modificación del fuera de juego (off— side) de 1926, a los sistemas actuales del 4-4-2, variables 5-3-2, al polémico 4-2-2-2 utilizado por Brasil en el Mundial de 1994 en Estados Unidos y del trabajo en línea, de la zona defensiva y del famoso pressing, (marcaje a presión). (FIFA. Rep. Técnico, 1994)

El fútbol es considerado por sus manifestaciones sobre el terreno de juego como deporte de equipo, pues sus componentes se intercomunican sucesivamente con el balón, con seguridad y precisión, creando continuamente una gran variedad de respuestas, que inciden en la precisión en el juego y le dan un sentido más definido.

Es evidente que el jugador de fútbol que ha fijado el hábito motor y a su vez ha logrado una alta movilidad de este ante factores externos y situaciones cambiantes, alcanza una mayor precisión del golpeo al arco, que aquel que no ha logrado fijar el hábito motor, por no realizar un trabajo de automatización y movilidad del mismo.

En los controles que se han realizado en los últimos tiempos, se ha venido apreciando en los campeonatos mundiales de mayores, que el promedio de goles por partido ha ido disminuyendo paulatinamente por ejemplo, en las primeras Copas

del Mundo se llegó a obtener un promedio de 5.38 goles por partidos, una cifra muy elevada y ya en los últimos campeonatos incluyendo Alemania 06, el promedio no es superior a los 2.70 goles por juego. (FIFA. Rep. Técnico, 2006)

En este sentido cabe señalar también que en los campeonatos mundiales juveniles se observa una tendencia al juego ofensivo en los últimos años ya que el promedio de goles por partidos ha sobrepasado los tres (3) goles, lo que hace que el juego tenga más belleza, por ser el gol lo máximo en un partido de fútbol, esto se le atribuye a la utilización de modernos sistemas defensivos, que impiden que los jugadores se muevan con libertad y realicen la adecuada preparación para el tiro al arco, lo cual ha incidido en su efectividad.

A lo anteriormente expresado no está ajeno el fútbol cubano, pues los especialistas coinciden en que al utilizarse el pressing en la mitad del terreno que defiende, resulta muy difícil que los jugadores lleguen al arco rival y cuando lo hacen, ejecutan los golpes sin precisión, dado fundamentalmente por la poca libertad de movimientos que le deja la defensa a dicho atleta, además por medio de otras fuentes y en especial la observación de partidos nacionales, tanto en las categorías inferiores como de mayores, no poseen tiempo para prepararse dada la presión del juego por donde lanzar el balón a puerta y por ende se dan muchos errores de precisión, constatándose también la marcada tendencia a querer prepararse para tirar, dándole posibilidad al arquero a ubicarse correctamente para defender los tiros, o a que los defensas los neutralicen, lo que trae como resultado la pobre anotación de goles en nuestros campeonatos nacionales en sentido general.

En el desarrollo motor a medida que se consolida la estructura del movimiento, aparecen los rasgos característicos como son el automatismo, la estabilidad y el perfeccionamiento técnico o maestría ligada al desarrollo de las cualidades motrices y a la preparación táctica y física, esto implica la ejecución de una gran cantidad de trabajos en condiciones de competencias con carga de trabajo realmente en condiciones estándar. Cabe citar a Wein (1995) cuando plantea que en las categorías inferiores se debe entrenar de forma tal que se perfeccione el desarrollo motor y el mental, fundamentalmente en el golpeo al arco.

De todo lo anterior se desprende la necesidad de buscar mecanismos para contrarrestar el pressing a la hora del golpeo al arco, pues se impone el dinamismo, la creatividad y las acciones sorpresivas para anotar un gol en esas condiciones donde el protagonismo lo lleva el defensa.

En la provincia de Villa Clara se han llevado a cabo investigaciones que abordan estos aspectos sobre el tiro a gol dada las limitaciones que presentan sus equipos, así como el resto de los equipos a nivel nacional, entre ellas cabe señalar la realizada por Elio Díaz Álvarez (1998), la cual trata sobre la efectividad del golpeo al arco, la que arrojó como conclusiones la pobre utilización del área de 16.50 mts por parte de los jugadores para tirar al arco y además no se reflejan acciones como el regate, necesario para evadir al defensa y poder golpear al arco.

Nos interesa resaltar que por las características antes mencionadas de los actuales sistemas de juego es extremadamente difícil llegar a esta zona y tirar sin presión del adversario.

Otras investigaciones que han estado dirigidas a este aspecto del tiro a gol han abordado las zonas desde donde se realizan los tiros teniendo en cuenta la pierna de golpeo arribando a conclusiones de que la pierna que más se utiliza en el tiro a puerta es la izquierda, lo que nos permite inferir que existe la necesidad de que se adicione a la preparación del futbolista el tiro con ambas piernas en la categoría juvenil en función de una mayor efectividad y posibilidades de anotar un gol.

Mediante este trabajo se persigue aportar un criterio objetivo del rendimiento técnico que van logrando nuestros atletas durante el proceso de entrenamiento,

Los antecedentes sobre esta investigación se realizaron en la década de los 90, por indicaciones de la Comisión Nacional de Fútbol, la investigación nuestra se basa en la profundidad con que mostramos el análisis tanto colectivo como individual de los jugadores. En nuestra provincia la situación problemática es que confrontamos estas dificultades del tiro a puerta las cuales se encuentran reflejadas en los reportes técnicos de los Campeonatos Nacionales Clasificatorios Juveniles, entre los que podemos citar dificultades en el golpeo a la portería con ambas piernas, dificultades

en el remate dentro del área 16.50 mts por parte de los jugadores para tirar al arco, poco desarrollo de las habilidades de definición del ataque, insuficiente culminación del tiro a gol de media y larga distancia.

Por lo que nos planteamos el siguiente **problema científico**.

¿Cómo se comporta la efectividad del tiro a puerta de los atletas de la Categoría Juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015?

Objeto de estudio: Control de la preparación técnica.

Campo de acción: La evaluación técnica de la efectividad del tiro a puerta con balón.

Para dar respuesta al problema de la investigación se plantea el siguiente:

Objetivo General:

Diagnosticar el comportamiento del tiro a gol de los atletas de la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015.

