

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA

FÍSICA Y EL DEPORTE

“MANUEL FAJARDO”



**Trabajo de Diploma en opción del título de Licenciado en
Cultura Física**

**Título: Ejercicios para la enseñanza de las acciones
técnico – tácticas ofensivas en los atletas de
Futsal de la categoría 13 – 15 años del
municipio de Santa Clara.**

AUTOR: Denis Toriza Góngora.

TUTOR: MSc. Armando Arrojo Sureda.

CURSO: 2011 – 2012

Pensamiento:

“Si queremos organizar el movimiento deportivo, y si queremos que nuestro país ocupe un destacado lugar internacionalmente en el deporte, es necesario apoyarse, sobre todo en el deporte escolar.”

Fidel Castro Ruz...

Agradecimientos:

A mi tutor: Master, Armando Arrojo Sureda por la influencia que ha tenido en mi formación profesional.

A mis compañeros de estudio por su inestimable y siempre oportuno apoyo, sobre todo a los que han convivido conmigo en el cuarto 10-2 en la residencia de la facultad.

A mis amigos desde que éramos chicos por ser como mis hermanos y estar a mi lado para ayudarme.

A los que de una forma u otra me han brindado su apoyo y ayuda.

A los que han seguido de cerca este trabajo y han influido en mi formación como licenciado en Cultura Física.

A todos los profesores que me han dado los conocimientos necesarios para vencer la carrera.

A todos: Gracias.

Dedicatoria:

A quienes con su ejemplo, inculcaron en mí, los principios del amor y me enseñaron que las glorias y los triunfos se alcanzan solo con el sacrificio y el desvelo.

A mi Mamá y mi Tía, por apoyarme siempre en todo momento, aún cuando las cosas parecen imposibles.

A mi Padre y Abuela, que a pesar de no estar conmigo físicamente, sí los tengo muy presentes en cada uno de mis recuerdos y pensamientos.

A toda mi familia en general, por poder contar con ellos siempre que los necesito.

Resumen:

El presente trabajo de investigación está dirigido a diseñar ejercicios para la enseñanza de los elementos técnicos básicos del futsal en alumnos principiantes, de los combinados deportivos de Santa Clara, además pretendemos diagnosticar el nivel de conocimientos teóricos, técnicos y metodológicos para aplicar dichos ejercicios, para lo cual se aplicaron diferentes métodos, revisión de documentos, test de conocimientos, la encuesta y el taller, la población utilizada fue de cinco entrenadores de futsal que hay en el municipio como plantillas del INDER, todos son Licenciados y están en el rango de 1 a 5 años de experiencia, por lo que estamos en presencia de un claustro sumamente joven que necesita enriquecer sus conocimientos, los dos comisionados de fútbol que también se encuentran en el mismo rango en cuanto a la experiencia laboral. Como resultado de la aplicación de estas técnicas se obtuvo que existen dificultades con los documentos metodológicos de esta modalidad, aunque todos conocen los elementos técnicos básicos para el juego de futsal, pero no están seguros del orden que deben darle a los elementos en la planificación para la enseñanza, el 80 % de los entrenadores aplica en la enseñanza de las acciones técnico – tácticas del futsal con una metodología adaptada del fútbol campo. Evidenciándose las necesidades educativas de estos profesionales de tener un documento que los guíe para la planificación y dirección del entrenamiento.

Índice

I	Introducción -----	1 – 8
II	Desarrollo -----	9 – 39
Capítulo 1: Marco Teórico Referencial -----		9 – 18
1.1	Antecedentes de la historia del futsal -----	9 – 11
1.2	Consideraciones para la enseñanza de los elementos técnicos ofensivos -----	12 – 16
1.3	Diagnóstico de necesidades: -----	17 – 18
Capítulo 2: Marco metodológico de la investigación -----		19 – 20
2.1	Población -----	19
2.2	Métodos y Técnicas de recogida de información -----	20
Capítulo 3: Análisis de resultados -----		21 – 41
3.1	Resultados del diagnostico inicial.-----	21 – 25
3.2	Selección de ejercicios para la enseñanza -----	26 – 37
3.3	Criterios de especialistas. -----	38 – 39
III	Conclusiones -----	40
IV	Recomendaciones -----	41
V	Bibliografía	
VI	Anexos	

