

LA PERIODIZACIÓN TÁCTICA: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

TACTICAL PERIODIZATION: A SYSTEMATIC REVIEW

DOI 10.15648/redfids.13.2024.4061

Cristian Marino Murillo García

Corporación universitaria del Caribe, Cecar, Ciencias del deporte y la actividad física cristian.murillo@cecar.edu.co
<https://orcid.org/0009-0009-9096-421X>

Resumen

La periodización táctica corresponde a un planteamiento integral para la planificación del entrenamiento deportivo y que cada vez más es usado en el entrenamiento de los deportes de conjunto. Esta surgió en los años ochenta, propuesta por el profesor portugués Vitor Frade, nace, porque para la opinión del autor, los modelos existentes que eran tomados de otros deportes, por lo que no eran los más aptos para el complejo juego del fútbol. Este estudio se llevó a cabo siguiendo los "elementos de informes preferidos para las revisiones sistemáticas y meta-análisis (PRISMA)." Incluyó artículos experimentales originales que prueban la el modelo en diferentes enfoques y en cualquier deporte, dejando a un lado el nivel o contexto, además de tesis de grado, los estudios revisados fueron en español. La periodización táctica existe desde hace más de 30 años; sin embargo, se ha popularizado más en los últimos años y entrenadores de alto perfil defienden sus metodologías. Aquí se revisaron estudios para demostrar mejoras a nivel cualitativo y cuantitativo, además, puede ser aplicado por equipos de élite y subélite para prepararse de manera más eficaz para partidos competitivos.

Palabras clave: cambios, entrenamiento, fútbol, planificación, periodización táctica

Abstract

Tactical periodization corresponds to a comprehensive approach to planning sports training and is increasingly used in the training of team sports. This emerged in the eighties, proposed by the Portuguese professor Vitor Frade, because in the author's opinion, the existing models were taken from other sports, so they were not the most suitable for the complex game of soccer. This study was carried out following the "Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)." It included original experimental articles testing the model in different approaches and in any sport, leaving aside the level or context, in addition to degree theses, the studies reviewed were in Spanish. Tactical periodization has existed for more than 30 years; however, it has become more popular in recent years and high-profile coaches defend its methodologies.

Studies were reviewed here to demonstrate improvements at a qualitative and quantitative level, in addition, it can be applied by elite and sub-elite teams to prepare more effectively for competitive matches.

Keywords: changes, training, soccer, planning, tactical periodization

Introducción

La periodización táctica corresponde a un planteamiento integral para la planificación del entrenamiento deportivo y cada vez más es usado en el entrenamiento de los deportes colectivos Gomes., (2008). Esta surgió en los años ochenta, propuesta por el profesor portugués Vitor Frade, nace, porque para la opinión del autor, los modelos existentes que eran tomados de otros deportes, por lo que no eran los más aptos para el complejo juego del fútbol. Por lo que implementó la metodología en Oporto y enseñó a muchos formadores sus complejidades Tee et al., (2018).

Esta forma de entrenar tomó un gran reconocimiento y demostró un gran éxito a nivel competitivo, por lo que muchos entrenadores por todo el mundo la han adoptado, dentro de sus más grandes exponentes encontramos entrenadores de prestigio a nivel mundial, tales como José Mourinho, Leonardo Jardim, André Villas Boas, entre otros. Además, tiene una gran utilización en el fútbol base, y se ha utilizado en otros deportes como el rugby y el tenis Grebogy & Silva., (2018). Esta metodología presenta una justificación y puntos claves muy interesantes, que se desarrollan en este artículo. Sin embargo, Vítor Frade nunca ha escrito un artículo o libro definiendo la idea o explicando cómo aplicarla, por lo que quedó en manos de otros sistematizar los principios detrás de este enfoque, utilizando como metodología entrevistas y análisis de contenido.

Autores como Crespo., (2021) y Robertson y Joyce., (2015) definieron estos conceptos de forma sistemática y objetiva, definen al modelo como una forma de periodización que incluye en las sesiones de entrenamiento todos los aspectos a entrenar (tácticos, físicos, psicológicos y técnicos) y considera la táctica como una "supradimensión", lo que significa que, todos los factores de entrenamiento surgen de y contribuyen a ella. Sin embargo, los factores de entrenamiento también pueden cambiar el enfoque táctico, y el modelo atiende a la necesidad de estas relaciones sistémicas bidireccionales Gomes., (2008).