Objetivos Específicos:

1. Determinar la efectividad del tiro a puerta de los atletas de la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015.
2. Constatar la influencia de la zona de contacto del pie en el tiro a puerta, además de que zonas del terreno más utilizadas en los tiros a puertas por dichos atletas.

Tareas previstas de la investigación.

1. Profundización en el estudio teórico de los elementos vinculados con el tiro a puerta.
2. Elaboración de los instrumentos y técnicas para el desarrollo de la investigación.
3. Aplicación de los instrumentos y técnicas para el desarrollo de la investigación.
4. Diagnóstico de la efectividad del tiro a gol de los atletas de la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus, en la temporada 2014-2015
5. Redactar el informe final.

CAPITULO I

1.1. RESUMEN BIBLIOGRÁFICO

CONSIDERACIONES TEÓRICAS ACERCA DE LA PRECISIÓN Y EFECTIVIDAD DEL GOLPEO AL ARCO.

La complejidad de la dirección en el entrenamiento deportivo consiste fundamentalmente en que el entrenador no influye directamente sobre la variación de los resultados deportivos. Realmente el entrenador dirige solo las acciones (conductas) del deportista mediante un programa determinado de ejercicios.

La especificidad de la dirección en el entrenamiento deportivo está dada por la influencia sobre un sistema autodirigido (el organismo del deportista); las reacciones de este sistema provocadas como consecuencia del entrenamiento están determinadas por leyes propias. El entrenador determina la forma de estimulación para provocar los cambios necesarios en el deportista, expresados en forma de conductas, lo cual se pudiera representar de la siguiente manera.

Estímulo → Efecto inmediato → Efecto acumulado

Es indiscutible que solo podemos influir indirectamente sobre cada uno de estos eslabones.

En la literatura deportiva revisada no aparece ninguna propuesta de metodologías para el perfeccionamiento de la precisión del tiro a puerta con los pies, aunque si podemos señalar que se trabaja el tiro a gol a todos los niveles.

Los estudios van orientados al análisis acerca de cómo se puede formar a un jugador y mejorar su remate al arco, mejorando su técnica, particularmente en el fútbol de iniciación.

La automatización del gesto o golpeo al arco con los pies por los tres sectores del terreno (centro, derecha e izquierda), es la actividad propuesta en esta investigación, la cual el jugador debe ir puliendo hasta llegar a la precisión por medio de ejercicios,

que mecanizan el gesto. Según Grosser, M y Neumaier, A (1986), un movimiento se considera automatizado si transcurre por sí mismo, lo que significa que el deportista puede estar atento para otras cosas.

Como se puede constatar, existen muchas interrogantes que es necesario ir a su encuentro de la mejor manera e ir fijando los términos concienzudamente, no solamente bajo un solo punto de vista, sino de otros autores, que con sus aportaciones al campo deportivo colaboran a tener los conceptos más claros.

Estos autores plantean que la técnica deportiva es una imagen ideal de una secuencia de movimiento la cual está basada en conocimientos científicos, reflexiones teóricas y experiencias prácticas a las que el deportista pretende llegar armonizando las fuerzas internas y externas.

En todos los casos conseguirá solamente una técnica personal que corresponde a sus capacidades y condiciones individuales (por ejemplo su altura, constitución, capacidad motora y otras), esta técnica se debe perseguir basándose en las diferencias individuales de los deportistas la técnica personal sin embargo debe contener los elementos principales de la técnica ideal para poder hablar de técnica. El húngaro Arpad Csanady (1996) expresa que cada clase de deporte necesita una técnica especial y a su vez entiende por técnica futbolística, el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol.

En este sentido, Domingo Bárcenas (1997), ex-seleccionador nacional de fútbol español, define la técnica como: la suma de gestos que ha de realizar el jugador para desarrollar cada una de las facetas individuales que intervienen en las acciones ofensivas y defensivas.

En nuestro caso serían ofensivas porque se refieren al golpeo con precisión al arco a una distancia mínima de 16.50 m.

La técnica individual es el conjunto de gestos que se dan como respuesta precisa, reiterada y eficaz del lugar ante cualquier estímulo, en lucha contra el espacio – tiempo adecuado al puesto específico.

Y en cuanto a la técnica colectiva es el máximo rendimiento de dos o más jugadores del equipo en una acción natural del juego con el mínimo de esfuerzo y desarrollada con el menor número de superficie de contacto útil (segmento zona del balón).

Al definir la técnica individual como el gesto automático adecuado a su puesto específico, con o sin balón, se tiene en cuenta que la misma se verá modificada según la zona donde se trasmite el móvil (balón), trayectorias y desplazamientos a realizar por los operantes en el juego, oponentes, campo, etc.

Por su parte Grosser, M. y Neumaier, A (1986) señalan que la automatización de la técnica se tiene que considerar como la condición inicial para conseguir la disponibilidad variada y la estabilización de la misma frente a influencias perturbadoras para así poder conseguir los máximos resultados deportivos, destacando que la automatización de una técnica deportiva no se restringe, según esto, al desarrollo de un programa fijo de acción. También implica la formación de mecanismos de reacción que se pueden aplicar de forma variable, es decir, adaptados a cada situación.

La mejor forma de llegar a la automatización es por medio de las repeticiones múltiples del movimiento, dando oportunidad de que no halla que pensar para realizar el gesto. La dirección y regulación del movimiento se trabaja cada vez mas desde la zona de la corteza cerebral (donde se deben realizar los procesos conscientes) hacia regiones más profundas del sistema nervioso, para utilizar la actividad cognitiva en otros procesos de información.

Las capacidades sensomotrices y la coordinación perfeccionada exige del jugador una elevada actividad de entrenamiento y disposición para repetir la técnica atentamente concentrado y colaborando conscientemente.

Por esta razón la aptitud para obtener simultáneamente la contracción muscular y la relajación, debe ser objeto de un trabajo constante y repetitivo en el grupo de personas con un nivel de entrenamiento alto y debe aprender a percibir la contracción de cada grupo muscular cuando se golpea el balón, buscando siempre la precisión.

