

**DPTO. CULTURA FÍSICA**

**Manual metodológico para el entrenamiento técnico del fútbol infantil**

**Trabajo de diploma en opción al Título de licenciado en Cultura Física**

**Autor: Dainely Ortiz Puig.**

**Tutor: Dr.C. Alexander Castro Figueredo. P.A.**

**Holguín, 2022.**

## **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 hablar de hábitos sanos...”***

**Fidel Castro Ruz**

## DEDICATORIA

**Dedico esta tesis, con todo cariño, admiración y respeto:**

Al Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz por toda la obra que ha realizado por los cubanos y por su afán de que seamos las personas más cultas del mundo.

A la Revolución Cubana.

A toda mi familia, muy especialmente a mis padres, por ser mi fuerza a seguir adelante.

A la toda la familia del Fútbol cubano y a los amantes del deporte en general.

A todos mis compañeros de trabajo y amigos.

***A todos, además, mi infinita gratitud.***

## AGRADECIMIENTOS

Resulta imposible presentar esta obra sin mencionar las personas que han colaborado incondicionalmente, para ellos mi eterna gratitud.

A nuestro Fidel y la Revolución Cubana por darme la oportunidad de realizar este sueño.

A mi familia, padres, hermanos, y el resto de la familia, amigos y compañeros de trabajo, a ellos les debo todo lo que soy.

A mi excelente tutor el Dr.C. Alexander Castro Figueredo por sus enseñanzas y sabios consejos que supieron darme en este recorrido científico.

A todos los dirigentes y profesores de la Facultad de Cultura Física de Holguín por su preocupación y apoyo.

A todos los miembros de la gran familia del Fútbol holguinero por ofrecerme sus conocimientos, así como, por su preocupación y apoyo.

***A todos, Gracias.***

## SÍNTESIS

La investigación se determinó por un análisis realizado en combinado deportivo de "Pueblo Nuevo" del municipio Holguín, donde se detectaron numerosos problemas, que tienen su punto de partida en la carencia de implementos y bibliografías que permitan contribuir al entrenamiento del futsal infantil, específicamente el elemento técnico individual control orientado del balón con la planta del pie, y el golpeo con la punta del pie. La misma está orientada a elaborar un material bibliográfico que sirva de referencia a los entrenadores para la planificación de clases de enseñanza. Para su logro, se propone un manual concebido de una manera atractiva, eficiente y sana, que puede proporcionar, en comparación con el método tradicional, mayores motivos para el disfrute y diversión de los niños durante el turno de clases mientras se apropian de esta técnica. También logra un estado positivo para el proceso de formación del hombre nuevo, con múltiples elementos que transforman la personalidad y el interés a comenzar de la práctica deportiva. El contenido del manual sugiere una propuesta de pasos metodológicos, juegos pre deportivos para su posterior aplicación en situaciones reales de juego. Para esto, se tuvo en cuenta la utilización de las técnicas, métodos y procedimientos de la investigación. Los resultados esperados giran en torno al fácil aprendizaje de los niños a través del entrenamiento del Futsal en esta edad, lo que nos permitieron afirmar que el trabajo representa un importante aporte en el ámbito provincial y nacional, constituyendo un parámetro de investigación para los demás.

## ÍNDICE

### TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
Fundamentación	1
Desarrollo	7
Conclusiones.	30
Recomendaciones.	31
Bibliografía.	
Anexos.	

## **Fundamentación**

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. Esta modalidad en Cuba, ha surgido mediante un movimiento de masas en base de los municipios, barrios, sociedades españolas, escuelas, centros de trabajo y muy fuerte en los centros universitarios del país.

Actualmente es Seguido por un gran número de técnicos y atletas amantes del fútbol, que han visto en esta modalidad, un deporte entretenido, dinámico, creativo y espectacular, sin tener una amplia visión ni conocimiento de esto. En la década del 60 en la institución de la Escuela de Educación Física (Fajardo) comienza a jugarse en la mariposa una modalidad de futbol reducido a la que los profesores y alumnos llamaban minifutbol jugando seis contra seis, posteriormente en los 80 comienza a jugarse el primer torneo oficial conformado por 23 equipos en la Víbora, el cual se convirtió en todo un acontecimiento deportivo atrayendo a miles de aficionados.

En la década del 90 se comienzan a organizar torneos de barrio destacando los municipios 10 de Octubre, Habana Vieja, Plaza de la Revolución entre otros. Todo este movimiento llega a la celebración de torneos provinciales de Verano e Invierno, con equipos de elite, se juega el primer campeonato de Sociedades Españolas con la participación de 15 Sociedades, se juega el torneo de Sociedades Gallegas, el brillante torneo de Hoteles de la capital, las copas de la casa central de la FAR y los torneos en distintos centros universitarios, de la CTC con distintos sindicatos y seguido a esto comienzan a venir a nuestro país equipos de futsal de Uruguay, Costra Rica y Brazil y de estudiantes latinoamericanos que estudian en Cuba lo que promueve un movimiento de carácter internacional que se completa con la visita de un equipo cubano

"Selección de la Capital" que viaja al hermano pueblo de Uruguay donde se celebra una serie de encuentros con equipos uruguayos lo que permite prepararnos para asistir al pre-mundial de Guatemala con la vista al tercer mundial de Fútbol Sala de la FIFA a celebrar a finales de 1996 en España.

Sin embargo, en el ámbito internacional, Cuba ha clasificado cinco veces, cuatro de ellas consecutivas, para el Campeonato Mundial, sorprendiendo al mundo entero, la primera vez, al eliminar los equipos de México, Costa Rica y Guatemala y venciendo al equipo de Estados Unidos, en la eliminatoria, al igual que la segunda ocasión. Actualmente, a través de los lineamientos 161 y 162 del Partido Comunista de Cuba (PCC), se pretende actualizar y acelerar el desarrollo deportivo en Cuba y crear una cultura en la población hacia las prácticas de actividades físicas deportivas y poner a tono con el creciente nivel tecnológico competitivo mundial, todo esto respondiendo al principio de apropiación social del conocimiento, declarado por Nuñez (2010). Hoy, hasta en los más recónditos lugares de la isla, en todos nuestros centros docentes, nuestras comunidades, se practica el Futsal por miles de niños y jóvenes, ya sea recreativo o como entrenamiento.

En Holguín el Futsal se inicia en la década de los 90 en Facultad Cultura física "Manuel Fajardo Rivero", como deporte recreativo. En 1995 comienzan a organizarse los primeros campeonatos municipales con la participación de varios equipos en los que se destacaron: El Citrón, el Bosque, Mineros, contando con más de 16 equipos. Teniendo en cuenta el nivel técnico, los logros alcanzados y la masividad nuestra provincia en el año 1997 y 1998 específicamente en el municipio Holguín organizó la Copa Radio Angulo, con la participación de otros equipos de la capital del país.

Como consecuencia de la destreza adquirida con el tiempo, sin embargo autores como Candelas (2012), García (2013), Boada (2013), Rivas (2014) y Cortés (2014) sostienen que es resultado de un largo y sistemático proceso formativo. Ellos coinciden en que este tipo de control orientado debe ser enseñado desde la base para lograr un buen dominio, por las ventajas que brinda en el juego de futsal moderno para desarrollar acciones rápidas individuales y colectivas con un alto grado de efectividad en el gol.

Por su importancia, se plantea que un jugador que no la domine, independientemente de la posición que juegue, estará limitado a la ofensiva y a la defensiva en diferentes situaciones del juego, por lo que se convierte en una necesidad aplicarla, debido a la presión constante del equipo contrario. Es por ello que se necesitan jugadores que puedan controlar el balón con la planta del pie, y logren orientarlo de una forma correcta, solucionando situaciones técnico-tácticas durante el juego. Esta a su vez, en edades tempranas (según Fédération Internationale de Football Association [FIFA] (2018) comprende las edades entre 6 y 12 años), contribuye no solo a la formación deportiva, sino al desarrollo sano, social y físico.