El concepto y los principios enfatizados por el modelo de Frade deben ser evaluados de manera científica. De hecho, Buchheit et al., (2018) afirman claramente que a pesar del creciente interés en un enfoque tan atractivo, todavía no se sabe cómo responden realmente los jugadores a tales estrategias de gestión de carga.

Esto también se ha sugerido para el paradigma de periodización en su conjunto Afonso et al., (2018), por lo que representa una desviación importante de casi todos los demás modelos periodizados. Se puede sostener que a todos los enfoques novedosos se les debe dar el beneficio de la duda, especialmente cuando su fundamento es sólido, como es el caso de la periodización táctica Buchheit et al., (2018). A pesar de este proceso de ajuste a corto plazo, el concepto principal de esta planificación se relaciona con la estabilización del estímulo físico a lo largo de la semana y entre semanas, es decir, mantener la

misma distribución de la carga a lo largo de la semana, con el objetivo de respetar un principio de estabilización Delgado-Bordonau & Méndez-Villanueva., (2012).

Además, al diseñar un morfociclo, se consideran todos los factores de entrenamiento e incluso factores fuera del entrenamiento (por ejemplo, horarios de viaje, zonas horarias, efecto psicológico del siguiente oponente en la clasificación) Robertson & Joyce., (2015). Aun así, la periodización táctica no es exactamente un concepto nuevo, ya que tiene más de 20 años de historia Buchheit et al., (2018).

Para convertirse en una alternativa válida, el modelo debe probarse adecuadamente y proporcionar, a tiempo, un apoyo empírico razonable. Sobre esta base, el objetivo del presente estudio fue revisar de forma sistemática investigaciones experimentales (cualitativas, cuantitativas o mixtas) sobre la periodización táctica en cualquier deporte o contexto. La pregunta principal de la investigación puede formularse de la siguiente manera: "¿Existen datos cualitativos y cuantitativos sobre la periodización táctica?"

Método

Este estudio se llevó a cabo siguiendo los "elementos de informes preferidos para las revisiones sistemáticas y meta-análisis (PRISMA)." Incluyó artículos experimentales originales que prueban la el modelo en diferentes enfoques y en cualquier deporte, dejando a un lado el nivel o contexto, además de tesis de grado, los estudios revisados fueron en español.

Siguiendo las directrices PRISMA, se estableció que: participantes: personas que participen en cualquier deporte; Intervenciones: cualquier intervención experimental que prueba la dicho modelo de planificación (excluyendo de este modo artículos de opinión y experimentos que prueben otros conceptos); comparaciones establecidas entre el modelo investigado y cualquier otro tipo de planificación (por tanto, excluyendo estudios centrados en la observación; la ausencia de un grupo contraste inhibe el análisis útil, ya que todos los efectos se podrían explicar por cualquier cantidad de factores, además de los que se están investigando); Resultados: cualquier resultado que derive de la aplicación de una planificación del método estudiado; Diseño del estudio: investigación experimental original con un mínimo un grupo de comparación, se consideraron análisis cualitativos y cuantitativos.

Fuentes de información

Se realizaron búsquedas en bases de datos electrónicas que incluyeron búsquedas detalladas en las revistas relacionadas y búsquedas manuales de referencias bibliográficas, tesis doctorales, comunicaciones a congresos, informes de instituciones públicas o privadas, trabajos no publicados o publicados en revistas no indexadas, etc).

Búsqueda

Se llevaron a cabo búsquedas en las bases de datos identificadas entre 2020 y 2023. La selección inicial usó los booleanos “Y” y “O”. Fue necesario que el título incluyera “periodización táctica”. Booleano significa un resultado que sólo puede

tener uno de dos valores posibles: verdadero o falso. La lógica booleana toma dos declaraciones o expresiones.

La investigación está en gran medida fuera del alcance de investigaciones convencionales a cerca de la periodización. Los motores de búsqueda no restringieron los términos al orden introducido, por lo que, siempre que ambas palabras estuvieran en el título, el artículo aparecería en una primera proyección. No se usaron más palabras claves, como por ejemplo “fútbol”, “entrenamiento” ya que el objetivo no era restringir la búsqueda a estudios sobre un deporte o nivel de competencia.