Al golpear un balón con la punta del pie en la etapa de aprendizaje, la atención consciente se concentra en la colocación y movimiento del pie en correspondencia con el balón que vamos a golpear, el tiempo, el espacio en que lo hacemos, pero cuando logramos dominar esta destreza que coordina el golpe y el balón, la memoria cerebral se encarga de producir esta actividad, mientras que la atención consciente se dirige hacia los aspectos más complejos y creativos del golpeo (eludir al contrario antes de pegarle, hacerle un túnel entre las extremidades al contrario, es decir hacia el resultado). Si en este momento su mente regresara conscientemente a decidir cuál parte del pie debe golpear el balón probablemente el golpeo en ejecución sería un fracaso. El entrenamiento hace que se automatice el gesto y se mejore la técnica.

La primera etapa de adquisición de la destreza es realmente presidida por la atención consciente, pero luego intervienen la unidad operacional neurofisiológica que garantiza la coordinación orgánica de nuestras conductas o respuestas adecuadas a cada situación reconocida, como si se tratara, efectivamente de un condicionamiento conductista pero modular, flexible y abierto a las intervenciones y reinterpretaciones de la mente en su actividad consciente.

La visión en coordinación con el pie juega el papel más importante porque es ella la que percibe donde y a que distancia se encuentra del arco y si ya tiene la distancia adecuada para golpear al mismo. A esta coordinación se le conoce como coordinación óculo-pédica.

La automatización es la que le da posibilidades al jugador de fútbol, de tener eficacia, y precisión al momento de tirar a puerta.

La precisión planteada en la investigación tiene que ver más con la maestría de cada individuo, se buscan los máximos resultados, estos resultados no son cuantas veces el jugador golpeó al arco, lo que se tiene en cuenta es cuántos goles realizó con el trabajo de precisión, o los ejercicios que conllevaron a este gesto. Los goles son los que cuentan. Si dados dos (2) golpes al arco dos (2) fueron goles se puede inferir que existe efectividad, producto de la precisión, pero si de diez (10) golpes al arco dos (2) son goles, la precisión es deficiente.

La efectividad, según Roberto Hernández Moreno, (Ex entrenador del equipo nacional del fútbol cubano) es la expresión más depurada de la precisión, es la forma de cuantificar la misma.

La efectividad de la técnica caracteriza la maestría táctica de un futbolista. En la medida que el jugador sea más preciso, que tenga más maestría hay mayores probabilidades de que la efectividad sea elevada. En principio la técnica más efectiva es la que garantiza el logro del más alto resultado, el gol.

Goldik, M. (1989) distingue tres grupos de indicadores de efectividad de la técnica: absoluto, comparativo y de realización.

1.2 LA EFECTIVIDAD DE REALIZACIÓN

La determinación de esta consiste en la comparación del resultado mostrado en el ejercicio competitivo, es decir si la acción culminó exitosamente, si se cumplió o no el objetivo. Para el caso particular del fútbol si la acción culminó o no en gol.

Como se ha dicho el golpeo a portera es una acción técnico - táctica de elevada complejidad, no solo sirve para contrarrestar un sistema defensivo, esta dirigida a resolver la esencia fundamental.

Teodorescu, B. (1984) plantea que en los deportes colectivos, la táctica representa la contribución activa al factor conciencia, tanto durante el juego, como en el transcurso de la preparación deportiva. La técnica asociada al raciocinio táctico constituye el principal factor que concreta, materializa una concepción y las intenciones tácticas, el raciocinio táctico representa el conjunto de acciones individuales utilizadas conscientemente por un jugador en lucha con uno o más adversarios, tanto en ataque como en defensa.

Las acciones tácticas se dividen en ofensivas y defensivas, el golpeo al arco con precisión es una acción táctica ofensiva. Con este comportamiento táctico se pretende aumentar los niveles de incertidumbre en el defensor. Desde el punto de vista del profesor, se debe tener en cuenta que un "pressing" o solamente consiste en hacer presión al contrario donde esté el balón, si no que a través de acciones colectivas coordinadas provoquen la pérdida del mismo.

1.3 EL GOLPEO AL ARCO

El jugador poseedor de una buena técnica individual se sitúa en superioridad sobre los demás que no alcancen su nivel durante el juego, siempre y cuando las cualidades motrices estén desarrolladas paralelamente en proporción con sus aptitudes.

El golpeo es la base de toda acción técnica individual ofensiva del juego. Por formación anatómica el golpeo con el pie, principalmente con el empeine, tiene amplio movimiento en las cadenas cinemáticas por la menor limitación articular, este es el golpeo más utilizado por los jugadores. Las superficies de contacto se extienden por todo el pie, (interior, empeine interior y exterior, tacón y punta).

Clasificación de los golpes según las superficies de contacto:

- Golpeo con el interior del pie.
- Golpeo con el Empeine Interior.
- Golpeo con el Empeine Exterior.
- Golpeo con el Empeine total.
- Golpeo con la punta del pie.

La variedad de acciones ofensivas que se realizan con el pie ejecutor en un instante determinado del juego, nos obliga al análisis técnico de la carrera, de la velocidad del balón, de la acción de los brazos, de la separación de la pierna de apoyo, de la superficie de contacto del pie y del móvil balón, etc.

Csanádi, A. (1968) expresa la existencia de varias fases durante el golpeo las que define de la siguiente forma: Preparatoria, (posición estática, carrera), Dinámica (zancada, superficie de contacto) y Acompañamiento (post-golpeo).

Todas las fases como una acción coordinada, continua y rítmica de las cadenas cinemáticas, desarrolladas por fuerzas musculares predominantes del segmento ejecutor para vencer la resistencia (balón móvil), van dirigidas a hacer llegar el implemento al lugar indicado, en el momento exacto y que es la manifestación de la precisión en la acción motriz.

Naturalmente las respuestas están relacionadas constantemente con la posición del pie ejecutor, situación en el juego, percepción ofensiva, sentido que se debe dar al balón, aprovechamiento del tiempo, espacio ante oponente por lo que el poseedor del balón debe alcanzar una coordinación muscular óptima e idónea al juego real, desarrollo de la percepción espacial, altura, velocidad, llegada del pie de apoyo a la distancia apropiada a la velocidad del balón, visión de juego, establecer el equilibrio de los factores externos (terreno, medio ambiente, peso) e internos (responsabilidad, oponente, social) que intervienen en la competencia.