### **Fundamentación del problema científico**

El Futsal en Cuba es un deporte novedoso donde sus buenos resultados en la arena internacional han posibilitado una gran aceptación en el público de diferentes edades, es notable que en este deporte existan deficiencias técnico-tácticas producto de la improvisación de entrenadores y especialistas buscando resultados marcados por el champeonismo. Es conocido por todos, que el 90% de estos jugadores provienen de la base del Fútbol 11 cuyos elementos técnicos, tácticos y físicos difieren de los del Futsal.

Existen autores como Castro (2022) y García (2019), Noa (2010) que más han aportado a nivel nacional, a la enseñanza de la técnica, proponiendo pasos y metodologías para la enseñanza en la edad infantil. Sin embargo, a pesar de sus aportes, siguen siendo deficientes. Es necesaria la realización de muchas acciones en cadenas de origen técnico-tácticas en el terreno de juego y pocas veces utilizadas por los futsalistas. Por lo que en un estudio diagnóstico realizado a la categoría infantil (10 – 12 años) del combinado deportivo “Pueblo Nuevo”, se pudo determinar que existían las siguientes insuficiencias:

1. La carencia de bibliografías impresas que permitan a los entrenadores una mejor planificación del entrenamiento.
2. El documento rector no cuenta con metodologías, ejercicios o juegos para la formación básica en el futsal infantil.

3. Los jugadores que se inician no logran crear un hábito motor de técnicas tan importantes como el control orientado del balón con la planta del pie y el golpeo del balón con la punta del pie por no formar parte del PPD.

Estas insuficiencias conllevan a la siguiente **situación problemática**:

Existencia de carencias teórico- metodológicas limitan la planificación del entrenamiento del fútbol infantil en el combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.

Partiendo de la importancia de la afirmación anterior, y de que el niño tiene predisposición natural para destacarse en el juego de Fútbol, lo que denota una primaria aspiración envolvente para dominar y tener la posesión de la pelota y luego ejecutar con claridad los elementos técnicos, que en muchas ocasiones lo logra con las experiencias acumuladas a través de los años en la práctica y enseñanza del fútbol por lo que se propone como: **problema científico de la investigación**, ¿Cómo contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín?

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

Proponer un manual para contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.

Teniendo en cuenta el objetivo se elaboraron las siguientes **preguntas científicas**:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teórico - metodológicos que sustenta el entrenamiento del fútbol infantil?
2. ¿Cuál es el estado actual del entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín?
3. ¿Qué vías pueden contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín?
4. ¿Cuál es la factibilidad que tiene el manual para contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín?

Para darle un orden lógico a la investigación se elaboraron las siguientes

#### **Tareas de investigación:**

1. Estudiar los fundamentos teóricos - metodológicos que sustentan el entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.
2. Diagnosticar el estado actual del entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.
3. Diseñar el manual para contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.
4. Realizar la validación del manual propuesto.

#### **Métodos y procedimientos**

Los **métodos teóricos** cumplieron una función importante, ya que posibilitaron la interconexión conceptual de los datos empíricos detectados.

**Histórico- lógico:** Este método se utilizó en la búsqueda de los antecedentes que permitieron argumentar el problema científico; así como la determinación, las regularidades y tendencias del objeto de estudio. De igual se puede conocer los puntos de vista de algunos autores en momentos históricos diferentes; así como el desarrollo que han alcanzado en el de cursar histórico.

**Analítico- sintético:** Durante toda la investigación, se realizaron análisis durante el proceso de consulta de la literatura, documentos, y durante la aplicación de otros métodos técnicos y empíricos que permitieron sintetizar los aspectos esenciales y necesarios del objeto de investigación.

La **Inducción- deducción:** se utilizó en todo el análisis de los resultados.

#### **Métodos empíricos**

**Revisión documental:** estuvo dirigida específicamente al análisis de programas de entrenamiento y su planificación.

**Medición:** Es la característica esencial, la atribución de número a propiedades con rasgos, tiempo en correspondencia uno a uno. Medir es comparar dos magnitudes hegemónicas una de las cuales sirven como criterio de medición.

**Observación:** Es el método para los conocimientos del método pedagógico basándose en la presentación directa. Una percepción dirigida a un objeto o fenómeno de la realidad.

**Triangulación de métodos:** la técnica de triangulación metodológica, se utilizó en el procesamiento de la información que contribuyó a elevar la objetividad del análisis de los datos y a ganar una relativa mayor credibilidad de los hechos, en el seguimiento de la observación.

#### **Procedimientos utilizados en la investigación.**

Se confeccionaron tablas para controlar y evaluar diferentes habilidades motrices deportivas utilizando rangos evaluativos permisibles que reflejaron adecuadamente el criterio colectivo en cada uno de los indicadores.

#### **Muestra y metodología**

##### **Selección de sujetos**

La muestra intencional estuvo integrada por los 12 niños de la edad 10 – 12 años y los 2 entrenadores representando el 100% de la población. Los criterios de inclusión estuvieron dados por la matrícula oficial del grupo clase.

##### **Resultados esperados**

Se espera que con el manual se pueda contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín.

## **Desarrollo:**

### **Diagnóstico preliminar**

Se realizó la revisión del Programa de Preparación del Deportista de Fútbol (2016) como documento básico para el entrenamiento del futsal, con el objetivo de comprobar las indicaciones emitidas para el trabajo de la técnica en estas edades.

Para constatar las indicaciones relacionadas con las acciones colectivas en la categoría 8 - 9 años, se realiza la **revisión documental** al Programa de Preparación del Deportista (2016), constatándose que en el referido documento carece de los siguientes elementos: enseñanza del golpeo con la punta del pie y control orientado del balón con la planta del pie. Estos dos elementos son muy utilizados en el futsal moderno por la importancia que tienen en el juego rápido y efectivo durante el ataque.

Este programa no especifica cómo debe desarrollarse este trabajo durante el juego, tampoco se indica cómo debe llegarse al juego de 5 contra 5 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 que logren fijar estas dos técnicas en el juego individual.

El plan de clases de entrenamientos de los practicantes de la categoría 10 - 12 años, matriculados en el área especial "Pueblo Nuevo" del municipio Holguín se detectaron un grupo de irregularidades que se exponen a continuación:

- Se pudo constatar que en las clases planificadas no se trabajan estos dos elementos técnicos en su objetivo.
- También se pudo constatar la carencia de indicaciones metodológicas relacionadas con las acciones tácticas individuales y colectivas, de métodos más específicos para el trabajo de estos dos elementos técnicos.
- Dentro de los golpes se refleja como error común el toque con la punta del pie.

Los resultados derivados de la revisión de documentos aseguran que el trabajo de estos dos elementos técnicos (golpeo con la punta del pie y control orientado del

balón con la planta del pie) son deficientes, lo que permite afirmar que se puede mejorar el entrenamiento si se tratan metodológicamente direccionándolos desde lo individual hacia el juego colectivo.

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

Para constatar el criterios de los entrenadores con respecto a la propuesta del manual metodológico, fueron entrevistados un total de 2 entrenadores, 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.

Su objetivo estuvo dirigido a obtener información sobre la opinión de los entrenadores con relación a la propuesta del manual metodológico donde se incluyen dos elementos técnicos que no aparecen en el programa.

Al resumir el análisis de los resultados de las entrevistas realizadas, se constató que el 100% de los entrenadores consideran importante la confección de un manual metodológico para el entrenamiento del Futsal. Los mimos se refieren a que constituyen una herramienta bibliográfica necesaria para planificación de clases y consulta de aspectos de interés ya que el golpeo del balón con a punta del pie y el control orientado del balón con planta del pie no forman parte del programa de preparación integral.

