

**Las funciones y competencias del preparador físico en un club deportivo**

**Francisco Seirul-lo**

## INTRODUCCIÓN

Muchos directivos de clubs deportivos, se preguntan si la labor de un preparador físico será rentable para su club o no, si su trabajo puede traer inquietud y problemas a la plantilla, o por el contrario, si su actuación puede ser beneficiosa para la mayoría. Sin duda este problema es debido a que es aún muy desconocido y en parte desestimado el papel de este tipo de personas en los clubs. También influye en esta situación, el poco tiempo que profesionales con estudios específicos llevan trabajando en este campo, y por qué no decirlo, la reticencia de ciertos entrenadores que consideran recortadas sus atribuciones por la inclusión de preparadores físicos en el equipo técnico. Ninguna de estas razones, es de suficiente peso como para poder prescindir de un especialista en movimiento, que puede aportar a los jugadores multitud de servicios a los que otro tipo de profesionales es ajeno, como vamos a demostrar en este trabajo.

Por lo tanto creemos que en los clubs donde hay deporte profesional, sean de la especialidad que sean, debe haber este personaje, pues es imprescindible para lograr el máximo rendimiento de los jugadores de la plantilla del club, donde este rendimiento, al más alto nivel, es la meta y la razón de su existencia.

Si bien el preparador físico tiene como única misión reconocida el lograr la forma física óptima de los jugadores, mantenerla el mayor tiempo posible y sobre todo, en los mayores compromisos de la competición, sus funciones pueden ser muchas más. Pero en el caso de que sólo fuera esta, el definir el estado de forma con una aproximación científica (1) para los 15 ó 20 jugadores de una plantilla profesional de cualquier deporte, es empresa suficientemente compleja, como para hacer intervenir en ella a tres o cuatro personas. Ya que ello supone el seguimiento diario del proceso global de entrenamiento, tanto de las cargas físicas como técnico-tácticas, el control no subjetivo de las mismas, la elaboración de planes alternativos, de programas individuales y de un sin fin de tareas que sólo, el entrenador no puede realizar. Porque hay que desterrar el entrenamiento único, para todos el mismo y en el mismo horario. No es una cuestión de horario, sino un problema de necesidades y soluciones específicas, ya que todo se puede entrenar.

Aunque el deporte de equipo se entrena tácticamente en grupo, el resto de aspectos, técnicos y de condición, deben ser entrenados según las necesidades individuales con la acción del entrenador directa sobre el ejecutor, cuestión fundamental para la ejecución correcta y la retroinformación necesaria que permite modificar la respuesta motriz incorrecta, y el programa de entrenamiento.

Al decir individual, entendemos la solución de este tipo de necesidades, que bien es verdad, muchas han de ser entrenadas en pequeños grupos, y estos bien pueden estar compuestos por compañeros de puestos específicos semejantes, o antagónicos, según sea el hecho motriz que quiera entrenarse.

Por último queremos hacer notar que el preparador

físico debe ser una inestimable ayuda para el entrenador, pero aún más para el club, que es a la postre quien invierte en unos jugadores el dinero de su afición, y sus ilusiones. Por ello debe procurar que todos y cada uno de ellos estén en forma, sean titulares o no, porque los entrenadores pasan, pero el club permanece con unos jugadores en plantilla los cuales están obligados a dar continuidad al nivel de competición alcanzado y mejorarlo en lo posible. Para ello, el club debe ofrecerles la posibilidad de estar entrenados de acuerdo con sus propias características, asegurándoles que la permanencia en el club, no va a ser una explotación de su persona que conduce al agotamiento de su vida deportiva, sino una mejora continua y programada para los años de su contrato en el club.

El preparador físico es pieza fundamental del trabajo de cada día, del que no se ve, pero del que los jugadores sienten, del que da seguridad en cada acción a lo largo del partido en el puesto y funciones que su entrenador le asigne. El trabajo de estos especialistas, no sólo es de una acción directa sobre los jugadores, sino que es mucho más polivalente. De unas y otras funciones expondremos a continuación las más evidentes, para que se disipen algo más las posibles dudas de la rentabilidad de estos especialistas en un club, tanto para sus directivos como para sus jugadores y aficionados.



## **FUNCIONES DEL PREPARADOR FÍSICO EN EL CLUB:**

### **1. Planificación y ejecución de los programas de entrenamiento (preparación física):**

En función del deporte practicado en el club, la planificación tiene previstas las condiciones generales de entrenamiento, los distintos periodos y subdivisiones de la temporada, para atender a las diferentes competiciones que haya que afrontar. Debe contener los principales objetivos que se fijan junto con el entrenador y demás pormenores, tanto de la temporada como del resto de la temporada competitiva.

