



25 RAZONES PARA QUE NIÑOS ENTRE 8 Y 13 AÑOS JUEGUEN CON EL BALÓN nº 4 NO CON EL BALÓN nº 5

ÁREA DE SALUD

El balón nº 4...

1. No daña la cápsula articular del tobillo y de la rodilla a la hora del impacto del pie con el balón.
2. No produce el conocido síndrome de Osgood-Schlatter.
3. Evita lesiones en columna vertebral (parte cervical) y micro-fisuras en el cráneo por golpes fuertes en la cabeza.
4. Evita posibles traumatismos por impactos en el resto del cuerpo todavía frágil del niño, por ejemplo cuando defiende un tiro libre en una barrera.
5. No causa daños en los pies de jugadores poco expertos (practicantes).

Nota de la prensa del 19/8/1999:

Los cabezazos al balón afectan al cerebro

El cerebro de los futbolistas resulta afectado por los cabezazos que dan durante el juego, según ha puesto de manifiesto un estudio de resonancia magnética efectuado por la radióloga finlandesa Taina Autti, que publica el último número de la prestigiosa revista británica "The Lancet". La investigación se realizó entre 15e futbolistas, 17 jugadores de fútbol americano y 20 personas no deportistas, todos ellos en torno a los 25 años. El examen radiológico detectó pequeñas lesiones cerebrales en los futbolistas, a las que también están expuestos, en mayor medida, los boxeadores. No obstante, el estudio no detectó ningún caso en que la práctica de cabecear balones propia de los futbolistas profesionales hubiera provocado una merma de su capacidad intelectual.- Servimedia.

ÁREA DE PSICOLOGÍA

El balón nº 4...

1. Da más confianza al joven jugador, pues permite a éste acertar un mayor número de veces en sus jugadas, lo que contribuye al desarrollo de su autoestima y personalidad.
2. Favorece el desarrollo de la creatividad, la fantasía y la imaginación del joven jugador por ser más manejable que el balón reglamentario.
3. Da más alegría al juego, y evita el miedo del jugador en algunas situaciones del juego a hacerse daño o lesionarse.
4. Aumenta considerablemente la motivación (entre otras cosas, porque se marcan más goles).





ÁREA DEL DESARROLLO DE COMPORTAMIENTOS TÁCTICOS

El balón nº 4...

1. Disuelve mejor las frecuentes aglomeraciones de jugadores entre 8 y 13 años alrededor del balón.
2. Mejora las capacidades perceptivas de todos los jugadores, porque su menor peso permite a todos participar en cualquier instante en el juego de campo reducido.
3. Mejora el juego sin balón, porque son más los jugadores que pueden ser alcanzados por el portador del balón y participan mental y físicamente en la jugada. Así, el equipo aprende a ubicarse mejor en el campo y a no concentrarse en las cercanías del balón.
4. Mejora la dinámica del juego, garantizando un ritmo de juego que se parece más al de los adultos, pues el balón corre más rápido. Así, los parámetros de tiempo y espacio se acercan más al juego de los adultos.
5. Exige más velocidad de reacción del portero, y facilita la entrega del balón por medio de un pase, ya que su interceptación es más difícil.
6. Permite la realización de cambios de orientación en ataque, lo que resulta prácticamente imposible con el balón nº 5 (reglamentario).
7. Incentiva la ejecución de remates desde media y larga distancia, como en el fútbol de los adultos.
8. Favorece el juego limpio, porque aumenta la peligrosidad de los tiros libres (incluidos el penalti y el saque de esquina) y perjudica en mayor medida al equipo infractor.
9. Evita el éxito frecuente de la defensa-presión en el fútbol formativo.
10. Facilita la aplicación de los fundamentos tácticos generales en ataque, como la anchura y la profundidad.

ÁREA DE LA EJECUCIÓN DE GESTOS TÉCNICOS

El balón nº 4...

1. Facilita la ejecución de los gestos técnicos (como el pase, la conducción, el regate, la finta, el remate y el saque de banda, con excepción del control del balón). Los movimientos se producen de forma más natural.
2. Aumenta la velocidad de ejecución de los gestos técnicos, lo que se traduce en menos errores y más goles.
3. Facilita el juego aéreo (pases altos, centros y juego de cabeza).
4. Obedece mejor las órdenes del niño, cuyo tamaño del pie se adapta mejor al menor peso y circunferencia del balón nº 4. El niño tiene una mayor sensibilidad con este balón.
5. Exige más capacidades coordinativas y habilidad que fuerza explosiva. Así, se da más importancia y se favorece más al jugador hábil que al jugador acelerado en su desarrollo físico.
6. Favorece el desarrollo de la lateralidad (empleo más frecuente del pie menos hábil).

horstwein@eresmas.net