INTRODUCCIÓN:

El futsal es un juego dinámico, creativo y variable se caracteriza por un predominio de la resistencia anaerobia alactácida, pues con mucha frecuencia se dan acciones rápidas de ataque y defensa, así como un alto contenido técnico – táctico por jugarse en canchas reducidas, dichas características las pudimos constatar a partir del juego empleado por los jugadores del más alto nivel (en los campeonatos mundiales de esta modalidad, campeonatos nacionales etc). Donde se evidencian constantes rotaciones de los jugadores sin balón, toques con el interior del pie, recepción con la planta del pie etc, y tratan de lograr las coberturas para en cada acción ofensiva culminar con tiro al arco.

Esta modalidad continúa evolucionando como una de las más populares del fútbol, es por ello que a pesar de los campeonatos mundiales que se celebran cada cuatro años, ya se va a insertar en los juegos Panamericanos y los juegos Olímpicos.

En el transcurso de su desarrollo han cambiado algunas reglas de juego con el objetivo de hacer el juego más dinámico.

Los partidos deberán jugarse en superficies lisas, libres de asperezas y que no sean abrasivas, preferentemente de madera, o de un material sintético, de acuerdo con el reglamento de la competición. De manera excepcional, y únicamente para competiciones nacionales, se permitirán las superficies de césped artificial, durante esta investigación podemos alegar que los atletas a los

cuales se le apliquen los ejercicios puede ser en césped por las carencias de tabloncillos en nuestra provincia, pero si recomendamos que se realicen con los balones oficiales para esta modalidad y si no los tenemos debemos innovar los mismos como se ha hecho en otras provincias del país, que se asemejen a sus características.

Domingo barcenás del seleccionado español de fútbol define la técnica... “como la suma de acciones que a de realizar el jugador para desarrollar cada una de las fintas individuales que intervienen en las acciones técnicas”, que en nuestro caso serían ofensivas porque se refieren a las recepciones, pases, conducción y golpeos.

Ariel Ruiz, en el libro de metodología para la enseñanza de la Educación Física plantea qué... “en los juegos deportivos en la primera etapa del proceso de enseñanza y aprendizaje es necesario transmitir a los alumnos ideas claras sobre el movimiento o elementos técnicos, el profesor solamente puede pasar a un nuevo elemento si los alumnos han comprendido y ejecutado de forma aceptable la totalidad o casi la totalidad de los patrones técnicos enseñados con anterioridad.

Es muy importante seleccionar ejercicios de adiestramiento sencillo que faciliten la ejercitación reiterada, en iguales condiciones y de forma estándar de los elementos técnicos aislados, hacer énfasis en aquellos elementos que por su importancia requieren de una mayor atención entre los que se encuentran los siguientes: amplitud del movimiento, coordinación y precisión motriz.

En opción a lo que hemos planteado anteriormente sobre la automatización, sistematización y competición en todas las bibliografías revisadas plantean que en Brasil y España los niños y jóvenes primeramente practican el futsal, el cual le sirve de base para la ejecución de los elementos técnicos y los movimientos tácticos en el terreno de juego, así como para la preparación física, por ser este de una gran intensidad y de soluciones rápidas a las acciones técnico- tácticas, pasando posteriormente a jugar fútbol campo.

Entre las particularidades de los ejercicios propuestos, estaría el carácter específico dado en la enseñanza con métodos alternativos a las acciones competitivas, haciendo énfasis en la precisión de los elementos técnicos en cada una de las acciones tácticas, esto se consigue a medida que los jugadores van adquiriendo conocimientos y ejercitando los elementos básicos del futsal en una forma sistemática, mediante entrenamientos ininterrumpidos durante un ciclo de

4 a 5 meses en edades tempranas, llevar a cabo el cumplimiento de las cargas mucho volumen y poca intensidad.

