

# LOS JUEGOS REDUCIDOS COMO METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA EN EL FÚTBOL

## JAR



### INTRODUCCIÓN

En busca de nuevos métodos para mejorar capacidades físicas y habilidades técnico-tácticas aparecen los JJ.RR. que integran las necesidades y son una solución útil por simular demandas de competición. La "repetición sin repetición" desarrollará habilidades téc-tác y a nivel condicional.

### MÉTODO

Tras un análisis de revisiones sistémicas hasta julio del 2018 con datos de *Web of Science Scopus* y de *Google Scholar* bajo criterios de

- 1) Revisión sistémica con o sin meta-análisis;
- 2) Efectos en aspectos téc-téc o de condición física;
- 3) Investigaciones de últimos 10 años;

Además de analizar otros documentos relevantes.



### RESULTADO Y DISCUSIÓN

La revisión muestra que JJ.RR. trabajan aspectos téc-téc y físicos.

La duración influye poco a nivel téc-tác pero sí a nivel condicional manejando las variables de entrenamiento.

Jugadores de menor edad necesitan espacios mayores.

El nº de jugadores influye en acciones téc-tác y nivel de condición física y es uno de los parámetros más determinantes en ambos.

Utilizar porterías y su ubicación determina en mayor o menor grado las acciones téc-tác como la condición física.

La estimulación del entrenador influye en ambos.



### CONCLUSIONES

El nº de jugadores determina el nº de equipos y tipo de JJ.RR. a realizar y su objetivo. Planificar según objetivos físicos y téc-tác atendiendo al espacio, nº jugadores, estímulos del entrenador, reglas y tiempo de trabajo/descanso.

Realizar revisiones sistémicas en otros deportes colectivos y comparar resultados.



### ARTICULO

SMALL GAMES AS A TEACHING METHODOLOGY IN FOOTBALL  
Abad Robles, MT. et al. (2019) Rev. Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