Los entrenadores entrevistados plantearon que el contenido del manual está acorde con la edad comprendida. Los pasos metodológicos y los juegos cumplen con los requerimientos científicos metodológicos en su estructura contenido. En el caso de los ejercicios, se describen de lo más fácil a lo más complejo, poseen errores comunes e indicaciones para un mejor entendimiento.

En la tercera pregunta, los entrenadores coinciden en que tradicionalmente el aprendizaje de estas acciones se adquiere durante el juego logrando la formación de maestría deportiva del jugador con el tiempo, por lo que sugieren que los juegos propuestos se parezcan más al juego de futsal moderno.

## **Resultado de las observaciones realizadas a clases de entrenamiento de la categoría infantil**

Se realizaron 8 observaciones a clases de entrenamiento, con el objetivo de obtener información sobre los métodos que utilizaban los entrenadores en las clases de entrenamiento, para su control y cumplimiento 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.

A modo de resumen se pudo constatar, que las formas de orientar y explicar los ejercicios y juegos relacionados con las acciones de juegos respondían al modelo tradicional propio para estas edades muy semejante al fútbol 11, donde el entrenador planteaba lo que debían realizar observándose la aplicación del estilo de enseñanza por mando directo. Esto demuestra la carencia de elementos que denominen este tipo de acciones individuales y colectivas debido a la falta de tareas pedagógicas que lo complementen con esta acción deseada.

Durante la observación se comprobó además, que en ninguna de las clases hubo situaciones problemáticas simples, aunque los entrenadores aprovecharon momentos para la reflexión entre los practicantes, 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.

Por último, se pudo constatar que los elementos técnicos golpeo del balón con la punta del pie y control orientado del balón con la planta del pie no forman parte de los contenidos expuestos en cada clase, siendo estos tan necesarios para lograr un juego rápido, económico en movimientos y agresivo en ataque como lo es el fútbol moderno.

### **Resumen de la entrevista a los atletas**

Se les realizó una entrevista simple a los doce atletas con el objetivo de conocer el estado de opinión y conocimiento de los elementos técnicos golpeo del balón con la punta del pie y control orientado del balón con la planta del pie.

Durante el procesamiento de los datos se pudo resumir que de los 12 atletas 8 plantean que si conocen estos dos elementos técnicos para un 67%, el resto plantea que no los conocen para un 33%.

Los mismos luego de explicarles brevemente en que consiste cada elemento técnico, 9 afirman que si las han utilizado durante el juego para un 75% y el resto afirman que no para un 25%.

Luego de realizada la última pregunta, el 100% afirma que les gustaría aprenderlas y utilizarlas durante el juego de Futsal.

### **Propuesta del Manual metodológico para contribuir al entrenamiento del futsal infantil del combinado deportivo de Pueblo Nuevo del municipio Holguín**

A continuación se exponen los elementos más importantes dentro de la propuesta elaborada por Aguilar (2019) y Suárez (2020), en el que aparece la descripción de la técnica control orientado del balón con la planta del pie y golpeo del balón con la punta del pie, sus pasos metodológicos, y los errores más comunes. En el caso de los juegos que se proponen, son novedosos, entre otros elementos de interés que a consideración del autor deben estar implícitos en el manual.

Para la confección de este manual, se tuvo en cuenta los resultados de numerosas investigaciones realizadas por autores reconocidos a nivel internacional como Csanadi (2011) Cortés (2014), la Asociación Nacional de entrenadores de Fútbol Sala (2015) y atletas de talla mundial como el centro campista Xavi Hernández (FCB). Además, se elaboró de una forma clara y sencilla, en el que los entrenadores puedan seleccionar aleatoriamente el juego que deseen aplicar según las circunstancias, como es la edad, el momento de la clase y las características de los atletas.

### **Contenido del Manual metodológico para el entrenamiento técnico del futsal infantil**

#### **Resumen**

Con este manual proponemos a los entrenadores una forma diferente para hacer más amena la clase de entrenamientos y su trabajo con estas edades. El mismo ofrece una propuesta para poder fijar los elementos técnicos abordados en la investigación y que no aparecen en el programa de enseñanza. Los ejercicios y juegos de fácil aplicación y con pocos recursos e implementos deportivos tienen la ventaja de ser modificables y adaptables a los objetivos previstos dentro de la clase. Esto logra como consideración fundamental que el manual se convierta en una herramienta de consulta que contribuirá una mejor dosificación y aprendizaje de los atletas.

### **Concepto del control orientado del balón con la planta del pie**

Es la acción técnica ofensiva que consiste en recibir el balón deteniéndolo con la planta del pie 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 y consiguen con un solo toque de balón dos objetivos distintos: controlar el balón y orientarlo adecuadamente para ser jugado en las mejores condiciones posibles.

### **Importancia del control orientado del balón con la planta del pie**

El control es la primera acción del jugador a la hora de recibir el balón, por ello es una acción tan importante, que debemos poner la máxima atención en mejorar todo tipo de controles, el equipo que tenga jugadores que dominen el control a la perfección, será más veloz, seguro y ofensivo. En cuanto a pizar 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 del balón. Por lo tanto, es uno de los primeros componentes técnicos que se debe desarrollar y perfeccionar. Un buen control orientado te ayudará a percibir el ataque y proteger el balón. Esta agilidad mental debe ir acompañada de un buen gesto de la técnica de recepción o toque del balón y se adquiere a través de la práctica constante.

Dominar este gesto técnico es fundamental en un deporte tan rápido como es el fútbol sala, 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. Con el pie, las superficies de contacto que se usan principalmente son el interior y la planta.

### **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.

### **Orientaciones metodológicas**

Para **los entrenadores** poder enseñar este elemento técnico es importante que primero tengan en cuenta algunas consideraciones:

- Dominar el elemento técnico y conocer las características físico - psicológicas y sociales de estas edades.

- Aplicar un diagnóstico inicial del elemento técnico para poder saber que va a enseñar.
- Realizar adaptaciones a la enseñanza de la técnica, teniendo en cuenta las necesidades individuales, según la limitación y las posibilidades reales de los estudiantes
- Individualizar la corrección de errores atendiendo a la observación directa, características y deficiencias de cada practicante.

Es importante que **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 para la enseñanza del control orientado del balón con la planta del pie**

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 de espalda al compañero sin balón, 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, de espalda al compañero sin balón, a balón parado, a la caída de un paso, se apoya la planta del pie en el balón y se halla 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 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.

### **Juegos para ejercitar el control orientado del balón con la planta del pie**

**Nombre:** Pase de precisión. (Ver gráfico 2)

**Objetivos:** realizar la última fase del control orientado del balón con la planta del pie encadenando la acción con el golpeo buscando precisión.

**Materiales:** balones de mini Fútbol, Futsal, mini baloncesto o similar.

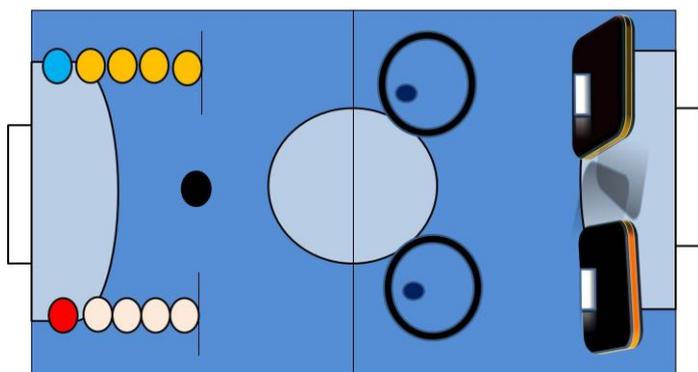
**Organización:** se forman dos equipos de cinco jugadores en hileras detrás de una línea de salida, a varios metros se marca un círculo y se coloca un balón dentro, unos metros más adelante y preferentemente en la pared se dibuja un cuadrado de 1 x 1 metro aproximadamente y rasante a la pared.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador el primer niño de cada equipo corre hacia el círculo que le corresponde, estando de espalda a la pared, al el balón con la planta del pie hacia atrás, mientras que al mismo tiempo se vira y desde ahí realiza un golpeo tratando de impactar en el blanco, recupera el balón lo pone en el círculo y regresa corriendo para que pueda salir el próximo compañero de su equipo. Cada pase preciso vale un punto.