El fútbol Villaclareño tuvo una recaída de los resultados deportivos en la década del noventa (90) desde las categorías escolares, hasta el fútbol de mayores, pero hoy gracias a entrenadores de prestigio como Francisco González Mena con gran experiencia en la dirección de equipos de fútbol ya estamos en la élite del fútbol juvenil y el escolar, clasificando los dos equipos para la final en los dos últimos años, los escolares dirigidos por Danilo Hernández egresado de nuestra facultad y con pocos años de experiencia, y los

mayores dirigidos por esa gloria del deporte que se llama Ariel Álvarez Leiva ya obtuvo la medalla de oro en los dos últimos años, es por eso que ya se hace necesario unirnos en la modalidad de futsal y realizar investigaciones como esta que brindamos en nuestro trabajo para llevar esta modalidad hasta los planos estelares, de hecho al inicio del futsal en nuestro país tuvimos a Michel Álvarez Rodríguez del municipio de Placetas y actualmente tenemos a Denis Márquez de Santa Clara en la preselección nacional que luchará por ganarse un puesto en el equipo que nos representará a partir del ocho de julio en Guatemala en la eliminatoria rumbo al VII mundial a celebrarse en Tailandia en el año en curso.

La enseñanza de la conducción debe efectuarse a base de la progresión siguiente y con la planta del pie, como se expresa a continuación para lograr fijar la ejecución técnica en los alumnos principiantes.

Primeramente debemos conducir el balón con un pie y luego con el otro,

Conducir cambiando el ritmo de la carrera para desarticular al adversario, lento rápido y viceversa, conducir el balón con un contrario al lado para aprender a proteger el balón, conducir el balón de forma ondulatoria, conducir el balón entre obstáculos, conducir el balón con la planta del pie, regatear un obstáculo o un adversario y tiro a la portería, conducir en círculo primero con un pie y luego con el otro, todos los ejercicios llevarían este mismo procedimiento para lograr la enseñanza de aquellos que a juicio del autor son los fundamentales para el juego de futsal.

Se desprende entonces que todos los que nos dedicamos al fútbol en cualquier modalidad (entrenadores, preparadores físicos, médicos, psicólogos, activistas etc.), de una manera u otra, actuemos en el ámbito de la iniciación o de la alta competición, tenemos una preocupación común, la de hacer más eficientes los procesos de entrenamiento que podamos llevar a cabo. De esta manera, los jugadores podrían aprender a jugar al fútbol, desarrollar las capacidades, habilidades y destrezas necesarias para su práctica; o bien, aumentar el rendimiento deportivo para afrontar la competición; lógicamente, dependiendo del ámbito de actuación.

Los procedimientos, técnicas, sistemas y métodos empleados han variado bastante en las dos últimas décadas. Con las Ciencias del deporte, en auge actualmente en nuestro país, se han obtenido conocimientos que ayudan al diseño y desarrollo del entrenamiento deportivo, contribuyendo a que se realicen con mayor eficiencia. De esta manera, particularmente, el fútbol, su entrenamiento y la competición, se convierten en objeto de estudio y de problemática científica, generándose teorías que deben considerarse para un mejor desarrollo de su práctica. Con este trabajo, creamos unas expectativas de cómo debe diseñarse y desarrollarse el entrenamiento integral en la práctica. En una próxima publicación, pretenderemos dar unas pautas u orientaciones que, a nuestro modo de entender, pueden ser provechosas para planificar, organizar y dirigir el entrenamiento.

Por todo lo expuesto anteriormente es que proponemos la siguiente **situación problemática**.

Limitaciones en como enseñar las acciones técnico – tácticas de los atletas de futsal de la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

A su vez vemos como **problema científico** lo siguiente.

¿Cómo mejorar el desempeño técnico – táctico de los atletas de Futsal de la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara?

Para resolver esta problemática nos trazamos los siguientes objetivos.

