



***Trabajo de Diploma para Optar por el Título de  
Licenciado en Cultura Física.***

La enseñanza del control orientado con la planta del pie  
en el Futsal categoría infantil.

**Autor:** Emilio David Aguilar Mariño.

**Tutor:** MS.c Alexander Castro Figueredo. Profesor Auxiliar.

**Curso:** 2018-2019.

Pensamiento.



“Hablar de deportes y de ejercicios físicos es hablar de salud, es hablar de disciplina, es hablar de formación del carácter de los jóvenes, es de hablar de hábitos sanos.....<sup>1</sup>

Fidel Castro

---

<sup>1</sup> Fidel y el Deporte: Selección de pensamiento. -- La Habana: Ed. Deporte, 2001.

## **Dedicatoria.**

... A mis padres queridos, los cuales con su ejemplo y dedicación me estimularon para lograr concluir satisfactoriamente mis estudios.

... A mis tías por su cariño y por existir para mí...

...A todos mis primos...

...A mi novia por haberme dado su apoyo y comprensión.

... A todos aquellos que de una forma u otra han contribuido en mi formación profesional.

... ¡A Fidel!: Guía y ejemplo a seguir en cada una de nuestras tareas.

... ¡A todos muchas gracias!

## **Agradecimiento.**

Agradecemos a todos los profesores, que de una forma u otra han contribuido a nuestra formación, gracias a la dedicación por la labor que desempeñan y muy especialmente al Profesor MSc Alexander Castro Figueredo, el cual mediante su orientación y supervisión contribuyó a la culminación exitosa de este trabajo.

- A todos aquellos que hicieron posible la realización de este trabajo.
  
- A la Revolución Cubana que me dio la oportunidad de realizarme como futuro profesional en la especialidad de Cultura Física.
  
- ¡A todos muchas gracias!

## **Resumen.**

El trabajo titulado “La enseñanza del control orientado con la planta del pie en el Futsal categoría infantil”, pretende colocar una herramienta de trabajo para los profesores y entrenadores que enseñan el Futsal en la etapa inicial o formativa, específicamente en la edad infantil que comprende entre 10 y 12 años. El documento describe los elementos esenciales del movimiento o gesto técnico, los pasos metodológicos sencillos a seguir, y los errores más comunes que pueden aparecer durante su ejecución. La investigación está basada en la revisión y análisis de investigaciones anteriores principalmente en el Fútbol y adaptadas al Futsal atendiendo a sus características específicas, en la observación directa en los entrenamientos y juegos de la categoría infantil en el municipio Holguín, y el procesamiento de entrevistas y encuestas a entrenadores, profesores y practicantes de esta categoría. Por tanto, logra aportar una opción de enseñanza de la técnica control orientado a niños que se inician en el deporte de Futsal que como practicantes sistemáticos podrán aprender esta técnica con mayor facilidad.

## Summary

The put a title to work The teaching of the control guided with the sole of the foot in the Futsal infantile category attempts placing a tool of work for the professors and trainers that they teach the Futsal in the initial or formative stage, specifically in the infantile age that you understand between 10 and 12 years. The document describes the movement's essential elements or I gestate technician, steps simple metodologic to follow, and the commonest errors that can appear during his execution. The investigation is based in revision and analysis of previous investigations principally in Soccer and adapted to the Futsal attending to his specific characteristics, in the direct observation in the workouts and games of the infantile category at the municipality Holguín, and the processing of interviews and opinion polls to trainers, professors and nurses of this category. Therefore, it achieves to contribute an option of teaching of the technique control guided to children that they start off in Futsal's sports than as the systematic nurses will be able to learn this technique with bigger facility.

## Índice:

Contenido	Pág.
<b>Introducción.</b>	<b>1</b>
<b>Capítulo I. Marco teórico conceptual de la técnica individual Control orientado con la planta de pie en practicantes de Futsal categoría 10 – 12 años.</b>	<b>5</b>
1.1 La evolución histórica y las características del Futsal moderno.	5
1.2 Valoración de las concepciones teóricas sobre la técnica del Futsal con énfasis en el control orientado con la planta del pie.	9
1.3 Particularidades de la preparación técnica del Futsal en la categoría 10 – 12 años.	13
1.4 La técnica individual control orientado con la planta del pie. Sus particularidades.	21
1.5 Características en esta edad y sus ventajas para el desarrollo y aprendizaje de la técnica en el Futsal.	24
1.6 Conclusiones del Capítulo I.	24
<b>Capítulo II: Análisis e interpretación de los resultados de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal, categoría 10 – 12 años de Holguín.</b>	<b>25</b>
2.1 Diagnóstico preliminar.	25
2.2 Propuesta de ejercicios para contribuir a la enseñanza de la técnica individual Control orientado.	30
2.3 Resumen del Criterio de especialistas.	32
➤ <b>Conclusiones.</b>	<b>34</b>
➤ <b>Recomendaciones.</b>	<b>35</b>
➤ <b>Bibliografía.</b>	<b>36</b>
<b>Anexos</b>	

## **Introducción**

El fútbol sala, futsal, fútbol de salón, o microfútbol, es un deporte derivado de la unión de otros deportes: el fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol, el balonmano y el baloncesto. Tomando de estos no solo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego. Los jugadores de este deporte precisan de una gran habilidad técnica y dominio sobre el balón, así como velocidad y precisión en la ejecución tanto al recibir, pasar o realizar gestos técnicos. La creación de este deporte se remonta a 1930 en Uruguay.

En el Futsal el control del balón con el pie se realiza siempre pisando la pelota. Por ejemplo, cuando viene del pase de un compañero, se intentará siempre pisarla para tener la pelota completamente controlada. Si no se quiere detener el balón y que este continúe en la dirección que conviene, hay que controlarlo pisándolo brevemente e inmediatamente desplazarlo con la misma planta del pie. Esta acción técnica ofensiva es conocida como “control orientado” y consiste en recibir el balón y al mismo tiempo dejarlo en predisposición para encadenarlo con la siguiente acción deseada. Por lo tanto, en el control orientado el control del balón y la orientación del mismo se realizan en un solo contacto. Dominar este gesto técnico es fundamental en un deporte tan rápido como este, porque si el jugador es capaz de economizar los toques le permitirá conseguir sus objetivos antes que su rival lo impida. Es un gesto técnico que se usa por igual entre porteros y jugadores, aunque, como es lógico, los jugadores lo repiten más a menudo. Se pueden hacer controles orientados con todas las partes del cuerpo que permita el reglamento pero las más utilizadas son: pie, pecho y cabeza. Con el pie, las superficies de contacto que se usan principalmente son el interior y la planta.

Los controles orientados consiguen con un solo toque de balón dos objetivos distintos: controlar el balón y orientarlo adecuadamente para ser jugado en las mejores condiciones posibles. El control orientado del balón puede incluso ser utilizado para pasar directamente el balón a un compañero, lo que se conoce en el argot futbolístico como “jugar al primer toque”. El jugador consigue mucha ventaja con este tipo de controles del balón si le salen bien, porque consigue ahorrar tiempo y así dar más velocidad al juego, lo cual nos va a ayudar a acelerar nuestra ofensiva sobre la portería rival. Pero el control orientado del balón también va a resultar de gran utilidad para el juego defensivo, ya que puede servir para evitar la presión defensiva del equipo rival. En este sentido, es mucho más fácil proteger la posesión del balón si este se retiene durante menos tiempo, de ahí que en el juego se considera prioritario el soltarlo lo antes posible, para obligar al contrario a correr detrás del balón. Así el control orientado del balón va a ayudar a quitar el balón del espacio accesible al contrario mucho más rápido y con menos toques de balón. Con el control orientado se aleja el balón de la zona por la que llega el jugador rival a presionar, permitiendo interponer el cuerpo entre él y el balón, así como la orientación en

## *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

la dirección en la que está el compañero, al cual podemos pasar el balón antes de que el contrario tenga opciones de robar.

Según Guanche Hernández, Luis Lázaro (2012), en su tesis de licenciatura, existen dos tipos de controles, simples y complejos (control orientado). El primero se realiza amortiguando el balón en el lugar y el segundo permite controlar el balón a través de un giro, quedando de frente a la zona deseada para realizar una nueva acción técnica.

En el Fútbol moderno se ha evidenciado la intención de querer aplicar un juego rápido logrando la menor retención posible del balón por un jugador, cosa que hasta el momento no se concreta correctamente. Esto se ha podido constatar en la práctica a través de la observación directa de juegos en campeonatos internacionales, nacionales, provinciales y municipales.

En la provincia Holguín, a pesar de que en los últimos años se ha mostrado un buen rendimiento en lo físico, táctico y ello ha permitido incluirse entre los 8 primeros lugares del país, se conoce por los especialistas encargados de las preparaciones y direcciones de estos colectivos que en el orden técnico excluyen dentro de la planificación control orientado dejándolo a las posibilidades de movilidad en el terreno de cada jugador durante los ejercicios y juegos.

Los procesos exploratorios del diagnóstico empleado para caracterizar la situación de la técnica en los atletas de Fútbol de la categoría infantil del municipio Holguín, relacionado con el uso del control orientado con la planta del pie, ha permitido recopilar una valiosa información que hace posible ilustrar con claridad las deficiencias detectadas mediante las siguientes evidencias científicas:

- Los practicantes no realizan el control con la planta del pie en la mayoría de las recepciones impidiendo rapidez requerida en la acción ejecutada.
- Poca efectividad del control y pase al no tener definida la próxima acción.
- Incorrecta adopción de la posición del cuerpo durante la recepción con la planta de pie.
- Falta de coordinación entre los movimientos con balón y la futura acción.
- El Programa de Preparación del Deportista de Fútbol carece de orientaciones metodológicas específicas para el trabajo con este elemento técnico.
- Insuficiencias en la planificación de entrenamientos, tomando como sustento la técnica del control orientado con la planta del pie.

Todo lo anterior conlleva al autor a declarar como **problema científico** el siguiente: ¿Cómo contribuir a la enseñanza del control orientado del balón con la planta de pie en el Fútbol categoría infantil del municipio Holguín?

Para darle solución al problema planteado se propone como **objetivo**:

## *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

*Proponer ejercicios que contribuyan a la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie  
Futsal categoría infantil de Holguín.*

Se formulan las **preguntas científicas** siguientes que darán solución al problema científico y conllevarán al cumplimiento del objetivo.

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos - metodológicos que sustentan la enseñanza del control orientado del balón en el Futsal categoría infantil?
2. ¿Cuál es el estado actual del control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría infantil de Holguín?
3. ¿Qué ejercicios se pueden diseñar y proponer para que contribuyan a la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín?
4. ¿Cuál es la factibilidad de los ejercicios propuestos para la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín?

En tanto se declaran las **tareas de investigación**.

1. Determinar los fundamentos teóricos - metodológicos que sustentan la enseñanza del control orientado del balón en el Futsal categoría infantil.
2. Diagnosticar el estado actual del control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría infantil de Holguín.
3. Diseñar la propuesta de ejercicios para que contribuyan a la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín.
4. Realizar la valoración final de la propuesta de ejercicios para la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría infantil del municipio Holguín.

### **Población y Muestra.**

Se trabaja con una población de 12 niños en edades comprendidas entre 10 y 12 años de edades. De esta se seleccionaron intencionalmente a 8 niños que representan el 67% de la muestra. Estos niños pertenecen al área especial del combinado "Varona" del municipio de Holguín.

Los criterios de inclusión estuvieron determinados por las características de los niños al pertenecer al área especial de este municipio y ser practicantes sistemáticos, con edades comprendidas entre los 10 y 12 años.

### **Métodos científicos teóricos.**

Histórico-lógico: se empleó para analizar la evolución y el desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie, que permitió establecer una periodización en su decursar histórico, conocer sus regularidades y tendencias, a partir de los criterios establecidos para ello.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Analítico-sintético: permitió realizar un estudio acerca de los fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos y pedagógicos que sustentan el desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría 10 – 12 años de Holguín. Se empleó para la sistematización, generalización y concreción de la información procesada. Fue útil en la interpretación de la información empírica obtenida, así como en la elaboración de la propuesta.

Inducción - deducción: posibilitó hacer inferencias y generalizaciones del desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría 10 – 12 años de Holguín, así como la interpretación de los datos obtenidos en la elaboración del modelo didáctico y la alternativa propuesta, a partir de las cuales se deducen nuevas conclusiones lógicas, ya que permitió determinar a partir del diagnóstico realizado, las debilidades y fortalezas de los practicantes, para de esta forma definir como se debe enseñar la técnica individual de este elemento.

#### **Métodos, técnicas y procedimientos empíricos.**

Observación científica participante: fue empleada para realizar la observación directa del proceso de entrenamiento de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría 10 – 12 años de Holguín, a través de una percepción inmediata del mismo, lo que posibilitó conocer la realidad rápidamente utilizándose durante el proceso de la investigación.

Entrevista: para recopilar información pertinente de los entrenadores y actores involucrados en el proceso investigado.

Encuesta: en la obtención de información del estado actual del problema con la muestra participante en el proceso.

Análisis de documentos: permitió obtener información relacionada con las insuficiencias y limitaciones existentes la técnica control orientado con la planta del pie a partir de la revisión de planes de entrenamientos y los programas de preparación del deportista de Fútbol - Futsal, las orientaciones e indicaciones, entre los que se encuentran resoluciones conjuntas INDER-MINED, circulares, seminarios de preparación de los cursos escolares del INDER desde el 2005 hasta el 2016, los programas de la asignatura de Fútbol básico de la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte y los documentos de los profesores involucrados con la muestra y la estrategia de desarrollo del Futsal en la provincia de Holguín.

**Criterio de especialistas:** Se orientó hacia la recolección de información clave relacionada con las percepciones, las actitudes, las opiniones, las experiencias en la práctica sistemática en Futsal y los conocimientos sobre el problema objeto de análisis y la elaboración de la metodología que se busca proponer.

**La medición:** Se realizó con el objetivo de obtener información numérica, otorgarle valores a las variables cualitativas del objeto, donde se compararon magnitudes medibles y conocidas, es decir, la

atribución de valores numéricos a los resultados en cada ejecución de la técnica individual Control orientado.

**Resultados esperados:** Con la elaboración de los ejercicios se podrá contribuir a la enseñanza del control orientado con la planta del pie en el deporte Futsal de la categoría infantil, a su vez servirá de herramienta para la planificación de los entrenamientos.