**Reglas:** el equipo que termine primero acumula 10 puntos, el segundo cinco puntos. Cada impacto en el blanco se anota un punto adicional. Gana el equipo que más puntos acumule.

**Variantes:** el blanco varía de tamaño o de altura para buscar mayor precisión en el tiro.

### Gráfico 2.



**Nombre:** La permuta. (Ver gráfico 3)

**Objetivos:** ejecutar el control del balón con la planta del pie y orientarlo para un objetivo emergente.

**Materiales:** balones de mini Fútbol, Futsal, mini baloncesto o similar.

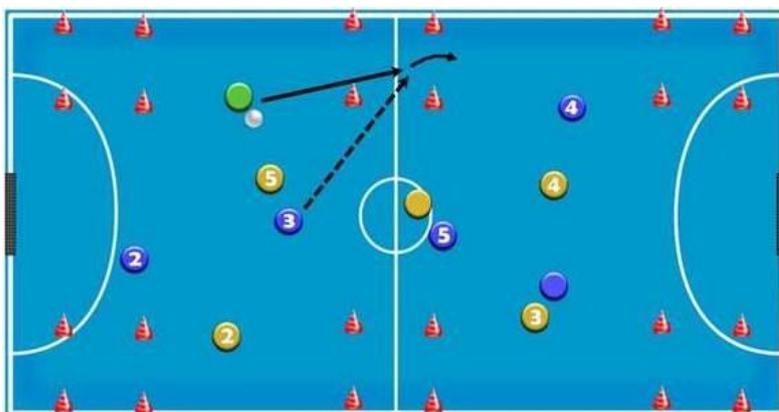
**Organización:** se forman dos equipos de cinco jugadores y un comodín en un terreno de 40x20 (siempre en función del número de jugadores). Se colocan 6 cuadrados de 3x3m, uno en cada esquina de la pista y los otros dos en el lateral de medio campo.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador se trata de hacer una posesión de balón pero con el objetivo añadido de sumar puntos recibiendo pases dentro de los cuadrados. Para que el punto sea válido es obligatorio recibir el control con la planta del pie en un toque dentro y hacer el segundo toque fuera del cuadrado, de esta forma obligamos a que el control sea orientado.

**Reglas:** el equipo que logre 3 controles orientados con la planta del pie máximo gana. No se puede repetir de cuadrado (necesario intercalar cuadrados).

**Variantes:** Los controles se harán libres entre cuadrados.

### Gráfico 3.



**Nombre:** Relevé del balón. (Ver gráfico 4)

**Objetivos:** ejecutar el control orientado del balón con la planta del pie y pasarlo al siguiente compañero.

**Materiales:** balones de mini Fútbol, Futsal, mini baloncesto o similar y conos.

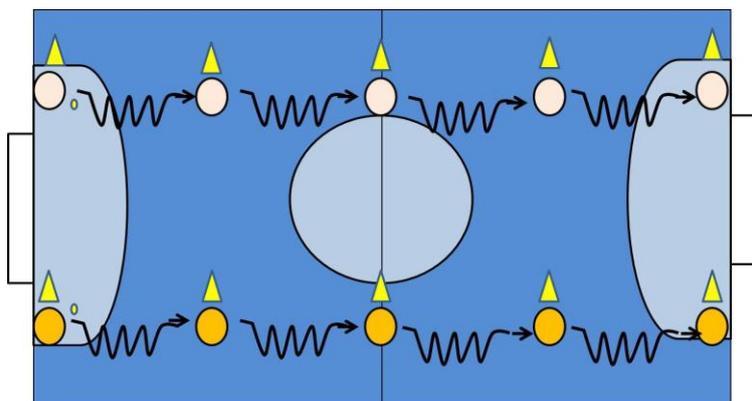
**Organización:** se forman dos equipos e cinco jugadores en hileras a diez metros uno de otro, comenzando desde la línea de meta.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador el primer niño de cada equipo golpea el balón hacia el compañero del frente para que realice el control orientado con la planta del pie y lo pase al siguiente compañero, y así sucesivamente si parar hasta llegar al último.

**Reglas:** el equipo que termine primero gana. Cada recepción y pase debe realizarse a través del control orientado del balón con la planta del pie. En el caso de que pierda el control del balón, se debe realizar el movimiento técnico desde donde se perdió el balón o será requerido para que cumplan la orientación correctamente.

**Variantes:** se realiza un recorrido del balón de ida y vuelta.

**Gráfico 4.**



**Nombre:** Pasa y devuelve. (Ver gráfico 5)

**Objetivos:** ejecutar el control orientado del balón con la planta del pie y conducirlo hacia el compañero.

**Materiales:** balones de mini Fútbol, Futsal, mini baloncesto o similar y conos.

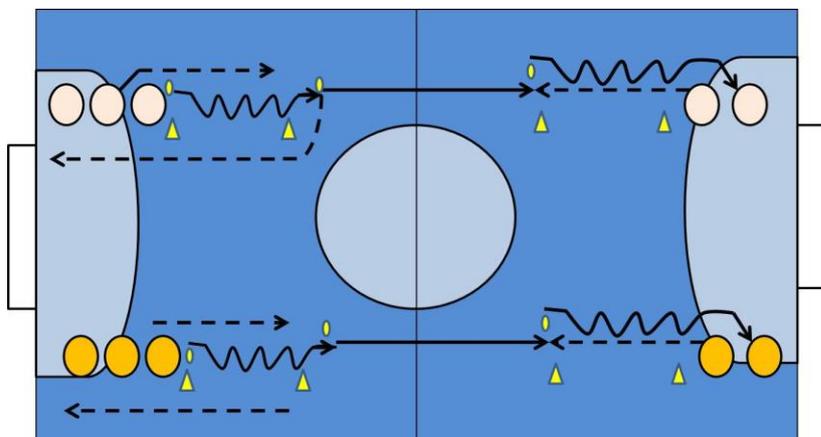
**Organización:** se forman dos equipos e cinco jugadores en hileras y se dividen tres de un lado del terreno con el balón y dos del otro lado del terreno unos frente a otros, comenzando desde la línea de nueve metros.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador el primer niño de cada equipo golpea el balón con el interior del pie hacia el compañero del frente para que este ejecute el control orientado con la planta del pie conduzca hasta entregarle al compañero y así sucesivamente sin parar hasta llegar al último.

**Reglas:** el equipo que termine primero gana. Cada recepción debe realizarse a través del control orientado del balón con la planta del pie.

**Variantes:** se organizan las formaciones desde los seis metros, realizar el control orientado sobre la línea media del terreno, conduce hasta los nueve metros y pasa el balón.

