

TÉCNICA

# Cuaderno de apuntes

## 2

1. Factores de rendimiento.
2. Definiciones de Técnica.
3. La capacidad Técnica.
4. Tipos de Técnica.

Estos “cuadernos de apuntes” se publican con la intención de que mis alumnos puedan utilizarlos para tomar notas y facilitarles así el seguimiento de las clases que imparto para la Escuela de Entrenadores de la FMFS.

**Andrés Sanz**

Director Técnico de [www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)

Profesor de Técnica y Táctica de la Escuela de Entrenadores de la Federación Madrileña de Fútbol Sala

## Concepto de Técnica

1. Factores de rendimiento.
2. Definiciones
3. La capacidad técnica
4. Tipos de técnica

Esta guía didáctica es un resumen de las presentaciones que utilizo en mis clases y esta desarrollada a partir de los textos de la Escuela de entrenadores y aportes personales. Esta dirigida especialmente a los alumnos de los cursos en los que imparto la asignatura de técnica y tiene como finalidad facilitarles el seguimiento de las clases.

Espero que para los demás tenga utilidad como herramienta de estudio o repaso de la materia.

Andrés Sanz

Profesor de Táctica y Técnica de la Escuela de Entrenadores de la FMFS.  
Director técnico de [www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)



### CONCEPTO DE TÉCNICA

Curso de Nivel 1  
Y Monitor

#### 1. FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL RENDIMIENTO O DESARROLLO DEL JUGADOR

#### EL ENTRENAMIENTO DE UN DEPORTE COLECTIVO ES UN PROCESO COMPLEJO EN EL QUE INTERVIENEN DIFERENTES FACTORES



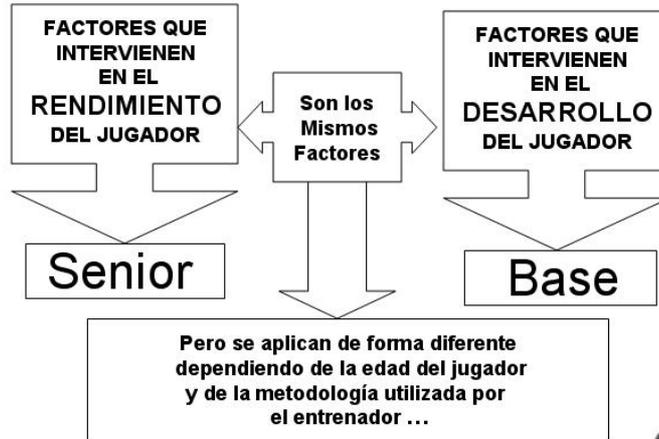
**ESTOS FACTORES SON LOS QUE INTERVIENEN EN EL RENDIMIENTO O, EN EL DESARROLLO DEL JUGADOR**

Andrés Sanz  
[www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)





1. FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL RENDIMIENTO O DESARROLLO DEL JUGADOR



2. DEFINICIONES

*Una definición moderna de técnica:*

**“Es la ejecución que adaptándose a las características del entorno, resulta eficaz para el fin que se persigue”**

Saturnino Niño

*Contempla las acciones sin balón*

*y*

*La adaptación inteligente del gesto (aspectos psico-tácticos), a la situación de juego.*



### 3. LA CAPACIDAD TÉCNICA

*“LA CAPACIDAD TÉCNICA ES LA PROPIEDAD QUE TIENE UN JUGADOR PARA ADQUIRIR Y RETENER LOS APRENDIZAJES DE LOS GESTOS TÉCNICOS”*

#### FACTORES QUE INFLUYEN PARA EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA.

- CAPACIDAD COORDINATIVA  
*“CAPACIDAD DE UTILIZAR CONJUNTAMENTE LAS PROPIEDADES DE LOS SISTEMAS NERVIOSO Y MUSCULAR SIN QUE UNO INTERFIERA EN EL OTRO”*
- NIVEL INICIAL DE TÉCNICA QUE POSEA

Andrés Sanz  
[www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)

Andrés Sanz  
[www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)

CURSO DE ENTRENADORES DE FÚTBOL SALA. NIVEL 1

### 4. TIPOS DE TÉCNICA

#### CLASIFICACIONES

La Técnica se realiza a través de acciones, éstas pueden realizarse de diversas maneras y en variadas circunstancias ...

- dependiendo de la participación de los jugadores.
- de la ejecución.
- o del momento de juego. ...

por lo que debemos estudiarla desde estas vertientes, ya que cada una tendrá un tratamiento distinto y distinta será su enseñanza en base a esas diferencias.



Este “cuaderno de apuntes” (6 diapositivas), es un resumen de la guía didáctica 1 que consta de 20 diapositivas a todo color y que esta disponible para los subscriptores de [www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)

## Guía didáctica 2



Las “guías didácticas” son las diapositivas que utilizo para la exposición de algunos de los contenidos en los cursos de monitores y entrenadores.

Andrés Sanz

Director Técnico de [www.futsalcoach.com](http://www.futsalcoach.com)

Profesor de Técnica y Táctica de la Escuela de Entrenadores de la Federación Madrileña de Fútbol Sala