## **CAPÍTULO I. Marco teórico conceptual de la técnica individual Control orientado con la planta de pie en practicantes de Futsal categoría 10 – 12 años.**

El capítulo está conformado por cinco epígrafes donde se valoran los presupuestos teóricos fundamentales relacionados con la técnica individual control orientado del deporte Futsal partiendo de sus antecedentes históricos y su evolución. De igual forma se exponen los fundamentos metodológicos más importantes sobre la misma. Además, se realiza un análisis crítico acerca de la necesidad de desarrollar el componente técnico control orientado a partir de los referentes teóricos que abordan la temática estudiada con el objetivo de precisar los aportes que pueden ser develados en la investigación y las limitaciones en el orden teórico que pueden contribuir en la orientación de proceso. Finalmente se analiza la necesidad de una alternativa metodológica para el desarrollo de este elemento técnico.

### **1.1 La evolución histórica y las características del Futsal moderno.**

Se inicia este camino identificando las principales características del Futsal contemporáneo tomando en consideración las innumerables modificaciones del que ha sido objeto en los últimos tiempos, lo cual permitirá dar respuesta a la primera interrogante.

Es necesario recordar que la historia y surgimiento del Futsal y sus reglas se remontan desde la creación de este deporte el 8 de septiembre de 1930 en Montevideo, Uruguay, de la mano del profesor Juan Carlos Ceriani. Él, utilizando los salones de gimnasio de la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA), dibujó con tiza las porterías en la pared, para luego comenzar a utilizar las porterías de waterpolo. El Fútbol sala, Fútbol de salón, Futsal o micro Fútbol, como ha sido llamado a través de los años, se convirtió en un deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro. Surgió inspirado en otros deportes como el Fútbol, que es la base del juego; el waterpolo; el voleibol; el balonmano y el baloncesto; tomando de estos no solo parte de las reglas, sino también algunas técnicas de juego. Del waterpolo escogió toda la reglamentación relacionada con los arqueros, del Voleibol inicialmente se imitó el sistema de cambios, del balonmano una pelota que picara poco, los arcos de pocas dimensiones, la medida de la cancha y el no poder marcar gol desde cualquier distancia, y del baloncesto se tomó la duración del partido, la cantidad de jugadores por equipo, la falta personal, el cambio de jugadores, dejando al Fútbol como el deporte rector de las 17 reglas de juego con sus respectivas adaptaciones.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Así es como este deporte comienza en los barrios y escuelas como parte de las clases de Educación Física y rápidamente se convierte en un deporte competitivo desarrollando numerosas diferencias significativas con respecto a otros deportes y aportando un sin número de ventajas para la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) en todos los países donde se empezó a practicar como por ejemplo: Adecuada formación educativa en etapas formativas, formación de hábitos motores con facilidad, necesidad psicológica de participar en el Fútbol, socialmente unifica y forma grupos deportivos, prepara atletas para el deporte mayor, se convierte en un soporte para engrandecer el Fútbol, es un nuevo mercado de trabajo y de espectáculo de primer nivel para los medios de comunicación e intelectualmente estimula la imaginación, la creatividad y la disciplina. Actualmente goza de cientos de miles de programas de enseñanzas y entrenamientos, proyectos para el desarrollo formación de niños y jóvenes, cursos de superación a entrenadores y árbitros, entre otras iniciativas diseminados en todos los países afiliados.

Así comenzó a modernizarse el Futsal como deporte, logrando en 1965 crear la Confederación Sudamericana de Fútbol Sala y así también desarrolló el primer torneo sudamericano. En 1971 se fundó en la ciudad de San Pablo la Federación Internacional de Fútbol Sala (FIFUSA), la misma llevó a la disputa del primer campeonato del mundo en el año 1982. La FIFUSA fue una organización independiente hasta el 2002, año de su desaparición. En 1985 a través del congreso de FIFUSA, nació la denominación "Futsal" que viene de las palabras "Fútbol" y "Salón", ya que la FIFA prohibió la utilización del término "Fútbol". Para 1990 y continuando con la historia del Fútbol sala, las asociaciones sudamericanas se unieron junto con las del resto de América para así formar la PANAFUTSAL (Confederación Panamericana de Futsal), esta organización que se había separado del FIFUSA tuvo toda la intención de asociarse a la FIFA cuando corría el año 2000, pero al no prosperar la idea, se unieron diferentes asociaciones de otros países que formaron una nueva organización mundial.

Fue así que para el año 2002 se fundó la Asociación Mundial de Futsal (AMF), cuya sede se encuentra en la ciudad de Asunción (Paraguay) y el presidente actual es el paraguayo Ricardo Alarcón.

Hoy día conviven dos organizaciones del Fútbol de Salón, la AMF y la FIFA. En los países del continente sudamericano se le conoce como Futsal, ahora en los que cohabitan las dos federaciones, se conoce como Futsal al de AMF y Futsal-FIFA. Esencialmente el juego en ambas Federaciones posee las mismas reglas con criterios unificados y adecuados buscando un desenvolvimiento mayor luego de muchos años de experimentación y estudio técnico esperando ser declarado deporte olímpico.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Actualmente, en el Futsal han existido diferentes modificaciones generadas por distintos factores, entre ellos encontramos: modificaciones en las reglas de juego, el incremento de la maestría técnico táctica de los jugadores, alto nivel profesional de entrenadores a la altura del talento de los jugadores, la aparición de ciclos de entrenamiento buscando varias formas competitivas en corto período de tiempo, el aumento del número y continuidad de competencias en el año, el espectáculo para la televisión subordinado a intereses económicos, la introducción de avances científicos y técnicos, mayor control del uso de fármacos y sus efectivos.

Las reglas básicas del Fútbol Sala - cuyo objetivo actual es el desarrollo de un juego limpio y justo, así como la supervivencia del Futsal como deporte de espectáculo - han ido revolucionándose a través del organismo rector, la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), hasta llegar a las actuales oficializadas en el año 2016 – 2017. Esto es, debido a las experiencias adquiridas durante poscampeonatos internacionales Copas y ligas, asimilando 17 reglas muy parecidas al Fútbol que en esencia plantean lo siguiente: La superficie de juego será rectangular y su longitud será siempre mayor que su anchura. Será aproximadamente de 20 x 40 metros. Se dibujará un punto de penal a 6 metros de distancia del punto medio de la línea entre los postes y se cobrará como en el Fútbol. Se dibujará un segundo punto de penal a 10 metros de distancia del punto medio de la línea entre los postes para cobrar a partir de la quinta falta acumulativa.

El partido lo disputarán dos equipos formados por un máximo de 5 jugadores cada uno, uno de los cuales jugará como guardameta. En el banquillo podrán estar como máximo 7 jugadores más para sustituciones. Se permitirá un número ilimitado de sustituciones durante el partido. Un jugador que ha sido reemplazado podrá reingresar en la superficie de juego sustituyendo a otro jugador. Una sustitución puede realizarse siempre, esté o no el balón en juego. El partido durará dos tiempos iguales de 20 minutos cada uno, con un descanso de 5 minutos. Los equipos tienen derecho a un minuto de tiempo muerto en cada uno de los períodos. Se concederá un tiro libre directo al equipo adversario si un jugador comete una de las siguientes infracciones de una manera que los árbitros juzguen imprudente, temeraria o con el uso de fuerza excesiva. El tiro libre directo se lanzará en el lugar donde se cometió la infracción, salvo si se concede al equipo defensor dentro de su propia área penalti, en cuyo caso se lanzará desde el punto penalti. Todas estas infracciones son faltas acumulativas. Un jugador o jugador sustituto será expulsado si recibe la tarjeta roja o una segunda amonestación en el mismo partido. Un jugador expulsado no podrá volver a jugar ni sentarse en el banco de sustitutos, debiendo abandonar los alrededores de la superficie de juego. Un jugador podrá sustituir al jugador expulsado y entrar en la superficie de juego una vez transcurridos dos minutos efectivos después de la expulsión.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Se concederá un tiro penalti contra el equipo que comete una de las infracciones sancionables con un tiro libre directo dentro de su propia área penalti mientras el balón está en juego. El guardameta defensor deberá permanecer sobre su propia línea de meta, frente al ejecutor del tiro y entre los postes de la meta, hasta que el balón esté en juego. Los jugadores, excepto el ejecutor del tiro, estarán ubicados: Fuera del área penalti a un mínimo de 5 metros del punto penalti. No se podrá anotar un gol directamente de un saque de banda. Se concederá un saque de banda: Cuando el balón haya traspasado en su totalidad la línea de banda, ya sea por tierra o por aire, o toca el techo de la sala que se pateará desde el punto por donde el balón franqueó la línea de banda a los adversarios del jugador que tocó por último el balón. El balón: Deberá permanecer inmóvil sobre la línea de banda o a menos de 25 centímetros.

Se jugará con el pie hacia el interior de la superficie de juego en cualquier dirección. El ejecutor del saque: Deberá tener una parte de un pie sobre la línea de banda o en el exterior de la superficie de juego en el momento de efectuar el saque. Los jugadores defensores: Se colocarán a una distancia mínima de 5 metros del punto donde se efectúa el saque de banda. Se podrá anotar un gol directamente de un saque de esquina, pero solamente contra el equipo contrario. Se concederá un saque de esquina: Si el balón ha traspasado en su totalidad la línea de meta, ya sea por tierra o aire, después de haber tocado por último a un jugador del equipo defensor, y no se ha marcado un gol. Se puede decir que la técnica hace referencia a todo aquello que el reglamento permite hacer con el balón o sin él.

Así, los gestos técnicos más importantes son los siguientes: El pase, el tiro, la recepción o control, el regate, la parada del portero, el saque; mientras la técnica nos da el “qué” y el “cómo”, la táctica nos daría el “para qué” y el “por qué”. Existen además diferentes sistemas de juego como el 3-1, que se compone de un cierre, jugador en la parte central de la defensa, dos alas, y un pívot, más adelantado. El sistema 4-0 es el más moderno y el que se está imponiendo en la actualidad. Dispone a los jugadores en una línea de 4 en medio campo. Combinarlo en los partidos con el sistema 3-1 aporta grandes prestaciones. El sistema 2-2 se realiza bastante esporádicamente en el Fútbol sala de élite actual, aunque es un sistema muy útil en las etapas de iniciación.

Como se recoge anteriormente, a través del decursar de los tiempos y en busca de un mejor juego parejo, justo, asequible y espectacular, se han desarrollado cambios y modificaciones en las reglas de juegos, como por ejemplo, las aprobadas por las Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) en el 2010 dirigidas a: Los cambios básicos afectan a la Regla 7; estipula que el período de juego terminará solo cuando un disparo a puerta haya llegado a su destino. La duración del partido; a la Regla 12: faltas e incorrecciones; y a la Regla 16: el saque de meta. Se concederá un tiro libre indirecto si, después de haber puesto en juego el balón, el portero vuelve a tocarlo en su propia mitad de la

superficie de juego tras el pase voluntario de un compañero, sin que el balón haya sido jugado o tocado por un adversario.

Ya en el 2015 a reserva de la aprobación de las asociaciones miembros, y siempre que se observen los principios fundamentales de las Reglas, se aprobó modificar la aplicación de las presentes Reglas de Juego de Futsal en partidos disputados por menores de 16 años, equipos femeninos, jugadores veteranos (mayores de 35 años) y jugadores con discapacidades. Se permitirán también otras modificaciones solo con el consentimiento del Departamento de Arbitraje de la FIFA y la aprobación de la Comisión de Futsal de la FIFA. N. B. Todos los términos que se refieren a personas físicas se aplican indistintamente a hombres y a mujeres dirigidos únicamente a la dimensión de la superficie de juego, el tamaño, peso y material del balón, la anchura entre los postes de meta y altura del travesaño, la duración de los períodos del partido y las sustituciones.

Es así que el Futsal moderno se caracteriza por plantear un juego técnico - táctico eficiente y rápido, cargado espectacularidad por las creaciones individuales y colectivas durante un partido, sensacionalista en la belleza de anotar un gol y emotivo al no tener nada definido hasta el final por la rapidez en las que se marcan los goles consecutivos. Estas características lo convierten en un medio movilizador de fanáticos y seguidores, en el que las asociaciones y federaciones sacan la mayor parte mientras que los niños y jóvenes lo hacen suyo en las escuelas, los barrios y comunidades de todos los países del mundo.

## **1.2 Valoración de las concepciones teóricas sobre la técnica del Futsal con énfasis en el control orientado con la planta del pie.**

La técnica en el Futsal, como en otros deportes, es el componente más importante en el proceso de formación del jugador. Es por eso que se debe lograr una correcta planificación y organización del proceso de enseñanza - aprendizaje para que el practicante pueda manejar correctamente las diferentes situaciones de juego que se presentan en un partido y al mismo tiempo ser capaz de cumplir los objetivos tácticos y estratégicos planeados de antemano en los entrenamientos.

En relación con la técnica, Fidelus (1976), Naglak.Z.(1978), Karlp-Heinz Heddergott (1978), Ozolin, N. G. (1983), Csanádi, A (1987), Riera, J. (1989), Beltrán, F. (1991), Álvarez Bedolla, A. (2003), consideran que su esencia radica en la forma de ejecutar los movimientos posibles de manera eficiente del deporte en cuestión y comprende una serie de destrezas y habilidades con el fin de dominar la pelota, siendo así, el autor de la presente investigación coincide con el criterio de estos autores en que la técnica en su esencia, es la forma de ejecutar racionalmente los elementos y acciones de los jugadores, y considera que para lograr el desarrollo técnico no es suficiente poseer el conocimiento teórico y utilizar procedimientos tradicionales si para el dominio de esta, el deportista no aplica correctamente lo aprendido en el momento preciso durante el juego. En este sentido Marcos (2010)

plantea que: *“la técnica es lo que es capaz de realizar un jugador con un balón en su beneficio y del equipo”*<sup>2</sup> (p. 147).

De igual forma la técnica deportiva para Matveev. L. (1985), se interpreta como: *“el modelo ideal de la acción de competición, elaborado sobre la base de la experiencia práctica o teórica en el deportista al realizar la competición, que se caracteriza por tal o cual grado de utilización eficaz por parte de este, y de sus posibilidades para alcanzar el resultado deportivo ”*.<sup>3</sup> (p. 35-38).

Desde el punto de vista del conocimiento básico Csanadi, A (1987) considera que para su aprendizaje no es una tarea fácil y que para desarrollarla se debe pensar en el principio de su aplicación. El mismo define que *“La técnica la debemos enseñar de manera que los futbolistas puedan aprovecharla en el juego”*.<sup>4</sup> (11) A criterio de este investigador, el referido autor realiza una conceptualización más abarcadora de la técnica y su manera de enseñanza, dirigida a planificar el entrenamiento para obtener un resultado determinado desde la base.

