

**FUNDAMENTOS DE FRANCISCO SEIRUL·LO VARGAS  
PARA LA EDUCACIÓN MOTRIZ**



Joaquim Reverter-Masià & David Ribera-Nebot & Daniel Picó-Benet

© EducacionMotriz.org EntrenamientoDeportivo.org

**TÍTULO ORIGINAL:**

Fundamentos de Francisco Seirul-lo Vargas para la Educación Motriz.  
*(a propuesta de Xavier Torrebadella Flix)*

**Foto de Cubierta:**

Jaume Domenech Larraz, durante un entrenamiento del FC Barcelona en 2006.

**Foto del capítulo de reconocimiento a la trayectoria del maestro Seirul-lo:**

Josep Maria Padullés Riu, durante una clase en el INEF de Barcelona en 2010.

© CopyFreedom 2015

**Joaquim Reverter-Masià & David Ribera-Nebot & Daniel Picó-Benet**

**Primera edición:** Barcelona, 18 de marzo de 2015

**Diseño:** iCREK

**Printed in Europe**

*“El ejemplo de ética personal y de deontología profesional  
- del maestro Paco Seirul-lo -*

*tampoco debe quedar sin mencionar, ..... los que tenemos  
la suerte de disfrutarlo como entrenador, profesor, maestro y amigo  
podemos decir bien alto y negro sobre blanco que,  
si su contribución profesional y académica es de la mayor magnitud,  
su ejemplo de vida es aún más grande.*

*¡Paco Seirul-lo!: ¡Felicidades!,...*

*¡muchas felicidades!; y ¡gracias!, ... ¡muchas gracias!*

\* \* \*

**RAFAEL MARTÍN ACERO**  
RED Revista de Entrenamiento Deportivo  
Diciembre, 2009

## **CONTENIDOS**

---

**PRESENTACIÓN, 1**

**SEIRUL·LO: ENTRENADOR Y MAESTRO, 2**

**FUNDAMENTOS DE SEIRUL·LO PARA LA EDUCACIÓN MOTRIZ, 6**

**Filosofía de la Educación a través del Movimiento, 6**

**Valores Educativos del Deporte, 11**

**Recursos Metodológicos para la Educación Motriz, 14**

**Proyecto de Iniciación Deportiva, 24**

**Ejemplos de aplicación de los sistemas dinámicos a los deportistas, 28**

**PACO SEIRUL·LO: ENHORABUENA, Y MUCHAS GRACIAS !, 34**

**RECONOCIMIENTO A SU TRAYECTORIA DOCENTE EN EL INEF, 38**

**PUBLICACIONES DE FRANCISCO SEIRUL·LO VARGAS, 39**

**WEBS PACO SEIRUL·LO IN HONORIS, 42**

## PRESENTACIÓN

La exposición de la investigación “Diseño de pruebas motrices perceptivas y coordinativas”, nos parece un buen momento para agradecer y reconocer a Francisco Seirul-lo Vargas, maestro por su prolífico desarrollo de la ciencia de la motricidad humana y por su ejemplo de vida.

Presentamos la versión inicial de un proyecto sobre los fundamentos de Seirul-lo para la educación motriz. Evidentemente, la esencia y el detalle sobre los fundamentos del maestro Seirul-lo sólo pueden ser explicados y escritos por él mismo. Desde ese respeto y agradecimiento, exponemos una visión sesgada por nuestras limitaciones e interpretaciones sobre el "conocimiento Seirul-lo", fruto de una selección y síntesis de las notas tomadas de: (1) sus publicaciones, (2) sus clases en el INEF Barcelona desde 1985, (3) sus participaciones en cursos y congresos, (4) sus magistrales disertaciones para atender nuestras dudas.

Seirul-lo ha encontrado durante muchos años la armonía óptima entre sus experiencias prácticas y su actividad docente. Quién mejor que su gran amigo y colaborador, el también maestro Rafael Martín Acero, para explicar la grandeza de su obra. De ahí el capítulo con su presentación de un número especial de la revista RED del 2009 dedicado a su ciencia.

Porque ha facilitado que nos impregnemos de su filosofía, porque nos ha guiado, sin presiones ni condiciones, dejándonos equivocarnos, con total libertad. Gracias por tener un corazón tan grande en el que siempre nos ha dado cabida, por sus enseñanzas magistrales, tranquilas, profundas, únicas, retando sin límites al conocimiento y a la reflexión, por enseñarnos tantas cosas especiales, por apoyarnos siempre en nuestros proyectos y luchas. Gracias porque su ciencia y sus propuestas son extraordinariamente diferenciales, porque con su naturalidad ha conseguido que nos enamoremos de su forma de concebir la optimización motriz y la vida, porque su saber hacer es un ejemplo y dignifica como nadie nuestra profesión.

¡¡ Gracias Maestro !!

Joaquim Reverter-Masià & David Ribera-Nebot & Daniel Picó-Benet

*Universidad de Lleida, miércoles 18 de marzo de 2015*

## **SEIRUL·LO: ENTRENADOR Y MAESTRO**

---

El profesor Francisco Seirul·lo Vargas nació el 28 de noviembre de 1945. Su larga vida de dedicación y amor al deporte empezó a los 6 años cuando empezó a jugar y competir hasta la juventud en atletismo, baloncesto y fútbol (club y equipos Ademar). Después se especializó en el atletismo de alto nivel, compitiendo en 100 m., 200 m. y 400 m. vallas como atleta de la Unión Deportiva Salamanca y de la Universidad de Madrid (campeón de España júnior en 200 m. y bronce en 400 m. vallas en los campeonatos de España universitarios). Durante los años de estudios universitarios en el INEF de Madrid practicó y compitió en todo tipo de deportes, destacando el atletismo y los deportes de lucha y combate.

El profesor Francisco Seirul·lo Vargas es Licenciado en Educación Física -Licenciado en Motricidad Humana- en el INEF de Madrid (1972), Maestro en Atletismos (1972) y Entrenador Nacional de Atletismo (1975). Después de graduarse en el INEF de Madrid, ejerció durante 2 años como secretario técnico del servicio de Educación Física de la Universidad de Salamanca, antes de aceptar una plaza en el INEF de Barcelona, donde ha desarrollado la mayoría de su actividad académica.

Desde el primer curso académico del INEF de Barcelona en 1976, ha sido profesor de diferentes asignaturas, entre las que destacan: Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo, Educación Física de Base y Manifestaciones de la Motricidad y su aplicación a la Iniciación Deportiva. Fue Jefe de Estudios y Director en dos ocasiones. Como Jefe de Estudios y Jefe del Departamento de Educación Física ha sido responsable del desarrollo de los principales programas de Fundamentos de la Motricidad Humana, de Teoría y Práctica de la Educación Física, de Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo, y de Procesos de Iniciación-Desarrollo de la Motricidad y los Deportes como aprendizajes específicos. Durante 34 años en el INEF de Barcelona también ha impartido diversos cursos de Postgrado y Doctorado; así como colaborado con varios profesores en la enseñanza de programas avanzados de especialización del Baloncesto, Balonmano, Fútbol, Voleibol, Rugby y Atletismo.

Aparte de su actividad universitaria, ha sido profesor del Master de Alto Rendimiento Deportivo del Comité Olímpico Español y de la Escuela Profesional de Medicina de la Educación Física y el Deporte. También, ha ejercido como profesor de Teoría y Planificación del Entrenamiento en las Escuelas Nacionales de Entrenadores de Artes Marciales, Gimnasia Deportiva, Natación, Esquí, Atletismo (10 años), Balonmano, Voleibol, Judo y Tenis.

El Profesor Seirul-lo es a menudo invitado como ponente en congresos internacionales sobre educación física, entrenamiento deportivo y entrenamiento coadyuvante. Ha impartido más de 50 cursos en diferentes ciudades españolas, así como en otros países como Portugal, Francia e Italia. Fue fundador y director de RED Revista de Entrenamiento Deportivo (1987) y de REF Revista de Educación Física (1985), de las cuales es actualmente director honorífico y consejero honorífico, respectivamente. Ha publicado numerosos artículos en revistas especializadas, libros para la Escuela Nacional de Entrenadores de Atletismo y el Master de Alto Rendimiento Deportivo; así como diversos documentos para la revista “Cuadernos Técnicos Pedagógicos” (INEF-Galicia).

Igualmente, posee experiencias extraordinarias en los ámbitos de la educación física y de la iniciación deportiva. Así, hacia la década de los 80, fue el responsable de un detallado estudio e intercambio con las mejores escuelas de iniciación deportiva europeas (bases de la desaparecida D.D.R. República Democrática Alemana, complementadas con las aplicaciones de las escuelas Rusas, Francesas, Italianas y Escandinavas), para elaborar un minucioso compendio que le permitiría coordinar y participar en la creación y desarrollo práctico de los C.I.D. Centros de Iniciación Deportiva que son una referencia de máximo prestigio internacional.

En el ámbito del entrenamiento coadyuvante, ya desde sus inicios en el mundo del atletismo, ha integrado conocimientos médicos, de rehabilitación motriz, de educación motriz y de entrenamiento deportivo para solucionar de forma excepcional y eficaz las lesiones de muchos deportistas. Como ejemplo significativo de entrenamiento coadyuvante destacamos el excelente trabajo de prevención y recuperación de lesiones que desarrolló de forma interdisciplinar con el grupo médico y técnico del equipo de balonmano del F.C. Barcelona durante más de una década. Además, desde entonces sigue asesorando, siempre con su maestría y predisposición características, a muchos otros entrenadores y preparadores físicos para que resuelvan efectivamente las situaciones de prevención de lesiones y los problemas de lesión de los deportistas con los que entrenan (atletismo, judo, motociclismo de velocidad y motocross, ciclismo, alpinismo, balonmano, baloncesto, fútbol, boxeo, artes marciales, toreo, ...).

Quizás su mayor contribución a la ciencia de la motricidad humana, empezó a mediados de los 80, cuando el profesor Seirul-lo empezó a desarrollar una nueva teoría de entrenamiento para los deportes de equipo y deportes de interacción, basada en la teoría de los sistemas dinámicos, que ha sido contrastada y aplicada a sus experiencias de entrenamiento con deportistas de alto nivel durante más de 30 años.

Como técnico de equipos nacionales, Seirul-lo ha preparado deportistas para 5 Olimpiadas (Munich '72, Montreal '76, Los Angeles '84, Barcelona '92 y Londres 2012), para 10 Campeonatos del Mundo y 2 campeonatos de Europa. Así, ejerció de entrenador y preparador físico de Equipos Nacionales de Atletismo (dos ciclos Olímpicos: relevos 4x100 para Munich '72 y saltos para Los Angeles '84), de

Balonmano (cuatro campeonatos del mundo: Suecia '93, Croacia '09, Suecia '11 y España '13; 2 campeonatos de Europa: Austria '10 y Serbia '12; y unos Juegos Olímpicos: Londres 2012), Judo (ciclo Olímpico para Montreal '76) y Tenis (ciclo Olímpico para Barcelona '92). Como técnico de atletismo, ha conseguido 18 Campeonatos Nacionales de diferentes categorías en las especialidades de salto de longitud y triple y lanzamiento de disco y martillo. Por otro lado, ha entrenado esgrimistas, boxeadores, toreros, ciclistas y motoristas de alto nivel como Dani Pedrosa, desde 2011.

Durante las décadas de los 80 y 90 fue responsable de la preparación física y planificación del equipo de Balonmano del F.C. Barcelona y construyó junto al entrenador Valero Rivera –alumno del maestro Seirul-lo- toda la estructuración de entrenamientos que permitió a este equipo obtener los mejores resultados internacionales que un equipo ha conseguido en toda la historia del balonmano. Con el Barça de Balonmano ha conseguido 8 ligas, 7 copas del Rey, 2 Copas de Europa, 2 Re-Copas de Europa y 5 super-copas de España.

Ha sido preparador físico y asesor de entrenadores de las categorías inferiores de Fútbol y Balonmano del FC Barcelona durante décadas. También, desde el 1976 hasta 1984 fue entrenador de la sección de atletismo del club. Desde el 2011 vuelve a ser asesor de la planificación del entrenamiento del Fútbol Base del F.C. Barcelona.