**Gráfico 5.**



**Nombre:** Cuatro esquinas. (Ver gráfico 6)

**Objetivos:** ejecutar el control orientado del balón con la planta del pie en espacios reducidos.

**Materiales:** balones de mini Fútbol, Futsal, mini baloncesto o similar y conos.

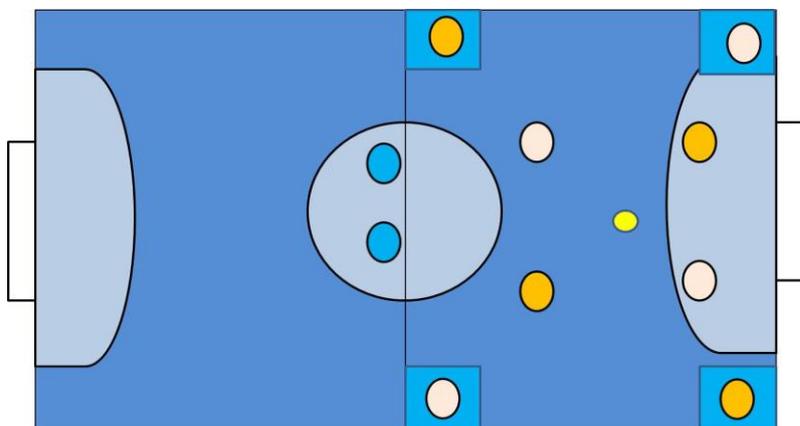
**Organización:** En un espacio de 20 x 20, se forman dos equipos e cuatro jugadores con un jugador de cambio cada uno. Se colocan jugadores de comodines en esquinas opuestas uno frente al otro del mismo equipo y dos jugadores dentro del área de juego por cada equipo.

**Desarrollo:** a la señal del entrenador comienza el juego donde los jugadores tratan de pasarle el balón a sus compañeros de equipos en las esquinas donde permanecen inmóviles.

**Reglas:** el equipo que más pases realice utilizando el control orientado del balón con la planta del pie gana. Los cambios incluyendo los comodines son libres. Los pases que se realicen sin esta técnica no cuentan. No se podrá levantar el balón para realizar los pases a las esquinas.

**Variante:** incluir todos los jugadores en el terreno y realizar el pase luego del control orientado con la planta del pie a los comodines.

### Gráfico 6.



**Nombre:** Juego de Futsal. (Ver diagrama 7)

**Objetivo:** Emplear el control orientado del balón con la planta del pie en situaciones de juego.

**Materiales:** Dos porterías de dos por tres metros y un balón.

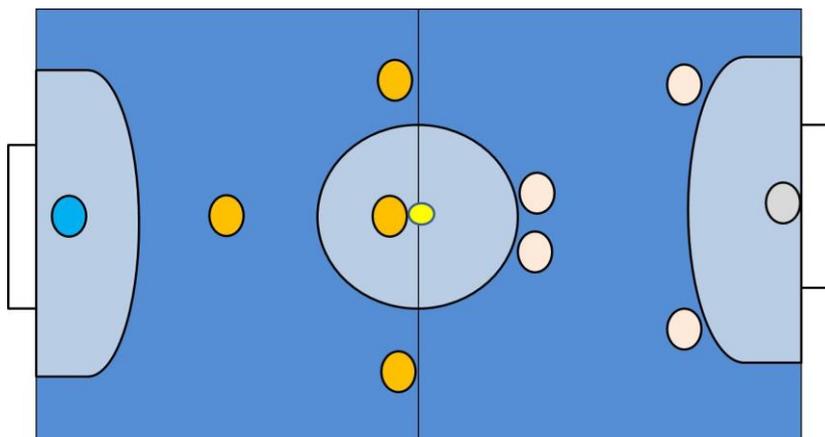
**Organización:** para desarrollar la actividad un terreno de 20 x 40 metros con dos equipos de cinco jugadores.

**Desarrollo:** dos equipos de jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de introducir el balón en la portería opuesta.

**Reglas:** Se jugará a dos tiempos de 10 minutos y un intermedio de 3 minutos de descanso. Gana el equipo que más veces logre introducir el balón en la portería durante una acción colectiva o individual que incluya el control orientado del balón con la planta del pie, solo así será válido el gol.

**Variante:** solo se puede anotar el gol luego de un control orientado con la planta del pie desde los nueve metros

### Diagrama 7.



### **La enseñanza del golpeo con la punta del pie.**

Para evitar los factores obstaculizantes, empezaremos la enseñanza del toque con la punta del pie con balones que llegan parados en el suelo, en vez de balones rodados. Pero este método hay que subrayar que no es sólo aconsejable porque esté indicado por la sucesión gradual y dificultosa de esta modalidad, sino porque, gracias a los balones chutados con la punta del pie, el sentido muscular de los alumnos se desarrolla mejor.

### **Los grados sistemáticos de la enseñanza del golpeo con la punta del pie son los siguientes:**

- a) Comenzamos haciendo golpes a un balón en el suelo sujetado con las manos por un compañero.
- b) Golpeamos el balón estático al compañero de enfrente situado aproximadamente 4 –5 metros.
- c) Toque del balón estático en el suelo y luego después de un paso en forma de salto.
- d) Lo mismo que c) pero después de correr algunos pasos.
- e) Golpeamos el balón después de soltado de nuestras manos y haberlo rodado en el suelo, hacia el compañero de enfrente o pared a una distancia aproximada de 4 – 5 metros.

- f) Golpear un balón que ha sido enviado rodando por un compañero desde enfrente a una distancia de 4-5 metros después de un paso en forma de salto.
- g) Lo mismo que f) pero después de correr algunos pasos hacia el balón.
- h) Devolución del balón a la mano de un compañero que nos lo envió desde enfrente.

### **Errores comunes en el golpeo de balón con la punta del pie**

- a) La dirección de la carrera no coincide con la del toque. Esto origina la falta de que el alumno no toca el balón con la superficie adecuada de choque y así el balón recibe una rotación. Podemos corregir esta falta si al principio marcamos una línea recta. El balón lo colocamos en un extremo y el jugador tiene que correr por la línea marcada.
- b) El pie no está tenso completamente. La consecuencia de esta falta es que la trayectoria del balón será corta a causa de la elasticidad de la superficie de toque. El pie se desliza debajo del balón por ausencia de precisión y lo eleva inútilmente. Con el empeine total y con el pie flojo sólo podemos chutar el balón con engaño.
- c) El jugador lanza la pierna hacia el balón sólo desde la rodilla. Esta falta se manifiesta en la velocidad disminuida del balón. Su causa es que el último paso antes del toque es demasiado corto. Así no hay tiempo para lanzar hacia atrás la pierna chutadora.

El esfuerzo ejecutado desde la rodilla es generalmente desfavorable porque el balón será más flojo. Pero ejecutado delante de la portería sorprende a menudo al portero justamente por la preparación corta y casi invisible.

- d) Con alumnos principiantes puede ocurrir muy a menudo que queriendo ejecutar tiros largos, la rodilla se alarga prematuramente durante el esfuerzo hacia el balón efectuando así el toque con una pierna completamente estirada en la rodilla. Por esta falta es muy frecuente el toque al suelo. Con el jugador que comete tales faltas, debemos ejercitar toques en posición parada de manera que pueda hacer el golpe al balón sólo desde la rodilla.

e) Una falta frecuente es que la pierna que no chuta se sitúa inadecuadamente detrás del balón al tomar posición. Su resultado es que la trayectoria del balón será demasiado alta.

### **Se introducen a continuación, los juegos que se proponen para mejorar la habilidad técnica tratada atendiendo a sus insuficiencias en los sujetos investigados**

Esta manera de enseñar o perfeccionar con juegos, están basados en las características de los niños. De acuerdo con la forma concreta que tienen los niños de acceder al conocimiento proponen situaciones reales de juego, en el caso de los deportes colectivos, supone partir de la actividad total del grupo y de los gestos, considerando al equipo no como una suma de jugadores, sino como un conjunto estructurado con vistas a la realización de un proyecto común (Blázquez, 1995).