Los cambios que puedan ser provocados por el deportista de todo esto que hemos abordado estará dado por el régimen de entrenamiento que se lleve a cabo, para que el organismo del futbolista sufra cambios como resultado de los efectos de las sesiones de entrenamiento; cuando el entrenador ha estructurado adecuadamente este efecto provoca el incremento de la capacidad de trabajo y de los resultados deportivos.

En el desarrollo motor a medida que se consolida la estructura de movimiento, aparecen los rasgos característicos como son el automatismo, la estabilidad y el perfeccionamiento técnico o maestría ligada al desarrollo de las cualidades motrices y a la preparación táctica y física. Esto implica la ejecución de una gran cantidad de trabajo en condiciones de competencias con carga de trabajo realmente en condiciones estándar. En las categorías inferiores se debe entrenar de forma tal que se perfeccione el desarrollo motor y el mental, fundamentalmente en el golpeo al arco, debe de igual forma centrarse en el control de la atención muscular. La sincronización óptima de los músculos agonistas asociados al relajamiento de los músculos antagonistas, es sin dudas el índice más importante del dominio deportivo. Por esta razón la aptitud para obtener simultáneamente la contracción muscular y la relajación de su antagonista, debe ser objeto de un trabajo constante y repetitivo en el grupo de personas con un nivel de entrenamiento alto y debe aprender a percibir la contracción de cada grupo muscular cuando se golpea el balón, buscando siempre la precisión.

Para poder tener una precisión se ha de dedicar mucho tiempo a desarrollar los golpes. Una vez se dominan, se tiene una coordinación óculo – pédica, potencia, percepción tempero – espacial, y no necesita más que atención consciente, se convierte en algo inconsciente a realizar automáticamente. Lo cual genera ser capaz de prestarle mayor atención al contrario.

GOLPEO CON EL PIE

Concepto: Lo podemos definir como todo toque que se le da al balón de forma más o menos violenta. Cuando un jugador entra en contacto con el balón y se desprende del mismo está efectuando un golpeo.

- Bien de forma suave: conducir, pasar en corto, un autopase, etc.
- Bien de forma intensa: despejar, pasar en largo, tirar a gol, etc.

Superficies de contacto:

1- PIES:

- EMPEINE: Se utiliza para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.
- EMPEINE (interior y exterior): Se emplea para golpes con efecto (llamados "rosca"...). Son golpes de gran precisión, fuerza y velocidad.
- EXTERIOR E INTERIOR: Para golpes seguros y cercanos. Son los de mayor precisión pero de menos velocidad.
- PUNTERA, PLANTA Y TALÓN: Son golpes para sorprender, y se utilizan generalmente como recurso, a excepciones de los tiros a gol con la puntera en situaciones favorables.

Puntos de impulsión al balón

1. Golpeo al centro del balón. Fuerte, raso o a media altura.
2. Golpeo en zona lateral. Buscamos rosca, salvar algún obstáculo.
3. Buscamos trayectoria alta o picada.

4. Buscamos pararla o conducirla.

Pierna Activa y Pierna Pasiva

- a. Pierna activa es aquella que ejecuta el movimiento entrando en contacto con el balón, realizando el gesto técnico preciso.
- b. Pierna pasiva es la pierna de apoyo, equilibra en el momento de la acción.

El jugador es quién tiene que adaptar la posición del cuerpo a la trayectoria y velocidad del balón que le llega.

EL TIRO

Concepto: El tiro es la acción técnica que consiste en todo envío consciente de balón sobre la portería contraria. Es la acción suprema del fútbol y el último golpeo de balón que realiza un atacante sobre la portería adversaria. Para realizar dicha acción técnica, cualquier superficie de contacto es válida si no modifica las leyes del reglamento.

Superficies de contacto:

- a. **PIES:** La punta del pie puede ser dirigida directamente hacia el suelo. Si la aproximación se hace de costado la pierna de toque es lanzada para conducir el pie oblicuamente bajo el balón. Las caderas pueden ser llevadas hacia atrás doblando el tronco.
 - **EMPEINE:** Se emplea para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.
 - **EMPEINE (exterior e interior):** Se emplea para golpes con efecto (llamados "rosca", etc.). Son golpes de gran decisión, fuerza y velocidad.
 - **PUNTERA, PLANTA Y TALÓN:** Son golpes para sorprender, y se utilizan generalmente como recurso, a excepción de los tiros a gol con la puntera en situaciones favorables.

b. **CABEZA** :

- Frontal: Para dar potencia y precisión.
- Frontal-lateral: Lo mismo (premisa fundamental, el giro de cuello).
- Parietal: Para los desvíos.
- Occipital: Para las prolongaciones.

Aspectos a tener en cuenta por el que tira

- Superficie reducida de portería.
- Situación de portero.
- Densidad de los adversarios.
- Situación de los compañeros.
- Distancia de tiro.
- Angulo de tiro: La relacionan los palos y el balón.

1.4 PRECISIÓN Y RENDIMIENTO

El rendimiento está asociado a las manifestaciones del sujeto en una o en varias situaciones dadas, depende en gran medida de las habilidades y capacidades del sujeto, de factores tales como motivación, condiciones externas, etc. El rendimiento es el resultado del proceso de entrenamiento y competición, es el resultado cuantitativo y cualitativo del proceso de preparación del deportista, donde debe estar presente la técnica con sus capacidades de coordinación y las habilidades motrices, la táctica con sus capacidades sensomotrices y cognitivas, la condición física con la fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad y fuerza máxima explosiva, la competición, los materiales, el entorno familiar, el entrenador. Otro aspecto a tener en cuenta es la preparación psicológica donde se encierra la motivación, la emoción y la fuerza de voluntad.