Desde 1994 es el preparador físico del primer equipo de Fútbol del F.C. Barcelona y Director de la Comisión Técnica responsable de la planificación de entrenamiento de todas las secciones deportivas profesionales del club. En el ámbito del fútbol ha trabajado con Luís Aragonés, Johan Cruyff, Bobby Robson, Carles Rexach, Llorenç Serra Ferrer, Louis van Gaal, Radomir Antic, Frank Rijkaard, Pep Guardiola, Tito Vilanova y Tata Martino.

Con el Barça de Fútbol ha conseguido 9 ligas, 4 copas del Rey, 7 Supercopas de España, 4 Supercopas de Europa, 1 Recopa de Europa y 3 Copas de Europa Clubs de Campeones y 2 Copas del Mundo de Clubs.

Con Pep Guardiola - alumno del profesor Seirul-lo - ha construido en sólo 3 años (desde 2008 en que Guardiola ficha como entrenador del 1er equipo del FC Barcelona) el equipo de fútbol que ha sido considerado por los expertos el mejor de todos los tiempos. En mayo del 2009 consigue un triplete histórico: campeones de Liga, copa del Rey y Copa de Europa de Clubs. En diciembre 2009 ganan el Mundial de Clubs y se convierte en el único equipo de la historia en conseguir los 6 títulos posibles en el mismo año. En 2010 ganan la Liga consiguiendo un nuevo récord de puntos y perdiendo un único partido durante toda la temporada. En 2011, después de ganar la 3ª liga consecutiva manteniendo una inédita estabilidad en el rendimiento durante 3 temporadas, ganan de nuevo la Copa de Europa de Clubs desarrollando un nivel de juego excepcional. En agosto ganan de nuevo la Supercopa de España.

En 2006, el maestro Seirul·lo se convirtió en el único técnico en conseguir ganar la Copa de Europa de Clubs en Fútbol y Balonmano.

El 27 de mayo de 2008 el Maestro Seirul·lo fue distinguido con la Medalla de la Real Orden del Mérito Deportivo por el Consejo Superior de Deportes, en reconocimiento a su aportación al desarrollo del deporte.

En 2011 consigue un doble reconocimiento histórico al haber sido la pieza clave, junto a sus pupilos Valero Rivera y Pep Guardiola ejerciendo de entrenadores, en la construcción de los dos equipos, Balonmano y Fútbol del FC Barcelona, que han sido considerados por los expertos mundiales como los mejores de la historia en calidad de juego, estabilidad del rendimiento y valores humanos.

Aparte de su actividad profesional en el F.C.Barcelona, en el INEFC Barcelona (hasta el 2010) y como profesor director del Master de Alto Rendimiento en los Deportes de Equipo, también es asesor científico del Centro Internacional de Servicios de Entrenamiento Deportivo EEB Entrenamiento Deportivo Barcelona.

Desde mayo de 2014, al dejar su actuación directa en el 1er equipo del F.C. Barcelona, es el director de metodología del entrenamiento del club para todos los deportes.

Su pasión, amor, genialidad y dedicación por la ciencia de la motricidad humana, convierten al maestro Paco Seirul·lo en una referencia para todo profesional que desee aprender sobre la educación motriz, el entrenamiento deportivo y el entrenamiento coadyuvante desde una perspectiva extraordinariamente holística y diferencial. Por encima de todos sus éxitos deportivos, lo más remarcable del maestro Paco Seirul·lo es su continua humildad y generosidad, porque siempre encuentra el momento de aconsejar sabiamente y ayudar a sus alumnos y ex-alumnos.

## **FUNDAMENTOS DE SEIRUL·LO PARA LA EDUCACIÓN MOTRIZ**

---

### **Filosofía de la Educación a través del movimiento (1985-2011)**

Como otros aprendices del maestro Francisco Seirul-lo Vargas desde principios de 1980, hemos intentado comprender y aplicar su filosofía sobre la motricidad humana en nuestras experiencias profesionales y proyectos pedagógicos. El contexto de desarrollo e implementación del presente resumen también está fundamentado en la misma filosofía del maestro en lo relativo a la Educación Física, la Educación Motriz o la Educación a través del Movimiento; cuya interpretación, a partir de sus escritos y de las notas tomadas en sus clases (Seirul-lo-Vargas, 1985-2010), exponemos a continuación.

Nos desvinculamos de cualquier ideología y partimos de los valores humanos de autonomía y libertad, y de un principio de auto-exigencia profesional: enseñar a los alumnos algo que les pueda servir para su vida.

Una filosofía enraizada en la corriente de Escuela Activa o Escuela Moderna aparecida en los años 30 (Freinet, 1974), habiendo sido Freinet el que dio impulso y nombre a esta corriente.

Aparece en ella un valor esencial, la primacía del alumno sobre la materia. Lo que debe procurarse en la Educación Física es la autoestructuración. El sujeto, por medio de sus propias capacidades y una actividad construida en su interés, por su iniciativa y libertad, va autogestionando su formación personal a través de una práctica vivida, en la que florecen estos condicionantes.

Su práctica se presenta como una actividad global y en cierto modo espiritual, en el más amplio sentido del término, que posibilita al niño ser verdaderamente participante, y no alguien sometido por obligación al cumplimiento de una tarea escolar más. Es, además, una actividad verbal de intercambio de información, tanto del profesor al alumno, como del alumno al profesor, pero principalmente una actividad motriz, concebida como experiencia, sin restricciones a la propia aportación e interpretación de la deseada motricidad. Bajo estas premisas la práctica del alumno en la Educación Física es variada y creativa, potenciando la disponibilidad motriz promovida por su propio interés, que se pone de manifiesto cuando el alumno puede construir cualquier actividad y resolverla con su motricidad que de esta forma, se pone a prueba.

Este valor exploratorio y de superación personal, de competencia, refuerza evidentemente las motivaciones primarias o intrínsecas, vinculando en consecuencia, al alumno de una forma continuada a este tipo de actividad. Este fuerte vínculo hace que la práctica no se abandone a lo largo de la vida del sujeto, siendo así fuente inagotable de autoconocimiento y autoaceptación durante el tiempo que se practique actividades motrices de esta categoría. De esta forma vamos por el camino de la autoestructuración. Sus motivaciones, sus intereses, y sus necesidades son constantes y estructuran su personalidad, acompañándole toda la vida sea cual fuere su edad y actividad. Por lo tanto, aquella categoría de tareas motrices que pone a prueba las capacidades funcionales de la inteligencia, configurándolas por medio de una actividad para eso construida, se hace imprescindible si queremos una educación centrada en el alumno, y conformadora de la personalidad, de forma definitiva.

El movimiento humano es la mayor fuente de autoconocimiento en nuestra actividad formativa. Conociéndonos a nosotros mismos podemos conocer a los demás, desarrollarnos con ellos y, así, ser más felices. Hay que optimizar a la persona en su propio conocimiento, sus necesidades de esfuerzo particular y su conocimiento de sus posibilidades. La educación integral se consigue cuando el individuo es capaz de ser consciente en situación de movimiento de cómo es él mismo y cómo son los demás. En efecto, lo que nos optimiza y nos hace seres humanos es la capacidad de movimiento inteligente, y el proceso que compromete al ser humano para lograr algo es educación. Esto es ofrecerle algo a la persona que le sirva para su vida como ser humano.

La Educación Física está sujeta a muchos estereotipos de interpretación social y, por ello, hay que remarcar que de las muchas connotaciones e intencionalidades que puede alcanzar la motricidad humana, será exclusivamente la educación de la persona la esencia y objeto de nuestra actuación en un ámbito educativo.

La motricidad es el primer valor de la propia persona, ya que a partir del movimiento desarrollamos las potencialidades del ser humano. La principal justificación de la práctica de la Educación Física o Educación Motriz es que es la única materia que de forma específica ayuda al ser humano a comprenderse mejor, para autoexigirse sin trampas y sin engaños. El movimiento es la actividad mejor dotada para ayudar al alumno a desarrollar su personalidad como ser humano, porque es capaz de implicar a todas las capacidades intelectuales de la persona. Además, la mayor potencialidad formativa del movimiento es el feed-back inmediato, característica de extraordinario valor educativo.

Por consiguiente, podemos plantear la Educación Física o Educación Motriz como un medio de educación integral de la persona, pues la actividad humana de movimiento involucra o puede involucrar a la totalidad de las capacidades del individuo, y no sólo a las llamadas físicas; siempre que las situaciones educativas creadas por el profesor sean las pertinentes.

Así, la Educación Física o Educación Motriz debe ser entendida como la educación que se logra a través de las estructuras físicas que soportan el movimiento humano y que son capaces de configurar la totalidad de la personalidad del individuo; nunca como la educación de lo físico que pertenece al hombre, a su cuerpo. Esto está, sin duda, integrado en el anterior compromiso. No es el cuerpo el que se mueve, es la persona la que se mueve, y esta opción de movimiento involucra necesariamente a todas las estructuras de la personalidad de quien se compromete en esa acción. Configurar la personalidad del individuo significa la participación activa en formas de actuación-comportamiento que impliquen de forma diferenciada, significativa e interactiva todas las estructuras mentales, cognitivas, coordinativas, condicionales, afectivo-sociales, emotivo-volitivas, expresivo-creativas y bioenergéticas que puedan conformar la multitud de formas de actuación individual, en situaciones didácticas que permitan una auto-reflexión y un autoconocimiento, para crear una propia visión de aquella experiencia, para que el individuo conozca, evalúe y sea consciente de la auto-estructuración de su persona.

Por lo tanto, el aprendizaje de la de la Educación Física no es de modelos motores sino de estructuras de comportamiento motor que son descubiertas por el sujeto y mostradas por el profesor cuando propone tareas sucesivas relacionadas entre sí de manera que aplicando sobre ellas diferentes capacidades cognitivas, pueda el alumno abstraer de su conjunto una “estructura soporte” que se expresa a través de un heteromorfismo funcional en cada tarea propuesta. El alumno debe estar en disposición de poder realizar autopropuestas para lograr su autoestructuración cuando ya conoce estos mecanismos; en este punto es cuando realmente comienza su educación.

Las teorías de la Gestalt y el estructuralismo, desarrollado bajo la perspectiva de la Teoría General de los Sistemas de L. Von Bertalanffy, ya iniciada en los años 30 discutiendo sobre nuevas teorías del desarrollo y cuya primera publicación específica se realizó en 1945 (Von Bertalanffy, 1968), permiten desarrollar los elementos de la interacción, y hacen cambiar el acto mismo de aprender, transformándolo en un acto dinámico en el que hay que descubrir, dentro de la complejidad de las interacciones, los elementos invariantes. Así es como se aprende en la Educación Física, pero también se realiza la función contraria, es decir, desde una estructura base, elaborar multi-heteromorfismos de movimiento ejercitando, en suma, la transformación y la creatividad motriz.

Es una concepción sistémica y holística de la persona para obtener su auto-estructuración diferenciada, mediante contenidos de alta variación y prácticas de alta variabilidad. La enseñanza y entrenamiento son un hecho único de optimización de procesos que se manifiestan como propiedades de cada estructura de la persona, dado que estas propiedades sólo pueden ser atendidas desde la interactividad dinámica del conjunto de sistemas y por la consistencia global de sus interacciones.

De este compromiso nace la posibilidad de autoeducación, a través de la realización de prácticas motrices en situaciones que permitan una interacción con el entorno en los términos inteligentes que hemos propuesto.

Para cada nivel de actividad humana existe un nivel de competencia personal. Surgen muchos problemas porque se evalúa o se controla desde fuera del individuo. Se tiende a maximizar, a decir, más de una cosa es siempre mejor, y eso es un error en el ser humano. Cada ser humano tiene unos niveles de competencia que están debidos a su constitución como humano. Entendiendo al ser humano en su complejidad, formado por sistemas que le aportan posibilidades de actuación en infinitas dimensiones de su corporalidad y de su actuación en cualquier ámbito de su práctica, con sus estructuras mezclando y utilizando elementos de sus sistemas en dimensiones que son desconocidas por nosotros y que sólo el propio individuo conoce. Por eso, no creemos en la valoración, sino en la autoevaluación.