#### **Propuesta de juegos para mejorar el golpeo con la punta del pie**

**Nombre:** Tiro a la diana. (ver diagrama 1)

**Objetivo:** Agudizar los sentidos de puntería con el pie, así como el golpeo con la punta del pie a balón parado.

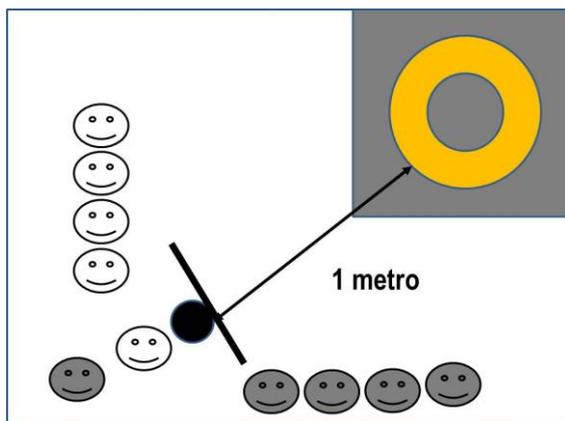
**Materiales:** un balón.

**Organización:** para desarrollar la actividad se dibujó una diana en la pared de un metro de diámetro y se formaron dos equipos de cinco jugadores.

**Desarrollo:** dos equipos de cinco jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de impactar el balón en la diana. Primero comienza tirando un jugador de un equipo y luego el del otro equipo, todos a la distancia de 8 metros.

**Reglas:** El equipo que más impactos tenga al finalizar la ronda gana. El balón solo se puede golpear con la punta del pie. Si persiste el empate se aumentará la distancia y se lanzará uno y uno hasta que falle uno. So se puede repetir el jugador que lance hasta que no lo realicen todos.

**Variante:** Si no hay una pared se colocara un objetivo en el terreno como por ejemplo un cono o banderita.



**Diagrama 1.**

**Nombre:** Guerra de balones. (ver diagrama 2)

**Objetivo:** Mejorar el golpeo del balón con la punta del pie en movimiento.

**Materiales:** diez balones.

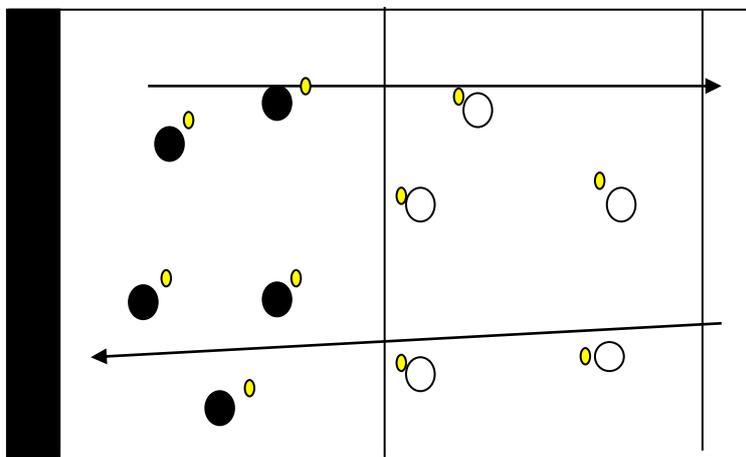
**Organización:** para desarrollar la actividad un terreno de 20 x 20 metros con dos equipos de cinco jugadores.

**Desarrollo:** dos equipos de cinco jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de penetrar todos los balones en el final de la zona adversaria. Todos los jugadores atacan y defienden libres dentro de su propio medio campo.

**Reglas:** El balón que salga del terreno por la línea de fondo, no será jugado más. El balón solo se puede golpear con la punta del pie y queda prohibido el pase. No se puede cruzar de su medio campo. Gana el equipo que más balones logre introducir en la zona adversaria.

**Variante:** Dirigir el balón hacia la arquería adversaria para obtener dos puntos si la introduce y uno si sobre pasa la línea de meta.

**Diagrama 2.**



**Nombre:** Penetra al enemigo. (Ver diagrama 3)

**Objetivo:** Mejorar la precisión con la punta del pie, aprender a sorprender al contrario.

**Materiales:** un balón.

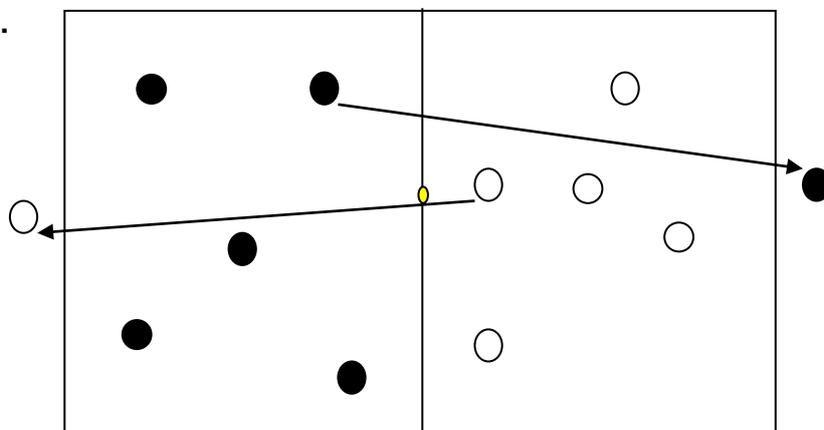
**Organización:** para desarrollar la actividad un terreno de 30 x 20 metros con dos equipos de seis jugadores.

**Desarrollo:** El objetivo consiste en pasar el balón al compañero que se encuentra dentro del espacio adversario situado en la línea de fondo. Se puede desplazar hacia todo lo largo de la línea de fondo y no puede entrar en el espacio adversario. Para conseguir el tanto se deberá controlar el móvil al primer contacto. Todos los jugadores juegan a dos toques.

**Reglas:** Se jugará a dos tiempos de 10 minutos y un intermedio de 3 minutos de descanso. El balón solo se puede golpear con la punta del pie. Gana el equipo que logre pasar el balón al compañero que se encuentra en la línea de fondo. Solo se puede golpear a media altura, aproximadamente un metro.

**Variante:** Los jugadores cuando defienden tienen que encontrarse delante de la zona de 6 metros.

**Diagrama 3.**



**Nombre:** Derribe del poste. (Ver diagrama 4)

**Objetivo:** Mejorar la precisión y rapidez en golpeo.

**Materiales:** cinco conos y un balón.

**Organización:** para desarrollar la actividad un terreno de 30 x 20 metros con dos equipos de cinco jugadores.

**Desarrollo:** El objetivo consiste en golpear los conos dispersos en el terreno y el jugador a la defensa puede mover el cono de lugar. Todos los jugadores juegan a toques libres.

**Reglas:** Gana el equipo que logre golpear más cantidad de veces los conos. El balón solo se puede golpear con la punta del pie.

**Variante:** Todos los conos deben de estar dentro del área de 6 metros y nadie puede entrar.

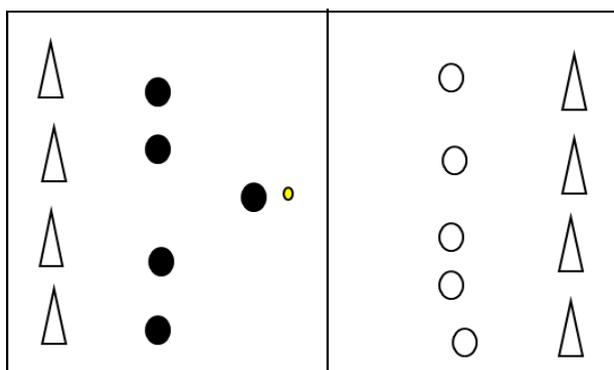


Diagrama 4.