En resumen, podríamos decir que ello supone la responsabilidad del estado de condición física de todos los jugadores de la plantilla del primer equipo, a lo largo de su estancia en el club, el tiempo que dure su contrato.

A grandes rasgos, sus funciones es este apartado pueden resumirse en:

#### **\* Realización de la pretemporada**

– lugar, duración, contenidos según programación de temporada.

#### **\* Continuidad a lo largo de la temporada**

- Desarrollo de sesiones según la programación.
- Sesiones especiales para los no titulares sustitutos del partido.
- Sesiones de recuperación post-partido.
- Sesiones especiales de mejora individual según necesidades, y déficit personal.
- Control de rendimiento de los jugadores en cada partido, o cuando en la planificación se tenga previsto.

### **2. Asesoría y seguimiento de la preparación física de los equipos inferiores:**

Todos los clubs que tienen equipos de competición al más alto nivel, tienen la obligación federativa de tener un nº determinado de equipos en categorías inferiores, y si ésta no existiera, es evidente que a nivel económico es, en la mayoría de los casos, rentable y



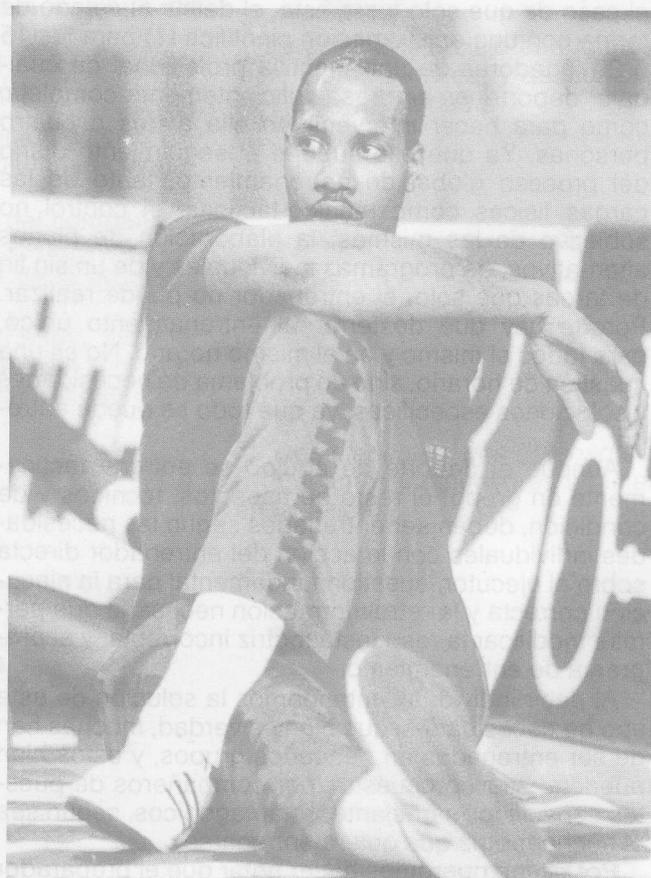
necesario deportivamente. Se da por supuesto que estos equipos son la cantera del primer equipo, por lo que deben darse una serie de normas, para que los jugadores que suban al primer equipo, estén en una condición física válida para integrarse al ritmo del entrenamiento que requiere el paso de categoría. Ello conlleva para el preparador físico, nuevas funciones que se concretan en:

- Intercambio de información con los técnicos de esos equipos;
- Elaboración de programas de acuerdo con ellos;
- Control de esos programas, tanto de su ejecución como de su validez.

### **3. Recuperación de lesiones:**

Esta actividad se centra en el trabajo que permite al jugador tener un menor riesgo de lesión, y si ésta sucede, cooperar para su rápida integración en el ritmo normal de entrenamiento y competición. Se trata de la aplicación del "Entrenamiento Coadyuvante" (2), que logra mantener al jugador alejado del umbral de lesión por medio de la aplicación de un entrenamiento diseñado con ese objeto, basándose en el principio de carga diferencial.

Las exigencias extremas a que se ve sometido el organismo del atleta de alto rendimiento, especialmente su sistema locomotor, obliga a desarrollar paralelamente al entrenamiento de mejora de las capacidades específicas físicas y técnicas, otro entrenamiento que logre mantener a ese deportista en condiciones de poder realizar las altas cargas con la continuidad necesaria.