Esta filosofía, basada en los valores humanos de autonomía y libertad, permite impartir Educación Física o Educación Motriz a cualquier grupo de individuos con independencia de su situación socio-cultural. La educación integral de la persona, consiguiendo la configuración de su personalidad, es posible a través de las experiencias motrices educativas que pueden involucrar la totalidad de capacidades del individuo.

Cabría una crítica de estas propuestas diciendo que cualquier otra materia podría hacer lo mismo y que sólo la formación en la correcta motricidad y en lo orgánico es nuestra competencia. Ésta sería aceptable si esa supuesta materia pudiera aportar al alumno situaciones que al ponerlas en práctica, pusieran a prueba sus capacidades de evaluación inmediata, la valoración de riesgos y compromisos, la necesidad de jerarquizar situaciones bajo categorizaciones muy diferenciadas y poder casi instantáneamente conocer otras opciones sobre las mismas categorías, de elaborar sus propios programas de actuación bajo presión espacial o temporal, y otras muchas alternativas que sólo la práctica motriz aporta y que ninguna otra materia por si sola ostenta. Por lo tanto, la formación orgánica se presenta como una opción, más no la prioritaria ni la única. La optimización de la organización funcional (Ley de las variaciones estructurales de Piaget) ocasionada por la práctica de situaciones motrices, no es equiparable a la que otra materia podría aportar, por lo que un medio de esta potencialidad no puede ser infrautilizado solo, como simple estímulo orgánico corporal, más aún cuando este objeto orgánico se logra de forma evidente con el nivel de práctica requerido durante la actividad.

Las experiencias de movimiento estructuradas bajo estas condiciones de práctica son las únicas que permiten implicar de forma interactiva todas las estructuras de la persona inteligente, hecho que les confiere un valor educativo totalmente diferencial, único e imprescindible para conseguir ciudadanos bien educados, autónomos y libres.

Por lo tanto, disfrutar de más sesiones de Educación Física en la escuela es una necesidad pedagógica básica para conseguir una educación pública de calidad.

Desde los 3-4 hasta los 16-17 años es donde se establece y configura de la forma más importante la personalidad del individuo. Por ello, en esta etapa debe ser conferido un alto nivel de actuación y protagonismo al profesor de Educación Física o Educación Motriz, junto al profesor de iniciación deportiva.

A día de hoy, ni las personas de la sociedad ni las que representan las instituciones valoran suficientemente la labor del profesional de la Motricidad Humana. Es nuestra responsabilidad cambiar esta situación y hacer aumentar hasta el lugar que le corresponde el prestigio y relevancia real de la educación a través del movimiento.

Los profesionales de la Motricidad Humana, del Movimiento Humano, tenemos la obligación de insistir en el gran valor educativo y formativo que tiene la Educación Física para todas las personas.

"Tenemos la obligación de insistir en el gran valor educativo y formativo que tiene la Educación Física para todas las personas"

"Porque creo que ejercer de educador y pedagogo es obligación de todos los profesionales que envuelven la actividad física. Personas que formen personas, que conduzcan al sujeto, ayudándole a generar una energía que le permita satisfacer sus necesidades y no las necesidades del entrenador. Por eso siempre he estado ejerciendo la docencia, para no perder la realidad de mi orientación que es mejorar el individuo que entreno, no buscar el éxito a cualquier precio" (Seirul-lo Vargas, 2011).

## Valores Educativos del Deporte (1989)

La educación física y deportiva del ser humano no puede estar fundamentada en las ideologías del deporte actual como los valores higiénicos y de salud, el hombre que supera a la naturaleza, y otras connotaciones más modernas, que son una amalgama de ideales propios de la sociedad consumista y tecnológicamente industrializada. Debe basarse en la ciencia para configurar un tipo de práctica que comprometa íntegramente a la personalidad del individuo, que es un objetivo intemporal y prioritario.

Consideramos a la práctica deportiva, así constituida, como insustituible en la educación de la personalidad y este tipo de prácticas incluidas en otras con la misma filosofía de la acción motriz, constituyen la denominada Educación Física y Deportiva, que debe ser entendida como la educación que se logra a través de las estructuras físicas que soportan el movimiento humano que son capaces de configurar la totalidad de la personalidad del alumno.

Lo educativo de las prácticas deportivas no es el aprendizaje de sus técnicas o tácticas, ni siquiera los beneficios físicos y psíquicos de una buena preparación física que sustenta su rendimiento, sino que lo realmente y único educativo son las condiciones en que puedan realizarse esas prácticas que permitan al deportista comprometer y movilizar sus capacidades de tal manera que esa experiencia organice y configure su propio yo, logre su auto-estructuración.

Debemos no adjudicar ciertos valores educativos a tal deporte, y tales otros a aquel otro; este o aquel deporte será más o menos educativo, no por su riqueza en gestos técnicos, no por su profusión táctica, sino, por cómo ese entrenador articula las condiciones en las que el deportista aprende esa especialidad, y en qué situaciones desarrolla su competición.

¿Cuáles son los valores educativos del deporte diferenciadores otras actividades?

Tenemos que recurrir a los valores intrínsecos que configuran los juegos deportivos:

El valor agonístico, que le confiere la intencionalidad competitiva. Estos elementos agonísticos desencadenan en el sujeto la participación de mecanismos cognitivos que permiten estimular los siguientes valores:

- o Localización e identificación de elementos significativos del entorno, con la posterior posible simbolización.
- o Descubrir relaciones concurrentes en las situaciones vividas.
- o Estructurar jerárquicamente las relaciones y situaciones para formalizar juicios de valor.
- o Tomar decisiones para la elección de tareas con más o menos riesgo.
- o Elaborar y diseñar tareas según datos temporales.
- o Evaluación subjetiva de acontecimientos.

o Control del nivel de autoafirmación.

La activación de estas funciones nos permite configurar la personalidad agonística del individuo.

El valor Lúdico, refleja el atractivo de lo intrascendente y social. Es el contrapunto del agón. Añade voluntariedad en la participación y esto implica la identificación con esta práctica y la afiliación. Lo lúdico es normativo y cultural y despierta en el sujeto aspectos de su identidad cognitiva expresados con los siguientes valores:

o Identificación de un entorno organizado por la norma utilizándolo por la propia actividad.

o Elaboración de relaciones interpersonales y grupales inducidas por la norma.

o Asumir compromisos personales en relación al grupo.

o Descubrir estrategias y explorar nuevas formas de estructurar el espacio e interpretar las relaciones interpersonales.

o Analizar la génesis del micro-modelo grupal.

o Elaborar y modificar normas para experimentar.

Así, estructuraremos la personalidad lúdica del participante.

El valor Eronístico, como móvil de actos que realizamos por gusto o placer, se estructurará básicamente con los siguientes valores:

o Impulso fundamental para crear la nuestra propia actividad.

o Refleja de aspectos proyectivos de la personalidad.

o Potenciación de la práctica mostrando el talento del ejecutor.

o Permite transferir al ejecutor las situaciones deportivas vividas a diferentes situaciones que pueda vivir durante el resto de actividades de su vida.

o El componente hedonístico de la práctica deportiva le proporciona un potencial para fichar y proyectar la actividad total del individuo en un determinado campo del conocimiento.

Igualmente, estructuraremos la personalidad Eronística del individuo.

Por lo tanto, la práctica deportiva realizada en estas condiciones puede ofrecer aspectos coyunturales de alto valor educativo.

Propuestas Básicas para un Deporte Escolar Educativo:

La primera propuesta es previa a todas, y consiste en desvincular la «Práctica Deportiva Escolar» (P.D.E.) -la de aquellos alumnos que en determinada edad presentan talento para una especialidad deportiva- de la «Práctica Escolar Deportiva» (P.E.D.) del resto de alumnos que no disponen de este talento.

Debemos secuenciar estas dos prácticas. La Práctica Escolar Deportiva (P.E.D.) es común a todos y previa a la otra práctica especializada. Debe permitir la educación de toda la población escolar, y orientar a los que tienen talento hacia una posible especialización, pero también permite la práctica del resto de los niños/as. En un momento dado, las dos prácticas llevarán caminos distintos. El escolar con talento realizará los dos tipos de prácticas mientras pueda; el resto, sólo la no específica

(P.D.E.). El momento de esta separación estará sujeta a criterios objetivos como: grado de desarrollo biológico, entorno del deportista, afinidad psicológica con la pretendida especialidad, evaluación objetiva de los aprendizajes específicos, componentes cognitivos, etc. Como vemos, todos ellos, referidos al sujeto, que es el protagonista, el deporte será sencillamente el decorado y la especialidad el argumento, las instituciones no deben de aparecer en esta obra.

2011:

“El objetivo de la Educación Física es educar y el del deporte ganar. Son objetivos diferentes y el proceso de formación ha de ser diferente”.

“No es practicar un deporte sino el proceso que ha de seguir un individuo para conseguir ser un buen deportista, y este proceso puede ser educativo o no. Puede ser incluso autodestructivo. Para asegurarnos que eso no suceda hemos de realizar práctica de Educación Física”.

## Recursos Metodológicos para la Educación Motriz (1971-2012)

### La importancia de las pausas en el entrenamiento (1971-73)

Resumen de la Tesina de fin de carrera, 1971-73, INEF Madrid, que bajo el título "Una pequeña experiencia sobre el entrenamiento **en la iniciación** del velocista" fue presentada por el maestro Paco Seirul-lo en el INEF, para la obtención del título de Profesor de Educación Física y Maestro en Deportes.

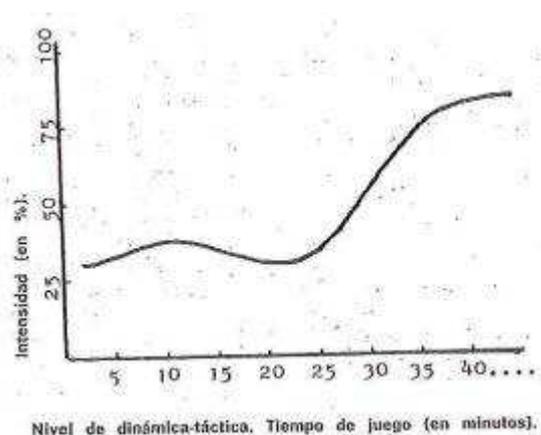
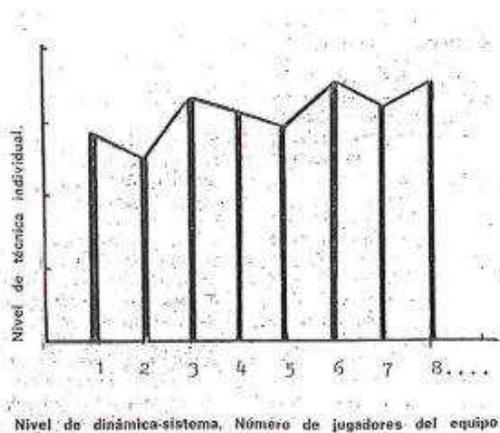
#### *Seirul-lo antes que Verkhoshansky*

El maestro Seirul-lo ya en 1971, con tan solo 26 años, en su tesina fin de carrera comprobó que las cargas concentradas con adecuados descansos permitían mantener y elevar el nivel de fuerza explosiva durante toda la temporada; mucho antes que un experimentado Verkhoshansky, con 50 años, realizara su primera publicación sobre los bloques concentrados de fuerza "Block Training System" ("Una nueva concepción del entrenamiento especial de fuerza de lanzadores y saltadores", en "Liogkaja Atletika", núm. 1 de 1978, Moscú).

### El ritmo como factor espacial y el ritmo en los deportes (1975)

Ritmo-sistema y Ritmo-táctica en cada deportista.

Si estos conceptos los trasladamos a los deportes de equipo, el ritmo individual se transforma en dinámica general, como suma e interacción de los ritmos de los distintos componentes del equipo; naciendo así los conceptos de Dinámica-sistema y Dinámica-táctica.