El autor de la presente investigación asume el criterio de técnica planteado por Marcos (2010) por considerar que para tener técnica es necesario poseer un buen control del balón, con dominio de todas las superficies de contacto del cuerpo, para aprovecharse de este. El referido autor plantea que la técnica se desarrolla constantemente debido a su modernidad. Por ejemplo, el bloqueo del balón ha desaparecido casi totalmente, para dar lugar al control orientado del mismo. Este investigador coincide además en que la técnica no debe ser nunca un gesto egoísta, debe ser puesta al servicio del juego colectivo, por lo que esta tendencia tiene que ser constantemente combatida. De igual forma se coincide en que la madurez se adquiere en el juego, es de ahí que el juego es el mejor entrenador, por lo que se puede aplicar fácilmente el principio “aprender jugando” fundamentalmente en edades tempranas.

Para su enseñanza es necesario realizar un buen criterio de elección de los ejercicios y juegos donde se combinen con las condiciones físicas de los practicantes en edades tempranas para que puedan desempeñarse sin inhibiciones ni exigencias desmedidas. Los entrenadores deben utilizar correctamente la metodología de enseñanza apoyándose en todos los medios y recursos posibles para crear una buena motivación que agudice el ingenio y los instintos durante la práctica continua. En este sentido y sobre la importancia que tiene el uso correcto de la metodología de enseñanza Jesús Velasco Tejada, J y Lorente Peñas, J. (2003) en la reseña del libro *Entrenamiento de base en Fútbol sala*, plantearon: *“... los gestos y acciones a realizar debe seguir las pautas correctas en cuanto a metodología (utilización de la ordenación de los ejercicios que permitan conseguir el objetivo deseado),*

---

<sup>2</sup> Marcos Valdés, A (2010). La enseñanza del Fútbol desde las edades escolares. (P.147.).

<sup>3</sup> Matveév. L. (1985). Fundamentos del entrenamiento deportivo. (p.35-38).

<sup>4</sup> Shanadi, A. (1987) El Fútbol. (p.11.)

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

planificación (realización del entrenamiento previsto en cada fase de aprendizaje) y didáctica de la enseñanza (estrategias utilizadas para conseguir el objetivo fijado)”; más adelante señalaban “...la motivación es la base de todo el proceso, pues sin ella será difícil que la mejora física, técnica, táctica o estratégica se produzca.”<sup>5</sup> (p.20.)

De igual forma sobre de trabajo de la técnica Suárez, Y. (2012) describe en su artículo digital que “...la técnica es el aspecto más importante en el jugador de Futsal porque de ella dependen el resto de las esferas, ya sea física, táctica, psicológica y social”; además hace referencia a la iniciación deportiva donde se refiere que: “...la técnica se trabaja desde las primeras etapas, el trabajo con niños se fundamenta en los gestos técnicos principales y el dominio del balón para ir desarrollando habilidades cada vez más complejas en función de objetivos tácticos y estratégicos”; y más adelante plantea la importancia de automatizar los gestos técnicos en los niños y advierte que: “...esta automatización de un gesto técnico incorrecto es complicado por su difícil corrección”.<sup>6</sup> (p.1-21). En concordancia con estos planteamientos Velasco Tejada, J y Lorente Peñas, J. (2003) aconsejan, además, que la técnica nueva y compleja se debe de emplear las primeras fases de la sesión de entrenamiento ya que el jugador está más fresco para asimilar el movimiento.

En los criterios planteados por los referidos autores se evidencia que para el trabajo de la técnica individual es necesario enseñarla desde edades tempranas al ser más fácil llegar a un desarrollo perfecto que facilite la realización de una tarea económica y equilibrada con los demás elementos del juego, que al estar continuamente evolucionando con el objetivo de buscar mayor rendimiento, se complejiza y presupone que cuanto más cercano sea el movimiento en la ejecución de la técnica al movimiento natural más fácil será su automatización, por lo que para su enseñanza se debe tener presente una buena selección de ejercicios y juegos dentro de la metodología a emplear para la enseñanza y aprendizaje.

Retomando el criterio de técnica planteado por Marcos (2010), donde se refiere que la técnica se desarrolla constantemente debido a su modernidad y pone como ejemplo, que el bloqueo del balón ha desaparecido casi totalmente, para dar lugar al control orientado del mismo, el autor de esta tesis considera necesario argumentar el mismo ya que autores como Rivas. M. (1998) se refiere al control orientado como el elemento técnico considerado como uno de los principales fundamentos técnicos del Fútbol, ya que una buena recepción es el requisito previo para crear situaciones posteriores de juego, por lo tanto, en el Futsal una buena recepción debe permitir que el balón quede dispuesto para otra acción después de la amortiguación. De igual forma, en la consulta realizada al documento digital en

---

<sup>5</sup> Velasco Tejada, J y Lorente Peñas, J. (2003) Entrenamiento de base en Fútbol sala. (p.20)

<sup>6</sup> Salamanca Suárez, Y. (2012) Técnica fundamentos del Futsal. <http://SlideShare /Técnica fundamentos del futsal.htm/> p. 1-21.

PDF titulado ¿Cómo jugar el Futsal? (2004) de autor desconocido se refiere a que: *“La velocidad que requiere el Futsal actual obliga al jugador a recibir correctamente el balón y situarlo en posición de jugarlo lo antes posible. Por ello, la acción técnica más utilizada es el control orientado. Con él, el jugador controla el balón y lo orienta mediante un solo contacto, utilizando la superficie del cuerpo adecuada para cada caso”*.<sup>7</sup> (p. 9.)

En correspondencia con lo anterior planteado, y ya dirigiéndolo hacia la forma de controlar, en este caso con la planta del pie, Cortés Díaz, J. T. (2014) planteó: *“Pisar y halar el balón, es el gesto técnico... considerado como el más importante en el Fútbol de Salón; sobre esta habilidad específica gira toda la técnica pues posibilita el manejo. Por lo tanto, es uno de los primeros componentes técnicos que se debe desarrollar y perfeccionar”*.<sup>8</sup>(p.18.)

En el XV Congreso ANEFS 2013, se cita al reconocido entrenador de Futsal Candelas, J. (2012): *“El gesto técnico – táctico más importante en nuestro deporte (Futsal) para tener velocidad, es el control. Si tú no tienes control del balón, evidentemente, la siguiente respuesta que vas a dar no es dominante, no tienes tú la iniciativa”*<sup>9</sup>, más adelante García Jiménez, A. (2013), entrenador nivel 3 de Futsal, plantea que: *“El principio general ofensivo es la conservación del balón”*<sup>10</sup>, y refiere tres tareas para el entrenamiento del control orientado: conservación del balón, progresión y finalización.

En los criterios planteados por los referidos autores se evidencia la evolución constante en la que se encuentra la técnica en el Futsal buscando un juego mucho más rápido y efectivo que logre llegar al embellecimiento del espectáculo y la victoria final. El elemento técnico control orientado con la planta del pie se define como el más importante para lograr estos objetivos por las diferentes ventajas que ofrece al ejecutarse, infiriéndose que en el proceso de enseñanza – aprendizaje del caso que nos ocupa, debe ser ilustrado teórico y práctico sobre la base de los conocimientos relacionados con esta operación. Existen numerosas y variadas situaciones ofensivas y defensivas de juego donde se pone en práctica la técnica individual control orientado con la planta del pie. En el juego táctico resulta de vital importancia dominar esta técnica para poder llegar a cumplir los objetivos planteados. Entonces, ¿qué hacer para tener un buen control del balón? La edad de aprendizaje es uno de los elementos a tener en cuenta y el método para enseñarlo es otro aspecto elocuente que define el curso de la calidad del practicante que se inicia. Es entonces, que para enseñar la técnica se debe entender primero en qué consiste el control orientado con la planta del pie.

En coherencia con esta reflexión Cortés Díaz, J. T. (2014) plantea: *“Son acciones que pretenden favorecer los movimientos sin balón del compañero y a la vez impedir la acción del contrario, quien*

---

<sup>7</sup> [http:// ¿Cómo enseñar el Futsal? / Edición 2004/htm](http://¿Cómo enseñar el Futsal? / Edición 2004/htm).

<sup>8</sup> Cortés Díaz, J. T. (2014) Fundamentos tácticos-estratégicos del Fútbol de Salón.

<sup>9</sup> Candelas, J. (2012). Entrevista UEFA training ground.

<sup>10</sup> García Jiménez, A. (2013). XV Congreso ANEFS 2013.

*intenta arrebatar el balón. En consecuencia, es indudable que la precisión y rapidez del juego está basado en la efectividad de los controles y los toques directos que se generan a partir de un buen control orientado*".<sup>11</sup> (p. 15.).

Boada, J. (2013) declara que: *"En Fútbol sala el control del balón se realiza siempre pisando la pelota";* más adelante cita a Jordi Torras, uno de los mejores jugadores del mundo quien argumenta que la técnica control orientado es considerado el elemento técnico más importante para desarrollar un juego rápido y efectivo, el mismo describe la forma de ejecución como: *"Si no queremos detener el balón y que este continúe en la dirección que nos conviene, debemos controlarlo pisándolo brevemente e inmediatamente desplazarlo con la misma planta del pie"*.<sup>12</sup> (p.1.)

De igual forma el autor Rivas Borbón, M. (2014), cita a Peitersen (2009), al plantear que el control orientado con la planta del pie es una recepción definida como: *"el arte de recibir correctamente el balón, (...) es quitarle velocidad y orientarlo en una nueva dirección"*.<sup>13</sup> (p. 33.) El mismo autor basado en Peitersen (2003) describe la biomecánica de la recepción del balón con la planta del pie argumentando que para parar el balón, lo mejor es detener su movimiento con la planta del pie, de modo que esta se sitúe por encima de la pelota, como un techo inclinado. Explica, además, que si se va a pasar de nuevo el balón después de recibirlo, el jugador debe desplazarse un poco hacia delante para que la pierna que lo recibe no se flexione demasiado mientras dure el contacto. Si se para el balón lejos del contrario, puede prepararse el siguiente pase rodando la pelota un poco hacia delante con la planta del pie, de manera que el jugador pueda tomar un poco de carrera para realizarlo.

En relación con el análisis realizado para conocer en qué consiste el control orientado con la planta del pie, y considerando el criterio de los diferentes autores referidos, sobre esta acción técnica individual ofensiva, este investigador coincide en que su esencia consiste en recibir el balón y al mismo tiempo dejarlo en predisposición para encadenarlo con la siguiente acción deseada. Por lo tanto, en el control orientado con la planta del pie es el control del balón a través de una recepción y la orientación del Se puede concluir, además, que los controles orientados consiguen con un solo toque de balón dos objetivos distintos: controlar el balón y orientarlo adecuadamente para ser jugado en las mejores condiciones posibles. Dominar este gesto técnico es fundamental en un deporte tan rápido como este, porque si el jugador es capaz de economizar los toques le permitirá conseguir sus objetivos antes que su rival lo impida.

### **1.3 Particularidades de la preparación técnica del Futsal en la categoría 10 – 12 años.**

---

<sup>11</sup> Cortés Díaz, J. T. (2014) Fundamentos tácticos-estratégicos del Fútbol de Salón.

<sup>12</sup> Boada, J. (2013). Aprende la técnica del futbol sala.

<sup>13</sup> Rivas Borbón, M. (2014). Guía didáctica para enseñanza técnica del Fútbol (p. 33.)

El deporte de alto rendimiento en la actualidad muestra índices elevados de maestría deportiva, si los rendimientos máximos solo se consiguen cuando los fundamentos necesarios se han consolidado durante la preparación en las edades pioneriles, infantiles, escolares y juveniles. Ello requiere de un proceso de entrenamiento sistemático y a largo plazo, comprendido como un ordenamiento cronológico que se da en el proceso de entrenamiento de muchos años, al cual la teoría y metodología del entrenamiento deportivo tradicional define como preparación deportiva.

Autores, considerados clásicos del entrenamiento deportivo como Matvéev, (1983) Harre (1983), Ozolin (1983), y otros como Bañuelos (1984), Santana (2003), Seirul-Lo (2004), Castañeda (2005), han definido que las particularidades que lo identifican son las interrelaciones que se manifiestan en un proceso unificado y multifacético de largo plazo. Otros aspectos han sido considerados como claves en este proceso. Así Bañuelos (1984), destaca dos aspectos fundamentales en la preparación del deportista: *“Su entorno vital, dado por las condiciones básicas de vida y los aspectos psicosociales relacionados con el atleta dentro del proceso, y el entorno de entrenamiento, dado por los diferentes factores que garantiza apoyo científico-técnico-material y de infraestructura, así como por la dedicación prioritaria a este”*.<sup>14</sup> (p.18.)

Los niños en el comienzo de la vida como deportistas poseen una óptica diferente acerca de los deportes. La imaginación de estos los lleva a pensar que van a llegar a ser buenos jugadores y se encuentran ansiosos por demostrar sus valías a través del juego sin imaginar aún el recorrido que deben hacer para llegar este propósito. Al mismo tiempo son favorecidos por varios aspectos entre los que se encuentra la edad. Es entonces que la ciencia pone a disposición de los entrenadores un sin número de elementos condicionales relacionados con el entrenamiento para que a través de ellos, estos niños logren cumplir sus objetivos infantiles. Pero, ¿Qué edad es la ideal para iniciarse en el Fútbol?

A través de la historia numerosos autores utilizan en sus clasificaciones entre tres y cuatro fases en el aprendizaje de las habilidades motrices deportivas. Podemos citar numerosos autores como: Bayer, C (1992), Grosser, M y Neumaier, A. (1986), Harre, D. (1987), Junoy, J. (1996) o Meinel., K. (1984) hablan de tres etapas, que básicamente se resumen en una primera de iniciación al deporte, una segunda de formación- desarrollo y una tercera de especialización con proyección hacia el alto rendimiento y con la que se tratan de alcanzar los máximos niveles de rendimiento. Otros autores, como: Añó, V. (1997), Navarro, F. (1993), Platonov, V. N. (1988) o Sampedro, J. (1993) nos hablan de cuatro, dividiendo la de formación- desarrollo de los anteriores autores en dos intermedias, una más cercana a la iniciación y la otra más cercana a la especialización, de forma que a nuestro entender se

---

<sup>14</sup> Sanchez Bañuelos F. (1984) Didáctica de la educación física y el deporte. Gynmos. Madrid. (p.18.)

especifica mejor el trabajo. Estos criterios planteados por los referidos autores no dificultan el curso de la investigación ya que la idea es dirigir el estudio dentro de la primera etapa de iniciación deportiva del jugador. Gracias a esta organización se podrá coordinar adecuadamente el trabajo en el ámbito del entrenamiento de la técnica, específicamente del control orientado.

