

# METODOLOGÍA SIA

Area Técnica  
*SOCCER INTER-ACTION*

“El mundo es un mundo en abierto, un mundo de libertad  
potencial y de desarrollo, en lo cual podremos siempre  
innovar y sorprender”

Karl Popper

EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

# Metodología para el **Alto rendimiento**

*Nuestra Metodología de entrenamiento; Idea de Juego; Optimización Individualizada*

La lógica de implementación del Programa de Alto Rendimiento de SIA parte de la conexión entre la metodología de entrenamiento, la idea de juego idealizada para el equipo y la optimización del desarrollo individual.

Según nuestra perspectiva es fundamental tener en cuenta que el juego del fútbol es hoy en día reconocido como un Fenómeno Complejo que demanda una metodología ajustada a su naturaleza y que permita desarrollar el talento de los jugadores a través de un proceso de formación de calidad.

En este sentido, la metodología de SIA se inscribe en el entendimiento de los principios metodológicos de la Periodización Táctica, creada de forma original por el Profesor Vítor Frade.

El propósito inicial de esta metodología parte de la necesidad de dar vida a una determinada idea de juego en situaciones de competición, de forma exitosa a lo largo de toda la temporada deportiva. De este modo, nuestro abordaje preconiza que el proceso de entrenamiento/aprendizaje se desarrolle a través y en función de una "forma de jugar" que irá emergiendo y modelándose a cada partido.

De acuerdo con nuestro propósito, para que el proceso de formación sea de calidad y maximice el desarrollo de los jugadores, la idea de juego debe exaltar la capacidad del equipo para gestionar con eficacia las dinámicas de la posesión del balón en confrontación con la oposición rival y finalmente materializar con goles. De forma coexistente, en el momento de organización ofensiva, el equipo debe estar preparado para reaccionar a la pérdida del balón y organizarse defensivamente para perseguir la recuperación del balón y saber que hacer cuando de nuevo recupere su posesión.

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

La Idea de Juego se sistematiza en diferentes niveles de complejidad a través de sus principios de juego, sub-principios y sub sub-principios en función de las fases de organización ofensiva, organización defensiva y los momentos de transición de fase (ataque-defensa y defensa-ataque).

Llevar a cabo nuestra Idea de Juego en la práctica requiere un proceso de construcción que va dando forma a nuestra cultura o identidad colectiva. La plasticidad caracteriza el proceso de modelación, combinando ciencia y arte, además de contemplar la variabilidad de la expresión individual. De este modo, permitimos que los jugadores expresen su talento en concordancia con la idea de juego colectiva y exploren sus límites, evolucionando. Con base en el descubrimiento guiado el entrenador va moldeando la idea de juego de forma sinérgica en función de las capacidades individuales y las cualidades de interacción entre los jugadores.

El proceso de modelación del “jugar” del equipo en relación a la idea de juego demandada, a través del principio metodológico de las propensiones, la creación de contextos de aprendizaje en los entrenamientos que favorezcan la experimentación de nuestros principios de juego, haciendo emerger nuestra “forma de jugar”. Este proceso de aprendizaje y aculturación se caracteriza por ser no-lineal, y de este modo la progresión compleja en el desarrollo de nuestra idea de juego es otro de los principios metodológicos a considerar.

Teniendo en cuenta el sistema competitivo en que está inmerso el equipo y la periodicidad de los partidos, el proceso de modelación de nuestra “forma de jugar” tiene que considerar las repercusiones de la competición y cuidar los procesos de recuperación en todas las dimensiones, de forma a favorecer la sobrecompensación de nuestra “forma de jugar”. Para tal, es fundamental comprender los binomios esfuerzo-recuperación y colectivo-individual para la operacionalización del principio metodológico de la alternancia horizontal en especificidad.

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

De este modo, es el entendimiento de la complejidad inherente al proceso de construcción de nuestra identidad colectiva (idea de juego, cultura, contexto, objetivos, condiciones, circunstancias, etc.) y la conexión vinculada de los 3 principios metodológicos en el espacio temporal entre 2 partidos que nos permite configurar el concepto operativo fundamental denominado Morfociclo Patrón. Por lo tanto, es necesariamente a través de la repetición sistemática del Morfociclo que se permite la adaptación-adaptabilidad del equipo y de los jugadores individualmente en función de la construcción de la "forma de jugar" a que se aspira.