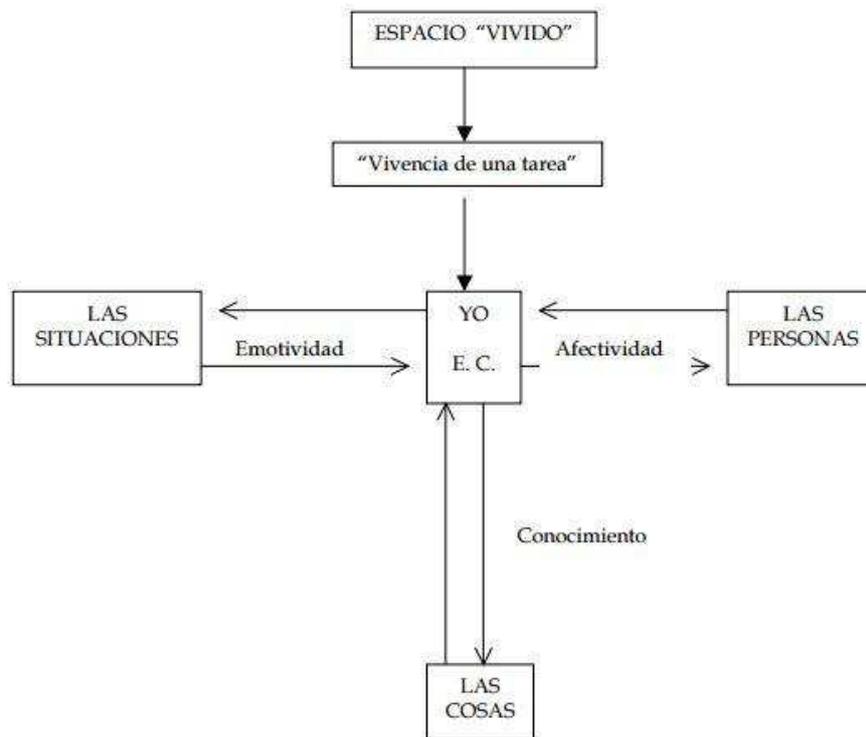


### Hacia una sinérgica del entrenamiento (1976)

“Por tanto, hay un gran campo en la experimentación de estos **fenómenos de sinérgismo** que creemos son de una gran importancia ...”

### Espacio y Tiempo en la Educación Física de Base (1981)

“Mientras vivimos, necesariamente ocupamos un espacio, y consumimos un tiempo. Todas nuestras actividades como ser viviente, están mediatizadas e indefectiblemente sujetas a estos dos parámetros. El movimiento como una manifestación más de esa vida, se desarrolla en un lugar del espacio, y en su ejecución además de recorrer unos lugares del espacio, consumimos necesariamente un tiempo en ese trayecto.”



El espacio como lugar de educación.

$$R = \frac{Cr \cdot Vs-g}{Ce \cdot Ct}$$

Prioridades para la optimización del ritmo.

### **Educación Física de Base (INEF Barcelona, desde 1976 ... 1985-88)**

El profesor Seirul-lo ha leído e investigado a los mejores expertos internacionales, experimenta constantemente en la práctica y sigue investigando para crear su propia visión, sus propias estructuras, inventa, crea, organiza, optimiza, ... Así nos introduce a una filosofía (expuesta en el primer apartado) y a unos recursos eminentemente prácticos y diferenciales.

Fin: Persona Alumno, ser inteligente que debe desarrollar capacidades perceptivas, comportamiento motor inteligente, y auto-conocimiento y auto-aceptación.

Principios del cambio, de disponibilidad y de automía.

E.C. Esquema Corporal: Lateralidad y Actitud + Relajación y Respiración.

Somatognosia, Mecanognosia e Iconognosia.

Espacio Próximo (corporal y propio), Espacio Remoto (operante y accesible) y

Espacio último (percepción temporal en espacios próximo y remoto).

Comportamiento Rítmico.

Educación del espacio y capacidades de percepción espacial: distancias, trayectorias, orientación y organización.

Educación del tiempo y capacidades de percepción temporal: duración (ITA-ITP), velocidades segmentarias-globales, discriminación de velocidades de objetos y móviles, predicción de acontecimientos (complejo de actuación antes-durante-después de ...).

Hecho coordinativo, coordinación dinámica general, coordinación dinámica especial, equilibrio estático, equilibrio dinámico, reequilibrio, ...

Capacidades coordinativas (1985):

\* Capacidades de Control del Movimiento (1er Nivel): Discriminación Kinestésica, Diferenciación Segmentaria, Variabilidad del Movimiento, Combinación de Movimientos, Control Guiado del Movimiento, Fluidez y Relajación del Movimiento, y Amplitud del Movimiento.

\* Capacidades de Implantación del Movimiento en el Espacio (2º Nivel): Orientación, Direccionalidad, Localización, Ubicación y Equilibrio Estático-Dinámico.

\* Capacidades de Adecuación Temporal (3er Nivel): Interacción Espacio-Motriz (Reacción-Anticipación Motriz), Diferenciación Rítmica, Variabilidad Rítmica, Adaptación Rítmica o Temporal, Sentido Rítmico.

Estructuración de tareas, subtareas y acentos educativos.

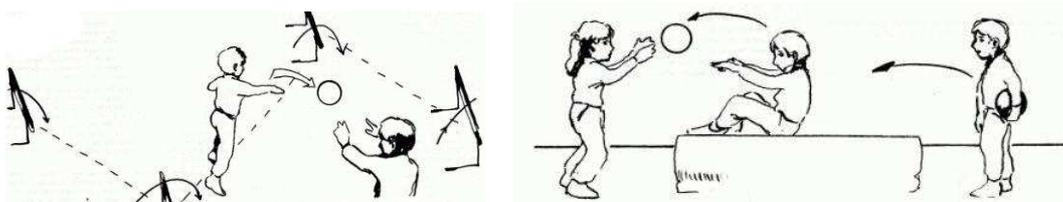
Situaciones de optimización preferenciales o con determinada prioridad.

Áreas de interés de la E.F. de Base en el proceso educativo hasta los 18 años.

### **Trabajo por Áreas, una alternativa (1986)**

“Una alternativa pedagógica sobre el tratamiento de las cualidades físicas básicas en la escuela; ..... Este trabajo, ofrece una alternativa a dicho tipo de prácticas, que se concreta en la relación que existe entre las cualidades físicas básicas y los aspectos coordinativos del movimiento”.

“El trabajo por áreas, consiste en cierta forma de organización del espacio de la clase y agrupación en él, de un conjunto de tareas con objetivos en capacidades condicionales. Cada Área de trabajo, agrupa a cierto número de alumnos que realizan determinadas tareas, cuyo objetivo es el desarrollo de una capacidad condicional asociada con aspectos coordinativos, según habíamos planteado con anterioridad. Los alumnos dentro de cada área, están organizados de forma que la mayoría tenga alguna función como ejecutor, ayudante, anotador, mantenedor, o en recuperación que son las funciones que proponemos. Estas funciones son alternativas, y todos los alumnos pasan por ellas, incluso en varias ocasiones durante su práctica en esa determinada área”.



### **Estructura de las sesiones de participación cognitiva (1986)**

“Nuestra opción no se centra en propuestas de métodos, ni contenidos, sino en definir un modelo que facilite una mayor interacción entre todos los componentes de la acción educativa y que no solo permita aprendizajes motrices, sino también adquirir otros factores que van implícitas en esas actividades motrices con el más alto valor individual y diferenciador de cada alumno, incluyendo a sus capacidades intelectuales particulares”.

El modelo que proponemos se desarrolla en tres fases sucesivas:

- 1.-ACTIVACIÓN
- 2.-ACTIVIDAD
- 3.-TEORIZACIÓN

### **Los lanzamientos en Educación Física (1986)**

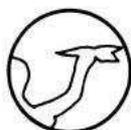
El lanzamiento tanto puede ser una tarea de regulación interna, como externa. La interacción persona-objeto, se resuelve en los distintos casos con la ejecución de una determinada trayectoria de impulso segmentario, (T.I.S.) de regulación interna. Mientras que la relación persona-espacio a través del objeto, puede estar sujeta a regulación externa; según sean las condiciones de estabilidad espacial, y las premisas de actuación en él. La interacción entre los tres elementos decantará, en cada situación concreta de lanzamiento, el tipo de regulación necesaria para solucionarla.

La ejecución de un lanzamiento supone realizar una determinada trayectoria con los segmentos ejecutores que transportan, y disponen del objeto por lanzar (T.I.S.). Esta función se completa al ejecutar el ejecutor, sucesivamente:

- El armado
- El desarrollo
- El desprendimiento

Cada una de estas sub-tareas tienen distintas funciones, y diferente forma de solucionarse en cada tipo de lanzamiento.

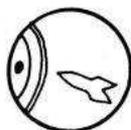
#### ***NIVEL 1. EL CUERPO QUE LANZA***



#### ***NIVEL 2. EL OBJETO LANZADO***



#### ***NIVEL 3. EL HECHO DE LANZAR***



Con ello, cada lanzamiento tiene su determinada forma, que se construye de entre las múltiples opciones de desprendimientos posibles de realizar en relación con la mayor o menor creatividad del profesor y del alumno.

### **Aspectos formativos de la E.F. y el Deporte en Edad Escolar (1987)**

El movimiento, sea E.F. o Deporte, tiene una serie de connotaciones tanto personales como sociales, en definitiva tiene un sentido.

El movimiento puede tener, desde nuestra perspectiva, alguno de los sentidos siguientes:

Lúdico, Agonístico, Expresivo, Creativo, Eronista, ...

### **Estructuras de la Persona (1987-98)**

ESTRUCTURAS QUE CONFIGURAN A LA PERSONA

ESTRUCTURAS QUE CONFIGURAN A LA PERSONA DEPORTISTA

"Podemos interpretar a la persona del deportista como una ...

Estructura hipercompleja configurada por interacciones y retroacciones entre las estructuras:

- \* CONDICIONAL
- \* COORDINATIVA
- \* COGNITIVA
- \* SOCIO-AFECTIVA
- \* EMOTIVO-VOLITIVA
- \* CREATIVO-EXPRESIVA
- \* MENTAL
- \* BIOENERGÉTICA
- \* ... "

"Hay que considerar a cada estructura como la manifestación de procesos subyacentes. Es decir, que los procesos, toda una red de relaciones dinámicas entre sistemas, se manifiestan a través de las que llamamos estructuras. Y las que nosotros llamamos tradicionalmente capacidades no son otra cosa que formas de evaluación sectorial de parte de los procesos que acontecen en algún sistema que configuran una determinada estructura."

### **El papel de la EF de Base en el desarrollo psicológico y social del niño (1991)**

El término Educación Física de Base es muy utilizado en la jerga de nuestro ámbito, pero, al igual que sucede con muchos otros vocablos, no existe una unanimidad de criterios en cuanto a su significado. Su relación con la psicomotricidad y con la iniciación deportiva parece ser una interpretación bastante difundida y aceptada pero queda reducida e inconcreta.

El autor nos presenta un planteamiento claro sobre el origen, evolución y objetivos de la Educación Física de Base desde su perspectiva de profesor de esta materia en el INEF de Barcelona.

Otros matices destacados están incluidos en el capítulo de éste documento que trata sobre la filosofía de la educación física.

### **Estructura Socio-Afectiva (2004)**

#### **CRITERIOS - JUICIOS EVALUATIVOS EN SITUACIONES**

Conocimiento del episodio de juego	.....	Idea de su nivel de competencia
Expectativas del grupo	.....	Deseos e intereses individuales
Nivel de Compromiso individual	.....	Grado de satisfacción personal
Estado de Confianza	.....	Aceptación al sentirse juzgado

\* Identificar y conseguir la comprensión del deportista.

#### **CONCORDANCIA DE EXPECTATIVAS INDIVIDUALES-GRUPO**

(3 bucles interactivos)

Valores Grupales	.....	Criterios del bucle ACOGIDA
Intimidad del Grupo	.....	Criterios del bucle COMPLICIDAD
Redes de Comunicación	.....	Criterios del bucle BIENESTAR

#### **DISEÑO SOCIO-AFECTIVO DEL ENCUENTRO**

Ayuda Mutua: espacio de intervención, episodios de juego, incremento del valor afectivo, estructura informal.