En el fútbol los máximos rendimientos deportivos están enfocados hacia la realización del gol, porque lo que buscamos es precisión con efectividad, ella nos ubica en el más alto grado de esta acción táctica. En el momento de hacer el golpeo

el jugador lo puede realizar, con la punta del pie, el talón, el empeine, etc. Lo que importa es que realice el gol como la expresión más grande del resultado de un partido de fútbol, que hace vibrar de emociones a miles y miles de personas.

Para poder tener una buena precisión se ha de dedicar mucho tiempo a desarrollar los golpes. Una vez se dominan, se tiene una coordinación óculo - pédica, potencia, percepción tempero - espacial, y no necesita más que atención consciente, se convierte en algo inconsciente a realizar automáticamente. Lo cual genera ser capaz de prestarle mayor atención al contrario.

Se han definido múltiples conceptos sobre la precisión entre los que podemos citar a Ortega (1994) cuando expresa, la precisión es la acción que se realiza colectiva e individualmente en acción de producir algo exacto, un pase exacto, un tiro exacto.

García (1997) por su parte afirma, la precisión es la capacidad de acción que tiene un jugador para ser exacto, en el golpeo al arco, en el pase al compañero.

La Enciclopedia Deportiva de la Editorial Planeta define la precisión como una obligación o necesidad de hacer una cosa determinación, exactitud, puntualidad. El término más apropiado es la exactitud, porque lo que buscamos en nuestros jugadores de Fútbol, es que se perfeccionen tanto que sean exactos a la hora de golpear el balón a la portería con los pies a la distancia de 16.50 m, hasta 20 m.

Para Quiza (1988), la efectividad es el máximo rendimiento que se da al término de la temporada y es el máximo resultado que cada jugador ha tenido en cada uno de sus puestos de trabajo. Y que el rendimiento se traduce en lo que realizó, o sea, que un delantero hay que evaluarlo por los goles que realizó y no por lo que dejó de hacer, o de anotar en el arco contrario. Cada jugador es evaluado en el alto rendimiento por la acción de su trabajo.

En el fútbol está incuestionablemente asociado a los goles que realiza el jugador, teniendo siempre presente que es una asociación colectiva que termina con una acción individual.

El rendimiento puede ser individual y colectivo, en nuestra investigación lo primordial fue el rendimiento individual, concebido como el número de goles realizados con precisión.

CAPITULO II

2.1 Muestra y metodología

Esta investigación se realizó con los atletas del equipo de fútbol primera categoría de la provincia de Sancti Spíritus, en la etapa clasificatoria 2014-2015, conformada por una población de 25 atletas, de los cuales se tomó como muestra a 22, lo que representa el 88% de la misma, además se le tomaron una serie de indicadores en el tiro a puerta, el muestreo fue intencional. La intencionalidad de la muestra es que se excluyen a los porteros debido a que los mismos no tienen incidencia alguna en el tiro a puerta de un equipo.

La experiencia deportiva de los atletas que conforman este equipo es de 6 años y 5 meses como promedio.

Metodología empleada

Esta investigación se llevó a cabo en la ciudad de Sancti Spíritus, en el terreno de “La Pista de la Formadora”, el mismo se inició el 21 de febrero en el mesociclo competitivo y finalizó el 22 de Marzo, en dicho mesociclo.

Dentro de los indicadores que fueron tomados para constatar el comportamiento del tiro a puerta dentro nuestra investigación podemos señalar: golpes con el interior del pie, golpeo con el empeine interior, golpeo con el empeine total y el golpeo de cabeza, estos elementos fueron considerados por los investigadores como los de mayor dominio por parte de los atletas.

Entre otros métodos se empleó, la observación participante donde el investigador-observador formó parte del colectivo de entrenadores. Esto dio la posibilidad de que los observados no se sintieran cuestionados por personas externas y asumieran una postura natural en relación con las acciones motrices que desarrollaban, además de formar parte del colectivo de entrenadores de ese equipo. La guía de observación es no estructurada, pues solo contamos con los objetivos que se perseguían mediante

este método, anotándose cuidadosamente todos los aspectos relacionados con el objeto de estudio. Además nos permitió tener un mayor número de oportunidades de observación y obtener datos intensivos de primera mano.

La observación científica nos fue útil para resolver la conducta práctica de los sujetos. Este tipo de observación si requirió de una planilla de observación o protocolo de observación, (ver Anexo No.1 y 2) que recopilaba todos los datos relacionados con los tiros a puertas durante la competencia, pues contribuía a registrar datos del objeto de observación en los partidos correspondientes a la zona clasificatoria (Grupo C) en nuestra provincia durante la temporada 2014-2015.

Los partidos que fueron observados se relacionan a continuación:

Jornadas	Día	Fecha	Equipos
Segunda jornada	Sábado	21 de Febrero	Camagüey
	Domingo	22 de Febrero	
Tercera jornada	Sábado	7 de marzo	Las Tunas
	Domingo	8 de marzo	
Cuarta jornada	Sábado	21 de marzo	Ciego de Ávila
	Domingo	22 de marzo	

Estos juegos se celebraron en nuestra provincia con la participación de los tres equipos que conforman el Grupo C: Ciego de Ávila, Camagüey y Las Tunas. Todos estos partidos corresponden a la etapa competitiva.

2.2. Métodos y Procedimientos.

Métodos del nivel teórico:

La aplicación de los métodos teóricos empleados tuvo como objetivo la interpretación de los datos obtenidos en el trabajo. Al ser utilizados en la construcción y desarrollo de la teoría, propiciando los elementos necesarios para adentrarnos en el fenómeno y no abordarlo de manera superficial.

Inductivo deductivo: Tales procesos lógicos se dan durante la caracterización y comprensión de la realidad estudiada. Están presentes especialmente al inferir las características de la técnica objeto de estudio.

Análisis y síntesis: Permite el abordaje de la temática de investigación mediante procesos de aproximaciones sucesiva, donde se identifican y caracterizan los elementos que forman la realidad estudiada, a la vez que se integra como totalidad sistémica. En particular, el análisis y la síntesis están presentes cuando se estudian los factores que influyen en la ejecución del tiro a puerta con balón.