OBJETIVO GENERAL

Diseñar ejercicios para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas ofensivas en los atletas de Futsal de la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Diagnosticar el estado actual del conocimiento de las acciones Técnico – tácticas de los entrenadores de futsal de la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.
2. Elaborar los ejercicios para las acciones técnico – táctica de los jugadores de Futsal de la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

3. Valorar la propuesta de los ejercicios por los entrenadores de futsal de la categoría 13-15 años en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

Métodos y técnicas utilizadas en la investigación:

Métodos de nivel teórico:

Histórico – lógico: Se establecieron los antecedentes y la evolución de las estructuras de planificación de los ejercicios para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas en el Futsal en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

Analítico-sintético: Se descompondrá el proceso de la organización del entrenamiento en sus principales elementos e integrarlos determinando sus características generales.

Métodos de nivel empírico:

Encuesta a los entrenadores de los combinados deportivos de Santa Clara.

Con el propósito de realizar la investigación sobre el trabajo metodológico desde el contenido de la unidad de entrenamiento, hemos considerado que su apoyo nos será de gran utilidad en este proceso culminando así la primera etapa de revisión, recopilación y procesamiento de la información en el trabajo del futsal en el municipio de Santa Clara.

Revisión documental: Facilitó la obtención de la información sobre la forma en que se proyecta, organiza y dirige el entrenamiento del futsal en Villa Clara.

Encuesta realizada a los comisionados Provincial y Municipal de Fútbol:

Test de conocimiento a los entrenadores.

Técnica Participativa. (Taller): con el fin de llevar a cabo la selección correcta de los ejercicios para una mejor planificación de los elementos técnicos en los entrenamientos de futsal.

El informe de tesis se organiza en tres capítulos:

Capítulo I. Marco Teórico Referencial, se realiza un análisis minucioso de las fuentes de información referente a todo lo relacionado con la enseñanza de las acciones técnico – tácticas del futsal en las edades escolares así como la opinión de diferentes especialistas del deporte fútbol y futsal sobre el tema objeto de estudio.

Capítulo II. Marco metodológico de la investigación, se explica detalladamente el proceder de la investigación la utilización de los métodos y técnicas de la que se le aplicó a la población con la que se trabajó.

Capítulo III. Análisis de los resultados,

Desarrollo

CAPÍTULO 1: Marco Teórico Referencial

1.1 Antecedentes de la historia del futsal

El Futsal se creó en la década del 30 después de que Uruguay triunfara en el primer campeonato del mundo del Fútbol, parece ser que esto desató una pasión desbordante por jugar el balompié, lo que originó que se improvisara un nuevo deporte con una pelota de béisbol y dos banquillos como portería que se jugaba en un lugar cerrado, con el tiempo se introducirían cambios subsiguientes en lo que respecta al material, reglamento e instalaciones. Una vez consolidada esta nueva modalidad se expande, atraviesa frontera y propicia la fundación de las federaciones brasileñas y Uruguayas de Futsal, poco a poco otros países de América se van sumando a la organización y desarrollo de este deporte. A nivel Europeo, el Futsal nace más tardíamente que en América y surge sobre todo como complemento ideal al Fútbol, en aquellos países cuyas características climáticas hacían imposible la práctica de fútbol al aire libre en las épocas más frías del año.

Los campeonatos mundiales de futsal surgen en el año 1989, celebrándose el primero en los llamados países bajos, específicamente en Holanda, hasta el 2008 se han celebrado cinco (6), dos (2) veces en Europa (Holanda 1989 y España 1996), dos (3) veces en Asia (Hong Kong 1992 y en Chinese Taipei 2004 y 2008) y una vez en Centroamérica (Guatemala 2000).

En 2004 debutaron en un campeonato mundial de futsal el anfitrión Chinese Taipei y la República Checa, con lo que el número de asociaciones participantes en el Campeonato Mundial de Futsal de la FIFA asciende a 35, Brasil domina las estadísticas de los triunfos de estos campeonatos mundiales, y ha sufrido únicamente 2 derrotas, en 1996 y 2004, ambas a manos de los españoles. Además de Brasil y España, también han participado siempre hasta la fecha en todas las ediciones celebradas, Argentina, Australia y Holanda, que en 2004 fue el gran ausente, debemos destacar que Brasil recuperó el cetro mundial en el año 2008 a manos de España al cual venció en tandas de Penales.