Cooperación: espacio de fase, situaciones de juego, variaciones del valor afectivo, estructura formal del grupo.

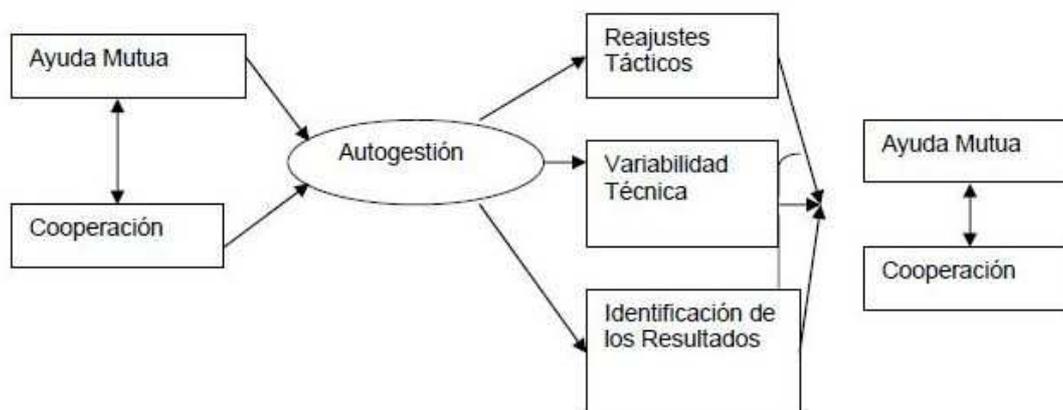


Fig.1

### CUESTIONES DE OPTIMIZACIÓN SOCIO-AFECTIVA QUE APORTAN RENDIMIENTO

Ayuda Mutua y Cooperación: Optimizar los Niveles de Autogestión del Grupo.

Comunicación Asertiva: Optimizar los Canales de Información Interna.

Comunicación Empática: Intensificar el Rendimiento considerando individualidad e interculturalidad.

### Las Competencias en la Educación Física · Hacia la Auto-Evaluación (2010-12)

Documento del maestro Seirul-lo donde destaca la importancia de la auto-evaluación desde una perspectiva inter-sistémica en todos los ámbitos de la educación en contraposición a los procesos lineales de evaluación por competencias.

"... ¿Qué es lo que está bien y lo que está mal? ¿Qué es lo que debemos hacer y lo que no debemos hacer? ¿Cuándo tenemos un nivel de competencia suficiente? ¿Por qué somos competentes? ..... para cualquier tipo de actividad humana se definen niveles de competencias."

"¿Y por qué aquel es más competente que éste? Por la cuantificación, la medida exacta, volviendo a lo mismo, a que tendemos a maximizar, a decir, más de una cosa es siempre mejor. Y eso es un error en el ser humano. Cada ser humano tiene unos niveles de competencia que están debidos a su constitución como humano. Y si entendemos así lo que es un ser humano, la complejidad que tiene, sabremos que estamos en una función que es imposible: ... evaluar la capacidad del ser humano,..."

"Pues si observamos las Estructuras que conforman a la persona (bioenergética, condicional, coordinativa, socio-afectiva, emotivo-volitiva, expresivo-creativa, cognitiva, mental, ...) y la entendemos como Estructura Disipativa Hipercompleja, obtenemos una visión holística de competencia y no lineal como suelen ser definidas."

"... Por eso se definen linealmente muchas competencias, pero es una labor inútil, pues tenemos millones de ellas y no podemos reducirlas en Informacionales, Situacionales, Instrumentales, etc. "

"Y entendemos por el contrario que las competencias son consecuencia de interacciones, retroacciones y sinergias de los distintos sistemas que constituyen las Estructuras que conforman al humano, que estimuladas por integradas situaciones de interacción, se ven optimizadas en una auto-estructuración interminada e irrepetible."

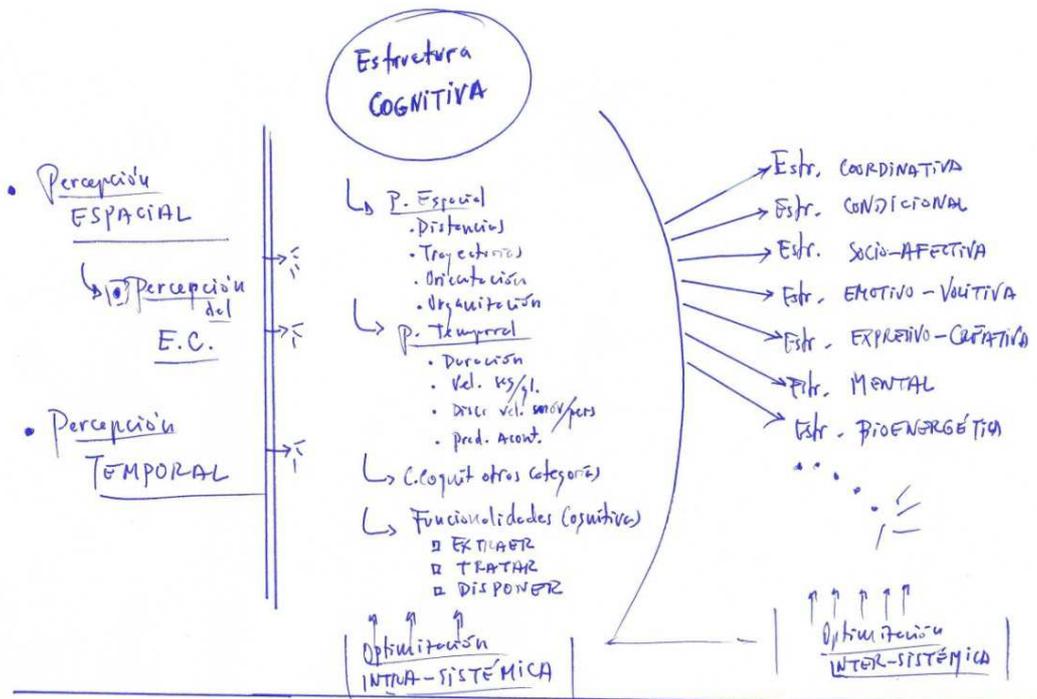
### **Conjeturas Sistémicas (2000-2010)**

El maestro Seirul-lo cambia los principios de la teoría general del entrenamiento que no se ajustan a la complejidad del ser humano por conjeturas sistémicas.

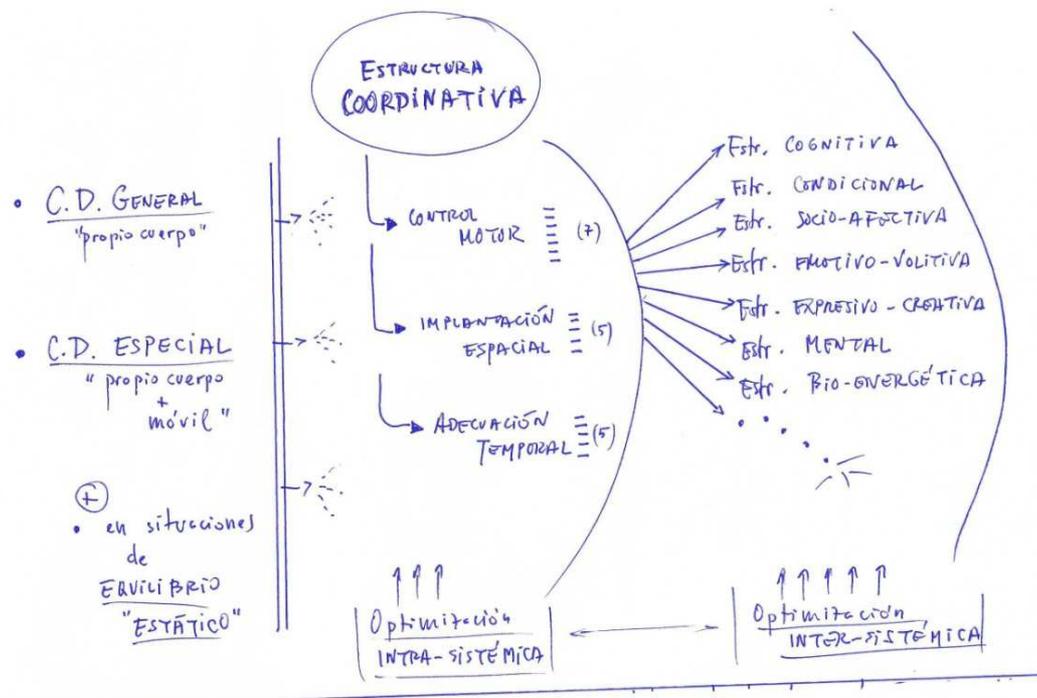
- \* Conjetura de la eficiencia sincrónica.
- \* Conjetura de la conformación intra/inter-sistémica.
- \* Conjetura de la utilidad temporal.
- \* Conjetura holográfica.
- \* Conjetura sinérgica.
- \* Conjetura de la recursividad.
- \* Conjetura de la idoneidad.
- \* ...

Esta perspectiva ofrece múltiples categorías de aplicación tanto al entrenamiento deportivo como a la educación motriz e iniciación deportiva.

**Dos ejemplos de esquemas de optimización intra-inter sistémicas (2015)**  
Interpretando a Seirul-lo



DRN, INTERPRETANDO AL MAESTRO PACO SEIRUL-LO, DESDE 1985.



DRN, INTERPRETANDO AL MAESTRO PACO SEIRUL-LO, DESDE 1985.

## **Proyecto de Iniciación Deportiva (2004)**

Hacia la década de los 80, el maestro Francisco Seirul-lo Vargas fue el responsable de un detallado estudio e intercambio con las mejores escuelas de iniciación deportiva europeas (bases de la desaparecida D.D.R. República Democrática Alemana, complementadas con las aplicaciones de las escuelas deportivas Rusas, Francesas, Italianas y Escandinavas), para elaborar un minucioso compendio que le permitiría coordinar y participar en la creación y desarrollo práctico de los C.I.D. Centros de Iniciación Deportiva en España que se convirtieron en una referencia de máximo prestigio internacional.

"Habitualmente, la iniciación a los deportes se realiza por medio de modelos contruidos por los profesionales, en los que se proponen programas de ejercicios que según estos profesionales son idóneos para lograr unos objetivos por etapas supuestamente comunes a todos los deportistas y son estas mismas personas quienes por medio de test seleccionan y detectan los talentos de forma prematura para aplicarles indiscriminadamente ese proceso, ocasionando en muchos casos el abandono de la práctica al no obtener los resultados esperados. Con la excusa de no valían, se oculta una mala gestión de los procesos de entrenamiento que son contruidos de espaldas a las verdaderas necesidades del jugador."

"La alternativa que propone Seirul-lo se centra en el deportista, en las necesidades que tiene como ser individual que es, por lo que las tareas propuestas son situaciones únicamente sujetas a las necesidades que la competición deportiva crea en el individuo que la práctica. Entendiendo al individuo como un ser único, abierto, en continua interacción con el medio."

"Por ello, los contenidos de cada fase, estarán contruidos según sea la categoría de práctica que se proponga para que sea resuelta por cada sujeto según su talento y dedicación. Esta será la forma de descubrir y captar los verdaderos talentos."

"Esta propuesta es una construcción ideal que debe ser ajustada a la situación real de cada jugador o al menos a cada grupo de jugadores, para que la iniciación al deporte que practican promueva la obtención de los resultados deseados en las edades posteriores, sin caer en la premura del resultado inmediato y precoz que sólo puede ser una consecuencia del propio talento y nunca la finalidad de estas Fases iniciales."

"Cada jugador debe hacerse un proyecto personal de vida deportiva, ajustando este a sus necesidades y logros, única opción si quiere obtener óptimos resultados en los momentos clave de su vida deportiva. Luego su talento personal y la suerte, definirán la exacta validez del proceso y de la forma de haberlo adaptado al jugador."