Este entrenamiento es el llamado "Entrenamiento Coadyuvante" que lo definimos como: Aquellas formas de entrenamiento que ayudan a la medicación y contribuye de modo fundamental en la prevención de lesiones de los deportistas, participando ocasionalmente en la eficacia de la terapia post-lesión.

Al igual que el entrenamiento tradicional, para lograr sus objetivos dispone de sistemas de entrenamiento adaptados o creados sobre bases de los ya conocidos. Un grupo de estos sistemas son preventivos, de aplicación anterior a la lesión y cooperación con una medicación de apoyo y ayuda a la recuperación, si existe. Mientras que otros sistemas son aplicados durante y después de la lesión ya producida, para lograr la más rápida reinserción del atleta a la competición de la que se vió separado. Todo este conjunto de sistemas así como las formas de aplicación temporal, constituyen el llamado entrenamiento coadyuvante que desarrollamos a continuación.

#### *Conjunto de sistemas, que integran el entrenamiento coadyuvante*

- A. De aplicación antes de la lesión.
  - 1.a. Entrenamiento Supresivo.
- B. De aplicación durante la lesión.
  - 1.b. Entrenamiento de Evitación.
  - 2.b. Entrenamiento Alternativo.
- C. De aplicación durante la recuperación.
  - 1.c. Entrenamiento Post-dramático.
  - 2.c. Entrenamiento Perentorio o de resolución final.

#### *1.a. ENTRENAMIENTO SUPRESIVO:*

Dirigido a la prevención, supresión, de toda posible lesión. Es por lo tanto pre-patológico y paralelo con el entrenamiento tradicional de mejora de capacidades. Debe cooperar con la medicación de ayuda a la recuperación o de prevención, así como con el resto de medios de recuperación no farmacológicos que se utilicen, como masajes, sauna, electroestimulación, crioterapia, etc... Para de esta forma mantener alejado al deportista del umbral pre-lesión, posibilitando la continuidad de su entrenamiento.

Los objetivos de este sistema son:

- Mejorar continuamente las capacidades de coordinación básicas de las áreas corporales que intervienen de forma preferente, en la ejecución de las técnicas específicas de esa especialidad deportiva.
- Lograr el equilibrio necesario del balance muscular en los grupos más importantes, protagonistas-antagonistas de las técnicas preferidas por el atleta.
- Cooperar, para la descarga tendinoso-articular de cada día de entrenamiento, con el resto de métodos utilizados.
- Mejora constante de la movilidad articular.
- Ayudar al logro de la deseada elasticidad muscular.
- Lograr la comprensión mecánica de las técnicas específicas.

#### *1.b. ENTRENAMIENTO DE EVITACIÓN*

Cuando el atleta está postrado por una lesión, éste entrenamiento lo preserva de la pérdida total de la función muscular en las zonas afectadas. Es de apli-



cación paralela con el tratamiento médico previsto, con el que se debe coordinar. La cooperación entre médico y entrenador debe ser total, para entre ambos, determinar las posibles opciones por realizar.

Los objetivos de este sistema son:

- La hipertrofia muscular compensatoria, sobre los grupos musculares activos no afectados en su totalidad. Proporcionando formas de contracción activa y controlada en condiciones isométricas, o del tipo que la situación aconseje.

- Activación articular, evitando la pérdida total de estímulos kinestésicos que la inmovilidad ocasiona. Esta situación conduce al trastorno momentáneo del concepto de esquema corporal, que a veces es la causa de retrasos en la rehabilitación posterior.

- Mantener el engrama motor específico con la práctica selectiva de entrenamiento ideo-motor, para mantener el nivel de técnica que se disponía.

#### *2.b. ENTRENAMIENTO ALTERNATIVO*

Trata este sistema de mantener las condiciones y capacidades de rendimiento, en el más alto nivel posible. Debe proporcionar los estímulos de entrenamiento suficientes a los grupos musculares no afectados por la lesión y lograr, en lo posible, la permanencia del atleta en el grupo y la actividad de entrenamiento.

Los objetivos de este sistema son:

- El realizar el entrenamiento de musculación, en las condiciones deseadas para su deporte, de los grupos musculares no afectados por la lesión. Incluso, completar algunas "lagunas" de formación muscular particulares, que por falta de tiempo no se realizó en otras fases del entrenamiento.

- Mantener el nivel de condición física general, centrándose preferentemente en los sistemas de aporte energético.

- Hacer el entrenamiento táctico necesario según su deporte y puesto específico, sobre problemas teóricos o vídeos.

– Práctica de acciones técnicas complementarias, que sean posibles de ejecutar en la situación en que se encuentre.