Este autor diferencia tres fases, indicando además la existencia de una fase previa de iniciación, anterior a la consecución de los primeros resultados, que en realidad se convierte en una cuarta fase. En consecuencia, con las definiciones valoradas, el autor asume la concepción de Torregosa y [et. al] (2004), quien identifica tres etapas en la carrera deportiva: el estadio de iniciación-entrenamiento, el estadio de madurez-rendimiento y el estadio de anticipación-retiro. La importancia metodológica de esta definición radica en evidenciar el carácter sistémico de la preparación deportiva, destacando las interrelaciones que se producen entre cada estadio, lo que ha sido corroborado en investigaciones desarrolladas por científicos cubanos, entre los que se destacan, Castañeda (2005), Barroso (2010), Martínez (2011) y Mayo (2013).

Pero ¿qué entendemos por iniciación deportiva? Numerosos autores han abordado el concepto de iniciación deportiva como: Jolibois (1975), Sánchez Bañuelos (1984), Sánchez (1986), Álvarez del Villar (1987), Pintor (1989), Antón (1990), Blázquez (1995), Hernández et al. (2000), Romero Granados (2001), Álvares Derás, H. (2014); entre muchos más que la consideran a su vez como etapa, fase, estadio o proceso, en el transcurso del cual un sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una actividad físico deportiva.

Existen diferentes perspectivas en la definición de la iniciación deportiva, Bañuelos, (1984) citado por Díaz y Martínez (2003) encauza el concepto desde el punto de vista del producto que se obtiene por lo que, para este autor, un individuo está iniciado cuando: *"es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva en la situación real de juego o de competición"*.<sup>15</sup>

Para Blázquez (1995), *"dicho proceso no debe entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica que, teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia y los fines a conseguir, va evolucionando progresivamente hasta llegar al dominio de cada especialidad deportiva"*.<sup>16</sup>

Según Hernández [et. al] (2001) *"La iniciación deportiva es el proceso de enseñanza aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de*

---

<sup>15</sup> Díaz A. y Martínez A. (2003). Deporte escolar y educativo. Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 67 - <http://www.efdeportes.com/>

<sup>16</sup> Blázquez, D. (1995) La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Inde Publicaciones. 40.

*un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma contacto con el deporte hasta que es capaz de jugarlo con adecuación a su estructura funcional".*<sup>17</sup>

Por su parte, Díaz y Martínez (2003) vinculan la iniciación a un proceso cuyo objeto ha permitido, a los miembros de una sociedad, interactuar en situaciones de acciones estructuradas desde el punto de vista normativo y simbólico al definirlo como: *"Proceso de socialización de los individuos que lleva implícita la asunción de determinados valores, conocimientos, conductas, ritos y actitudes propios del grupo social o ámbito en el que se produce la iniciación".*<sup>18</sup>

El autor asume la definición dada por Álvarez Derás, H. (2014) en la que precisa que: *"Es un proceso pedagógico de enseñanza – aprendizaje en el que intervienen los objetivos que se pretenden alcanzar físico, técnico y educativo en un determinado deporte, pero a su vez debemos comprender que la iniciación deportiva puede producirse mucho antes que el sujeto tenga contacto con un deporte determinado a través de actividades facilitadoras para la posterior práctica deportiva. El común denominador lo constituye aceptar que es un proceso cronológico en el transcurso del cual un sujeto toma contacto con nuevas experiencias regladas sobre una o varias actividades físico deportiva".*

En reciprocidad con lo anteriormente planteado es necesario argumentar que el momento o edad de iniciación deportiva ha sido analizado ampliamente por distintos autores que generalmente están ligados al campo de la educación física o el entrenamiento infantil. En sus conclusiones se incluyen positivos criterios de análisis en defensa del bienestar del niño o joven que va a realizar alguna actividad física o deportiva, que desde el punto de vista médico, se debe considerar que los juegos y deportes varían en sus características e intensidades de acuerdo con el crecimiento, desarrollo y maduración. Por lo que muchos de estos autores sí coinciden en que la iniciación se debe producir antes de la llegada de la pubertad. Romero Cerezo (1989) entiende que la iniciación deportiva debe comenzar sobre los 7-8 años, momento de adquisición de unas habilidades físicas básicas o etapa preparatoria al verdadero inicio en la especialidad deportiva que debe ser a los 10 años aproximadamente. En este sentido Boulch, L (1991) plantea que: *"...El concepto de deporte carece de significación antes de los 9 años, la supuesta iniciación deportiva dirigida a niños de 6 a 9 años es sólo una caricatura de la actividad adulta, expresada a veces como un condicionamiento gestual precoz".*

---

<sup>17</sup> 13 Hernández J. [et. al]. (2001). La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque. Revista Digital Buenos Aires - Año 6 - N° 33 - <http://www.efdeportes.com/>

<sup>18</sup> Díaz A. y Martínez A. (2003). Deporte escolar y educativo. Revista Digital - Buenos Aires - Año 9 - N° 67 - <http://www.efdeportes.com/>

Concerniente a lo planteado por los diversos autores de la literatura especializada, el autor de esta investigación considera que la edad óptima para la iniciación deportiva es en el rango comprendido entre los 10 – 12 años justo al final de la niñez y al comienzo de la pubertad por seguir patrones físico-motores y psicológicos que favorecen el proceso de enseñanza y aprendizaje. Es entonces que en coincidencia con este criterio sobre la edad denominada internacionalmente y clasificada como categoría alevines, logran una igual denominación y rango de edad, autores como Colectivo de autores FIFA (2005), Castro (2008), Peña (2010), Robert (2013), Colectivo de autores PPD (2017) entre otros. Entre estos autores se encuentra el principal ente que ha rectorando todo el proceso de iniciación y desarrollo competitivo internacionalmente imponiendo su supremacía, la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) influyendo en más de 160 países y que influye sobre Cuba en la Asociación de Fútbol de Cuba (AFC) al ser miembro revelando como texto de consulta permanente el Programa de Preparación del Deportista (PPD).

En relación con lo anterior, existen varias investigaciones en las que se hace referencia a las edades enmarcadas en las etapas de iniciación deportiva como por ejemplo Palau, X. (2013) específicamente plantea que la categoría infantil es una etapa de tecnificación y está enmarcada de 12 a 13 años donde se deberá garantizar el correcto desarrollo de los aprendizajes para entrar en el tercer y último ciclo, con sus etapas pertinentes. Más adelante el mismo autor plantea: *“En esta etapa la técnica individual con balón y sin él se sitúa en un primer plano dentro de las sesiones de entrenamiento, es el motor principal de trabajo ya que es el momento óptimo y favorable para el entrenamiento técnico-motriz, por ello, todas las posibilidades y variantes técnicas deben ser trabajadas y fijadas para crear una imagen motriz lo más correcta, rica y eficaz posible ya que en etapas posteriores será más difícil corregir errores”*<sup>19</sup> (p.1.). Sin embargo no tiene en cuenta las característica psico – motoras de esta edad donde el niño deja de ser niño para convertirse en adolescente desviando su atención hacia otras nuevas prioridades surgidas por su propio desarrollo biológico, dificultando la creación de hábitos motores en los elementos técnicos, por lo que este autor considera que la propuesta a pesar de que está bien estructurada no se enmarca en el rango de edad adecuado para el aprendizaje de la técnica lo que sí pudiera ser asequible para la creación de hábitos motores. En este mismo sentido Antón (1990) plantea: *“es necesario asegurar una serie de gestos armónicos y equilibrados junto a la comprensión de los conceptos del juego, definitorios o representativos de la estructura del mismo a estas edades, para poder abordar con tranquilidad, en su momento, la crisis de la pubertad”*.

---

<sup>19</sup> Palau,X. (2013) *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, Año 18, N° 183, agosto de 2013. (p.1.)

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Es entonces que el mismo autor Palau en su artículo titulado “Escuela de Fútbol sala (II): Objetivos y contenidos en la etapa de formación (alevines)” (2006) realiza una propuesta de objetivos y contenidos en la etapa de iniciación continuando con la misma estructura de elaboración, donde el siguiente peldaño es la etapa de Formación, situada en la franja que comprende las edades de 10 y 11 años y que coincide con la categoría alevín con el objetivo de incidir en la continuidad al desarrollo de las capacidades coordinativas específicas del Fútbol sala dentro de un contenido concreto: la técnica individual con balón, aportando de nuevos y variados elementos técnicos que en la etapa anterior, es decir, si en la anterior se trabaja, la conducción, el pase, el tiro a puerta, etc... Manteniendo los ejercicios de forma global, introduciendo o dando más peso específico a los tipos de conducción, los tipos de pase, los tiros a puerta, etc.... y añadiendo ejercicios combinados de todos ellos juntamente con las acciones globales de los porteros. Por lo que el autor considera que el trabajo se acerca más a la investigación objeto de estudio por manejar variables como la edad y los elementos técnicos planteados.

Cerro Barroso, F. M. (2005) en su publicación “Juegos de educación física adaptados a la enseñanza del Fútbol – sala” propone tres etapas para la enseñanza del Futsal, la etapa 0 de 6 a 8 años, la etapa 1 de 8 a 10 años y la etapa 2 de 10 en adelante, considerando esta última como la más idónea para este trabajo ya que en la misma se pretende conseguir los siguientes objetivos:

- Adquirir habilidades para controlar el balón.
- Adquirir habilidades para dominar el balón.
- Dominar las acciones técnicas individuales.
- Iniciar aspectos tácticos básicos.
- Conocer las reglas básicas.

#### Contenidos:

- Control y habilidades con el balón.
- Conducciones, fintas, pases y tiros.
- Técnicas de recuperación de balón.
- Las reglas.
- Se desarrollará con juegos de iniciación deportiva y ejercicios específicos del Fútbol-sala.

Martiño, A. (2014) en su WEB para entrenadores de Fútbol Sala en su publicación “Iniciación y formación” propone sesiones de entrenamientos para pre benjamines, benjamines, alevines e infantiles

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

dirigiendo el trabajo a correcciones de fundamentos individuales utilizando situaciones de juegos técnico – tácticas con finalizaciones y sobre trabajo personalizado por cada elemento técnico. En tanto utiliza los mismos ejercicios simples y complejos para todas las etapas de formación sin tener en cuenta las características personalológicas de la edad a trabajar donde solo se toma en cuenta el nivel futbolístico del atleta para dosificar la actividad.

El autor Guerrero Cáceres, F. J. (2010) en su libro titulado “La iniciación técnica del Fútbol Sala a través de juegos” dirigido específicamente tanto a entrenadores de Fútbol sala como a maestros de Educación Física, pero de forma general a todas aquellas personas que estén relacionadas con el campo de las actividades físicas y el deporte, pretende ofrecer una serie de recursos para trabajar la iniciación técnica de Fútbol sala. El libro se basa en detallar y comentar brevemente los distintos elementos técnicos que tenemos en el Fútbol sala y para cada elemento técnico se propone una serie de juegos para trabajarlo de forma específica. Los elementos técnicos se han dividido en técnica con balón y sin balón. Sin embargo, el libro carece de un resumen detallado sobre la edad idónea para la iniciación deportiva y su justificación del por qué los juegos son aplicables en dicha edad.

Referente a lo anterior planteado, en el Programa Integral de Preparación del Deportista confeccionado por la Asociación de Fútbol de Cuba para la etapa 2013 – 2016, se plantea en el programa de enseñanza para el jugador de Futsal en Cuba lo siguiente: *“la etapa de iniciación es de 10 – 12 años, edad ideal para enseñar a jugar Futsal por experiencias tenidas en investigaciones se conoce que es la llamada edad de oro del aprendizaje, es cuando el niño capta más y aprende mejor. Es una edad para prender bien, ya que guardan sus vivencias prácticamente para toda la vida, por tanto, aprender con un buen entrenador, activista o un buen monitor hace que se progrese mejor”*.

En esta etapa de iniciación su objetivo general es desarrollar las capacidades físicas y habilidades deportivas de los niños/as a través de la práctica del Futsal, y los objetivos específicos van dirigidos a:

- ✓ Enseñar a los niños/as las reglas de juego aplicables a su edad.
- ✓ Estimular el desarrollo de la agilidad, flexibilidad, velocidad y habilidad mediante la utilización del juego como medio fundamental.
- ✓ Enseñar a los niños/as las habilidades técnicas correspondientes a la edad en situaciones reales.
- ✓ Enseñar a los niños/as a colocarse en el terreno de juego y ayudar a sus compañeros, tanto en la defensa como en el ataque.
- ✓ Desarrollar en los niños, paulatinamente la concentración especial de la atención en la ejecución de ejercicios relacionados con el mantenimiento del equilibrio, saltos de longitud, de altura, carreras, y de ejercicios de coordinación compleja.
- ✓ **Preparación técnica.**

## *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Se debe en esta etapa tratar las acciones técnicas anteriores, pero con más exigencia y emplear el movimiento, y siempre se trabajará con ambas piernas.

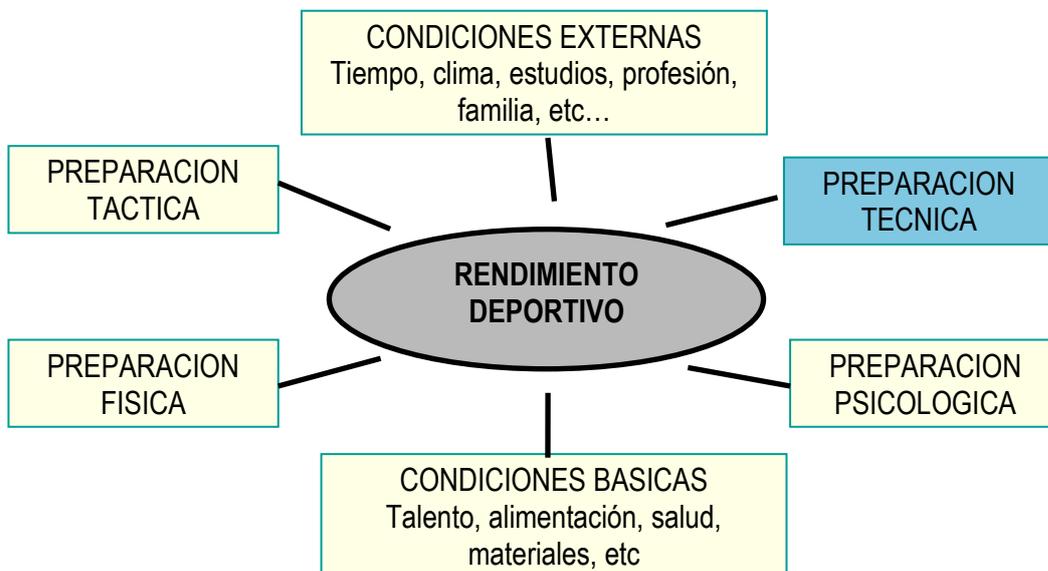
✓ **Controles.** La planta del pie en movimiento. (Con giros, desplazamientos hacia atrás, lateral etc.)