"Con estos criterios, cuando la formación de los técnicos así lo ha permitido, se han venido planificando los contenidos de entrenamiento para jóvenes de atletismo, balonmano y fútbol en el F.C.Barcelona, desde principios de los 90."

### ***El proyecto***

"Los criterios para denominar cada Etapa y sus fases, están extraídos de modelos propuestos en la desaparecida D.D.R completados por estudios recientes de propuestas de las escuelas de iniciación en Francia e Italia."

"La argumentación básica de las fases iniciales es fundamentalmente de tipo fisiológico, pero también se contemplan aspectos psico-sociales sobre todo en la justificación de las metodologías y condiciones de aplicación de las tareas."

"En la etapa A de iniciación, sus fases están demarcadas cada dos años, pues esos procesos fisio-psico-sociales se modifican rápida y significativamente en estas primeras edades. Mientras que en la etapa B, sus fases son de 4 años, ajustándose a ciclos Olímpicos que son objetivo posiblemente prioritario de la etapa de alto rendimiento y pueden ser ajustados a bienios para los campeonatos del mundo de alguna de estas especialidades. La construcción de un proyecto de vida deportiva, está sujeto a procesos de maduración y desarrollo del individuo y las edades que proponemos son sólo aproximadas, pero en cualquier caso válidas para una mayoría de individuos."

"En la etapa C las edades propuestas son aún más aproximadas. En ciertos deportes y en categoría masculina se aproxima más que en otros y para categorías femeninas. En todo caso esta es una propuesta ideal que debe ser entendida como una tendencia de referencia que cada individuo deberá modificar según sus logros e intereses."

"El **proyecto de vida deportiva** se divide en tres etapas:

- A. De iniciación a la práctica
- B. De obtención de alto rendimiento
- C. De funcionalidad decreciente"

"Cada una de las tres etapas se suceden en lapsos de 10-12 años y se subdividen en fases:

A1-. Fase de la práctica regular inespecífica (edad de 5- 7 años)

A2-. Fase de la formación genérica polivalente (edad de 8-10 años)

A3-. Fase de la preparación multilateral orientada (edad de 11-13 años)

A4-. Fase de la iniciación específica (edad de 14-16 años)

B1-. Fase de la especialización (edad de 17-19 años)

B2-. Fase del perfeccionamiento ( edad de 20-23 años)

B3-. Fase de la estabilidad y alto rendimiento ( edad de 24-28 años)

C1-. Fase de la conservación del rendimiento (edad de 29-34 años)

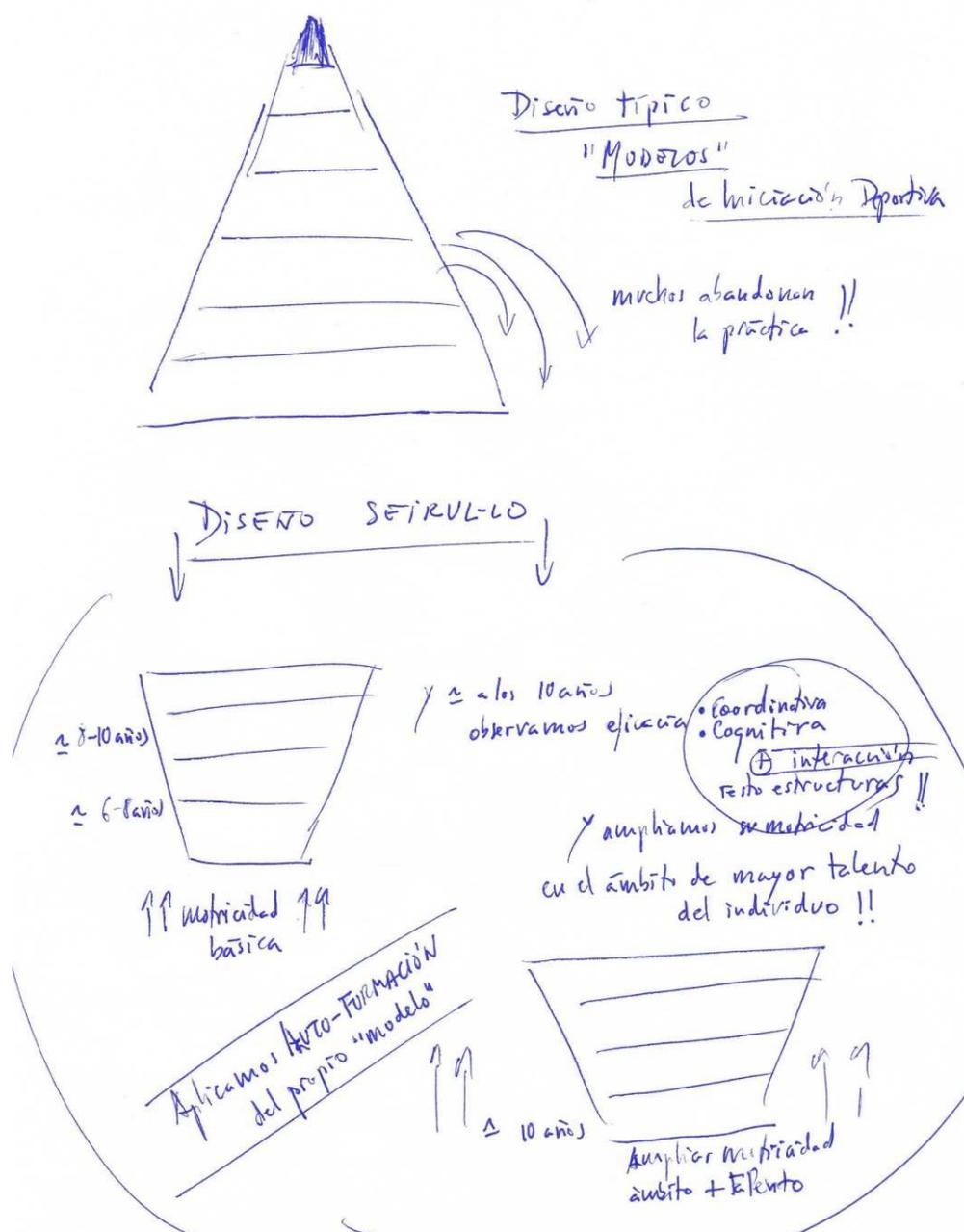
C2-. Fase de la adaptación compensatoria a la reducción del rendimiento  
(edad de 33-38 años)

C3-. Fase de la readaptación funcional para el rendimiento no competitivo  
(edad de 30-41 años)"

"Es imprescindible que todo deportista sea orientado en su vida deportiva por un proyecto que permita evitar errores muy frecuentes cuando se precipitan los acontecimientos deportivos y no se respetan temporalmente los grandes criterios de optimización del individuo."

## Motricidad Básica y su Aplicación a la Iniciación Deportiva (2001-2010)

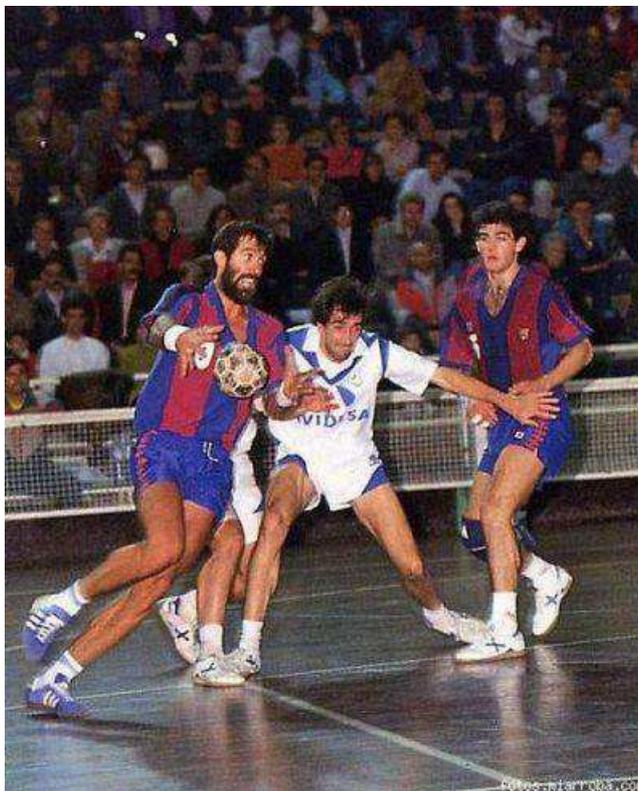
Extraído de los apuntes de la asignatura optativa "Motricidad básica y su aplicación a la iniciación deportiva" (INEF Barcelona), aportamos un esquema comparativo sobre los diseños de iniciación deportiva.



En esas sesiones, durante 10 años consecutivos, el maestro Seirul-lo nunca repitió una sola clase práctica, ni tampoco una sola clase teórica. La optimización era constante !!

## Ejemplos de aplicación de los sistemas dinámicos a los deportistas

### Sobre Veselin Vujović, jugador de balonmano, (década de los 90)



“En la primera fase de los partidos probaba e investigaba la dinámica de los defensores y después empezaba a dar y meter goles cambiándoles el ritmo”

### Sobre las dinámicas de los equipos (Junio, 2008)

"Lo que pasa en un equipo es culpa de todos, de los que están alrededor del equipo, de los que hablan del equipo, de los que fichan a jugadores...Todos los seres humanos confluimos en el lenguaje y el lenguaje de comunicación permite igualar a las personas"

## Sobre Andrés Iniesta como Mejor Jugador de Fútbol del Mundo (Febrero, 2010)



Pregunta 1 (Congreso Internacional de Educación Física, Barcelona): “Me alegra que preguntes por Iniesta porque creo que es el mejor futbolista del mundo\*. Desde los 12 años estaba aquí en la Masia y hasta el año pasado no ha hecho nada de estructura condicional. Su propia biología y práctica específica le ha dado posibilidades de llegar donde ha llegado sin hacer nada de fuerza, ni de velocidad, ni de resistencia, ni de flexibilidad ... y vosotros diréis ¿eso es mentira? Es verdad !! ¿Qué significa? Que siendo muy débil y muy poco resistente, poco rápido y poco de todo, en el sentido de poco que tenéis vosotros, ha “hipertrofiado”, para nosotros optimizado, sus estructuras cognitiva, coordinativa, lo emotivo, etc. Él disfruta mucho más dando un buen pase o manteniendo el juego con el pase, que no hacer un gol. Estos valores que ha estado utilizando a lo largo de toda su vida cuando ahora le exigimos un paso más para que así pueda aplicar y hacer frente a cualquier oponente y situación, necesita simplemente entender cómo es su adversario, lo que es capaz de proponer en su juego junto con los demás compañeros de su equipo.



Porque en los deportes de adversario, el gran problema de la competencia está en el que está enfrente, su evaluación nos la da la referencia de qué hacer para superarlo y creando situaciones desconocidas para él, poder mostrar alta competencia en el desarrollo del juego como hace Iniesta con esa “aparente” facilidad en la superación de adversarios y construir el juego que en cada momento requiere el partido. En las edades que antes habéis mencionado, el competente puede parecer bueno en todo si su talento se ha decantado en la Estructura Condicional y si solo centramos preferentemente en ella nuestra práctica, pues el que es fuerte-resistente-rápido, aparentemente hace cualquier tarea del juego bien, pero no os dejéis engañar por un

rendimiento temprano fundamentado en lo condicional. Tenemos muchos ejemplos de futbolistas que han llegado siendo fuertes, grandes y altos, y que en edades juveniles y en edades primeras de la práctica motriz eran talentos, ..... y cuando llegan a los 20 años se igualan con los demás en lo condicional y en lo bioenergético, desaparecen, porque no han hecho más que esto, y no han optimizado en sintonía con lo condicional, el resto de sus estructuras, como hizo Andrés”.