### 1.c. ENTRENAMIENTO POST-DRAMÁTICO

El atleta ha salido ya del tratamiento curativo y ha comenzado su rehabilitación, u otras formas de terapia que el médico propone. Este entrenamiento acompaña y refuerza en lo posible, a estas acciones hasta el momento del alta médica. Su fin es el cooperar en la más rápida restauración de las funciones perdidas.

Los objetivos de este sistema son:

– Colaborar con la rehabilitación, bajo el control del médico.

– Readaptación fisiológica de la zona afectada a la sistemática del entrenamiento, fundamentalmente a los sistemas más utilizados en el desarrollo de las cualidades específicas de su especialidad deportiva.

– Proporcionar una planificación de las cargas a que es sometido, al objeto de poder gradualmente integrarse a la dinámica de esfuerzos y descansos del entrenamiento normalizado.

### 2.c. ENTRENAMIENTO PERENTORIO O DE RESOLUCIÓN

Se ocupa este sistema de proporcionar las cargas de entrenamiento desde el momento del alta médica, hasta que el deportista adquiere el nivel de condición que el resto del grupo de entrenamiento tiene. Según el momento del ciclo de competición, será distinto, pero en cualquier caso el sistema debe situarlo a nivel de posible competición inmediata.

Los objetivos de este sistema son:

– Lograr el nivel de condición física deseado según su especialidad y capacidades anteriores.

– Seguridad en la ejecución técnica al nivel equiparable con su anterior situación e integración en los sistemas tácticos habituales en los deportes de equipo.

– Confianza en su restauración total para la competición.

– Integración total en el grupo de entrenamiento.

### 4. Test para captación y seguimiento de jugadores

Todos los clubs tienen "ojeadores" que realizan una importante labor de captación de talentos. El preparador físico puede apoyarle con el aporte de una batería de test de condición física (3), que permita tomar decisiones a largo plazo, e inmediato, sobre las posibilidades de ese jugador. También y por el mismo método, plantearse el seguimiento durante los años siguientes al contacto, tanto de ese talento por fichar, como el ya fichado y cedido a otro club. Puede así, valorarse de forma más objetiva su progreso, y posible integración en el equipo titular, con mayores garantías, o al menos con las garantías de un buen rendimiento físico inmediato. La cantidad de tests estandarizados es inmensa, y habría que definir las cualidades fundamentales para la práctica de esa determinada especialidad deportiva, para elegir la batería que debería

realizar el candidato. Naturalmente serían test de campo que no exigieran de material sofisticado, y que se pudieran realizar en el mismo terreno de juego junto con los tests técnicos y tácticos que se le hagan rutinariamente.

### 5. Análisis de la eficacia técnico-táctica de los jugadores durante los partidos

Los entrenadores plantean los partidos de acuerdo con unas tácticas preestablecidas, que en muy pocas ocasiones pueden ser modificadas sustancialmente introduciendo cambios en los segundos tiempos, o indicando alteraciones en los marcajes previstos. Muchas veces ni aún en estas circunstancias pueden apreciarse los cambios apetecidos, y ello es debido en gran manera a la falta de información que el entrenador tiene durante el partido, tanto del comportamiento global de su equipo, como del equipo oponente. Por medio de técnicas de análisis de la enseñanza (4), ajustando las áreas de observación, y las "categorías" observadas, puede ayudarse al entrenador en el descanso para poder tomar decisiones de cambio, con una información más fiable. También es válida al final del partido para valorar técnica y tácticamente cada participación en juego de cada uno de los jugadores, lo que ello aporta de positivo para futuros planteamientos y orientación posterior. El preparador físico que no tiene que estar en el banquillo, puede realizar esta labor ayudando al entrenador en su delicado e importante cometido, tanto en el descanso del partido, como al final del mismo según hemos visto.

El espacio que ocupa un jugador, el nº de intervenciones, las características de esas intervenciones, las preferencias en comunicarse con unos y otros jugadores, su cumplimiento o no de las instrucciones tácticas recibidas, y un largo listado de información, puede ser observado por el preparador físico, datos que una vez procesados son fundamentales para el entrenador durante el partido y para el equipo técnico, al objeto de reconducir el entrenamiento técnico de cada día, en función del comportamiento del jugador en el campo.

En los deportes que reglamentariamente pueden producirse cambios durante el partido, y en un nº más o menos grande, aún este tipo de información es de mayor validez. La rapidez del proceso de estos datos, depende de los medios técnicos que el preparador físico puede disponer.