Criterios de selección de estudios

Tras la selección inicial, los artículos se eligieron si utilizaban un diseño del estudio que contrastaba la planificación con enfoques alternativos y los análisis podían ser cuantitativos, cualitativos o mixtos. Se incluyeron estudios que respetaban el modelo PICOS “las preguntas PICO son interrogantes que se emplean con el fin de realizar una búsqueda bibliográfica adecuada.”, tal como se definió con anterioridad. Se excluyeron los estudios que no contaban con disponibilidad en el texto completo. En resumen, los criterios de inclusión involucraron: estudios con personas de cualquier edad, deportes y niveles de juego que investigaron directamente los efectos de la planificación en un diseño controlado o contrastado; se consideraron todos los tipos de resultados. Los criterios de exclusión resumidos fueron: artículo de opinión, propuestas

conceptuales, reseñas, reseñas de libros, estudios observacionales, artículos experimentales que prueben conceptos distintos al del estudio.

Proceso de recopilación de datos

Primeramente, se extrajeron los datos, y se repitió el proceso, se compararon las búsquedas con el objetivo de mejorar la calidad del proceso de recuperación y exclusión. El autor a su vez verificó aleatoriamente los procesos de recuperación y exclusión para mayor coherencia.

Elementos de datos

No se recuperaron elementos de datos, debido a que no se encontró ningún estudio de tipo experimental que evaluara el modelo a pesar de la gran utilización y aceptación de esta.

Se encontraron estudios acerca de la periodización de aspectos tácticos, pero estos se limitaban a este factor de entrenamiento, por lo que no siguieron los principios de la periodización táctica como los descritos en la introducción. Finalmente, no se pudo aplicar el riesgo de sesgo en los estudios individuales y la síntesis de los resultados ya que no había estudios reales disponibles.

Resultados

Durante el proceso de búsqueda se encontraron 33 artículos, de los cuales después de leer el título, la introducción y el resumen 20 fueron excluidos, ya que no cumplían los criterios de inclusión. Tres artículos se centraban en la

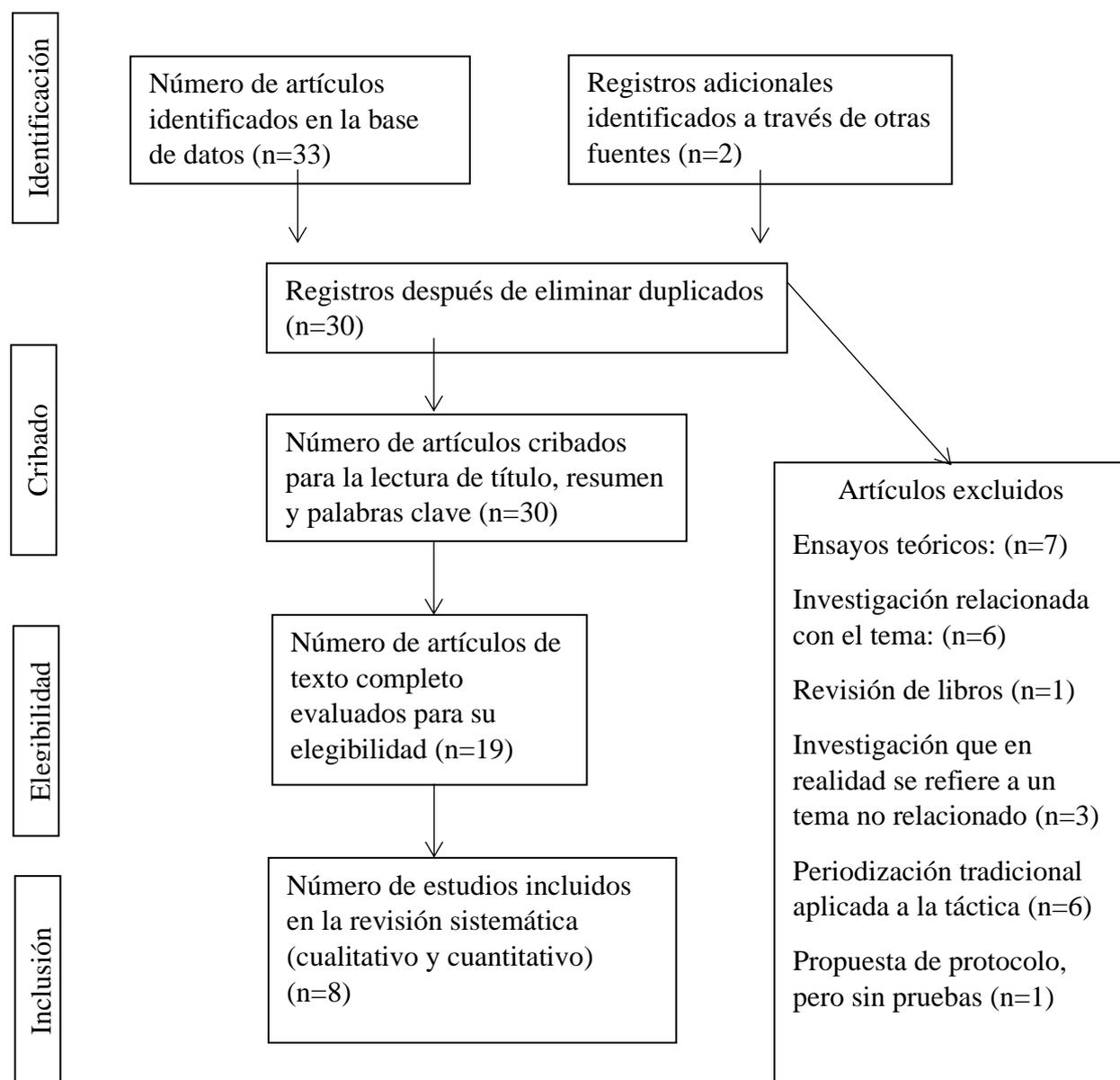
realización de una conceptualización sobre la periodización táctica y su aplicación, pero no se llevó a cabo ningún proceso experimental; asimismo, cuatro artículos también se centraban en conceptualizar el modelo y el diseño ejercicios para su aplicación, más no evidenció un experimento ni resultados.