La parada del balón y en general su control y dominio (a partir de estas edades se incluye la recepción de balones altos),

Según Pérez Garrote, B. (2011) en su publicación *¿Qué enseñar antes, TÉCNICA o TÁCTICA?* Plantea que: *“La Técnica no implica la táctica, pero la táctica SI que implica la técnica”*. Refiriéndose a que en cada caso la técnica se debe enseñar primero, aunque las dos estén muy ligadas a la preparación técnica.

La Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) plantea en su Programa Grassroots de la UEFA (2010) que para el entrenamiento con los niños la preparación técnica necesita varios requerimientos expuestos a continuación: (Ver Esquema 1 y 2)

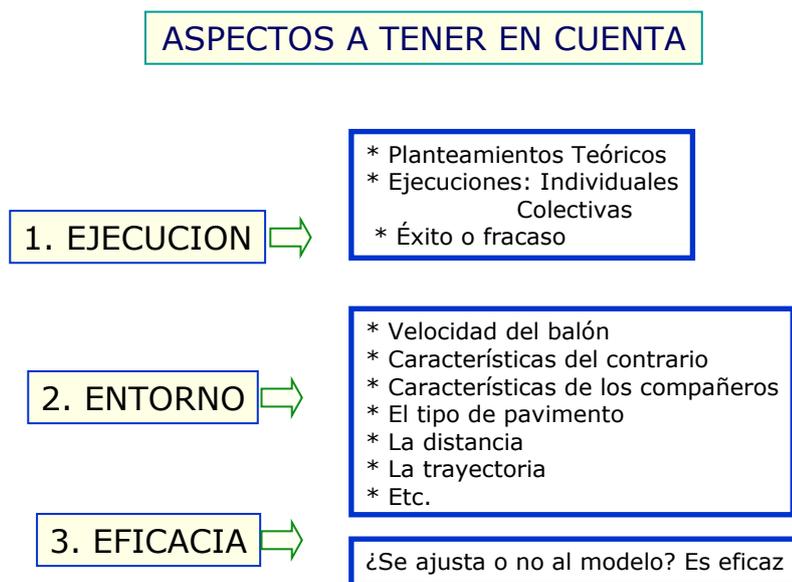
### **Esquema 1. Rendimiento deportivo.**



Lozano, J. (1995) en su libro *“Experiencias tácticas”*, se refiere a que la técnica es la base del rendimiento táctico físico y más adelante plantea: *“... la técnica sin táctica puede subsistir, pero nunca al revés”*.<sup>20</sup> p. 16.

<sup>20</sup> Lozano J. (1995) *“Experiencias tácticas”* R.F.E.F. p. 16.

**Esquema 2. Aspectos a tener en cuenta para la preparación técnica.**



La técnica es la ejecución, que, adaptándose a las características del entorno, resulta eficaz para el fin que se persigue.

Según Medina (2010) en su conferencia titulada “El entrenamiento técnico del Futsal”, plantea que las bases metodológicas del trabajo de enseñanza técnica individual y colectiva son:

- Ir paso a paso en la progresión de la técnica.
- Mezclar factores de enseñanza con factores reales del juego.
- Llevar a cabo ejercicios de situaciones reales de juego.
- Aumentar la dificultad en la progresión.
- Añadir al trabajo individual el trabajo colectivo.
- Llevar a cabo ejercicios de superioridad con balón.
- Realizar contraataques para aumentar la intensidad de trabajo y buscar la repercusión real en el desarrollo del juego.
- Aumentar la presión sobre el poseedor del balón.

Estas bases metodológicas concuerdan con lo planteado en el programa integral de preparación del Fútbol – Futsal cubano actualizado por la Asociación de Fútbol de Cuba en el 2016.

#### **1.4 La técnica individual control orientado con la planta del pie. Sus particularidades.**

Al abordar esta problemática, se considera necesario comenzar haciendo un análisis sobre la importancia que tiene para los practicantes que se inician en el Fútbol dominar la técnica control orientado del balón con la planta del pie como eje principal para el entrenamiento de los otros elementos básicos por ser este uno de los elementos técnicos más utilizados, además, hace el juego más rápido y bonito. La realización de un buen control asegura la posesión del balón y ayuda a iniciar la siguiente acción con mayor rapidez y eficiencia en los entrenamientos y el juego. Esta acción técnica depende del dominio individual para poder crear acciones colectivas con alto índice de efectividad que garanticen el cumplimiento de los objetivos durante un partido. Esta se realiza siempre pisando la pelota con la punta hacia arriba y encajándola entre la planta y el suelo. Por ejemplo, cuando viene del pase de un compañero, se intentará siempre pisarla para tener la pelota completamente controlada. Si no se quiere detener el balón y que este continúe en la dirección que conviene, se debe controlar pisándolo brevemente e inmediatamente desplazarlo con la misma planta del pie.

Es un gesto técnico que se usa por igual entre porteros y jugadores, aunque como es lógico los jugadores lo repiten más a menudo. Se pueden hacer controles orientados con todas las partes del cuerpo que permita el reglamento, pero las más utilizadas son: pie, pecho y cabeza. Con el pie, las superficies de contacto que se usan principalmente son el interior y la planta. Para ejecutar un buen control, sea del tipo que sea, tiene que disminuir la velocidad del balón, por lo que será necesario que la parte del cuerpo con la que se controla el balón no esté rígida en el momento del contacto.

El control orientado del balón puede incluso ser utilizado para pasar directamente el balón a un compañero, lo que se conoce en el argot futbolístico como "jugar al primer toque". El jugador consigue mucha ventaja con este tipo de controles del balón si le salen bien, porque consigue ahorrar tiempo y así dar más velocidad al juego, lo cual va a ayudar a acelerar nuestra ofensiva sobre la portería rival. Pero el control orientado del balón también va a resultar de gran utilidad para el juego defensivo, ya que puede servir para evitar la presión defensiva del equipo rival. En este sentido, es mucho más fácil proteger la posesión del balón si este se retiene durante menos tiempo, de ahí que en el juego se considera prioritario el soltarlo lo antes posible, para obligar al contrario a correr detrás del balón. Así el control orientado del balón va a ayudar a quitar el balón del espacio accesible al contrario mucho más rápido y con menos toques de balón. Con el control orientado se aleja el balón de la zona por la que llega el jugador rival a presionar, permitiendo interponer el cuerpo entre él y el balón, así como orientar en la dirección en la que está el compañero, al cual se puede pasar el balón antes de que el contrario tenga opciones de robarlo.

Según Guanche Hernández, Luis Lázaro (2012), en su tesis de licenciatura, existen dos tipos de controles, simples y complejos (control orientado). El primero se realiza amortiguando el balón en el

lugar y el segundo permite controlar el balón a través de un giro, quedando de frente a la zona deseada para realizar una nueva acción técnica.

Joseph S. Blatter, Presidente de la FIFA (2008) en el Manual de entrenamiento de la FIFA, expone una metodología para el entrenamiento del control orientado con el pie, que tiene como objetivo mejorar el control orientado logrando la coordinación entre la dirección y velocidad de un compañero y la potencia del pase argumentando que la parte del cuerpo con la que se haga el control tiene que amortiguar la velocidad del balón, por lo que tiene que retroceder un poco y que el jugador se acostumbre a mirar a ambos lados antes de recibir el balón.

El control es hacerse de la pelota, dominarla y dejarla en las debidas condiciones para ser jugada inmediatamente con una acción posterior. Existen varios tipos de control (parada, semiparada, amortiguación, etc.) pero el que más interesa es: el control orientado, cuya finalidad es controlar y orientar al mismo tiempo el balón mediante un solo contacto. Se puede utilizar cualquier parte del cuerpo permitida. En el Futsal actual el más importante es con la planta del pie, ya que logra un perfecto y rápido control para ofrecer un beneficio técnico al equipo.

Los principios a tener en cuenta para realizar un buen control con la planta del pie son numerosos:

- Atacar el balón, en lugar de esperarlo.
- Ofrecer seguridad en la planta del pie (superficie de contacto) que intervenga.
- Relajación total en el momento del contacto.
- Orientarse el jugador, antes de hacer el control, de su posición y la del adversario, decidiendo inmediatamente la acción posterior que desee realizar.

Dado que el control presupone la posesión del balón se considera que su ejecución dependerá de la posibilidad de liberar o marcar, de espacio amplio o reducido, de acompañamiento y apoyo adecuado a uno de sus compañeros, así como de la conveniencia táctica de realizar. El control a la ofensiva o a la defensiva será condicionante técnico-táctica de la velocidad del accionar en conjunto. Es importante controlar el balón y dejarlo con un solo toque en condiciones favorables para una acción posterior, tanto en beneficio propio como en beneficio de un compañero. Al poder hacer el control con cualquier parte del cuerpo se presentan infinidad de maneras de realizarlo, pero la que se considera más importante es la que se hace con la planta del pie, porque es la que se realiza más veces a lo largo de los partidos.

El control orientado con la planta del pie se debe ejecutar con un alto nivel de precisión, de ese modo, se podrá ocupar de forma óptima el espacio de progresión (Ejemplo: Si el balón queda mal orientado se emplea un nuevo contacto para ejecutar la acción). Es importante imprimirle la potencia adecuada, de ese modo, se logra coordinar de forma óptima el movimiento corporal con el balón (Ejemplo: Si el balón queda muy corto, se necesita un nuevo contacto y la velocidad de ejecución disminuye, mientras que, si el balón queda muy largo, existe el riesgo de la pérdida del control imposibilitando la acción

posterior). Desde el punto de vista morfológico durante su ejecución intervienen articulaciones como la coxofemoral, la rótula y músculos importantes como el sartorio, poplíteo, músculos del abdomen, así como el conjunto de los gemelos y sóleo, conjunto muscular del cuádriceps femoral, así como los flexores largos y cortos de los dedos del pie. Es imprescindible contar con una buena percepción del tiempo y espacio, mantener total concentración en cada detalle para la ejecución técnica y disponer de una buena imaginación para resolver con creatividad situaciones cambiantes que se puedan presentar en el juego.

Ventajas respecto a los controles clásicos.

- Se controla el balón y se da mayor velocidad al juego.
- Se hace para encadenar otras acciones.
- Se hace con un contacto para desviar el balón a un compañero o dejarlo preparado para una acción posterior.
- Se hace con diferentes partes del cuerpo tales como el interior del pie, pecho, muslo y cabeza.

El elemento técnico control orientado con la planta del pie constituye un paso de avance en el Fútbol moderno, su mayor valor radica en la adaptabilidad que tiene en los diferentes momentos del juego, se utiliza para recibir orientadamente el balón y acto seguido pasar a un compañero o bien para conducir por un espacio útil o tirar a puerta.

### **1.5 Características en esta edad y sus ventajas para el desarrollo y aprendizaje de la técnica en el Fútbol.**

La práctica del Fútbol-sala en el alumnado produce las siguientes ventajas en el desarrollo motor: Desarrolla la motricidad general: lateralidad, percepción espacio-temporal, coordinación dinámica general, agilidad, etc. Mejora considerablemente las habilidades básicas: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones, conducciones. Ayuda a mejorar la condición física de los alumnos, referente a la velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia. Fomenta la imaginación y creatividad en el juego. Mejorando la comunicación. Da a conocer un deporte colectivo. Conocimiento y aceptación de normas y reglas. Ayuda a ser buenos deportistas.

**De los 10 a los 12 años**, la habilidad general motora adquirida les permitirá manejar su cuerpo en el tiempo y en el espacio. En este momento ya se puede comenzar a desarrollar la habilidad motora específica, estimulando la flexibilidad, la fuerza (sin el empleo de cargas máximas) y la resistencia (más la aeróbica que la anaeróbica). Además, se trabajará para que el niño logre desarrollar el dominio y uso de su cuerpo en movimientos analíticos, así como la incorporación de técnicas y gestos propios de cada deporte.

Omatos, A. (2008) en su artículo “Fútbol Base: filosofía, entrenamientos y más...” realizó una publicación titulada “Modelos de entrenamiento para benjamines y pre benjamines” *plantea* diferentes aspectos que hay que tener en cuenta a la hora de entrenar a niños:

- Lo primordial es conocer la materia prima es decir los niños y tener claro que estamos trabajando con personas en un período de evolución y formación y que aún no están desarrollados. Por lo tanto, hay que tratar a todos los niños de forma igual, eliminando los roles de “buenos” y “malos”.
- Hay que hablar siempre desde una orientación positiva, valorando las mejoras que van haciendo.
- Entender cómo se debe de trabajar la lateralidad.
- Cómo organizar los entrenamientos para tener a todos los niños en activo.
- Hacer que todos los niños jueguen por igual.

### **1.6 Conclusiones del Capítulo I.**

En este capítulo se abordaron los referentes teóricos de numerosos autores que han investigado el tema tratado. Estos a su vez logran desglosar desde su recuento epistemológico de la evolución del Fútbol hasta llegar a la técnica de Control orientado y su importancia para este deporte en el mundo actual.

## **Capítulo II: Análisis e interpretación de los resultados de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Fútbol categoría 10 – 12 años de Holguín.**

En este capítulo se describe la lógica científico – investigativa seguida para el estudio de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Fútbol categoría 10 – 12 años de Holguín. En el mismo se exponen los resultados del diagnóstico inicial que permitió conocer el comportamiento del proceso de preparación técnica del Fútbol, también se presenta el diseño metodológico propuesto a partir del análisis de los resultados de la caracterización de la actividad deportiva, que develó los factores que determinan el rendimiento deportivo en estas edades y que corresponde a la segunda etapa de la investigación. Y por último se hace una valoración por el grupo de especialistas seleccionados para conocer su factibilidad de aplicación. Para la realización de estas tareas fueron utilizados diferentes métodos y técnicas de investigación que se explican claramente en la introducción del informe de investigación.