La modalidad de Futsal fue fundada en nuestro país en el año 1990, en Ciudad de la Habana, confeccionándose los primeros equipos por los licenciados Osvaldo Araujo y Licenciado Clemente Reinoso, lo cual fue extensivo hasta todas las provincias posteriormente, Cuba participa por primera vez en un campeonato mundial en el año 1996 celebrado en España y clasifica por derecho propio ganándole a países de reconocido prestigio como Estados Unidos, Honduras y Costa Rica, luego participa en los cuatro últimos mundiales celebrados hasta el 2008 en China Taipei.

En nuestro país se han celebrado hasta la fecha varios campeonatos Nacionales desde el año 1998 que se hace por primera vez con predominio de la Provincia de Ciudad de la Habana y Cienfuegos en estas lides hasta el año 2007 que surge un nuevo campeón Pinar del Río que lideró hasta el 2010 y actualmente Ciudad de la Habana está de nuevo en la cúspide de nuestros

campeonatos Nacionales derrotando en la última edición a la selección de Holguín para llevarse el cetro en nuestro país. Nuestra provincia ha participado en todos los campeonatos nacionales que se han efectuado hasta la fecha, que han tenido características especiales ya que se realizan por invitación con seis (6) equipos nadamás donde son invitados aquellas provincias que la Comisión Nacional entiende que tienen un nivel aceptable para participar, tenemos que decir que nuestra selección de mayores en la provincia nunca ha logrado buenos resultados en estas competencias ya que siempre ha estado en el 5to y 6to puesto, es por eso que debemos buscar alternativas para el mejoramiento de estos resultados deportivos en nuestro país, para ello se han estado haciendo cosas en nuestra provincia con esta modalidad que seguro van a traer buenos dividendos y el futsal se va a desarrollar aún más, aunque existen inconvenientes con las instalaciones deportivas donde se practica y hay poco espacio ya que la comisión provincial de fútbol no tiene una cancha propia y dependen de otras entidades que aunque son del deporte no siempre están las instalaciones disponibles para la práctica de esta modalidad y a veces ni para celebrar las competencias provinciales que se planifican, cosa esta que atenta contra su desarrollo.

Todos los que nos dedicamos al fútbol en cualquier modalidad (entrenadores, preparadores físicos, médicos, psicólogos, etc.), de una manera o de otra, actuemos en el ámbito de la iniciación o de la alta competición, tenemos una preocupación común, la de hacer más eficientes los procesos de entrenamiento que podamos llevar a cabo; de esta manera los jugadores podrían aprender a

jugar al futsal, desarrollar las capacidades, habilidades y destrezas necesarias para su práctica; o bien, aumentar el rendimiento deportivo para afrontar la competición; lógicamente, dependiendo del ámbito de actuación.

1.2 Consideraciones teóricas acerca de las acciones técnico – tácticas en el futsal en las edades tempranas, específicamente en la categoría 13-15 años:

Poco se ha escrito sobre esta modalidad en nuestra provincia a pesar que tenemos a un árbitro internacional que hizo su tesis de maestría en el reglamento del futsal, utilizando una serie de ejercicios para la preparación de los árbitros en esta modalidad, nos referimos al MSc. Sergio Cabrera, que hoy en la actualidad es árbitro FIFA.

Otras investigaciones que se han realizado en esta facultad fue en el año 2005 donde el autor Licenciado Alexey Linares Medina planteaba una Metodología para la enseñanza de los elementos técnicos en el futsal en la provincia de Villa Clara a jugadores que estaban entre 18 y 20 años. Como resultados de la investigación se pudo comprobar que los jugadores utilizan muchos elementos técnicos que son poco efectivos en esta modalidad durante el juego, tales como la conducción con el empeine interior, recepción con el interior del pie y tiros al arco con el empeine interior del pie.