### 6. Realización de programas para la enseñanza y perfeccionamiento técnico-táctico

El talento nace, pero debe hacerse. El jugador genial nace pero madura gracias a los aprendizajes que a lo largo de su vida deportiva va adquiriendo. La diferencia entre un jugador excepcional, y otro normal, es que el primero lo aprende todo, en menor tiempo, mejor, y es capaz de aplicarlo a muy distintas situaciones de juego, mientras que el normal, aprende más lentamente, olvida unas técnicas al aprender otras, y aquellas que las tiene aprendidas, tiene mayor dificultad en aplicarlas en situaciones que no conoce de antemano, como sucede en condiciones rea-

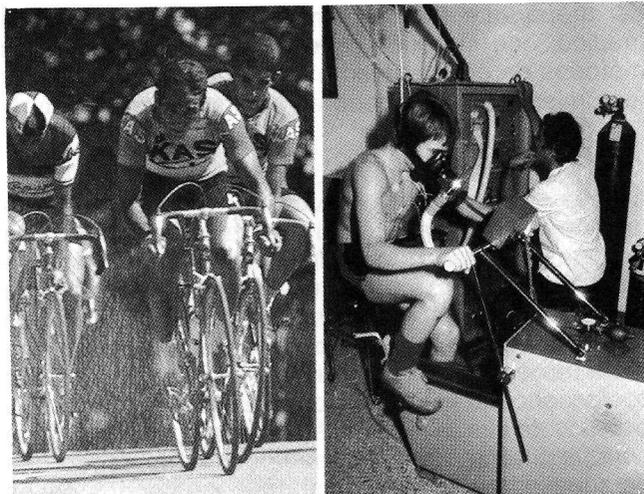
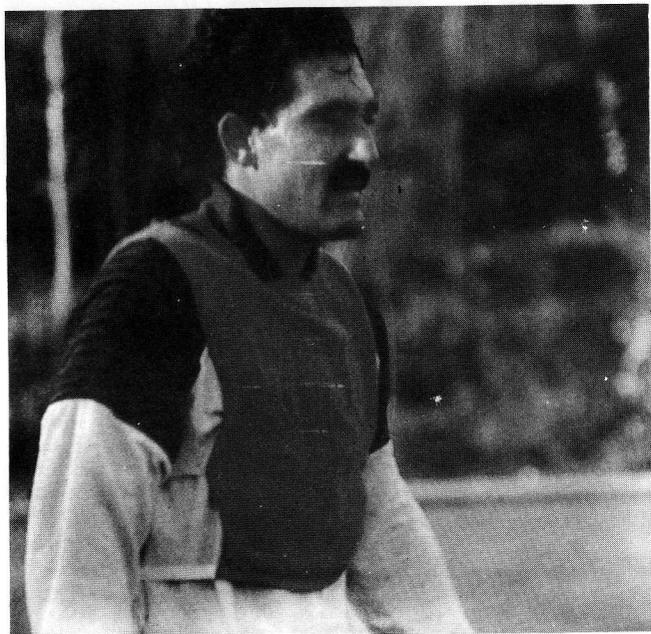
les de juego, nada parecidas al entrenamiento en el que él las aprendió.

El paso de una "estrella" por un club, no sólo es rentable desde el punto de vista del resultado, de su participación en el equipo, sino también por la numerosa información técnica y táctica que ofrece a los componentes del equipo técnico, si estos están preparados para recogerlas y procesar tan importante información de ejecución corporal.

Los jugadores excepcionales son creadores de modelos de técnica que manifiestan en cada partido. Estos modelos son codificados por método de "análisis del movimiento" y descompuestos en "secuencias" para poder ser enseñadas a otros. Estos jugadores, aún sin tener el talento de aquel fenómeno, pueden llegar a ejecutar sus mismas acciones técnicas, posiblemente nunca con la brillantez del modelo, pero con una muy parecida eficacia frente al resultado. El preparador físico puede diseñar métodos de aprendizaje secuenciados, al objeto de enseñar cualquier acción técnica o táctica, para la mejora técnica del jugador y cooperar con el entrenador en la concepción del modelo táctico, con las alternativas que puedan introducirse, atendiendo al nivel de los jugadores así entrenados. Estos modelos pueden aplicarse naturalmente en equipos filiales para completar la formación técnica de los jugadores que allí se forman, sobre los modelos de los grandes campeones.