Finalmente, cinco artículos hicieron reflexión crítica, de estos cinco, uno se centró en la expresión corporal, creatividad y efectividad de los jugadores que trabajan bajo este método, aunque tampoco hubo un experimento real, fue algo más conceptual y a criterio de los investigadores.

Tres artículos hablaban sobre la planificación aplicada, sin embargo, incluían otros modelos de planificación como la ATR “modelo de planificación que tiene como objetivo alcanzar la forma deportiva un determinado número de veces en el año” y periodización clásica, por lo que se perdió el interés en ellas.

Tres investigaciones hablaban en su contenido sobre la temática, pero en verdad abordaban otras temáticas algo relacionadas con la estudiada, así que no fueron tenidos en cuenta, una de las investigaciones eran revisiones de libros y finalmente, una proponía un protocolo, pero sin realización de pruebas. Finalmente fueron escogidos ocho artículos, Zamora Sanfrancisco., (2020); Raya-González et al., (2020); Castillo-González et al., (2023); Ortiz-Fernández et al., (2022); Morera-Carbonell et al., (2023); Valencia., (2021); Giménez et al., (2022); Balaguer & Caparrós., (2021). El diagrama de flujo del estudio se puede observar en la figura 1.

Figura 1. Diagrama de flujo. Elaboración propia



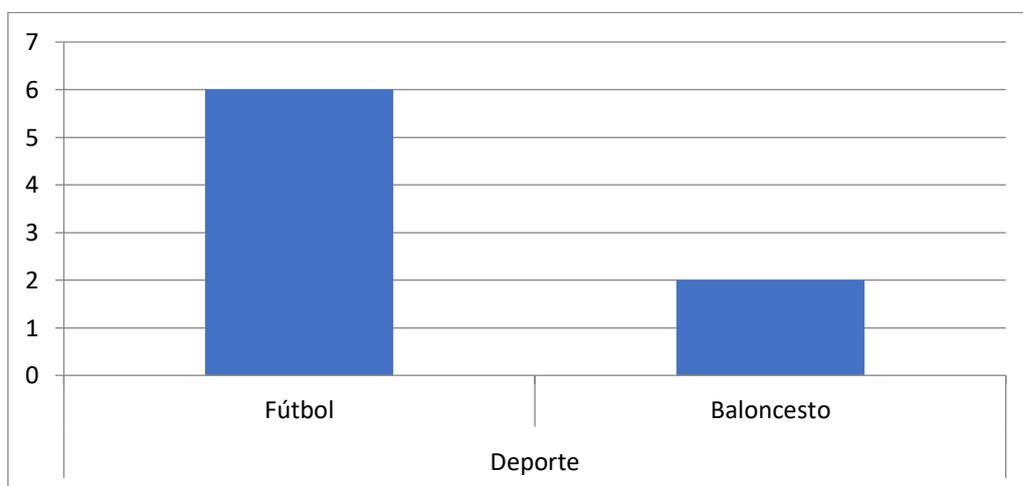
Fuente: elaboración propia

Características descriptivas de los estudios incluidos en el meta-análisis

Durante el proceso de búsqueda se encontraron 33 artículos, de los cuales después de leer el título, la introducción y el resumen 20 fueron excluidos, ya

que no cumplían los criterios de inclusión, tres artículos se centraban en la realización de una conceptualización sobre la metodología y su aplicación, pero no se llevó a cabo ningún proceso experimental; cuatro artículos también se centraban en conceptualizar el modelo y el diseño ejercicios para su aplicación, más no evidenciaron un experimento ni resultados; cinco artículos hicieron reflexión crítica, de estos cinco, uno se centró en la expresión corporal, creatividad y efectividad de los jugadores que trabajan la periodización táctica, pero tampoco hubo un experimento real, fue algo más conceptual y a criterio de los investigadores, tres artículos hablaban sobre el modelo y su aplicación, pero a su vez incluían otros modelos de planificación como la ATR y periodización clásica, por lo que se perdió el interés en ellas, tres investigaciones hablaban en su contenido sobre el contenido estudiado, pero en verdad abordaban otras temáticas algo relacionadas.