**Nombre:** Futsal. (Ver diagrama 5)

**Objetivo:** Realizar tiros con la punta del pie en situaciones de juego.

**Materiales:** Dos porterías de dos por tres metros y un balón.

**Organización:** para desarrollar la actividad un terreno de 20 x 40 metros con dos equipos de cinco jugadores.

**Desarrollo:** dos equipos de jugadores se enfrentan entre sí con el objetivo de introducir el balón en la portería opuesta.

**Reglas:** Se jugará a dos tiempos de 10 minutos y un intermedio de 3 minutos de descanso. Gana el equipo que más veces logre introducir el balón en la golpearo el balón con la punta del pie para que el gol sea válido.

**Variante:** Los goles de larga distancia son de golpeos libres, y solo rebasado el punto de doble penal (10 metros), el balón solo se podrá golpear con la punta del pie para que el gol sea válido.

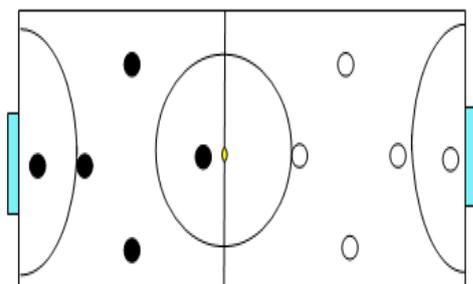


Diagrama 5.

### Resumen del Criterio de especialistas.

La propuesta del manual metodológico para el equipo de Fútbol Sala de la categoría infantil del combinado Pueblo Nuevo, se sometió al criterio de especialistas para conocer si los ejercicios y juegos propuestos son factibles para ser aplicados. Para tal objetivo se realizó una encuesta al grupo nominal de 8 entrenadores de Fútbol Sala. Los mismos cumplieron con los siguientes criterios de inclusión:

1. Que tuviesen pleno conocimiento del tema tratado.
2. Que hayan ejercido como entrenadores en el alto rendimiento.
3. Que tuviesen más de 15 años trabajando en el deporte.
4. Que hayan tenido resultados competitivos a nivel provincial y nacional.

Estos entrenadores (ver la tabla 1) fueron consultados previamente y todos estuvieron de acuerdo con colaborar con la investigación.

Tabla 1.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Años de Experiencia</b>	<b>Principal Dirección</b>	<b>Principal Resultado</b>
Alfonso López Taureuxh.	25 años	DT Universitario HG	Plata 2002
Alexander Castro Arévalo.	20 años	Entrenador de fútbol Femenino occidentales.	Plata Olimpiada del Deporte Cubano.
Edilberto Medina Durán.	25 años	Entrenador equipo Cuba	Mundial 2000
Onécimo Osorio	25 años	DT Masculino HG	Plata 2014

Frómata.			
Elieser Alonso Leyva.	25 años	Preparador Físico HG	Plata2014
José Luis Arapón	15 años	Preparador técnico futsal HG	Quinto 2019
Héctor Ramírez	20	Preparador técnico HG	Quinto 2019
Juan Carlos Quintana	20	DT Fútbol 2006	1er Lugar

Resumiendo la encuesta realizada a los entrenadores se pudo comprobar que el 100 % está de acuerdo en servir como especialistas de la investigación, tienen experiencia en el tema tratado, gozan de prestigio en la provincia de Holguín y en Cuba, han obtenido a lo largo de sus carreras resultados relevantes y tienen más de 15 años en el proceso de entrenamiento de este deporte.

Con el objetivo de validar la propuesta del manual metodológico a través del criterio de los especialistas se les realizó una encuesta en la que arrojó que el 100% conoce en que se basan estos elementos técnicos, y saben lo importante que es dominarla en el juego de futsal moderno.

El 100% considera que el manual cumple con los elementos mínimos necesarios para ser aplicados. Los pasos metodológicos poseen un orden lógico y los ejercicios y juegos están acorde con la edad a trabajar. De igual forma el 100% coincide que las orientaciones metodológicas son adecuadas y orientan a los entrenadores de una manera clara para poder desarrollar el trabajo de la técnica.

Coinciden también en que los errores más comunes se corresponden con el elemento técnico por lo que cumplen su roll fundamental para mejorar la técnica. Además coinciden en que los juegos de ser aplicados pueden cumplir con su objetivo de mejorar este elemento técnico y su estructura es reglamentada. En sentido general el manual tiene un carácter orientador, es flexible, adaptable a los atletas y permite la interacción de estos con el entrenador.

Por último, el 100 % de los especialistas encuestados consideran que el manual es una herramienta importante para la enseñanza y el tratamiento a la misma, que con las sugerencias expuestas se podrá perfeccionar el trabajo, fundamentando además, que es factible aplicar el manual metodológico.

**Sugerencias dadas:**

1. Se pueden agregar otros aspectos o elementos técnicos que pueden ser combinados con los estas técnicas y así mejorar la descripción y el concepto de la técnica haciéndolo más sintético.
2. Introducir fotos con el elemento técnico para que fluya la idea visual y sea más sugerente y atractivo.

## **Conclusiones.**

1. Después de haber realizado de los fundamentos teóricos - metodológicos que sustenta el entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín, se pudo constatar que los referentes teóricos a los cuales tuvo acceso el autor, a pesar de que son insuficientes aún, logran un gran aporte de todo lo relacionado con estos elementos técnicos para esta categoría y su inclusión acertada en el manual para contribuir al entrenamiento del fútbol infantil.
2. En el diagnóstico realizado para conocer el estado actual del entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín, se pudo comprobar que existen insuficiencias que evidencian la necesidad de proponer un manual metodológico que contribuya a un mejor trabajo de los entrenadores.
3. La propuesta del manual metodológico elaborada cumple con una estructura que posee los elementos necesarios para su trabajo con ambos elementos técnicos en esta categoría, por lo que contribuye al entrenamiento en el equipo de Fútbol categoría infantil del combinado deportivo de Pueblo Nuevo del Holguín.
4. Al evaluar la propuesta del manual metodológico para contribuir al entrenamiento del fútbol infantil del combinado deportivo Pueblo Nuevo de Holguín por un grupo de especialistas, se llegó a la conclusión después de analizados los resultados arrojados de la información recibida, que es factible aplicarlo.

**Recomendaciones.**

Informar los resultados de esta investigación a la Comisión Provincial de Fútbol, con el objetivo de llevarla a la práctica en los demás combinados deportivos, recomendamos además, que este trabajo se tenga en cuenta en los entrenamientos de otras categorías en los años venideros.

## Referencia bibliográfica

1. Abril Jiménez, Marisol (2014). [Http://la evolución del futsala](http://la%20evolucion%20del%20futsala), 5 de agosto de 2014/prezi.htm
2. Álvarez Bedolla, A. (2003) Estrategia, táctica y técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. Efdeportes.com, revista digital. Buenos aires, nº 60. [Http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm](http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm)
3. Beltrán, F. (1991). Iniciación al fútbol sala-técnica y planificación. Zaragoza: cepid.
4. Beltrán, F. (2015) iniciación al fútbol sala: técnica y adaptación. Editorial Imagen y Deporte. Isbn: 978- 84- 89117- 09- 9.
5. Beltrán, F. (2015) iniciación al fútbol sala. Técnica y planificación. Colección cepid. Editorial deportiva agonos. Isbn 978-84-87186-08-0.
6. Boada, J. (2013). Aprende la técnica del fútbol sala. Revista digital Sportlife. P.1
7. Camps, A.; Acedo, F. J. y Rojo, J. (2008). Transferencia positiva en el ciclo control-conducción-pase del fútbol al fútbol-sala. Efdeportes.com, revista digital. Buenos aires, año 13, nº 126. [Http://www.efdeportes.com/efd126/transfereencia-positiva-del-futbol-al-futbol-sala.htm](http://www.efdeportes.com/efd126/transfereencia-positiva-del-futbol-al-futbol-sala.htm)
8. Bruggemann, D. (1990) Football - Handbuchz - Kinder - und Jugend training Shorndorf. La Habana. Ediciones Deportivas.
9. 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 - nº 141 - febrero de 2010
10. Candelas, J. (2012). Entrevista UEFA training ground. Xv congreso anefs 2013.
11. César, Frattarola Alcanza (2002). Programas de entrenamiento de fútbol base. España.