Histórico – lógico: Posibilitó profundizar en la evolución y desarrollo del término de efectividad del tiro a puerta a partir de bases filosóficas, sociológicas, pedagógicas y didácticas que se han sustentado en los momentos actuales en los atletas de fútbol.

Método del nivel empírico:

Observación: Estructurada sobre la base de una guía constituida al efecto, como forma de dirigir la percepción hacia el objeto de estudio, para valorar la efectividad del tiro a puerta con balón de los jugadores unidades de estudio.

2.3 Técnicas Estadísticas y Procedimientos.

Para el análisis e interpretación de los resultados fueron utilizados la estadística descriptiva y dentro de ella el cálculo porcentual.

CAPÍTULO III

3.1 Análisis del diagnóstico.

En la tabla No. 1 se pueden observar los tiros a puertas realizados por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, enfatizando la zona de contacto frente a los distintos equipos de la zona C (Las Tunas, Camagüey y Ciego de Ávila), las zonas de contacto que empleamos en nuestra investigación fueron: interior del pie, empeine interior, empeine total y cabeza; analizando la misma podemos plantear que las zonas de contacto menos empleadas fueron el empeine interior con cero acción y el interior del pie con 7 acciones para un 20%, de ellos 5 positivos y 2 negativo, logrando una sola diana en las redes rivales, la mayor utilización de los remates a puertas de los atletas de la categoría juvenil fue el empeine total con 22 acciones, de ellas solamente 9 positivas y 13 negativa, que representa el 55.5%, logrando anotar en 5 ocasiones, lo que infiere que la definición dentro del área no emplea con certeza la zona de contacto a utilizar y abusan del golpeo del empeine total debido a su capacidad de contacto con el esférico. El resultado final 1 gol con el interior del pie y 5 con el empeine total, aspecto este que dentro del área contrarresta la efectividad del tiro al arco; de forma general se tiraron un total de 36 tiros, de ellos 18 positivos y 18 negativos, logrando alcanzar solamente 7 goles, lo que representa el 38.8 % de efectividad de los tiros positivos.

La tabla No. 2 muestra los tiros realizados a puertas por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, por tercios de juego. (Primer Tiempo), como se puede apreciar la mayor cantidad de tiros se efectuaron en los dos primeros tercios con un total de 14, de ellos 3 positivos y 4 negativos en el primer tercio de juego, para un 33.3% de efectividad y 2 positivos y 5 negativos en el segundo tercio del partido, para un 50%, logrando solamente un gol en cada tercio, lo que demuestra el mal comportamiento del tiro al arco en los primeros tiempos de cada partido, por lo que la efectividad del tiro atendiendo a los

tiros positivos que fueron (5) fue de un 20% y del total de tiros efectuados en estos dos primeros tercios fue de un 14.2 %, ello infiere que nuestros atletas en los primeros tiempos no entran preparados para las distintas acciones que pueden suceder dentro del partido, aspectos estos que dificultan el plan táctico en general. En el ultimo tercio de los primeros tiempos frente a nuestros rivales se comportó de la siguiente forma: 1 tiro positivo y 5 negativos donde no se anotó ninguna diana en este tiempo, aspectos estos que podrían influir sobre el trabajo físico para la culminación de los primeros tiempos, la efectividad del tiro a gol del equipo en el primer tiempo del partido fue de un 30% con respecto a los tiros positivos realizados. Solamente se anotaron dos goles en toda la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015 en los primeros tiempos de partidos.

La tabla No. 3 nos muestra los tiros realizados a puertas por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, por tercios de juego. (Segundo Tiempo), como se puede constatar la mayor cantidad de tiros a puertas se efectuaron en los dos primeros tercios de este segundo tiempo de juego con un total de 7 disparos al arco, de ellos 6 positivos y 1 negativo para un porcentaje de efectividad del 66.6%, lográndose en estos períodos 4 anotaciones. También se puede plantear que después del descanso nuestros atletas salen más preparados con opciones a gol que al inicio del partido, aspectos estos que resultan favorables para definición de un partido.

La efectividad por tercios de juego con relación a los tiros positivos es la siguiente: primer y segundo tercio 66.6% y en el tercero 20%, la efectividad del tiro a gol del equipo en el segundo tiempo del partido fue de un 54.5% con respecto a los tiros positivos realizados. Se anotaron 5 goles en toda la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015 en los segundos tiempos de juego.

La tabla No. 4 nos muestra el resumen general del equipo en cuanto a tiros realizados a puertas por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, se pudo constatar como en el primer tercio (0 – 15) de ambos tiempos se realizaron 11 tiros a puertas, de ellos 6 positivos 5

negativos anotándose 3 goles en este período, en los segundos tercios (15 – 30), en ambos tiempo se ejecutaron 10 disparos al arco, de ellos 5 positivos y 5 negativos logrando 3 perforaciones, por lo que se deduce que el equipo juvenil aprovecha más estos tercios de juego para buscar anotaciones tempranas y le permite al equipo realizar un número mayor de acción de juego, en el último tercio (30 – 45) se realizan 14 disparos de ellos 6 positivos y 8 negativos anotándose solamente un gol en este tiempo de juego, lo que está influenciado en el desgaste que tienen nuestros atletas en este ultimo período. La efectividad del equipo en general fue de un 41.17%.

La tabla No. 5 brinda el resultado de los tiros a puertas realizados por los jugadores enfatizando la zona de contacto del pie y por línea de juego, se pudo constatar como los jugadores de la línea media fueron los que realizaron la mayor cantidad de tiros con 16 disparos al arco rival de ellos 10 positivos y 6 negativos logrando anotar 5 goles la mayor cantidad dentro del evento, la línea delantera se mostró de la siguiente forma: 15 tiros a puertas con 5 positivos y 10 negativos solamente anotando 2 goles en toda la competencia; esto nos da muestra de la insuficiencia que tienen nuestros atacantes y con la zona de contacto del pie que emplean, los jugadores de la línea defensiva no tuvieron goles en esta etapa clasificatoria.