Figura 2. Frecuencia de deportes en los que se investigó.



Elaboración propia

Tabla 1. Nota: diferentes artículos revisados para el meta-análisis con sus objetivos, meta-análisis y resultados.

Autores	Deporte	Muestra	Objetivo	Resultados
Balaguer, Ó., & Caparrós, T., (2021)	Fútbol	Veintitrés jugadores de fútbol semiprofesional (edad: 8.8 ± .5 años; altura: 177.7 ± 5.5 cm; masa: 72.3 ± 5.81kg) de un mismo equipo de la Primera División Española Sub-19	Con el objetivo de analizar el comportamiento de la carga externa (CE) e interna (CI) en un equipo de fútbol de la Primera División Española Sub-19	Se observaron relaciones significativas entre variables de CE y CI: SHRZ se relacionó con la totalidad las variables de CE (Distancia/min, r=.845, p=.034; Sprint, r=.928, p=.008; V4/min, r=.916, p=.01; HSR/min, r=.909, p=.012; Total DF/min, r=.872, p=.023; Total AF/min, r=.921, p=.009). RRMean, con Sprint, r=-.856, p=.03; Total DF/min, r=-.943, p=.017; Total AF/min, r=-.943, p=.017). Se determinó una posible coocurrencia entre CE y CI (R2 = 1.000; p = .005) y entre CI y sRPE (R2 =1.000; p = .008). Las variables de CE presentan una posible coocurrencia con la variable de CI SHRZ. La variable subjetiva de CI sRPE presenta una posible coocurrencia con las variables objetivas de CI relativas a la VFC (RR mean, SDNN, RMSSD) y el tiempo de exposición de sesión
Castillo-González, W., Soriano-Castañeda, S., & Rodríguez-Prieto, I., (2023)	Fútbol	101 hombres entre 18 y 22 años.	El objetivo de este estudio es describir la aptitud física en futbolistas de las divisiones menores de un club de fútbol profesional Bogotano, empleando la Batería EUROFIT durante el periodo del 2021-2 y 2022-1.	Como resultados relevantes, se evidenció en la composición corporal, una disminución de la grasa corporal y la tasa metabólica teniendo en cuenta que son deportistas amateurs.
Giménez, J., Requena, A., Onetti, W., & Castillo-Rodríguez., A. (2022)	Fútbol	Jugadores de (Recreativo Granada CF y C.D. Español Albolote	El propósito del presente estudio de casos consistió (i) en analizar la eficacia de salida de balón estableciendo como criterio de eficacia si supera o no la línea del centro del campo y (ii) establecer una propuesta de mejora para la fase inicio del juego usando la metodología observacional	Los resultados mostraron que el 56% de las salidas de balón (28 observaciones) no terminaron llegando a la zona de canalización, en contraste el 44% (22 jugadas) consiguieron llegar con buenas opciones a dicha zona.