12. Colectivo de autores. (2016) programa integral de preparación del deportista de fútbol y futsal. Asociación de fútbol de cuba 2013 – 2016.
13. Cortés Díaz, J. T. (2014) fundamentos tácticos-estratégicos del fútbol de salón. Revista de educación física, universidad de Antioquia. Isnn: 2322- 9411. Volumen 3 suplemento. P. 15. P.18.
14. Csanádi, A. (1984) El Fútbol, técnica - táctica y sistema de juego. Santiago de Chile, Editorial Planeta.
15. Davanzo Garbacio, P. (1994) La Responsabilidad. Santiago de Chile, Editorial: Educación Física Chilena.
16. El chico el fútbol y el aprendizaje] José Damico. —Buenos Aires:] S.N] 1982.
17. Federación Internacional de Fútbol Asociación. (1995) Reporte Técnico: VIII Campeonato Mundial Juvenil. Qatar.
18. Federation international de football association. (2021) reglas de juego 2021 /2022. Federation Internacional de Football Association. -- Zuiza: FIFA, 2021. 140 p.; 21 cm.
19. Fonseca Guzmán, J. y García Ferriol, Á. (2002). *La anticipación defensiva en los deportes de equipos: un estudio de la importancia otorgada a sus variables*. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 69: 37-42.
20. Fradua, L y Figueroa, A. (1991). Aproximación a una propuesta de aprendizajes de los elementos tácticos individuales en los deportes de equipos. Apunts: Educación Física y Deporte (Barcelona) 26: 59-68.
21. Gallego, H. (1948) Fútbol y Sociedad, Medellín.
22. Guerrero Cáceres, F. J. (2012) la iniciación técnica del fútbol sala a través de juegos. Editorial Wanceulen, s. L. Febrero 11, 2011. Isbn: 9788498239676.
23. González León, A. (1983) Manual de desarrollo físico general. La Habana, Edición de Propaganda del INDER.

24. Harre, D. (1983) Teoría del Entrenamiento deportivo desarrollo de capacidades y habilidades. La Habana, Editorial Científico Técnico.
25. Marcos Valdés, A (2010). La enseñanza del fútbol desde las edades escolares. Editorial deportes. La Habana, cuba. P-147.
26. Martiño, A. (2014) web para entrenadores de fútbol sala. Iniciación y formación. [Www.adrimartinofutsal.es.tl](http://www.adrimartinofutsal.es.tl)
27. 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.
28. 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.
29. Pérez Garrote, B. (2011). *Publicación ¿qué enseñar antes, técnica o táctica?* Blog: Braiz Pérez futsal.
30. Riffel, E. (2017). *“El modelo didáctico en la educación física”*. Publicación [www.monografias.com](http://www.monografias.com)
31. 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.
32. Robert (2013). *Diferentes categorías según edades*. [Http://cosasfutbolsala.blogspot.com/2013/03/](http://cosasfutbolsala.blogspot.com/2013/03/).
33. 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 - nº 142 - marzo de 2010.
34. Salamanca Suárez, Y. (2012). *Técnica fundamentos del futsal*. [Http://slideshare /técnica fundamentos del futsal.htm/](http://slideshare.com/técnica_fundamentos_del_futsal.htm) p. 1-21

## **ANEXOS**

### **Anexo 1.**

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

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 a la propuesta del manual metodológico donde se incluyen dos elementos técnicos que no aparecen en el programa.

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

1. ¿Qué importancia usted le atribuye a la confección de un manual metodológico?
2. ¿Considera usted que el contenido del manual está acorde con la edad comprendida?
3. ¿Tiene usted alguna sugerencia que pueda contribuir al mejoramiento del manual metodológico propuesto?

## **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 para el desarrollo del juego en el Fútbol categoría infantil.

**Cantidad de Observadores:** 1.

**Tiempo total:** 2 horas.

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

**Tipo de observación:** Estructurada.

**Lugar:** Terreno de la escuela Ronald Andalia.

**Hora:** 4:30 pm.

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

1. Forma en que se orientan y se explican los ejercicios y juegos.
2. Creación de jugadas colectivas de los equipos.
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 jugadas colectivas de los equipos.	
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. Encuesta a los atletas.**

Objetivo: Conocer el estado de opinión de los atletas acerca de los elementos técnicos golpeo del balón con la punta del pie y control orientado del balón con la planta del pie.

Preguntas:

1. ¿Conoces en qué consisten los elementos técnicos golpeo del balón con la punta del pie y control orientado del balón con la planta del pie?

Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_

2. ¿Has utilizado alguna de estas técnicas durante el juego?

Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_

a) ¿Te gustaría aprenderlas?

Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_

#### **Anexo 4. Encuesta a los especialistas.**

Objetivo: validar a través del criterio de los especialistas la propuesta del manual metodológico.

Estimado compañero, una vez más necesitamos de su valiosa información para seguir adelante con la investigación.

Años de trabajo como entrenador: \_\_\_\_\_

Categoría con la que trabaja: \_\_\_\_\_

Principal resultado como entrenador de: \_\_\_\_\_

#### **Cuestionario:**

1. ¿Conoce usted las dos técnicas propuestas para ser implementadas en esta categoría?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

2. ¿Cree usted que es importante enseñar estos dos elementos técnicos en estas edades?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

3. Marque con (X) si considera usted que la técnica tratada cumple con los siguientes elementos dentro del juego.

Pasos metodológicos en orden lógico y acorde con la edad \_\_\_\_\_

Orientaciones metodológicas adecuadas \_\_\_\_\_

Los errores más comunes se corresponden con el elemento técnico \_\_\_\_\_

Descripción y concepto de la técnica asequible \_\_\_\_\_

Juegos con estructura reglamentada \_\_\_\_\_

Los juegos cumplen su roll \_\_\_\_\_

Cumple con un carácter orientador \_\_\_\_\_

Es flexible \_\_\_\_\_

Permite la interacción \_\_\_\_\_

4. Marque con (X) según considere usted la respuesta a su posible aplicación.

Factible \_\_\_\_\_ Poco Factible \_\_\_\_\_ No Factible \_\_\_\_\_

5. ¿Qué sugerencias usted puede aportar para mejorar la propuesta de ejercicios?

---

### **Opinión del tutor:**

La diplomante **Dainely Ortiz Puig** 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 dos elementos técnicos importantes y contemporáneos desde la categoría infantil. Este hecho unido al estado en que se encuentra este estudio a nivel territorial y los resultados obtenidos históricamente en nuestra provincia por los equipos de mayores, le confiere particular importancia a esta investigación.

La misma profundiza en la búsqueda de información científica más asequibles para adaptar los ejercicios y juegos a la muestra de estudio, demostrando dominio del deporte del cual lleva años siguiendo. Su nivel científico alcanzado, ha logrado alto significado para el desarrollo de sus habilidades profesionales, donde requiere alto nivel cognitivo y saludable para profundizar en este bello deporte.

La diplomante ha demostrado poseer conocimientos suficientes para proponer una solución a un problema complejo en estas edades, lo que ha sido posible por la labor profesional demostrada en la investigación y por la formación académica de pre grado recibida en la Facultad de Cultura Física de Holguín donde este deporte goza de prestigio a nivel nacional.

La misma ha sabido manejar con científicidad y profesionalidad las sugerencias dadas para darle solución a las tareas científicas propuestas, utilizando 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.

---

Dr.C. Alexander Castro Figueredo.