Entre las particularidades de los ejercicios propuestos, estaría el carácter específico dado en la enseñanza con métodos alternativos a las acciones competitivas, haciendo énfasis en la precisión de los elementos técnicos en

cada una de las acciones tácticas, esto se consigue a medida que los jugadores van adquiriendo conocimientos y ejercitando los elementos básicos del futsal en una forma sistemática, mediante entrenamientos ininterrumpidos durante un ciclo de

2 – 5 meses en las edades tempranas, llevar a cabo el cumplimiento de las cargas con mucho volumen y poca intensidad.

En la investigación se ha tratado de resolver el problema planteado y para ello se efectuó un proceso de determinación de necesidades.

En este se tuvo en cuenta todas las actividades que tienen que hacer los pedagogos deportivos que trabajan el futsal en estas edades, qué conocimiento y habilidades son necesarios para efectuar de forma eficiente su labor docente tratando siempre de ir buscando métodos alternativos en la enseñanza de los elementos técnicos en el futsal para un buen desempeño de los jugadores desde las edades tempranas (Cipriano, y otros autores).

En el libro Técnica, Acciones del juego, Estrategia y Táctica de Francisco La cuesta Salazar, según el diccionario de la Lengua, acción, entre otras cosas, es (posibilidad o facultad de hacer alguna cosa y especialmente de acometer o defenderse), Acometer en fútbol sería atacar, poseer el balón y actuar sobre él y las formas de actuar se realizarían mediante una serie de procedimientos ejecutados con las partes del cuerpo que el reglamento autoriza.

El Dr. Dietrich Harre, en los procedimientos metodológicos del entrenamiento de la técnica plantea qué...”existen dos factores decisivos desde el punto de vista del método de entrenamiento:

- La existencia de la síntesis aferente
- La existencia del receptor de la acción

Sobre los medios y métodos para un aprendizaje rápido de técnica deportiva plantea qué...”en algunos deportes la idea del rendimiento radica en el dominio estable de una serie de ejercicios fáciles y difíciles y en parte su combinación.

Por lo que debemos tener en cuenta en la metodología de la enseñanza de las acciones técnico – tácticas diferentes parámetros que no se pueden obviar, tales como. Conjunto de acciones que un jugador puede realizar con el balón, con las limitaciones establecidas por el reglamento. (Sans y Fartola, 1995).

Conjunto de procedimientos y recursos de que se sirve una ciencia o un arte. Pericia o habilidad para usar de esos procedimientos y recursos. Habilidad para ejecutar cualquier cosa, o para conseguir algo. (Encarta 2006), en si todo lo que el jugador hace con la pelota. (Entrenadores sudamericanos), sin embargo la táctica es el arte que enseña a poner en orden las cosas. Método o sistema para ejecutar o conseguir algo, habilidad o tacto para aplicar un sistema, arte de disponer, mover y emplear la fuerza bélica para el combate. (Encarta 2006).

- Aspectos teóricos sobre la enseñanza de las acciones técnicas en el futsal.
- Familiarización con los elementos técnicos básicos.

- Tipos de pases en el juego de futsal.
- Juegos en espacios reducidos sin meta para el perfeccionamiento de los elementos técnicos.
- Juegos con metas con tareas.

Sin dudas se ofrecen vías para el mejoramiento de las acciones técnico-tácticas desde las edades tempranas en el futsal, con el objetivo de lograr mejores resultados en esta modalidad, así como una metodología para poder aplicar, y poder dar solución al problema objeto de estudio.

En la actualidad, existen distintas teorías acerca del entrenamiento y la enseñanza de los deportes colectivos, planteándose diversos modelos sobre cómo debe abordarse estos deportes y por ende el fútbol. La inclinación que tienen, a partir de un análisis del juego y de su estructura, es la de plantear la enseñanza o el entrenamiento de manera más global, con una dimensión más compleja y más próxima a la realidad del juego y a las condiciones que se dan en la competición.

El húngaro Arpad Csanady “cada clase de deporte necesita una técnica especial y a su vez entiende por técnica futbolística, el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol.”