Morera-Carbonell, S., Echeazarra, I., Castellano, J., & Ric, Á., (2023)	Fútbol	Diecinueve jugadores sub-19 pertenecientes a la academia de un club profesional	El objetivo de este estudio fue evaluar los efectos de dos modelos de periodización, caracterizados a partir tipología de las tareas realizadas, sobre la carga percibida por jóvenes futbolistas.	Los resultados mostraron que los valores de RPE fueron mayores con el Cuerpo Técnico 1 cuyos entrenamientos mostraron un particular manejo de las variables que configuran los juegos reducidos, número de jugadores y dimensiones del espacio principalmente, dependiendo del día de la semana. Los valores de recuperación del entrenamiento en los días previos al partido aumentaron en el Cuerpo Técnico 2 respecto al primero. Estos hallazgos muestran que el modelo de periodización, determinado por la tipología de tareas de entrenamiento y su distribución a lo largo de los días de entrenamiento del microciclo, parece tener un impacto particular en la percepción de los esfuerzos y la fatiga relativas al entrenamiento y la competición.
Ortiz-Fernández, D., Alzola-Tamayo, A., Bonifaz-Aria, I., Loma-Badillo, P., & Ortiz-Fernández, Y., (2022)	Baloncesto	15 jugadores	Brindar una herramienta de trabajo, a los entrenadores de baloncesto que le permitan ayudar a sus jugadores, en la toma de decisiones	Al evaluar los datos arrojado por nuestras observaciones al instrumento de medición de nuestra muestra observamos un mayor por ciento en las categorías siempre y casi siempre, por lo que podemos concluir una influencia positiva de los ejercicios en nuestros estudiantes
Raya-González, J., Castillo-Alvira, D., Los Arcos-Larumbe, A., & Yanci-Irigoyen, J., (2020)	Fútbol	Diecinueve futbolistas participaron en el estudio durante una temporada	Analizar la distribución semanal de las cargas de entrenamiento y partido mediante el esfuerzo percibido (ep) declarado por jugadores de fútbol juvenil de alto nivel y conocer si el ep en las sesiones de entrenamiento varía en función del día de disputa del partido oficial	El esfuerzo percibido declarado en las sesiones del lunes y miércoles en las semanas de partido en sábado fue mayor en comparación con las semanas de partido en domingo.
Valencia, W., (2021)	Fútbol	Los participantes fueron 18 jugadores de fútbol sub15 de un club de a ciudad de Medellín (14,94±0,4 años; 166,33±0,05 cm; 54,09±5,96 kg; 19,52±1,56 Kg/m ² ; 0,98±1,15 años de experiencia).	El objetivo es determinar el efecto de un programa de entrenamiento mediante un método activo en fútbol juvenil	Los resultados indican un aumento del desempeño ofensivo de manera estadísticamente significativa (p = 0,04) entre la cantidad de secuencias ofensivas del post-test comparado con el pretest del grupo experimental. Se recomienda utilizar un programa de entrenamiento basado en el componente táctico mediante el método activo para aumentar el desempeño ofensivo.
Zamora Sanfrancisco., A. (2020)	Baloncesto	Los jugadores que componen el equipo Infantil Masculino del CD Presentación Granada 2012 en la Competición Provincial Preferente de Granada	Este trabajo de fin de grado tiene como principal objetivo realizar un plan de intervención en la planificación del equipo Infantil Masculino del CD Presentación Granada 2012 para la temporada 2019/2020, equipo que compite en la Competición Provincial Preferente de su categoría, Infantil Masculino.	Los resultados obtenidos muestran que la dominancia lateral derecha afecta negativa y directamente al rendimiento del equipo. En una categoría como la infantil masculina, las situaciones de uno contra uno son acciones muy frecuentes y determinantes para el rendimiento.