La tabla No. 6 ofrece el resumen de los tiros a puertas desde las distintas zonas del terreno, se pudo verificar que de la zona del terreno que más se dispara a puerta es de la zona B, con 13 tiros a puertas en el primer tiempo, de ellos 5 positivos y 8 negativos para un porcentaje de efectividad del 71.4% de los tiros positivos, anotándose 2 goles, de las zonas A y C hubo 1 tiro positivo y 3 negativos para un porcentaje del 14.2%, de la zona A se anotó en una ocasión, en el segundo tiempo hubo 12 disparos a puertas de ellos 8 positivos y 4 negativos para un 72.5%, con respecto a los tiros a positivos de la zona B, anotándose 6 goles, siendo esta zona la de mayor influencia de nuestro equipo, hay que destacar que de la zona A hubo un solo gol y de la zona C ninguno, lo que deduce que nuestros jugadores utilizan muy poco el gancho para ejecutar los tiros a puertas en forma diagonal a la portería.

En la tabla No. 7 están contenidos los resultados de los partidos por jornadas (Sábado y Domingos), en los partidos de los sábados de los tres partidos planificados se obtuvieron los 9 puntos en disputa debido a tres victorias y 4 goles anotados, no siendo así en las jornadas dominicales donde solo se obtuvo una victoria, un empate y una derrota, obteniendo 4 puntos de 9 posible, en general en los partidos en casa se logró alcanzar 13 puntos de 18 posibles; resultados estos que posibilitaron la clasificación a la fase final del campeonato nacional de la categoría.

CONCLUSIONES

Al concluir este trabajo hemos arribado a las siguientes conclusiones:

1. Se comprobó que la efectividad de tiro a puerta en la categoría juvenil de fútbol de la provincia de Sancti Spíritus presenta un nivel bajo, que se manifiesta en un 41.17 % referido a 17 tiros positivos, de los cuales hubo 7 anotaciones.
2. Se pudo constatar que las incidencias del tiro a puerta se manifestaron de la forma siguiente:
 - La zona de contacto del pie con mayor influencia fue el empeine total.
 - Se pudo apreciar como en los segundos tiempos de cada partido se logro anotar más que en los primeros tiempos con 5 anotaciones.
 - Se comprobó que la zona del terreno donde mas se efectúan los disparo a puertas en la B (centro del terreno).

RECOMENDACIONES

1. Comenzar un proceso de investigación que de respuesta a las deficiencias encontradas en la efectividad del tiro a puerta.
2. Establecer el tiro a puerta como uno de los elementos a desarrollar en los atletas de la primera de fútbol en la provincia de Sancti Spíritus.

BIBLIOGRAFÍA

1. Arpad, A. H (1996) Fútbol Rápido. Editorial Berna. España. 1996.
2. Arrojo Sureda, A. (2000): Propuesta de una batería de ejercicios para el mejoramiento de la Precisión y Efectividad del tiro a gol en el Equipo 15 – 16 años de Fútbol de Villa Clara. Tesis de Maestría. 2000.
3. Barcenás, D (1997): Fútbol Total. Editorial Gymmos. España. 1997.
4. Csanádi, A. (1968) El Fútbol. Tomo I/ Arpad Csanádi. -- La Habana: Ediciones Deportivas.
5. Enciclopedia Deportiva. Madrid. Editorial Planeta.
6. Estévez Culler, Migdalia. Arroyo Mendoza, Margarita. González Terry, Cecilia. La Investigación Científica en la Actividad Física: su Metodología. Editorial Deportes. 2004.
7. FIFA. Reporte Técnico Copa Mundial Estados Unidos 1994/ Federación Internacional de Fútbol Asociado – Suiza. Edit. FIFA. 1994.
8. FIFA. Reporte Técnico Copa Mundial Alemania 2006/ Federación Internacional de Fútbol Asociado – Suiza. Edit. FIFA. 2006.
9. Forteza, A. La versión cubana del entrenamiento. Entrenar para Ganar. Forteza de la Rosa- Madrid: Editorial Pila Teleña, 1997.
10. García. F. (1997) El mundo del fútbol. Argentina, 1997.
11. Goldik, M. A. (1989) Fundamentos metodológicos del control del nivel de preparación técnica del deportista. en Metodología deportiva. –Moscú: Editorial Planeta; La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1989.
12. Grosser y Neumaier. (1986) Teoría y Práctica de los Deportes. Ediciones Martínez Roca. Barcelona. España, 1986.
13. Informe Técnico Juegos Escolares Nacionales de Fútbol. Comisión Nacional de Fútbol. 2006.

14. Jaramillo P, C. Manual del Entrenador de Fútbol Base. Edita, Publiquemos. Neiva, Hila 1994.
15. Lovrinkevich, C. Análisis de la evolución de los sistemas de juego en el fútbol. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - Nº 53 - Octubre de 2002.
16. Martínó, Sánchez, C.M. (2008) Psicología del Fútbol. Ciudad de la Habana.
17. Manno. R. (1998), Fundamentos del entrenamiento deportivo. Barcelona:
18. Meinel, K. (1979) Didáctica del movimiento. Edit.: Pueblo y Educación. Ciudad de la Habana.
19. Mahlo, F. (1985). La acción táctica en el juego. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
20. Mombaerts, E. (1998) Fútbol: entrenamiento y rendimiento colectivo. Editorial Hispano Europea. Barcelona. España.
21. Morcillo, J, Cano, O, Martinez, D. "el valor de lo invisible. Fundamentación y propuesta de organización y entrenamiento específico de fútbol. "www.efdeportes.com. (Enero 2006)
22. Ortega, R. (1994) Pressing. Editorial Gymmos. Madrid, 1994.
23. PIS, A. Fútbol Táctico. Editorial Bosne. Italia 1990.
24. Programa de preparación del deportista. Tomos I y II. Editorial José A. Huelga. Ciudad de La Habana.1989.
25. Pieron, M. (1988) Pedagogía de la actividad física y el deporte. Editorial Colección Unisport. Andalucía.
26. Platonov, V.N. (1993): "El entrenamiento deportivo teoría y metodología". Ed. Pidrotivo Barcelona.
27. Primera parte. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Nº 66.
28. Quiza, J. (1988) Fútbol Competición. Editorial Berna. Italia 1998.
29. Rojo, A. Fútbol en Línea. Editorial Bosne. Italia 1996.
30. Romero, C, C. (2000) hacia una concepción más integral del entrenamiento en el fútbol. <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 5 - Nº 19 – Marzo de 2000.