Domingo Barcenás,⁷ seleccionador nacional de fútbol español, define la técnica como: “la suma de gestos que ha de realizar el jugador para desarrollar cada una de las facetas

Grosser, M. y Neumaier, A “la automatización de la técnica se tiene que considerar como la condición inicial para conseguir la disponibilidad variada y la estabilización de la misma frente a influencias perturbadoras para así poder conseguir los máximos resultados deportivos.”...“la automatización de una técnica deportiva no se restringe, según esto, al desarrollo de un programa fijo de acción. También implica la formación de mecanismos de reacción que se pueden aplicar de forma variable, es decir, adaptados a cada situación.

La mejor forma de llegar a la automatización es por medio de las repeticiones múltiples del movimiento, dando oportunidad de que no halla que pensar para realizar el gesto. La dirección y regulación del movimiento se trabaja cada vez mas desde la zona de la corteza cerebral (donde se deben realizar los procesos conscientes) hacia regiones mas profundas del sistema nervioso, para utilizar la actividad cognitiva en otros procesos de información.

La capacidad de rendimiento en el fútbol, como consecuencia del desarrollo de capacidades, se logra mediante un proceso complejo como es el entrenamiento, atendiendo a las características personales de los deportistas y de las condiciones ambientales que se dan. Inciden distintos factores o condiciones que propician la capacidad de rendimiento eficaz en el fútbol (condiciones básicas, habilidades técnico/tácticas, condiciones motoras, cualidades personales y sociales). Estos factores tienen una interdependencia, interactuando entre sí, logrando influir en el rendimiento de los jugadores.

Brüggemann y Albrecht (1993) arguyen hacen la clasificación de las acciones del juego, las cuales en algunos casos pueden ser técnicas, en todos los casos

son tácticas porque se realizan durante el juego y en los menos se podrán considerar como estratégicas porque se incluyen en los sistemas de juego y estos forman parte de la estrategia, estas diversas calificaciones son las razones que nos llevan a designarlas como “Acciones del Juego” que pueden estar ejecutadas por una simple acción técnica o por varias y que además se atiende más a la finalidad de la acción que a la acción o acciones que las contienen, entonces podríamos definir la acción del juego como:

“Posiciones, actitudes, gestos, movimientos o hechos que tienen lugar durante el juego y que se realizan para conseguir un objetivo determinado”.

Las acciones que más nos interesan del fútbol en nuestra investigación son las siguientes según la denominación: elementos ofensivos de golpeo, la recepción con la planta del pie, conducción con la planta, pases con el interior del pie y el tiro al arco con la punta del pie.

1.3 Diagnóstico de necesidades:

En la determinación de necesidades metodológicas para la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales en el juego de fútbol, se emplearon diferentes métodos de recopilación de información; revisión de documentos, encuesta a entrenadores, taller y test de conocimiento.

Las necesidades actuales expresadas por los entrenadores de experiencia se registraron a través de la encuesta realizada y en talleres con los entrenadores de los combinados deportivos. Después de conocer el problema se confeccionó este recurso material, el nos permitió conocer de los recursos humanos con que

se cuenta en el municipio de Santa Clara, como cabecera del futsal en la provincia de Villa Clara, así como la necesidad de superación de ellos que es la idea de nuestra investigación.(Ver Anexo # 2).

Según opiniones del comisionado provincial de fútbol, esta modalidad (futsal) presenta graves dificultades con las herramientas metodológicas ó sea que tienen el programa de preparación del futbolista desde 6-8 años hasta la categoría juvenil con toda la metodología como orientación para los entrenadores y activistas y con eso planifican sus actividades, pero no tienen nada para la modalidad del futsal, por lo que se hace necesario trabajar en esa línea de investigación para buscar herramientas de trabajo que mucha falta hace, para que no sigan trabajando empíricamente como hasta la fecha.

Al aplicar las encuestas y el taller se supo que existen dificultades en el orden de la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales como la conducción con la planta, recepción con la planta, tiro a puerta con la punta del pie, etc, véase esto como un problema si se tiene en cuenta la edad con que se trabaja pues se debe enseñar los ejercicios de lo fácil a lo complejo y no pasar a orto, sino hasta que lo dominen los alumnos por lo que podemos decir que existen dificultades en desde el punto de vista técnico - táctico y metodológico.