### **7. Cursos de formación e higiene deportiva de los jugadores**

De todos los psicólogos es conocido que las motivaciones internas (5) (intrínsecas), son las fuertes y seguras para la permanencia y participación interesada en un hecho. El conocimiento del deporte con mayúsculas, no de mi deporte, o el porqué del entrenamiento, o del deterioro de la salud que produce el fumar, son la base para adoptar o modificar una conducta personal ante estos u otros hechos, por autoconvencimiento ante la evidencia presentada. Esta



actividad conduce a ese objetivo. Realizar charlas con los jugadores donde se les vayan presentando un sin fin de razones para comprender la necesidad de ciertas exigencias a las que les estamos sometiendo, conducen al final, a que sean ellos los que las pidan en vez de ser simplemente sujetos pasivos, meros receptores descontentos; se va así logrando progresivamente una consistente motivación interna, que "sale" del jugador, haciéndole participar con mayor convencimiento en las actividades de entrenamiento y vivir el deporte más intensamente, valorando lo importante y desechando lo superfluo. El preparador físico puede hacer este tipo de charlas durante las concentraciones, en la pretemporada, o en el momento en que jugadores interesados lo soliciten. Todo este planteamiento en jugadores jóvenes es fundamental para lograr mejorar su nivel de "cultura deportiva" y de auto afirmación sobre unas bases válidas.

### **8. Realización de material técnico audio-visual**

La comunicación es una característica fundamental de nuestra sociedad, y por supuesto del deporte. La información técnica como parte de esa comunicación, es otra de las posibles funciones del preparador físico del club. La filmación de las sesiones de entrenamiento con propuestas específicas, para su posterior utilización didáctica, o incluso comercial por el club, es una forma de aportar información al mundo del deporte, muchas veces escasa y de difícil acceso. Cualquier aspecto de su trabajo puede ser tratado en imágenes con estos fines.

### **9. Trabajos de investigación específicos**

El progresar de métodos y sistemas de entrenamiento, siempre se ha logrado mediante el desarrollo de investigación de aplicación. La existencia del centro médico en el club es una garantía para que ésta actividad pueda llevarse a buen término. Sin duda las áreas de interés serían las específicas que atañen al deportista. La mejor forma de prevención de ciertas lesiones típicas, el tipo de métodos de entrenamiento más eficaces para entrenar los distintos puestos específicos, o la evolución de la condición física con la edad en deportistas profesionales pueden ser, entre otros más puntuales, temas de este área de trabajo

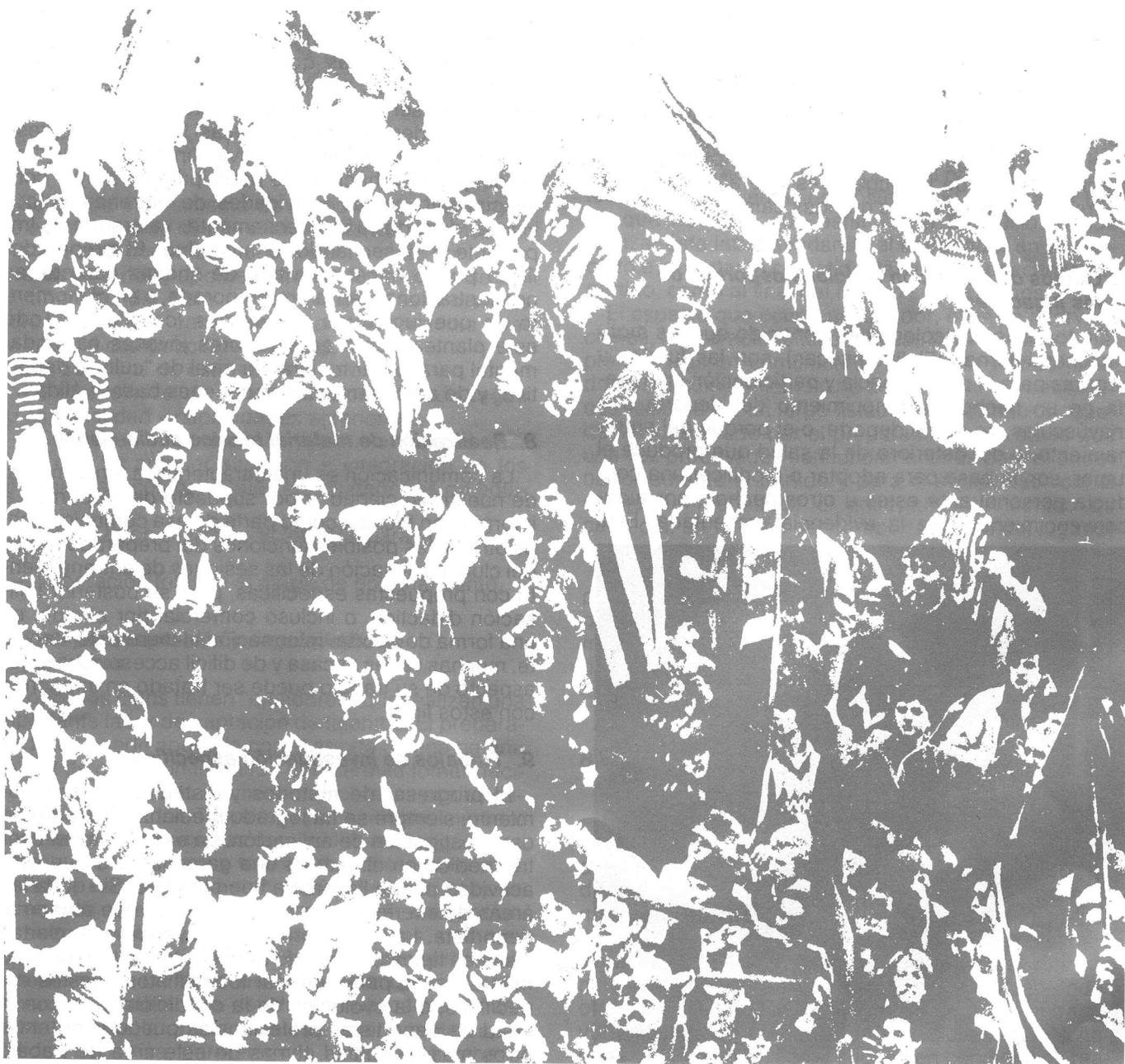
del preparador físico en íntima unión con el centro médico, que sin duda potenciaría la calidad de los métodos de entrenamiento y rendiría en un mejor rendimiento de los jugadores en el campo.