### **Sobre la evolución de una selección nacional de balonmano (Enero, 2013)**



A finales del 2009 Valero Rivera aceptó el cargo de seleccionador nacional de balonmano y de nuevo le propuso a su maestro Paco Seirul-lo volver a colaborar en un proyecto. Prácticamente no hubo tiempo de preparación para afrontar el mundial de Croacia y el equipo quedó decimotercero. Pero desde ahí, la evolución fue total y en la siguiente cita, el Europeo de 2010 de Austria, el combinado nacional fue sexto. Fue entonces cuando devolvió a España a la élite en 2011, con el sensacional bronce mundialista en Suecia, éxito que no pudo repetir en el siguiente Europeo, donde volvió a coquetear con los metales. En los Juegos Olímpicos de Londres el equipo llegó a los cuartos de final. Primero, un sorteo durísimo que les encuadró con Dinamarca, Croacia, Serbia y Hungría. La favorita Francia se cruzó con España en los cuartos, resueltos por un gol sobre la bocina, tras un rechace ... posiblemente ilegal, de William Accambray. "Por momento, forma y lugar, la derrota más dolorosa de mi vida", confesó Valero Rivera.

El balonmano, con un calendario frenético, da siempre nuevas oportunidades rápidamente y en esta ocasión la tuvo en una cita especial, el Mundial 2013 celebrado en España, y con la final ante la poderosa Dinamarca en la mítica Barcelona, ganada con una diferencia inédita por la selección española.

*Editorial EF*

### Sobre la variabilidad en el entrenamiento (marzo 2013)



<http://video.gazzetta.it/mennea-ricordo-carlo-vittori/29178938-92eb-11e2-9e6f-a542f556a4b6>

Video de gran valor histórico, tal como nos comenta el maestro Rafael Martín-Acero: "El professore Vittori y el maestro Seirul•lo se conocen y conocen sus trabajos. En el video el Prof. Vittori con mucha intención (hay que conocer el contexto) habla de 'variabilidad' del entrenamiento (Seirul•lo y Vittori han defendido el concepto de 'variabilidad' desde siempre, con diferentes aproximaciones - ver artículo de Vittori y Bonomi en RED), y lo hacen frente al 'conservadurismo' o estabilidad del entrenamiento italiano de fútbol, sobretodo el físico al ser demasiado estructurado y atlético. Creo que tiene mucho valor, por ser quien es, por ser italiano, por acordarse en el momento en que defendía la "tercera vía" de la metodología para el rendimiento; frente a la primera ("se nace") y la segunda ("se fabrica")."

**Sobre la configuración táctico-estratégica del equipo  
Conferencia en París (10/2014)**

“Si en vez de decir que vamos a atacar o a defender decimos que vamos a tener el balón o lo queremos recuperar, ¿qué diferencia hay?”

“Si haces veinte toques y al final logras meter un gol o no, vale la pena. ¿Por qué? Pues porque veinte individuos han disfrutado. Mover el balón sin sentido no es ningún juego. En vez de línea defensiva tenemos un proceso de juego en cada una de las partes del campo. Un proceso cerca de nuestra área y en la del rival”

“Hemos destruido pensar solo en defensa, mediocampo y ataque, y **hemos construido un nuevo juego**; en los últimos cinco años hemos vivido un fenómeno de jugar al fútbol en otras condiciones”

“¿Creéis que Pedro no podría jugar de defensa? Pedro jugando en la zona de construir el juego es de una calidad increíble porque hemos logrado que su concepción metodológica sea diametralmente distinta a la que se supone que ha de tener un delantero”

“Cuando jugamos los partidillos en los entrenamientos es el mejor defensor del equipo, mucho mejor que cualquiera de nuestros defensas, porque no solo es capaz de recuperar el balón sino que a partir del balón inicia la jugada para crear alguna cosa”

### Sobre la influencia en el trabajo de entrenador



"Seirul-lo, medalla al mérito deportivo: Paco Seirul-lo será distinguido con la medalla al mérito deportivo. Un merecido reconocimiento a un hombre totalmente dedicado a su profesión, reconocido por todos como un "maestro" de la preparación física. Paco fue mi profesor en el INEF, me preparó físicamente en mis últimos tres años como jugador del Barça de balonmano. En mi etapa de entrenador trabajamos juntos, hasta que Johan Cruyff se lo llevó al fútbol. Un ejemplo. Felicidades, Paco."

*Valero Rivera (Mayo, 2008)*



"Me conoció sin un pelo en el cuerpo y ahora nos afeitamos juntos. Sinceramente, si no hubiera conocido a Paco no entendería el trabajo de entrenador como lo entiendo hoy".

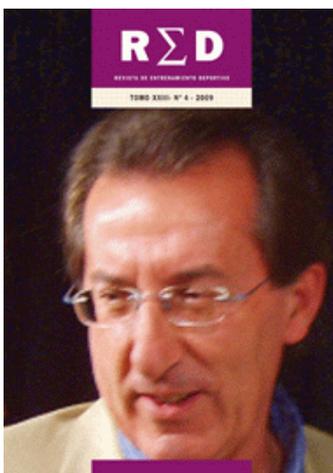
*Pep Guardiola (Enero, 2012)*

**PACO SEIRUL·LO: ENHORABUENA, Y MUCHAS GRACIAS !**



**Rafael Martín Acero**

RED Revista de Entrenamiento Deportivo - Tomo XXIII N° 4 2009



Paco Seirul·lo nació en Salamanca, en cuya Universidad comenzó estudios universitarios en la Facultad de Ciencias. trasladándose después a Madrid, para cumplir con su vocación de educador físico y de técnico deportivo, en el recién inaugurado INEF.

El padre de Paco Seirul·lo era un ilustrado y un pionero, entre otras actividades deportivas fundó varias entidades en la ciudad castellana. Paco fue practicante de diversas disciplinas deportivas, destacando en los deportes de equipo y en Atletismo, llegando a ser campeón de España júnior y medallista universitario. Entrenó con nuestro maestro Carlos Gil Pérez, del que algunos aprendimos, además de entrenamiento atlético, el gusto por la búsqueda de formación y de conocimiento. Sus orígenes familiares, ciudadanos y deportivos, le han llevado a ser uno de los intelectuales del deporte español con mayor experiencia e influencia en la práctica, sus éxitos deportivos han dotado de mayor visibilidad a su praxis estigmática, cuya influencia en el entrenamiento español, sobre todo en Atletismo y deportes de equipo, es tan innegable, como lo es de incalculable el tamaño de sus efectos, que ya han alcanzado el éxito y el impacto profesional internacional.



Seirul·lo ha influido y aportado las hipótesis y los constructos más sugerentes para el entrenamiento de los deportes situacionales, sociomotores o episódicos (de equipo, de lucha), dentro de las incipientes ciencias de la actividad física y del deporte. El presente número de RED debe servir, humildemente, para felicitar y agradecer al Profesor Seirul·lo por sus contribuciones, pero también para centrar en parte la lectura de su obra, que tanta incidencia tiene en la práctica. Se suma este número de RED a las

iniciativas encomiables de las webs que recogen material de Paco Seirul·lo a partir de trabajos de él, de difícil acceso (por ejemplo: [www.entrenamientodeportivo.org](http://www.entrenamientodeportivo.org); [www.educacionmotriz.org](http://www.educacionmotriz.org)). También se imparte desde hace años un Máster (Fundación F.C. Barcelona e INEFC) que recoge el paradigma de conocimiento construido a partir de Seirul·lo, y su desarrollo aplicado a la preparación física de los deportes de equipo.

Seirul·lo finalizó su formación inicial asistiendo como invitado a los JJ.OO. de 1912. Por su orientación científica también visitó algunos centros de investigación en EE.UU., en aquellos años parecía que su sesgo científico lo llevaría a grandes misiones, supuestamente dentro de un laboratorio, embridado por el método experimental. Pero, su gran pasión por el desarrollo humano hasta la excelencia, a través del movimiento y del deporte, siempre le acercó a colegios jóvenes y deportistas, y así se convirtió en un investigador en acción, cuyas propuestas verificadas en la práctica fueron registradas, analizadas y comunicadas. Su impacto en la práctica no es cuantificable. En muchas investigaciones y tesis ya ha sido de mayor

impacto que cualquier contribución estandarizada. Su evolución no ha sido de renunciadas, si no de maduración, de científico precoz a profesor sistemático, de profesor metodológico a entrenador-investigador, de profesor o preparador a maestro. Quienes lo escuchan, leen o siguen parcialmente, sesgan. Se orientan hacia una parte sencilla de la complejidad dinámica madura, coherente y densa del pensamiento Seirul·lo. Hay que leerle y escucharle, verlo actuar e investigarle formalmente, ... y vuelta a empezar, una y otra vez. Cualquier investigación será ardua, participativa y cualitativa. vamos que habrá que investigar y actuar, como él, cerca del área (como Vujovic), entre líneas (como Iniesta), ... tenemos que volver a pensar a Seirul·lo con Seirul·lo. Tenemos que actuar como en la preparación de cada ciclo de entrenamiento, al igual que hay que estudiar a nuestros deportistas, estudiemos nuestras propias limitaciones. Tenemos que actuar reflexivamente (como Guardiola), buscando mejor nuestro saque o revés (como Conchita Martínez), ... y volver a empezar (como Cecilio Alonso). El conocimiento práxico-teórico de Seirul·lo es complejo y dinámico, él no habla ni actúa dicotómicamente (fuerza, ¿sí, o no?), primordialmente (la estructura más importante es sólo la ¿...?), o excluyentemente (no hay que investigar paramétricamente), pero sí prioriza y jerarquiza conceptualmente. No reduzcamos la riqueza que el Profesor Seirul·lo nos transmite y lega, aunque sea difícil aplicar todos los matices de las redes de variables que nos ha centrado y relacionado, para aplicar en la práctica del entrenamiento.

Seirul·lo ha sido tildado de "teórico" por aquellos que no quieren ser vulnerables en su pragmatismo simplista, y ha sido calificado de "práctico", por los que hipervaloran el academicismo lineal, cuando no ortodoxo y reduccionista, aunque las aportaciones de unos y otros no alcancen a influir en la mejora de la calidad de las intervenciones de campo.

Seirul·lo es profesor en el INEF de Barcelona desde su nacimiento, siendo el primer Ldo. en Educación Física que lo dirigió. Ha impartido asignaturas de kinesiología, aprendizaje, teoría y planificación del entrenamiento y educación física de base. Muchos de sus alumnos del INEF de cursos de entrenadores, seminarios etc., lo reconocemos como maestro).

Seirul·lo ha aplicado sus teorías a la práctica como entrenador de diferentes especialidades deportivas (Atletismo, Judo, Tenis, Balonmano, Fútbol, etc.).

Seirul·lo lleva 30 años en el F.C. Barcelona (Atletismo, Balonmano, Fútbol), en Atletismo ha entrenado a campeones de España y atletas internacionales, en balonmano ha trabajado con Valero Rivera, y han conseguido 8 ligas, 6 copas del Rey, 3 recopas de Europa, 3 copas de Europa, y 1 supercopa de Europa. Desde 1994 es el preparador físico del primer equipo de Fútbol del F.C. Barcelona y Director de la Comisión Técnica responsable de la planificación de entrenamiento de las secciones deportivas profesionales del club. En el Fútbol ha trabajado con quien significó un gran cambio en el concepto de juego en España: Cruyff, también con Robson, Rexach, Van Gaal, o Rijkaard, desde hace algo más de un año con el debutante

Guardiola. Con el Barga de Fútbol ha conseguido 5 ligas, 2 copas del Rey, 4 supercopas de España, 1 supercopa de Europa, 2 recopas de Europa y 3 copas de Europa. En mayo de 2006 se convirtió en el único técnico en conseguir un doblete histórico al ganar la Copa de Europa en Fútbol y en balonmano, de cuya selección española es responsable de la preparación física desde 2008. En 2009, el año del "doble triplete", el alto rendimiento, el conocimiento de la complejidad, y los máximos resultados posibles han sido alcanzados por el F.C. Barcelona de Fútbol, el equipo de Guardiola, a quien ha acompañado Seirul·lo en su etapa de jugador de la pedrera (cantera), en su etapa de jugador de élite mundial, y ahora de entrenador hexacampeón.