### **2.1. Diagnóstico preliminar.**

Para comprender el estado del proceso de preparación técnica y definir los aspectos relevantes de este, se aplicó una entrevista a los entrenadores que trabajan en el deporte de Fútbol con la categoría 10 – 12 años de edad que es la que conforma la presente investigación. También se realizó la revisión del Programa de Preparación del Deportista de Fútbol como documento básico, con el objetivo de comprobar las indicaciones emitidas para el trabajo de la técnica en estas edades.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Para constatar las indicaciones relacionadas con la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en la categoría 10 - 12 años, se realiza la **revisión documental** al Programa de Preparación del Deportista (2016), constatándose que en el referido documento se indica la enseñanza de los siguientes elementos técnicos: golpes con diferentes partes del pie, conducción del balón, fintas, el regatee, saque de banda y de meta, pases cortos y medios, y en el caso de los controles se refiere a la recepción con la planta del pie.

De igual forma en el programa se plantea que los aspectos técnicos de estos tipos de controles deben ser enseñados como: en movimiento con giros, desplazamientos hacia atrás, lateral, etc..., además de la parada del balón y en general su control y dominio donde a partir de estas edades se incluye la recepción de balones altos, pero no especifica cómo debe desarrollarse este trabajo durante la preparación técnica, tampoco se indica cuáles son los contenidos técnicos relacionados con el control orientado con la planta del pie que deben ser enseñados en esta categoría, así como, no se hace referencia a los métodos que se deben utilizar para el logro de este objetivo y no se ofrecen indicaciones metodológicas al respecto.

En **revisión documental** realizada al plan de clases de entrenamientos de los practicantes de la categoría 10 - 12 años, matriculados en el área especial "Varona" del municipio Holguín se detectaron un grupo de irregularidades que se exponen a continuación.

En las revisiones realizadas se pudo constatar que, de un total de 134 clases planificadas en los tres últimos años, solamente en 2 clases se planificaron ejercicios semejantes al trabajo para el control orientado con la planta del pie, evidenciando que de todos los ejercicios que conformaban la parte principal de las clases revisadas solo en dos se ejecutaba esta técnica, de igual forma se pudo constatar que de los 4 ejercicios planificados solo en uno se valoró el contexto de juego. También se pudo constatar la carencia de indicaciones metodológicas relacionadas con el componente técnico control orientado con la planta del pie durante la preparación técnica, de métodos más específicos para el trabajo de la técnica y limitaciones en la planificación del componente teórico sobre los aspectos técnicos que conforman la técnica control orientado con la planta del pie a utilizar por los practicantes en ejercicios y juegos planificados.

#### **Resultados de las entrevistas a entrenadores.**

Para constatar el criterios de los entrenadores con respecto al desarrollo de la técnica individual control orientado con la planta del pie, fueron entrevistados un total de 4 entrenadores, de ellos 2 con más de 10 años de experiencia, el tipo de entrevista aplicada a los entrenadores fue la semi estandarizada (**ver anexo 1**) para facilitar un diálogo más abierto y flexible con los entrevistados, donde estos pudieran expresar sus experiencias, criterios y puntos de vista relacionados con el tema de investigación tratado.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Las entrevistas se les aplicaron a los entrenadores de Futsal de la base que entrenan sistemáticamente en este combinado deportivo y trabajaban con la categoría investigada en el municipio Holguín, los que también participaron en la liga pioneril de Futsal categoría 10 -12 años celebrada en Holguín del 12 al 20 de abril del año 2017.

En el análisis de los resultados de las entrevistas realizadas, se constató que el 100% de los entrenadores consideran importante el desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal, para una adecuada aceptación de esta acción comprobándose lo planteado por varios de los autores estudiados.

Los entrenadores entrevistados plantearon que a diferencia de otros elementos el control orientado del balón con la planta del pie no se enseña en la base, aun cuando está indicado en los programas el control con la planta del pie y cambios de direcciones y que no se trabaja su componente técnico, situación está que tiene como consecuencia que los jugadores cometan muchos errores durante su aplicación en el juego en los que se destacan el juego lento, impreciso y con bajo nivel técnico táctico durante el control con la planta el pie y los cambios de dirección o comienzo de la próxima acción individual o colectiva.

De igual forman los entrenadores coinciden en que tradicionalmente el aprendizaje del control orientado con la planta del pie se ha dejado a la espontaneidad y formación de maestría deportiva del jugador, que actualmente persiste su desarrollo individual empírico como elemento técnico, situación está que limita el accionar táctico del futsalista para solucionar una situación de juego ofensivo o defensivo.

Por último los entrenadores plantearon que desconocen la existencia de una metodología específica que les desarrollar la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie.

#### **Resultado de las observaciones realizadas a clases de entrenamiento de la categoría 10-12 años.**

Para obtener información sobre los métodos que utilizaban los entrenadores en las clases de entrenamiento donde se planificaron ejercicios de control del balón con la planta del pie, se realizaron 8 observaciones a clases de entrenamiento, para el cumplimiento de esta tarea se confeccionó una guía de observación (**ver anexo 2**) que permitió obtener la información que se necesitaba. El tipo de observación que se aplicó fue la estructurada.

En las observaciones realizadas se pudo constatar, que las formas de orientar y explicar los ejercicios relacionados con el control del balón con la planta del pie respondían al modelo tradicional o técnico propio para estas edades, donde el entrenador planteaba lo que debían realizar los futsalistas observándose la aplicación del estilo de enseñanza por mando directo. Evidenciándose la carencia de elementos que denominen este tipo de control como orientado debido a la falta tareas pedagógicas que lo complementen con esta acción deseada.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

Tampoco se observó en ninguna de las clases la creación de situaciones problemáticas simples, ni de momentos para la reflexión entre los practicantes y los entrenadores, se pudo constatar que los métodos más utilizados por los entrenadores del equipo investigado eran el visual directo, mediante la demostración, el método de repeticiones standard y el método de juego en una clase al final de la parte principal relacionado con el control del balón con la planta del pie. También se pudo constatar que los entrenadores no aplicaron métodos, ni situaciones de aprendizaje que posibiliten el desarrollo de un pensamiento creador e independiente en los niños en estas edades.

El autor de esta investigación considera necesario precisar que, a pesar de la inconstancia en el uso de los métodos utilizados por los entrenadores observados, no se evidencia la aplicación de métodos de descripción que según Matveev, L y Novikov (1977) citados por Navarro, S (2007) mediante la utilización de formas orales de expresión, el entrenador puede conocer el nivel de comprensión que poseen sus practicantes acerca de una técnica determinada.

#### **Resultado de las observaciones realizadas a las sesiones de entrenamiento de los equipos de Fútbol 10 -12 años de Holguín.**

En el mes de septiembre del año 2017, se aplica el método de observación estructurada participante a las sesiones de entrenamiento de los equipos de Fútbol 10 -12 años de Holguín, durante 4 juegos efectuados en sesiones de entrenamiento ubicados en el tabloncillo de Ciencias Médicas de Holguín "Mariana Grajales", para la confección de la guía de observación utilizada (ver anexo 3) fue asumido el formato propuesto por Delaz, N. (2014).

Las observaciones tenían como objetivo fundamental detectar los errores cometidos por los jugadores en la ejecución del control orientado del balón con la planta del pie durante el juego. Las observaciones, se realizaron en las dos primeras semanas del mes de septiembre, y contaron con 5 profesores que fueron previamente preparados y adiestrados con el objetivo de servir como observadores durante el juego.

Inicialmente fueron instruidos los observadores con los conocimientos elementales relacionados con el método de observación y con la forma de utilizar la guía de observación para el adiestramiento práctico de los observadores, se utilizaron 4 turnos de clases de Fútbol enfatizando fundamentalmente en la colocación de los observadores en el terreno de juego controlando las acciones de un jugador en específico por cada equipo incluyendo los de cambios.

Para el logro de este objetivo se planifican cuatro partidos de Fútbol en la sesión de entrenamiento. Los juegos se efectuaron martes y jueves y tuvieron una duración de 15 minutos en dos tiempos y cinco minutos de descanso entre cada tiempo, utilizando como principal regla que debían jugar todos los jugadores de la muestra relacionada al menos dos minutos en cada tiempo.

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

En los juegos observados se pudo constatar que los jugadores que realizaban el control orientado del balón con la planta del pie presentaban además otros problemas técnicos que influyen en esta acción como son:

- Deficiencias en los desplazamientos sin balón.
- Descoordinación en la conducción del balón.
- Imprecisiones en pase con interior del pie.
- Débil golpeo en los tiros a puerta.

De igual manera fueron detectados errores cometidos en el orden técnico durante la ejecución del control orientado del balón con la planta del pie que se mencionan a continuación:

1. Los jugadores poseen buena observación del adversario, en el que logran desmarcarse con fintas y amagues, aunque en ocasiones no logran conservar la distancia entre jugador – jugador y jugador – oponente.
2. Los jugadores no siempre logran orientarse correctamente de frente antes de hacer el control, provocando que los practicantes no realicen el control con la planta del pie en la mayoría de las recepciones impidiendo la rapidez requerida en la acción ejecutada, y en la mayoría de los casos la pérdida del mismo.
3. Los jugadores no se anticipan a la acción del pase del compañero esperando que les llegue el balón a su posición, lo que se deriva una incorrecta adopción de la posición del cuerpo durante la recepción con la planta de pie provocando un mal control del balón.
4. No hay relajación total en el momento del contacto observándose cierta rigidez en el movimiento técnico.
5. Existe una mala selección de decisión inmediata de la acción posterior al control dificultando la fluidez del juego rápido y bonito tronchando las acciones individuales y colectivas la acción que se desencadena.
6. Existen deficiencias en la mecánica de ejecución del movimiento técnico de control, giro y acción posterior.

#### **Resultados de las observaciones realizadas a los equipos participantes en la liga pioneril de Fútbol categoría 10 – 12 años del municipio de Holguín.**

En el mes de abril del año 2017 en la fecha comprendida entre el 12 al 20 se celebró la final de liga pioneril en el municipio de Holguín, evento donde fueron observados, como parte del diagnóstico de la investigación, los atletas relacionados en la muestra el equipo de Fútbol del combinado deportivo “Varona” de la categoría infantil. Para el logro de este objetivo se utilizó el mismo modelo de guía de observación realizada a las sesiones de entrenamiento de dicho equipo de Fútbol, realizando

## *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

modificaciones a los datos que encabezaban la planilla debido al contexto donde se realizó la observación.

Por tal motivo la observación realizada a este equipo tenía como objetivo fundamental constatar la efectividad de sus jugadores en la ejecución del control orientado del balón con la planta del pie. Es importante precisar que la observación solo se realizó en la etapa clasificatoria con la participación de todos los equipos involucrados, detectándose los siguientes errores técnicos en la ejecución de la técnica individual control orientado con la planta del pie.

1. Los jugadores no se anticipan a la acción del pase del compañero provocando un mal control del balón y en la mayoría de las ocasiones realizadas con el interior del pie.
2. El por ciento de veces en que se utiliza el elemento técnico control orientado del balón con la planta del pie es muy bajo.
3. Se observa rigidez en la amortiguación durante el contacto de la recepción en el movimiento técnico del control orientado del balón con a planta del pie.
4. La acción posterior al control del balón con la planta del pie en muchas ocasiones no se corresponde con acción más adecuada siendo infectiva su ejecución.
5. Existe una mala ejecución del elemento técnico control orientado del balón con la planta del pie.

### **Conclusiones del epígrafe.**

El diagnóstico realizado evidenció de forma general la existencia de un insuficiente tratamiento metodológico y didáctico al componente técnico control orientado del balón con la planta del pie, de igual forma se constata que los practicantes de la categoría 10 - 12 años presentan errores técnicos durante la ejecución del control orientado con la planta del pie en el contexto del juego.

### **2.2 Propuesta de ejercicios para contribuir a la enseñanza de la técnica individual Control orientado.**

Luego de haber analizado los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial y conocer los referentes teóricos investigados, se propone la siguiente metodología para la enseñanza de este elemento técnico:

#### **Descripción morfofuncional de los músculos plantares:**

Los músculos de la planta del pie los podemos dividir en 3 planos: profundo, medio y superficial. El plano profundo está inervado por el nervio plantar lateral rama del nervio tibial los Interóseos dorsales y plantares que participan en la flexión y extensión del pie, y abducción y aducción de los dedos, teniendo de referencia el eje del pie (segundo dedo). El músculo oponente del dedo meñique del pie que tracciona en dirección plantar y medial. El principal movimiento de la técnica es la Flexión dorsal,

movimiento de aproximación del dorso del pie a la cara anterior de la pierna y su amplitud de movimiento es de 0 a 20°.

**Descripción del control orientado con la planta del Pie:**

El jugador realiza el movimiento buscando el balón anticipándose a su llegada, la pierna de apoyo está semiflexionada en la rodilla y el tobillo, la que recibe el balón se lleva hacia delante siempre de frente buscando el balón y el pie haciendo una flexión dorsal (en posición como si fuera el apoyo del acelerador de un carro) de manera que la planta del pie logre hacer contacto con el balón en su totalidad sin llegar al talón y a su vez lo presione contra la superficie del suelo amortiguando el impacto hasta lograr el control total para poder halarlo o empujarlo en la dirección deseada simultáneamente con un giro en movimiento que puede ser continuado con una conducción, pase o tiro a portería. Este movimiento se realiza de manera coordinada y continuada. Resumiendo, el jugador podrá decir que tiene un control orientado del balón con la planta del pie aceptable cuando sea capaz de:

- Mantener siempre una posición del cuerpo equilibrada y con el balón protegido de los adversarios.
- Guiar el balón a donde él quiera según sus propias intenciones.
- Llevar el balón indistintamente con la planta del pie y con objetivo premeditado.
- Recepcionar y dirigir el balón con suavidad, pero con decisión en acción continuada.