#### **10. Publicaciones**

Toda esa actividad de investigación y una metodología del entrenamiento así concebida, permiten una importante experiencia profesional digna de ser publicada. Ya existen medios en nuestro entorno, para poder publicar estas experiencias, pero si el club lo desea, puede realizar una publicación interna al objeto de hacer llegar al resto de técnicos e incluso a sus socios, el contenido técnico y científico que apoya la práctica de sus jugadores. La vida interna del club, se enriquece tanto como la imagen externa, dando una personalidad a la institución, que en muchos casos reales no existe.

#### **11. Asesoría para la realización y mejora de algunas instalaciones de entrenamiento**

Las instalaciones aptas para espectáculos tienen características e infraestructura muy distintas a las de entrenamiento. Hacer la utilización de unas compatibles con las otras, muchas veces se olvida en los proyectos iniciales y luego resulta imposible su indistinta utilización, o es económicamente gravoso (6). Si se logran introducir pequeños detalles en el momento de la construcción, esa indistinta utilización es más factible. Esos detalles los conoce quien tiene que hacer uso de ellas y el profesional que debe trabajar allí, es la persona que puede ayudar a quienes tienen esa responsabilidad, facilitándoles el proyecto. Todo esto proporciona mejoras en el mantenimiento y utilización racional de cualquier instalación, con las ventajas económicas que ello supone para la economía del club.



## 12. Sesiones de gimnasia compensatoria o de mantenimiento para directivos y trabajadores del club

Muchas empresas en otros países contratan preparadores físicos para mantener a sus trabajadores y ejecutivos en un buen estado de forma, por ellos deseado.

En un club donde la actividad física es la causa de su existencia, bien se podía realizar este planteamiento. En horario laboral o extralaboral para los trabajadores, y en el horario conveniente para directivos, se podrían realizar sesiones, para obtener mejoras en el estado físico de todo este colectivo. Para ello no sería necesario más que una instalación adecuada y un horario convenido.

## 13. Puesta en marcha de un programa de condición física y recreación para socios

La ampliación del anterior proyecto a toda la masa social del club, supondría poner en marcha una actividad que ella sola, sería causante de la concentración de un gran número de preparadores para satisfacer la inmensa demanda, que seguramente el socio realizaría en un corto plazo. ¿Por qué no una macro-área de actividad para el socio?. Cada vez es más atractivo el hacer, que el ver hacer, y muchos socios desearían tener una actividad lúdica, bajo los mismos colores

que apoyan como espectador, y que a veces no les ocasionan más que disgustos.