La identidad de nuestros equipos aunque haga referencia a determinados patrones de juego comunes o a una idea de juego con Macro-Principios transversales a todas las edades, también es diferenciada en cada uno de nuestros equipos porque entiende la variabilidad de las cualidades de cada grupo y individualmente de cada jugador, estimulando su potencial creativo.

Respectivamente, el proceso de optimización individualizada confiere al Programa de Alto Rendimiento la posibilidad de maximizar el desarrollo de cada jugador de acuerdo con sus características y potencial. La eficacia del proceso de optimización del talento contempla la gestión e interacción de los varios núcleos fundamentales:

- Visualización: Creación de modelos de referencia en el desempeño de habilidades de juego que se pretende enseñar;
- Optimización: Situaciones direccionadas a la adaptación e perfeccionamiento de habilidades de juego;
- Contextualización: Situaciones representativas de la propuesta de juego, direccionadas para el desarrollo de sus principios;
- Practica Informal: Situaciones fomentadas fuera del periodo de entrenamiento formal, realizadas sin la supervisión del entrenador, visando potenciar el dominio de las habilidades de juego;

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

- Competición: Representación de la propuesta de juego del equipo, en un escenario de mayor complejidad, adentro de un contexto de competición oficial.
- Análisis: Situaciones orientadas al desarrollo de la capacidad crítica de auto y hetero análisis del rendimiento y comprensión del juego.
- Monitorización: Evaluación de los desempeños colectivos e individuales en función de la propuesta de juego idealizada.

El proceso de optimización individualizada de las competencias del jugador se puede entender según el ciclo abierto de (1) visualización, (2) adaptación, (3) perfeccionamiento e (4) aplicación contextualizada de las competencias de juego abordadas:

- (1) Observación y análisis de habilidades de juego de referencia;
- (2) Interpretación de las habilidades de juego observadas;
- (3) Refinamiento de las habilidades de juego interpretadas;
- (4) Utilización autónoma de las habilidades de juego en contextos de competición.

La visualización sirve como punto de partida para la introducción de desafíos en el sentido de fomentar el aprendizaje de habilidades de juego que irán enriquecer la propuesta de juego del equipo. Teniendo como objetivo el futuro, el entrenador debe buscar el puente entre los desempeños de referencia y la propuesta de juego idealizada, utilizando esa información con la perspectiva de capacitar los jugadores de competencias para jugar ofreciendo un contexto propicio al desarrollo de sus potencialidades creativas, en un ambiente positivo y de suceso. En suma, el entrenador deberá contemplar las habilidades de juego en el periodo de entrenamiento formal a través de situaciones direccionadas a su adaptación y perfeccionamiento, al mismo tiempo que su aplicación es solicitada en contextos de juego. Para complementar el entrenamiento es fundamental que el entrenador también incentive los jugadores a criar y practicar sistemáticamente las habilidades de juego fuera del periodo formal de entrenamiento.

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

En el período de entrenamiento individualizado, las situaciones focalizadas en la adaptación y perfeccionamiento de las habilidades de juego deben desarrollarse en simultáneo con otras situaciones que permitan su aplicación en el contexto de juego representativo de la idea de juego aunque de menor complejidad.

En el proceso de optimización individualizada, el entrenador debe articular una relación entre ambas las situaciones, o sea, las situaciones de adaptación y perfeccionamiento deben corresponder al desarrollo de subprincipios y sub subprincipios de la Idea de Juego del equipo. Así como las situaciones representativas de la Idea de juego deben, al mismo tiempo, promover un contexto de juego favorable e estimulante al apareamiento de las habilidades de juego en adaptación y perfeccionamiento.

La competición oficial representa el pasaje para el contexto de juego de mayor complejidad de todo el proceso de entrenamiento, asumiéndose como el momento en que el equipo expresa sus competencias de juego en confronto con un equipo rival en un ambiente singular característico del día del partido. Consecuentemente, siendo parte integrante del proceso de desarrollo de la propuesta de juego del equipo, la competición oficial también sirve de elemento evaluador, permitiendo al entrenador sacar evidencias para mejorar el proceso de entrenamiento.