Discusiones

El objetivo de este artículo fue realizar un meta-análisis que evidenciara si el modelo propuesto por Frade presenta mejoras a nivel cualitativo y cuantitativo en los jugadores, lo cual permitiera demostrar con mayor precisión y evidencia científica, para alcanzar dicho objetivo se llevó a cabo un proceso de revisión de estudios de los cuales ocho fueron incluidos en el meta-análisis.

El artículo de Balaguer & Caparrós., (2021) demostró mejoras significativas en cuanto a los resultados de los jugadores en RPE, por lo que la optimización de las adaptaciones de rendimiento con la periodización táctica. En el estudio de Castillo-González et al., (2023) los resultados mostraron una mejora en cuanto a la composición corporal, una reducción del porcentaje de grasa y la tasa metabólica, todo esto partiendo de que son jugadores en formación. En el estudio de Giménez et al., (2022) evaluaron la salida en inicio de juego, todo esto bajo el método de observación y los resultados demostraron que el 44% de las acciones mejoraron a llegar a zona de finalización. Los resultados encontrados también manifestaron mejoras en cuanto a la resistencia, ya que, la fatiga en jugadores comenzó a disminuir con la implementación de la periodización táctica en un equipo de fútbol sub 19 Morera-Carbonell et al., (2023). El baloncesto también es un deporte que ha implementado esta metodología, y los resultados mostraron que bajo la periodización táctica los jugadores mejoraron en la toma de decisiones Ortiz-Fernández et al., (2022). Otro estudio que mostró mejoras fue el de Raya-González et al., (2020), planificaron un entrenamiento con periodización táctica y evaluaron si el esfuerzo percibido era superior o inferior

en los partidos o entrenamientos. El estudio de Valencia., (2021) determinó el efecto del entrenamiento bajo microciclo estructurado en cuanto a los comportamientos tácticos, el cual demostró una mejora en la fase ofensiva de forma significativa ($p=0,04$). Los resultados del estudio de Zamora Sanfrancisco., (2020) mostraron mejoras en cuanto a las situaciones de 1x1.

Conclusiones

La periodización táctica existe desde hace más de 30 años; sin embargo, se ha popularizado más en los últimos años y entrenadores de alto perfil defienden sus metodologías. Aquí se revisaron estudios para demostrar mejoras a nivel cualitativo y cuantitativo, además, puede ser aplicado por equipos de élite y subélite para prepararse de manera más eficaz para partidos competitivos. El modelo debe diseñarse teniendo en el centro el modelo de juego del entrenador. El entrenador debe definir su modelo de juego y cómo quiere que jueguen sus jugadores en cada uno de los respectivos momentos del juego. A partir de esto, pueden explicar a los jugadores sus principios y subprincipios de juego. Así que, todos los ejercicios y juegos de entrenamiento deben estar relacionados con los principios y subprincipios de juego del equipo.

Se debe prestar especial atención al número de jugadores, el tamaño del área de juego y la duración de cada ejercicio para garantizar que se cumplan los resultados físicos, fisiológicos y técnicos deseados, garantizando al mismo tiempo que sea apropiado para el enfoque táctico y filosofía. El morfociclo descrito garantiza que la teoría de la secuencia del entrenamiento se observe a lo largo de la semana, durante las 2 sesiones de campo y las 1-2 sesiones de

gimnasio. Si bien la estructura del morfociclo debe permanecer constante a lo largo de la temporada, el nivel del equipo y la etapa de la temporada determinarán el volumen y la intensidad de cada sesión. Para implementar con éxito un modelo de Periodización táctica, el entrenador de fuerza y acondicionamiento/científico del deporte y los entrenadores deben estar en constante comunicación con respecto a la planificación del entrenamiento a corto y largo plazo.

Se pudo observar que por medio de la periodización táctica sí se presentan mejoras a nivel cualitativo y cuantitativo, lo que respalda dicho modelo y engloba que la planificación debe ser aplicada simulando situaciones reales del juego y no aislando como se hacía anteriormente. Los resultados demostraron mejoras en cuanto a la resistencia, la composición corporal, en aspectos técnico-tácticos y en la toma de decisiones Morera-Carbonell et al., (2023). Por lo que se puede afirmar que la periodización táctica trae mejoras a nivel cualitativo y cuantitativo en los jugadores a cualquier edad y no solo en futbolistas, sino en basquetbolistas también.