31. Sampedro, J (1999). Fundamentos de la táctica deportiva. Madrid. Editorial Gymnos.
32. Seirul.lo. F. (2000). Una línea de trabajo distinta. I jornada de actualización de preparadores físicos. Santa Cruz de Tenerife.
33. Talaga Jersy. La Táctica del Fútbol/ Talaga Jersy. La Habana, Editorial: Pueblo y Educación, 1987.
34. Teodorescu, B. (1984) Manual del entrenamiento de Burnot. Paris. 1984.
35. Valencia, I, Rodríguez, J. “Cuantificación de la carga interna de contenidos de entrenamiento específico en fútbol”. Revista El entrenador español 115 (diciembre 2007).
36. Verjoshanski, V. (1990). Entrenamiento deportivo: planificación y programación. Barcelona.
37. Wein, H. (1995): *Fútbol a la medida del niño*. Real Federación Española de Fútbol. Madrid, España: INDE, 1999.
38. Zatsiorski, M. Metodología Deportiva. Editorial Pueblo y Educación. La Habana.

ANEXOS

Tabla No. 1 Tiros a puertas realizados por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, enfatizando la zona de contacto.

Equipos	Zonas de contacto							
	Interior /Pie		Empeine /Int		Empeine /Total		Cabeza	
	+	-	+	-	+	-	+	-
Las Tunas	1	1	-	-	4	7	2	1
Camagüey	2	1	1	-	2	3	-	1
Ciego de Ávila	2	-	1	1	3	3	-	-
Total	5	2	2	1	9	13	2	2
Goles	1		0		5		1	
Efectividad	20		0		55.5		50	
Resumen General	36 (18 (+) / 18 (-)							
Goles Anotados	7 (38.8%)							

Tabla No. 2. Tiros realizados a puertas por los atletas de la categoría juvenil de fútbol en la etapa clasificatoria de la temporada 2014-2015, por tercios de juego. (Primer Tiempo)

Equipos	PRIMER TIEMPO						Goles
	0 – 15		15 – 30		30 – 45		
	+	-	+	-	+	-	
Las Tunas	1	2	1	2	-	2	0
Camagüey	1	-	-	3	1	1	0
Ciego de Ávila	1	2	1	-	-	2	2
Total	3	4	2	5	1	5	
Goles	1		1		0		2
Efectividad 1er Tiempo	33.3		50		0		30

Tabla No. 3. Tiros realizados a puertas por tercios de Tiempo. (Segundo Tiempo)

Equipos	SEGUNDO TIEMPO						Goles
	0 - 15		15 - 30		30 - 45		
	+	-	+	-	+	-	
Las Tunas	1	1	1	-	2	3	1
Camagüey	1	-	1	-	1	1	2
Ciego de Ávila	1	-	1	-	2	-	2
Total	3	1	3	0	5	4	
Goles	2		2		1		5
Efectividad 2do Tiempo	66.6		66.6		20		54.5

Tabla No. 4. Resumen general del equipo en cuanto a tiros realizados a puertas.

Equipos	0 - 15		15 - 30		30 - 45		Goles
	+	-	+	-	+	-	
Las Tunas	2	3	2	2	2	5	1
Camagüey	2	-	1	3	2	2	2
Ciego de Ávila	2	2	2	-	2	1	4
Total	6	5	5	5	6	8	
Resumen Goles	3		3		1		7
Efectividad General	41.17						

Tabla No 5. Tiros a puertas realizados por los jugadores enfatizando la zona de contacto del pie y por línea de juego.

Líneas de juego	Zonas de contacto								
	Interior /Pie		Empeine /Int		Empeine /Total		Cabeza		Goles
	+	-	+	-	+	-	+	-	
Delantera	1	2	-	-	4	7	-	1	2
Media	4	-	2	1	3	5	1	-	5
Defensiva	-	-	-	-	2	1	1	1	-
TOTAL	5	2	2	1	9	13	2	2	7

Tabla No. 6. Resumen de los tiros a puertas desde las distintas zonas del terreno.

Zonas del terreno	1er Tiempo			2do Tiempo			Goles
	+	-	%	+	-	%	
A	1	3	14.2	2	1	18.1	1
B	5	8	71.4	8	4	72.7	6
C	1	3	14.2	1	-	9.09	-
Sub Total	7	14	-	11	5	-	-
TOTAL	21		33.3	16		68.7	7

Tabla No. 7 Resultados de los partidos por jornadas (Sábados y Domingos)

Equipos	Jornadas de juego							
	Sábados				Domingos			
	G	E	P	Ptos	G	E	P	Ptos
Las Tunas	1	-	-	3	-	-	1	0
Camagüey	1	-	-	3	1	-	-	3
Ciego de Ávila	1	-	-	3	-	1	-	1
TOTAL	3	-	-	9	1	1	1	4

ANEXO 1: GUIA DE OBSERVACIÓN PARA CONOCER LOS TIROS A PUERTAS ATENDIENDO A LA ZONA DE CONTACTO DEL PIE.

DIA ____ FECHA: ____ HORA: _____ EQUIPO OBSERVADO: _____

Equipo	Zonas de contacto del pie							
	Interior /Pie		Empeine /Int		Empeine /Total		Cabeza	
	+	-	+	-	+	-	+	-
Resumen General Goles Anotados								

ANEXO 2: GUIA DE OBSERVACIÓN PARA CONOCER LOS TIROS A PUERTAS POR TERCIOS DE JUEGOS EN CADA TIEMPO.

DIA ____ FECHA: ____ HORA: _____ EQUIPO OBSERVADO: _____

Equipos	PRIMERO - SEGUNDO TIEMPO					
	0 - 15		15 - 30		30 - 45	
	+	-	+	-	+	-
Total						
Goles						

ANEXO 3: GUIA DE OBSERVACIÓN PARA CONOCER LOS TIROS A PUERTAS POR LAS ZONAS DEL TERRENO

DIA: _____ FECHA: _____ HORA _____ EQUIPO OBSERVADO: _____