**Pasos metodológicos a seguir.**

1. Descripción morfofuncional de la técnica e importancia por parte del entrenador.
2. Explicación y demostración del elemento técnico por parte del entrenador.
3. Imitación de la técnica por los practicantes.
4. Individual, a balón parado, a la caída de un paso, apoyamos la planta del pie en el balón y lo halamos hacia atrás presionándolo, seguida de un movimiento suave de medio giro del cuerpo hacia un lado y hacia el otro alternado con el otro pie. (6 a 8 repeticiones)
5. En parejas, a la distancia de 2 metros, a balón parado, a la caída de un paso, apoyamos la planta del pie en el balón y lo halamos hacia atrás presionándolo, seguida de un movimiento suave de medio giro del cuerpo en dirección al compañero dejando que el balón ruede hasta él. (6 a 8 repeticiones con ambos pies)
6. En parejas, a la distancia de 4 metros, a balón parado, a la caída de un paso, se apoya la planta del pie en el balón y lo se hala hacia atrás presionándolo, seguido de un movimiento suave de medio giro del cuerpo golpeándolo con el interior del pie contrario en dirección al compañero. (6 a 8 repeticiones con ambos pies)
7. En tríos, uno en el centro, a la distancia de 4 metros de cada uno, recibe el balón en movimiento rasante de un extremo, anticipándose a su llegada apoyará la planta del pie en el balón y lo hala hacia atrás presionándolo, seguido de un movimiento suave de medio giro del cuerpo golpeándolo con el

### *Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

interior del pie contrario en dirección al compañero que se lo devolverá para que ejecute la misma acción buscando al otro compañero. (6 a 8 repeticiones con ambos pies en jugada continuada)

8. En tríos, uno en el centro, a la distancia de 6 metros de cada uno, recibe el balón en movimiento rasante de un extremo, anticipándose a su llegada apoyará la planta del pie en el balón y lo hala hacia atrás presionándolo, seguido de un movimiento suave de medio giro del cuerpo conduciéndolo con el interior del pie en dirección al compañero hasta la distancia de 2 metros realizando el pase para que este se lo devuelva para que ejecute la misma acción buscando al otro compañero. (6 a 8 repeticiones con ambos pies en jugada continuada)

9. En dúos, uno en función de pivot, a la distancia de 6 metros de cada uno, el pivot que se encuentra en la zona de 9 metros recibe el balón en movimiento rasante, anticipándose a su llegada apoyará la planta del pie en el balón presionándolo durante la amortiguación y lo hala hacia la dirección seleccionada por él, seguida de un movimiento suave de medio giro del cuerpo conduciéndolo con el interior del pie en dirección a la portería hasta la distancia de 6 metros realizando el tiro a portería o realizando el pase a su compañero que lo acompaña después del pase inicial, para que este sea el que ejecute el tiro. (6 a 8 repeticiones con ambos pies en jugada continuada)

10. Juego con tareas en terreno reducido cuyo principal objetivo es realizar el control orientado con la planta del pie.

#### **Errores más comunes.**

1. Esperar el balón en lugar de atacarlo.
2. Recepcionar con la planta del pie rígida impidiendo el control del balón.
3. Dirigir el balón bruscamente y sin objetivo.
4. Mostrarse rígido en el momento del contacto.
5. Mala orientación del jugador, antes de hacer el control, de su posición y la del adversario.
6. Tomar decisiones imprecisas inmediatamente a la acción posterior que desee realizar.
7. Posición del cuerpo desequilibrada provocando que el balón no esté protegido de los adversarios.
8. Realizar pausas innecesarias durante la ejecución del movimiento.

#### **2.3 Resumen del Criterio de especialistas.**

Para conocer si los ejercicios propuestos son factibles a aplicar se realizó una encuesta al grupo nominal de 5 entrenadores de Futsal. Los mismos cumplieron con los siguientes criterios de inclusión:

- Que tuviesen pleno conocimiento del tema tratado.
- Que hayan ejercido como entrenadores en las categorías alguna vez.
- Que tuviesen más de 10 años trabajando en el deporte de Futsal.

*Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado en Cultura Física.*

- Que hayan tenido resultados competitivos a nivel provincial y nacional.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Años de Experiencia</b>	<b>Principal Dirección</b>	<b>Principal Resultado</b>
Alfonso López Taureuxh.	20 años	DT Universitario HG	Plata 2002
Alexander Castro Arévalo.	20 años	DT Femenino Orientales	Plata Olimpiada del Deporte Cubano.
Edilberto Medina Durán.	20 años	Entrenador equipo Cuba	Mundial 2000
Onécimo Osorio Frómata.	20 años	DT Masculino HG	Plata 2014
Elieser Alonso Leyva.	17 años	Preparador Físico HG	Plata2014

- Resumiendo, la encuesta podemos concluir diciendo que todos los especialistas coinciden en que los ejercicios propuestos pueden ser aplicados y lograr el resultado esperado.
- Los mismos son novedosos ya que por primera vez se utilizan estos ejercicios metodológicamente estructurados para su enseñanza en esta categoría, además, están estructurados sobre la base de las deficiencias detectadas.
- Los ejercicios son dinámicos y están dirigidos al trabajo individual.
- Aportan elementos novedosos que anteriormente no se habían utilizado como es el trabajo individualizado a través de la corrección de errores.
- Consideran que, con las sugerencias expuestas al colectivo técnico durante su perfeccionamiento, es factible aplicarlos.

**Conclusiones.**

1. Durante el estudio de los fundamentos teóricos - metodológicos que sustentan el control orientado del balón en practicantes de Futsal categoría infantil, se pudo constatar a pesar de que la comunidad científica aborda el tema tratado, es insuficiente todo lo relacionado para esta categoría.
2. En el diagnóstico realizado del control orientado del balón con la planta del pie a los practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín, se pudo comprobar que existen insuficiencias que evidencian la necesidad de proponer ejercicios para su enseñanza.
3. La propuesta de ejercicios puede contribuir a la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín.
4. Después de realizada la valoración final de la propuesta de ejercicios para la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie en practicantes de Futsal categoría infantil de Holguín, se llegó a la conclusión que los resultados arrojados de la información recibida del criterio de especialistas demuestran que es factible aplicarlos.

**Recomendaciones.**

Presentar los resultados a la Comisión Provincial de Fútbol para que los ejercicios puedan ser generalizados.

## Bibliografía

1. Abril Jiménez, Marisol (2014). [Http://la evolución del futsala, 5 de agosto de 2014/prezi.htm](http://la%20evoluci3n%20del%20futsala%2C%205%20de%20agosto%20de%202014/prezi.htm)
2. Alfaro Torres, Rolando. (2003) juegos cubanos. Ciudad de la habana, editorial Abril.
3. Anderson, J. R. (1983): the architecture of cognition. Cambridge, ma: Harvard University press.
4. Alvaredo, J.M. (1999). La preparación psicológica del deportista. Tema 1. Curso regular diurno de cultura física.
5. Alcolea, P. J (1998) La iniciación a los deportes: el fútbol sala. [Www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)
6. Álvarez Bedolla, A. (2003) Estrategia, táctica y técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. [Efdeportes.com](http://www.efdeportes.com), revista digital. Buenos aires, nº 60. [Http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm](http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm)
7. Álvarez, C. y otros. (1982). La categoría didáctica objetivo en la enseñanza de la Física General en la educación Superior Cubana. Revista Cubana de Física. Vol. II. No. 3.
8. Ashman, A.F.; Conwy, r. N. F. (1997): an introduction to cognitive education. Theory and applications. Routledge, london and new york.
9. Bayer. C. (1987). Técnica: la formación del jugador. Hispano-europea. 1987. Barcelona.
10. Beltrán, F (1993): procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje. Madrid: síntesis.
11. Beltrán, F. (1991). Iniciación al fútbol sala-técnica y planificación. Zaragoza: cepid.
12. Beltrán, F. (2015) iniciación al fútbol sala: técnica y adaptación. Editorial Imagen y Deporte. Isbn: 978- 84- 89117- 09- 9.
13. Beltrán, F. (2015) iniciación al fútbol sala. Técnica y planificación. Colección cepid. Editorial deportiva agonos. Isbn 978-84-87186-08-0.
14. Beltrán, J. (1993): procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje. Madrid: síntesis.
15. Blázquez, D. (1995) la iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: inde publicaciones.p. 40.
16. Boada, J. (2013) aprende la técnica del fútbol sala. Revista digital Sportlife. P.1
17. Bruggemann, D. (1990). Football - hanbuchz - kinder - und jugendtraining shorndorf.la Habana. Ediciones deportivas.
18. Buceta, J.M. (1998) "Psicología del entrenamiento deportivo". Madrid: editorial Dykinson.

19. Camerino, O. y Castañer, O. (1988). "1001 ejercicios y juegos de recreación". Barcelona. Paidotribo.  
Caminero P Sanabria g. Participación comunitaria (1997). Modelo de intervención educativa para profesores de GBT. La Habana: facultad de salud pública.
20. Camps, A.; Acedo, F. J. y Rojo, J. (2008). Transferencia positiva en el ciclo control-conducción-pase del fútbol al fútbol-sala. Efdportes.com, revista digital. Buenos aires, año 13, n° 126.  
[Http://www.efdeportes.com/efd126/transferencia-positiva-del-futbol-al-futbol-sala.htm](http://www.efdeportes.com/efd126/transferencia-positiva-del-futbol-al-futbol-sala.htm)
21. Cancio Sellés, R. E. (2010) consideraciones a tener en cuenta para la iniciación deportiva.  
[Http://www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) revista digital - buenos aires - año 14 - n° 141 - febrero de 2010
22. Candelas, J. (2012). Entrevista uefa training ground. Xv congreso anefs 2013.
23. Caparrós, A. (1980). Los paradigmas en psicología. Sus alternativas y sus crisis. Barcelona: Horsori.
24. Castelv, M (2000). Las escuelas deportivas, pieza clave en la formación deportiva. Rev. Deporte 2000. Madrid. 5,58. 1973. 28-53.
25. Cerro Barroso, F. M. (2005). Juegos de educación física adaptados a la enseñanza del fútbol – sala.  
[Http://www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) año 10 – nr0 91. 25 de diciembre del 2005.
26. César, Frattarola Alcanza (2002). Programas de entrenamiento de fútbol base. España.
27. Colectivo de Autores. (2009). Programa de preparación del deportista. ISCF Manuel Fajardo. Editorial Deportes.
28. Colectivo de autores. (2017) programa integral de preparación del deportista de fútbol y futsal. Asociación de fútbol de cuba 2013 – 2016.
29. Colectivo de autores (2009), programa y orientaciones metodológicas. Educación primaria. Segundo ciclo. Educación física. Editorial gente: nueva. La Habana, cuba. P.3 – 4.
30. Coll, C. (1988). Significado y sentido en el aprendizaje escolar. Reflexiones en torno al concepto de aprendizaje significativo. Infancia y aprendizaje, 41, pp. 131 -142.
31. Coll, C.; Palacios, J.; Marchesi, A. (comp.) (1992): desarrollo psicológico y educación, ii. Psicología de la educación, alianza psicológica.
32. Coll, C.; Palacios, J; Marchesi, A. (2001). Desarrollo psicológico y educación, 2. Psicología de la educación escolar, alianza editorial.
33. Cortés Díaz, J. T. (2014) fundamentos tácticos-estratégicos del fútbol de salón. Revista de educación física, universidad de Antioquia. Issn: 2322- 9411. Volumen 3 suplemento. P. 15. P.18.
34. Csanádi, A. (1984) el fútbol, técnica - táctica y sistema de juego. Santiago de Chile, editorial Planeta.

35. Csanadi, Arpad. (1984). El fútbol. Tomo I. II y III. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 1987 – 299 p – 1t.
36. Díaz A. y Martínez A. (2003). Deporte escolar y educativo. Revista digital - buenos aires - año 9 - n° 67 - <http://www.efdeportes.com/>
37. D'Amico, J. (1982) el chico el fútbol y el aprendizaje]. —Buenos Aires:] s.n] 1982. Lecturas de Educación Física y deportes. <Http://www.efdeportes.com/efd27a/tecnol.htm>
38. De Armas Ramírez, N. y colaboradores (2003). *Aproximación al estudio de la metodología como resultado científico*. Centro de estudio de ciencias pedagógicas del Instituto Superior Pedagógico “Félix Varela”.
39. Dóbler, E. y Dóbler, H. (1981). Juegos menores. Editorial pueblo y educación, C. Habana. (p.21)
40. Doménech Betoret, F. (2015). Tema 5: La enseñanza y el aprendizaje en la situación educativa. Aprendizaje y desarrollo de la personalidad (sap001). Doménech (eds) prácticas para psicólogos en contextos escolares. Colección material docente de la universidad Jaume I. Castellón.
41. Dsánchez (2015) iniciación al fútbol. Missatges. Revista digital atom. Tue, 23 jun 2015.
42. Estévez Cullerell, M., Arroyo Mendoza, M. y González Terry, C. (2004). La investigación científica en la actividad física: su metodología, Editorial de deporte ciudad deportiva.
43. Federation international de football association. (2012) reglas de juego 2012 /2013. Federation internacional de football association. -- Suiza: FIFA, 2012. 140 p.; 21 cm.
44. Fonseca Guzmán José y García Ferriol Ángel. (2002). La anticipación defensiva en los deportes de equipos: un estudio de la importancia otorgada a sus variables. Apuntes: educación física y deporte (Barcelona) 69: 37-42.
45. Frattarola Alcanza, C. (2002). Programas de entrenamiento de fútbol base. España.
46. Fuentes, H., Mestre, U. (1996). Una alternativa de organización del proceso de enseñanza de una disciplina basada en invariantes de habilidades. Revista Cátedra. Centro de Estudios de educación Superior de la Universidad de Oriente. No. 1. Enero - Marzo 1996. Pp 37 - 44.
47. Fuentes, H., Pérez, L., Mestre, U. (1993). Modelo de organización del proceso docente - educativo de disciplinas básicas a través del sistema de unidades de estudio y el empleo de métodos problémico - diferenciados. VIII Fórum de Ciencia y Técnica.
48. Fuentes, H., Mestre, U., Álvarez, I. (1998). La didáctica como ciencia: una necesidad de la educación Superior en nuestros tiempos. Revista Comunicación. Publicación del Instituto Tecnológico de Costa Rica. Escuela de Ciencias del Lenguaje. Vol. 10. No. 2. Año 19. Pp. 70 - 77. Agosto.
49. Fútbol (2010) cambios en las reglas de juego. [www.fifa.com](http://www.fifa.com). 16 de agosto del 2016.