A Seirul·lo a nivel institucional se le han realizado algunos reconocimientos, recientemente recibió la medalla al Mérito Deportivo. Recibe el reconocimiento de sus estudiantes y deportistas. Nosotros, RED: Revista de Entrenamiento Deportivo queremos! compilando alguno de sus trabajos, recogiendo sus opiniones, aportando las consideraciones de jóvenes profesionales que estudiaron su paradigma y lo aplican a la investigación y/o a la práctica profesional de calidad: Carlos Lago, Carlos Lalín y Miguel F. Del Olmo. De este modo RED, y nosotros con ella, no solo queremos reconocerle, si no también agradecerle su enorme contribución a la calidad teórica y práctica del entrenamiento deportivo y, como no, a ser el Director de esta revista desde su aparición en 1987.

El ejemplo de ética personal y de deontología profesional tampoco debe quedar sin mencionar, quizás en esta primera década del tercer milenio puede parecer innecesario pero, los que tenemos la suerte de disfrutarlo como entrenador, profesor, maestro y amigo podemos decir bien alto y negro sobre blanco que, si su contribución profesional y académica es de la mayor magnitud, su ejemplo de vida es aún más grande. ¡Paco Seirul·lo!: ¡Felicidades!,... ¡muchas felicidades!; y ¡gracias!, ... ¡muchas gracias!



## RECONOCIMIENTO A SU TRAYECTORIA DOCENTE EN EL INEF DE BARCELONA

---



La última clase como profesor del INEF de Barcelona impartida por el maestro Francisco Seirul-lo Vargas el 27 de mayo de 2010 es un momento para el reconocimiento y agradecimiento a su exquisita dedicación docente desde el inicio del primer curso académico del INEF el 8 de enero de 1976.

Hay que recordar infinidad de momentos magistrales del maestro Paco Seirul-lo en sus sesiones y asesoramientos, tanto a alumnos como a profesores, siempre con su especial precisión, minuciosidad, pasión, humildad, elegancia, tranquilidad, respeto y humanidad, estimulando sin límites el conocimiento del movimiento humano y dignificando nuestra profesión a los más altos niveles imaginables.

Aunque es simplemente un punto y seguido porque consta que el maestro Seirul-lo continuará su labor en muchos otros ámbitos y espacios.

Muchos podrán contar que tuvieron el lujo y el honor de haber estado ahí, en esas clases.

¡¡ Felicidades y Gracias MAESTRO !!

*27 de mayo de 2010, en el pabellón deportivo del INEF Barcelona*

*Fundamentos de Francisco Seirul-lo Vargas para la Educación Motriz*

## **PUBLICACIONES DE FRANCISCO SEIRUL·LO VARGAS**

---

- Seirul·lo Vargas, F. (1973). La importancia de las pausas en el entrenamiento (resumen de tesis fin de carrera). Revista Apuntes de Medicina Deportiva, Ed. C.I.M.D. INEF Barcelona, Vol. X, nº 40.
- Seirul·lo Vargas, F. (1975). El ritmo en los deportes (I). Revista Deporte 2000, VII, 72.
- Seirul·lo Vargas, F. (1975). El ritmo como factor espacial (II). Revista Deporte 2000, VII, 73.
- Seirul·lo Vargas, F. (1975). El ritmo en los deportes. Apuntes de Medicina Deportiva, XII, 45, 43-46.
- Seirul·lo Vargas, F. (1976). Hacia una sinérgica del entrenamiento. Revista de Apuntes de Medicina Deportiva, 50, 27-28.
- Seirul·lo Vargas, F. (1979). Desarrollo de la Cualidades Físicas Básicas. Revista de Atletismo Español, agosto y noviembre, 27-39 y 25-29.
- Seirul·lo Vargas, F. (1981). Espacio-Tiempo en la Educación Física de Base. Apuntes de Medicina Deportiva, 18 (70), 85-94.
- Seirul·lo Vargas, F. (1985). Capacidades Coordinativas - Coordination Capacities. Documento INEF Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F. (1986). Trabajo por áreas. Una alternativa.... Ref, Revista de Educación Física, 8, 5-11.
- Seirul·lo Vargas, F. (1986). Estructura de las sesiones de participación cognitiva. Ref, Revista de Educación Física, 10, 5-8.
- Seirul·lo Vargas, F. (1986). Los lanzamientos en Educación Física. Colección Renovar la Práctica. Publicaciones Deportivas S.C.L.: Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F., Martín Acero, R., Povill, JM y Sánchez, A. (1986). Los Lanzamientos en Educación Física y Atletismo en la Escuela. Publicaciones Deportivas S.C.L.: Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F. (1986). Entrenamiento coadyuvante. Apuntes de Medicina Deportiva, 23, 39-41.
- Seirul·lo Vargas, F. (1987-98). Estructuras de la Persona Deportista - Structures of the Athlete. Documento INEF Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F. y Casamort, J. (1987). Aspectos formativos de la E.F. y el deporte en la edad escolar. Ref, Revista de Educación Física, 13, 5-11.
- Seirul·lo Vargas, F. (1987). La técnica y su entrenamiento. Apuntes de Medicina Deportiva, 24, 189-199.
- Seirul·lo Vargas, F. (1987). Opción de planificación en los deportes de largo periodo de competiciones. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 1 (3), 53-62.
- Seirul·lo Vargas, F. (1987). Funciones y competencias del preparador físico en un club deportivo. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 6 (1), 70-71.

- Seirul-lo Vargas, F. (1988). Iniciación al Atletismo I y II. Videos didácticos. Ministerio de Cultura.
- Seirul-lo Vargas, F. y Sánchez Bañuelos, F. (1988). Unidad metodológica para el desarrollo de la fuerza-técnica en las habilidades deportivas. Ideasport: Barcelona.
- Seirul-lo Vargas, F. (1990). Entrenamiento de la fuerza en balonmano. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 4 (6), 30-34.
- Seirul-lo Vargas, F. (1991). El papel de la EF de Base en el desarrollo psicológico y social del niño. Revista de Educación Física, 38, 32-34.
- Seirul-lo Vargas, F. (1992). Valores educativos del deporte. Revista de Educación Física, 44, 3-11.
- Seirul-lo Vargas, F. (1992). Enseñanza y entrenamiento del salto de longitud y del triple salto. Atletismo II: Saltos. Comité Olímpico Español – Real Federación Española de Atletismo.
- Seirul-lo Vargas, F. (1993). Preparación física aplicada a los deportes de equipo. Cuadernos Técnicos Pedagógicos del INEF Galicia.
- Seirul-lo Vargas, F. (1994). El concepto de planificación en los deportes de equipo. Documento INEF Barcelona.
- Seirul-lo Vargas, F. (1998). Planificación a Largo Plazo en los Deportes Colectivos. Curso sobre Entrenamiento Deportivo en la Infancia y la Adolescencia. Escuela Canaria del Deporte.
- Seirul-lo Vargas, F. (1999). Valores educativos del deporte. En: Iniciación deportiva y deporte escolar. INDE: Barcelona.
- Seirul-lo Vargas, F. (2000). Fundamentos de Planificación en los Deportes de Equipo. Documento INEFC Barcelona ·UB.
- Seirul-lo Vargas, F. (2003). Sistemas dinámicos y rendimiento en deportes de equipo. First Meeting of Complex Systems and Sport. INEFC-Barcelona.
- Seirul-lo Vargas, F. (2004). Estructura Socio-Afectiva. Documento INEFC Barcelona.
- Seirul-lo Vargas, F., Lago Peñas, C., Martín Acero, R. y Álvaro Alcalde, J. (2006). La Importancia de la dinámica del juego en la explicación del tiempo de posesión en el fútbol. Un análisis empírico del F.C. Barcelona. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 10 (1), 5-12.
- Seirul-lo Vargas, F., Lago Peñas, C. y Martín Acero, R. (2007). El Rendimiento en el fútbol. Una modelización de las variables determinantes para el F.C. Barcelona. Apunts de Educación Física y Deportes, 90, 51-58.
- Seirul-lo Vargas, F., Lago Peñas, C., Casáis Martínez, L., Domínguez Lago, E. y Martín Acero, R. (2010). La influencia de la localización del partido, el nivel del oponente y el marcador en la posesión del balón en el fútbol de alto nivel. Apunts de Educación Física y Deportes, 102, 78-86.
- Seirul-lo Vargas, F., Lago Peñas, C., Martín Acero, R., Álvaro Alcalde, J., Hernández Moreno, J., Sánchez Sánchez, F., Fernández del Olmo, M., Lalín Novoa, C. y Vizcaya Pérez, F.J. (2011). La relación de la fatiga con el rendimiento en deportes de equipo. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 15 (4), 5-15.
- Seirul-lo Vargas, F. (2012). Competencias: Desde la Educación Física al Alto Rendimiento. Revista de Educación Física, 128, 5-8.

Seirul-lo Vargas, F., Martín Acero, R., Lago Peñas, C y Lalin Novoa, C. (2013). Causas objetivas de planificación en deportes de equipo (I): estado de forma y calendarios. RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 27 (1), 19-33.

Seirul-lo Vargas, F., Martín Acero, R., Lago Peñas, C y Lalin Novoa, C. (2013). Causas Objetivas de Planificación en Deportes de Equipo (II): La Microestructura (microciclos). RED, Revista de Entrenamiento Deportivo, 27 (2), 2013.

Seirul-lo Vargas, F. (2013). La Estructura Cognitiva. Comunicación para la formación de entrenadores deportivos. Documento FC Barcelona.

#### APUNTES DE CLASE - INEFC BARCELONA

Seirul-lo Vargas, F. (1985-6). Apuntes de clase de Educación Física de Base (3er curso). Documento INEFC Barcelona.

Seirul-lo Vargas, F. (1986-8). Apuntes de clase de Educación Física de Base (4º curso). Documento INEFC Barcelona.

Seirul-lo Vargas, F. (1988-90). Apuntes de clase de Entrenamiento Deportivo. Documento INEFC Barcelona.

Seirul-lo Vargas, F. (2004). Apuntes del curso de experto en motricidad infantil. Documento INEFC Barcelona.

Seirul-lo Vargas, F. (2001-2010). Apuntes de clase de Motricidad Básica y su Aplicación a la Iniciación Deportiva. Documento INEFC Barcelona.

## **WEBS PACO SEIRUL·LO IN HONORIS**

---

**Web relativa a documentos sobre sus fundamentos de la Educación Motriz**

<http://www.educacionmotriz.org>

**Web relativa a documentos sobre sus fundamentos del Entrenamiento Deportivo**

<http://www.entrenamientodeportivo.org>

**Web relativa a documentos sobre sus fundamentos de la Iniciación Deportiva**

<http://www.movementlearning.org>

Documento publicado con motivo de la presentación de la tesis doctoral:

**Diseño de Pruebas Motrices Perceptivas y Coordinativas**

**Hacia la Auto-Evaluación en Educación Física**

Desarrollada por Daniel Picó-Benet y David Ribera-Nebot

Con el asesoramiento de Francisco Seirul-lo Vargas (Universidad de Barcelona).

Con la colaboración de Santi Ribera-Nebot y Albert Pubill-Puig desde 1993.

Dirigida por el Dr. Joaquim Reverter-Masià (Universitat de Lleida).

Presidente del Tribunal:

Dr. Rafael Martín Acero (Universidade da Coruña).

Miembros del Tribunal:

Dr. Dave Alun Tanner (Indiana University)

Dra. Maria Carme Jové Deltell (Universitat de Lleida)

Dr. Pere Blanco Felip (Universitat de Lleida)

Evaluadores de idoneidad:

Dr. Xavier Aguado Jódar (Universidad de Castilla-la Mancha),

Dr. Josep M<sup>a</sup> Padullés Riu (Universidad de Barcelona), Dr. José Luís Parreño Catalán (Universidad Politécnica de Cataluña), Dr. Xavier Torredella Flix (Universidad Autónoma de Barcelona) y Dr. José Morales Aznar (Universidad Ramon Llull).

*Futura publicación on-line de la tesis en:*

*[www.testsmotrices.com](http://www.testsmotrices.com) [www.movementtests.com](http://www.movementtests.com) [www.testsmotrius.com](http://www.testsmotrius.com)*

*18 de marzo de 2015*