## Conclusión

Luego de esta exposición puede comprenderse que es imposible pensar que un sólo profesional podría abarcar todas estas funciones, aunque la resolución de una sola de ellas justificaría sobradamente su presencia. El trabajo en equipo es imprescindible para el desarrollo de todas las opciones presentadas, pero he querido con ello mostrar la utilidad de este tipo de profesionales en el seno de un club. Es evidente que un club puede existir sin ver estas funciones resueltas, pero el club que quiera ser moderno, pionero, y el mejor, debe contar en su estructura con la posibilidad de resolver estas, y otras alternativas que el progreso del deporte de alto rendimiento exige.

Hemos desarrollado estas alternativas en diferente grado, por estimar que unas son más conocidas que otras y aquellas que lo son menos, o necesitan de una aplicación distinta en este campo, tienen un tratamiento más amplio para que sean comprendidas en toda su extensión por el lector. Esperamos que ello sea suficiente para demostrar la propuesta inicial, de la necesidad ineludible de estos profesionales en la plantilla técnica de cualquier club deportivo que quiera de verdad atender a las exigencias de una competición profesionalizada, con el respeto que debe, tanto a sus jugadores como a su afición. □

## Bibliografía

- (1) \* Bompa, T. Pour attendre la forme sportive optimale. *Rev. Sport*, 1984.  
\* Harre, D. Principales of sports trainig. *Rev. Sportoverlag. Berlin*, 1984.  
\* Seirul-lo, F. Planificación en los deportes de largo periodo de competiciones. *Congreso Planificación y Control del entrenamiento. Lérida*, 1986.  
\* Tschiene, P. Ciclo anual de entrenamiento. *Rev. Cultura Sportiva nº 2*, 1985.
- (2) \* Calabrese, L. "Gimnástica preventiva" *Società stampa sportiva. Roma*, 1987.  
\* Ceccaldi, A. "Práctica de la reeducación del pie" *Toray-Masson Barcelona* 1971.  
\* Colson, J. "Terapéutica por el ejercicio" *Jims. Barcelona* 1974.  
\* Etienne, J.C. "Sport et Reducation" *Masson, Paris* 1980.  
\* Kelly, E.D. "Adapted and corrective Physical Education" *Ronald Press. New York* 1965.  
\* Knot, M. "Facilitación neuromuscular propioceptiva" *Ed. Médica Panamericana, Buenos Aires* 1974.  
\* Krejci, V. "Lesions musculaires et tendineuses du sportif" *Masson, Paris* 1985.  
\* Licht, S. "Terapéutica por el ejercicio" *Ed. Salvat, Barcelona* 1970.  
\* Mueller, G.V. "Remedial Physical Education" *Lea and Febiger, Philadelphia* 1966.  
\* Rathbone, J. "Corrective Physical Education" 7ª ed. *W.B. Saunders Co. Philadelphia* 1965.

\* Stafford, G.T. "Preventive and Corrective Physical Education" *Barnes and company. New York* 1934.

\* Wheeler, R.H. "Educación física para la recuperación" *Ed. Jims, Barcelona* 1971.

(3) \* Braun, H. Teoría y práctica de los test deportivo-motores. *Ed. XY2*, 1980.

\* Haag, H. *Fitness-Test. Schorndorf*, 1975.

\* Palfai, J. *Moderne Trainingsmethoden im Fussball. Berlin*, 1976.

\* Talaga, J. *Fussballtraining. Berlin*, 1976.

\* Veberle, H. *Spielbeobachtung im Fussball. Leistungssport*, 1966.

(4) \* Pieron, M. Análisis de la Enseñanza. *Seminario I.N.E.F.* 1985.

\* Schock, K. *Abilità Tattiche e loro insegnamento. Rev. Esportiva. Nov.* 1985.

\* Reider, H. *Migliorare la tecnica. Rev. Esportiva*, 1985.

(5) \* Bugelski, B. *Psicología del Aprendizaje. Taller Ed.* 1974.

\* Bulles, R. *Teoría de la Motivación. Trillas*, 1973.

\* Bouet, M. *Les motivations des sportifs. Ed. Universitaires*, 1969.

\* Carron, P. *Motivation. Sports dynamics*, 1984.

\* Appley, M. *Psicología de la motivación. Trillas*, 1971.

\* Maslow, A. *Motivación y personalidad. Ed. Sagitario*, 1975.

\* Tomas, R. *La Reussite sportive. Pres universitaire*, 1975.

(6) \* Gaillard, M. *Architectures des sports. le monitor*, 1982.

\* Ministère de la Jeunesse, S.L. *Les terrains des sports. Le monitor*, 1980.

\* Friendemann, W. *Pabellones de deportes. Ed. Gustavo Gili*, 1976.

\* Barclay, G. *Olympic architecture. Wiley and Sous*, 1983.