50. García Jiménez, A. (2013). El control orientado: batería de tareas para su mejora. XV congreso ANEFS, Revista digital, España 2013.
51. García, JM.; Navarro, M. y Ruíz, j. A. (1996). Planificación del entrenamiento deportivo. Madrid: gymnos.
52. García Ucha, FE. y Lorenzo Mendivia, O. (2003) Consideraciones psicológicas sobre la especialización deportiva en edades tempranas.
53. Guerrero Cáceres, F. J. (2010) iniciación al golpeo y al manejo del balón en el fútbol sala. Revista digital profesional de fútbol y fútbol sala. Edición no 44, diciembre 2010.
54. Guerrero Cáceres, F. J. (2012) la iniciación técnica del fútbol sala a través de juegos. Editorial Wanceulen, s. L. Febrero 11, 2011. Isbn: 9788498239676.
55. Hernández J. [et. Al]. (2001). La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque. Revista digital Buenos Aires - año 6 - n° 33 - <http://www.efdeportes.com/>
56. [Http://](http://) ¿Cómo enseñar el futsal? / edición 2004. Htm/pdf. P. 9.
57. Jiménez Fuentes – Guerra, F. J. (2002) el tratamiento de la iniciación deportiva en la revista 'lecturas: educación física y deportes desde su inicio hasta la actualidad. [Http://www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) revista digital - buenos aires - año 8 - n° 44 - enero de 2002.
58. López Cutillas, A. B. y García Vallejo, a. (2010). La técnica individual en fútbol sala. Efdeportes.com, revista digital · año 15 · n° 151. Buenos aires, diciembre de 2010.
59. Lozano J. (1995) "experiencias tácticas" r.f.e.f., 1995, p. 16.
60. Karlp-heinz heddergott (1978) fútbol del aprendizaje a la competencia. Buenos aires.
61. Marcos Valdés, A (2010). La enseñanza del fútbol desde las edades escolares. Editorial deportes. La Habana, cuba. P-147.
62. Martiño, A. (2014) web para entrenadores de fútbol sala. Iniciación y formación. [Www.adrimartinofutsal.es.tl](http://www.adrimartinofutsal.es.tl)
63. Matvéev, I. (1983). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú: ed. Raduga. P 35-3.
64. Matveev, I.P. adaptação: gomes, a.c.; palomares, (1997). E.m.g. educação física escolar - teoria e metodologia. Rio de janeiro palestra sport.
65. Meinel. K. (1977). Didáctica del movimiento. Orbe. 1977. La Habana.
66. Makarenko, I. P. Adaptação: gomes, a. C.; palomares, e. M. G. (2000) natação - seleção de talentos e iniciação desportiva. Porto Alegre, artmed.
67. Monereo, C. y otros. (1996) Estrategias de enseñanza y aprendizaje. Graó Editorial. España.
68. Naglak.z. (1978) entrenamiento deportivo, teoría y práctica. Traducción del original polaco. Inef. 1978. Madrid.p.12-15.

- 69.Noa Cuadro, H. (2000). Modelo de selección de talentos futbolísticos para la iniciación al deporte elite. Ciudad de la habana. Tesis (en opción al título de máster en metodología del entrenamiento deportivo) --ISCF.
- 70.Norori Campos, Abraham Antonio. (2005) Propuesta de un programa de entrenamiento de fútbol para la categoría 11-12 años en el departamento de Masaya. Nicaragua / Abraham Antonio Norori Campos. -- La Habana: escuela internacional de educación física y deporte, 2005. 49 p.; 28 cm. Tesis (licenciatura en educación física y deporte) - escuela internacional de educación física y deporte. Fustes Ross, Raúl.
- 71.Omatos, A. (2008). Artículo digital "fútbol base: filosofía, entrenamientos y más...". Publicación titulada "modelos de entrenamiento para benjamines y pre benjamines" 11 diciembre 2008. Wordpress.com.
- 72.Ozolin. N. G. (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo / n. G. Ozolin –ciudad de la habana: editorial científico técnica, 1983 – 488 p.
- 73.Ozolin, N. G. (1995) sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. La Habana, editorial científico técnico.
- 74.Palau Roig, X. (2013). Planificación anual de un equipo de fútbol sala infantil. Primera parte. Efdeportes.com, revista digital. Buenos Aires, año 18, nº 183, agosto de 2013. P.1.
- 75.Palau Roig, X. (2013). Escuela de fútbol sala (ii): objetivos y contenidos en la etapa de formación (alevines) parte 2. Efdeportes.com, revista digital. Buenos Aires, año 10, nº 93, febrero 2006.
- 76.Peitersen, B. (2003). Fútbol: técnica del fútbol. Editorial Paidotribo. Barcelona, España.
- 77.Pérez Garrote, B. (2011). Publicación ¿qué enseñar antes, técnica o táctica? Blog: Braiz Pérez futsal.
- 78.Pérez Sánchez, A. (2003). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación. Material didáctico del departamento de recreación ISCF "Manuel Fajardo".
- 79.Pila. H. (1996) métodos y normas para evaluar la preparación física y seleccionar talentos para el deporte. Ediciones supernova, México, p. 70.
- 80.Riera Riera, J (1989) "Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas" inde. [www.tacticasdefutbol.com](http://www.tacticasdefutbol.com). P. 1 – 21.
- 81.Riffel, E. (2017). "El modelo didáctico en la educación física". Publicación [www.monografias.com](http://www.monografias.com)
- 82.Rivas Borbón, M. (2014) fútbol. Guía didáctica para la enseñanza de la técnica (niños y adolescentes de 8 a 16 años)
- 83.Rivas Borbón, M. (2014). Guía didáctica para enseñanza técnica del fútbol (niños y adolescentes de 8 a 16 años). Publicaciones de la universidad nacional. Heredia, Costa Rica. P. 33.

84. Rivas, F. (1997): el proceso de enseñanza/aprendizaje en la situación educativa. Ariel, psicología.
85. Robert (2013) diferentes categorías según edades. [Http://cosasfutbolsala.blogspot.com/2013/03/](http://cosasfutbolsala.blogspot.com/2013/03/).
86. Rodríguez Castellón, J. J. (2010) la iniciación deportiva en el contexto escolar: análisis de los modelos de enseñanza. [Http://www.efdeportes.com/](http://www.efdeportes.com/) revista digital - Buenos Aires - año 14 - n° 142 - marzo de 2010.
87. Ruiz Aguilera, Ariel. (1985). Metodología de la enseñanza de la educación física. Ed. Pueblo y educación, La Habana.
88. Salamanca Suárez, Y. (2012) Técnica fundamentos del fútbol. [Http://slideshare /técnica fundamentos del fútbol.htm/](http://slideshare /técnica fundamentos del fútbol.htm/) p. 1-21
89. Sarria Stuart, D. (2017) el fútbol y los modelos de iniciación deportiva. Blog: monografias.com
90. Soca Rosselló, I. (2017). "propuesta metodológica para la enseñanza del golpeo del balón con la punta del pie en el fútbol para la categoría 9-10 años". Facultad de Cultura Física, universidad de Holguín. Cuba.
91. Solo fútbol (2017) reglas de fútbol sala. Revista digital. [Www.solofutbolnet.com](http://www.solofutbolnet.com)
92. Velasco Tejada, J y Lorente Peñas, J. (2003) Entrenamiento de base en fútbol sala. Editorial Paidotribo, Barcelona, España. P-20.
93. Talaga, J. (1989) El entrenamiento: fútbol. Editorial Pueblo y educación, Ciudad de la Habana.
94. The international football association board (2017) Reglas oficiales de fútbol. Münstergasse 9, 8001 Zurich (Suiza). [Www.theifab.com](http://www.theifab.com)
95. The international football association board (2015) Reglas oficiales de fútbol. Publicadas por la fédération internationale de football association Fifa-strasse 20, 8044 Zurich, Suiza. [Www.fifa.com](http://www.fifa.com)
96. Tucidades, Perea Roserp (2003). Colección fútbol. Programas de entrenamiento de fútbol base. Fútbol de salón. Reglamento oficial ilustrado. Actividades socio motrices de fútbol sala.
97. Veles Vázquez, A. y Arces Gajo, A. (2002). Aproximación conceptual a la velocidad en deportes de equipos: el caso fútbol. Apuntes: educación física y deporte (Barcelona) 69: 44-56.
98. [Www.fifa.com](http://www.fifa.com) (2017) reglas de fútbol sala 2014 – 2015. Fifa - strasse 20 apdo. Postal 8044 Zürich. Suiza.
99. [Www.solofutbolnet.com](http://www.solofutbolnet.com) © la historia del fútbol sala. 2017.
100. Valdés casal, h. M. (2000). Precisiones necesarias en relación con la psicología del deporte. [Lecturas: educación física y deportes. Http://www.efdeportes.com/ revista digital | Buenos Aires | año 5 - n° 19 - marzo 2000.](http://www.efdeportes.com/)

101. Vega Haro, G (2009). Creación de situaciones de enseñanza-aprendizaje. Adaptación a las características de nuestros jugadores. Pdf. P. 7.
102. Vygotsky, I.S. (1978): El desarrollo de los procesos superiores. Barcelona. Crítica.
103. Zinkin, N.V. (1990). Fisiología humana, editorial científico técnico. La Habana. 1990.
104. Ziegler, J. (1975) gyermek es serdulokorv edzese. Entrenamiento de jugadores de fútbol infantil y juveniles Budapest, sport propaganda.
105. \_\_\_\_\_ (2015) iniciación al fútbol sala. By guadalinfotolox. Docslide. Jun 10, 2015.  
[Http://myslide.es/iniciacion-al-futbol-sala.html](http://myslide.es/iniciacion-al-futbol-sala.html)

## **ANEXOS**

### **Anexo 1**

#### **Entrevista a entrenadores de Futsal.**

En la sede de Cultura Física "Manuel Fajardo" de la Universidad de Holguín se está realizando una investigación relacionada con el desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría 10 – 12 años de Holguín. Este trabajo investigativo le proporcionará a los entrenadores de Futsal de la categoría investigada, una herramienta metodológica que les posibilitará contribuir al perfeccionamiento del referido proceso de entrenamiento por lo que se solicita de usted, su modesta colaboración.

Objetivo: Obtener información sobre la opinión de los entrenadores con relación desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal categoría 10 – 12 años de Holguín.

#### **Cuestionario de preguntas.**

1. ¿Qué importancia usted le atribuye al desarrollo de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie en el Futsal?
2. ¿Considera usted que el control orientado del balón con la planta del pie y su componente técnico se enseñan en la base?
3. ¿Considera usted que los futbolistas cubanos tradicionalmente han aprendido a controlar y orientar el balón de forma empírica o por la enseñanza del entrenador?
4. ¿Conoce usted alguna metodología específica para desarrollar la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie?

## Anexo 2

### Guía de observación a clases de entrenamiento.

**Objeto de la observación:** Tratamiento metodológico en la sesión de entrenamiento.

**Objetivo de la observación:** Valorar el tratamiento metodológico utilizado por los entrenadores en los ejercicios planificados de control del balón con la planta del pie.

**Cantidad de Observadores:** 1.

**Tiempo total:** 2 meses.

**Frecuencia de las observaciones:** 1 x semana.

**Tipo de observación:** Estructurada.

**Lugar:** Terrenos de Futsal de los combinados deportivos de Holguín.

**Hora:** 4:30 pm.

**Aspectos a observar en la unidad de investigación:**

1. Forma en que se orientan y se explican los ejercicios.
2. Creación de situaciones problemáticas simples a los jugadores.
3. Creación de momentos para la reflexión entre jugadores y entrenador.
4. Método o métodos más aplicados.

**Planilla para el registro de la observación.**

<b>Aspectos a observar</b>	<b>Comentarios</b>
Forma en que se orientan y se explican los ejercicios de Control del balón con la planta del pie.	
Creación de situaciones problemáticas simples a los practicantes.	
Creación de momentos para la reflexión de aspectos técnicos del control del balón con la planta del pie entre practicantes y entrenador.	
Métodos más utilizados.	

### **Anexo 3**

#### **Guía de observación a sesiones de entrenamiento.**

**Objeto de la observación:** La aplicación de la técnica individual control orientado del balón con la planta del pie.

**Objetivo de la observación:** Determinar los errores técnicos en la ejecución del control orientado del balón con la planta del pie en el contexto de juego.

**Cantidad de Observadores:** 4

**Tiempo total:** 4 días.

**Frecuencia de las observaciones:** 1.

**Tipo de observación:** Estructurada.

**Lugar:** Terreno tabloncillo de Ciencias Médicas de Holguín.

**Hora:** 4:30 pm

#### **Indicadores técnicos a observar en la unidad de investigación:**

7. Observación del adversario (mantención de la distancia y desmarque)
8. Orientarse, antes de hacer el control, de su posición y la del adversario.
9. Anticipación a la acción del pase y recepción.
10. Control del balón con la planta del pie.
11. Relajación total en el momento del contacto.
12. Decisión inmediata de la acción posterior al control.
13. Control, giro y acción posterior.

#### **Planilla para el registro de datos**

<b>Indicadores técnicos del control orientado</b>	<b>Observaciones</b>
Observación del adversario.	
Orientación, antes de hacer el control, de su posición y la del adversario.	
Anticipación a la acción del pase y recepción.	
Control del balón con la planta del pie.	
Relajación total en el momento del contacto.	
Decisión inmediata de la acción posterior al control.	
Control, giro y acción posterior.	

### **Opinión del tutor:**

El diplomante Emilio David Aguilar Mariño ha incursionado en una problemática que ocupa la atención de un gran grupo de personas dedicadas al estudio del entrenamiento deportivo y específicamente en el deporte de Futsal, con el objetivo de mejorar el proceso de enseñanza – aprendizaje de uno de los elementos técnicos más importante en categoría infantil que comprende las edades de 10 - 12 años. Este hecho unido al estado en que se encuentra este estudio a nivel mundial y los resultados obtenidos históricamente en nuestra provincia, le confiere particular importancia a esta investigación.

El mismo profundiza en la búsqueda de medios y alternativas más asequibles y los adapta a la muestra de estudio, demostrando dominio del deporte del cual fue atleta. Con un nivel científico y metodológicamente asequible por el significado que tiene para el desarrollo individualizado, cognitivo y saludable de los practicantes en este bello deporte.

El diplomante ha demostrado poseer conocimientos suficientes para solucionar un problema complejo, lo que ha sido posible por la labor profesional que desempeña en el deporte, en esta esfera del conocimiento, sus resultados como atleta y por la formación académica de pre grado recibido en la provincia de Holguín donde este deporte goza de prestigio a nivel nacional y mundial donde ha sabido manejar con científicidad y profesionalidad las sugerencias dadas para darle solución a las tareas científicas propuestas el diplomante utiliza distintos recursos y técnicas de la investigación, además de otros métodos declarados oportunamente en el informe. Todo lo cual le confiere confiabilidad y firmeza a los resultados obtenidos.

Estas consideraciones unidas a la calidad del acto de defensa, al aporte concreto a los entrenadores de Futsal, permiten solicitarle al tribunal le otorgue la más alta calificación.

---

MSc. Alexander Castro Figueredo.