Los partidos son contextos únicos e impredecibles que ofrecen la posibilidad de desarrollar equipos y jugadores cuando el desafío es adecuado. Por otro lado, las experiencias de los partidos proporcionan resultados importantes sobre el impacto del proceso de entrenamiento y el desarrollo de nuestro modelo de juego desde una escala colectiva a una escala individualizada.

SIA utiliza software específicos para apoyar el análisis del rendimiento del equipo y de los jugadores. El uso adecuado de la tecnología permite un análisis y síntesis de vídeo más eficiente al mismo tiempo que optimiza la comunicación y la comprensión del juego por parte de los jugadores.

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

El área técnica de SIA analiza determinados patrones de juego del equipo y de los jugadores en cada momento del juego y sub-momentos específicos. Los jugadores desarrollan su cultura de juego y conocimientos (teóricos y procedimentales) a través de la estimulación de su consciencia crítica en el análisis y comprensión de diferentes situaciones del partido en relación con la modelo de juego del equipo. Este análisis conduce a una evaluación más completa de cada jugador y monitorea continuamente su evolución.

A lo largo de todo el proceso de formación, el entrenador debe guiar e estimular los jugadores a se acercan gradualmente de la propuesta de juego idealizada, creando constantemente desafíos a los jugadores que permitan su superación y crecimiento.

No obstante, la gestión de los desafíos requiere que el entrenador tenga en consideración que si estos se presentan demasiado accesibles podrán llevar a la disminución del interés de los jugadores. En cambio si se presentan demasiado difíciles podrán inhibir sus desempeños. Ambas las situaciones limitan la evolución de los jugadores. De acuerdo con nuestra perspectiva, la competición deberá ser sembrada en todos los componentes del proceso de entrenamiento, tanto a nivel individual como de equipo.

Semanalmente el plan de entrenamiento es diseñado por nuestro equipo de profesionales y se caracteriza por ser flexible y adaptable a cada equipo y las necesidades diarias del jugador. En función de los partidos, se diseña un plan con sesiones de entrenamiento en equipo (máximo 6 horas a la semana), sesiones de optimización individualizada teórica y práctica (máximo 8 horas semanales), además de la formación y seguimiento del nutricionista y psicólogo deportivo.

El objetivo principal es tener jugadores en las mejores condiciones posibles y 100% preparados para cada partido. El proceso de recuperación se convierte en un tema crítico que buscamos cuidar en la elaboración del plan de entrenamiento semanal. Del mismo modo, consideramos el impacto de la competición y del entrenamiento sobre el desarrollo del modelo de juego del equipo.

## EDUCACIÓN A TRAVÉS DEL FÚTBOL

En SIA estamos constantemente desarrollando y actualizando nuestros conocimientos para mejorar el proceso de aprendizaje y la evaluación de la evolución de cada jugador. La evaluación del jugador se basa en nuestro modelo de competencias generado por nuestro personal técnico de acuerdo a diferentes niveles de desarrollo y desempeño. La evaluación se centra principalmente en el análisis del desempeño en partidos en función del modelo de juego colectivo.

Nuestro Modelo de Competencias organiza la evaluación del desempeño del jugador en diferentes ámbitos interconectados respetando así nuestro enfoque sistémico sobre el desarrollo de los jugadores. La escala de evaluación también está relacionada con el nivel de la competición y sus constreñimientos. La monitorización del desarrollo del jugador es un proceso a largo plazo que permite además una mejora continua de nuestro Programa de Alto Rendimiento.

En SIA no creemos en métodos "estilo receta" ni en formulas mágicas con ejercicios programados y test estandarizados. Por lo contrario, el modelo de formación de SIA es único y conlleva el desarrollo de programas formativos hechos a medida.

Por último, el Programa de Alto Rendimiento de SIA está fundamentado científicamente y desde nuestra perspectiva asegura la forma más adecuada para optimizar el desarrollo de entrenadores, equipos y jugadores en función de una idea de juego de calidad, teniendo en cuenta las exigencias del fútbol moderno.

SIGUENOS EN NUESTRO BLOG.....



"TANTO SI ERES JUGADOR DE FUTBOL COMO SI ERES  
ENTRENADOR APRENDE CON NUESTRA METODOLOGIA  
Y UNETE A UNO DE NUESTROS PROGRAMAS"

---

[www.soccerinteraction.com](http://www.soccerinteraction.com)