Referencias

- Afonso, J., Hilvoorde, I., Pot, N., Medeiros, A., & Almond, L. (2018). *Periodización del ejercicio y antifragilidad de Taleb* (Ciencias del deporte: tendencias actuales y futuras para la optimización del rendimiento). Leiria.
- Balaguer, Ó., & Caparrós, T. (2021). *Cuantificación de carga externa e interna en fútbol masculino semiprofesional*. 16(48), 275-284.
- Buchheit, M., Lacombe, M., Cholley, Y., & Simpson, B. (2018). *Respuestas neuromusculares a sesiones de fútbol condicionadas evaluadas mediante acelerómetros integrados con GPS: conocimientos sobre la periodización táctica*. 13(5), 577-583. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0045>

Castillo-González, W., Soriano-Castañeda, S., & Rodríguez-Prieto, I. (2023). *Composición corporal y aptitud física en las divisiones menores de un equipo de fútbol profesional colombiano*. 48, 271-276.

Crespo, M. (2011). *Periodización táctica en tenis: Una introducción*. 53(19), 16-18.

Delgado-Bordonau, J., & Méndez-Villanueva, A. (2012). *Periodización táctica: ¿el secreto mejor guardado de Mourinho?*

Giménez, J., Requena, A., Onetti, W., & Castillo-Rodríguez, A. (2022). *ANÁLISIS DE LA SALIDA DE BALÓN EN JUGADORES ALEVINES DE FÚTBOL: UN ESTUDIO DE CASO*. 14(6). https://www.researchgate.net/profile/Jesus-Gimenez-4/publication/366400015_ANALYSIS_OF_THE_BUILD-UP_PLAY_IN_YOUNGER_SOCCER_PLAYERS_A_CASE_STUDY/links/63a0429ae42faa7e75d72a88/ANALYSIS-OF-THE-BUILD-UP-PLAY-IN-YOUNGER-SOCCER-PLAYERS-A-CASE-STUDY.pdf

Gomes, S. (2008). *Desarrollo del juego según periodización táctica*. MC Deportes.

Greboggy, D., & Silva, W. (2018). *La periodización táctica bajo la justificación de las neurociencias: Habitación y reestructuración de la toma de decisiones [en portugués]*. 10(38), 382-389.

Hamilton, B., & Mejor, T. (2011). *Plasma enriquecido en plaquetas y lesiones por distensión muscular: Desafíos impuestos por la carga de la prueba*. 21(1), 31-36. <https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e318205a658>.

Koplin, J., & Selgelid, M. (2015). *Carga de la prueba en bioética*. 2(9), 597-603. <https://doi.org/10.1111/bioe.12194>

Morera-Carbonell, S., Echeazarra, I., Castellano, J., & Ric, Á. (2023). *Efecto del modelo de periodización del microciclo competitivo en la carga de entrenamiento de jóvenes futbolistas masculinos*. 48, 1098-1104.

Ortiz-Fernández, D., Alzola-Tamayo, A., Bonifaz-Aria, I., Loma-Badillo, P., & Ortiz-Fernández, Y. (2022). *Balance defensivo y la toma de decisiones periodización táctica en el baloncesto femenino de la Epoch sede Morona Santiago Ecuador*. 7(6), 2322-2348.

Posse Solá, M. (2019). *Periodización táctica grupo de competición Club Escola de Tennis Marineda de Cambre*.

Raya-González, J., Castillo-Alvira, D., Los Arcos-Larumbe, A., & Yanci-Irigoyen, J. (2020). *Variaciones en el esfuerzo percibido declarado por futbolistas jóvenes de élite atendiendo a la ubicación del día de partido*. 37(1), 40-48.

Robertson, S., & Joyce, D. (2015). *Informar la periodización táctica durante la temporada en deportes de equipo: Desarrollo de un índice de dificultad de partido*

para Super Rugby. 33(1), 99-107.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2014.925572>

Tee, J., Ashford, M., & Piggott, D. (2018). *Un enfoque de periodización táctica para el rugby.* 40(5).

Valencia, W. (2021). *Efecto de un programa de entrenamiento táctico en fútbol juvenil.* 17(1), 23-44.

Zamora Sanfrancisco, A. (2020). *Análisis y planificación para la mejora de la lateralidad en situaciones de uno contra uno en baloncesto en el equipo infantil masculino del CD presentación Granada.*