CAPÍTULO 2 Marco metodológico de la investigación:

2.1 Población.

La población utilizada estuvo compuesta de la siguiente manera con el fin de darle solución al problema científico planteado en nuestra investigación.

Población # 1: Estuvo compuesta por los cinco (5) entrenadores del municipio de Santa Clara, que se encuentran impartiendo el futsal en los combinados deportivos.

Población # 2: Esta población la conformó el comisionado provincial Licenciado. Juan Ramón Ariosa y el Comisionado Municipal Licenciado Mario Cuesta para ver como se encuentra la bibliografía que existe respecto al tema investigado y el nivel de satisfacción de los mismos sobre la metodología de la enseñanza propuesta en la investigación.

2.2 Métodos y técnicas utilizadas en la investigación:

Métodos de nivel teórico:

Histórico – lógico: Se establecieron los antecedentes y la evolución de las estructuras de planificación de los ejercicios para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas en el Futsal en los combinados deportivos del municipio de Santa Clara.

Analítico-sintético: Se descompondrá el proceso de la organización del entrenamiento en sus principales elementos e integrarlos determinando sus características generales.

Métodos del nivel empírico:

Encuesta a los entrenadores de los combinados deportivos de Santa Clara.

Con el propósito de realizar la investigación sobre el trabajo metodológico desde el contenido de la unidad de entrenamiento, hemos considerado que su apoyo nos será de gran utilidad en este proceso culminando así la primera etapa de revisión, recopilación y procesamiento de la información en el trabajo del futsal en el municipio de Santa Clara.

Revisión documental: Facilitó la obtención de la información sobre la forma en que se proyecta, organiza y dirige el entrenamiento del futsal en VC.

Encuesta realizada a los comisionados Provincial y Municipal de Fútbol:

Para saber su opinión acerca de los ejercicios y poder evaluarlos a través del

criterio que nos brinden con sus conocimientos.

Técnica Participativa. (Taller): Para llegar a un consenso entre los entrenadores del municipio y el investigador basado en los ejercicios que se proponen para llevar a cabo la investigación, donde no pretendemos imponer nuestro criterio sino usar la técnica de este instrumento para que sean ellos y nosotros los protagonistas, en el segundo momento del taller, que es llevar a

cabo la selección correcta de los ejercicios con la planificación y aprobación de los especialistas y dirigentes del fútbol en la provincia.

Test de conocimiento: Con el fin de poder diseñar una serie de ejercicios que le sirvan a los entrenadores de esta modalidad para la planificación del entrenamiento.

CAPÍTULO 3: Análisis de resultados

3.1 Resultados del diagnóstico inicial.

Para llevar a cabo el diagnóstico inicial nos apoyamos en el test de conocimiento sobre los elementos técnicos básicos que se utilizan en la modalidad de futsal para llevar a efecto las acciones técnico – tácticas del juego con el fin de poder diseñar una serie de ejercicios que le sirvan a los entrenadores de esta modalidad para la planificación del entrenamiento.

Los ejercicios diseñados poseen un alto nivel informativo y orientador, tienen como objetivo apoyar el trabajo del entrenador para la aplicación de los entrenamientos de las nuevas generaciones de futbolistas de salón. Su estudio debe posibilitar una planificación mejor y el conocimiento de sugerencias sobre formas efectivas de desarrollar los entrenamientos. Estas orientaciones no tienen un carácter obligatorio, pero su uso puede ser útil, fundamentalmente para profesores noveles y sin experiencia.

El test aplicado nos permitió conocer el material humano con que cuenta el municipio, que era de solamente cinco (5) entrenadores de futsal que lo sitúan en diferentes escuelas para enseñar esta modalidad de fútbol, de ellos los cinco

son Licenciados en Cultura Física egresados de la UCCFD de Villa Clara, no todos recibieron como asignatura la modalidad de futsal durante la carrera, uno de ellos hizo su tesis de Licenciatura en futsal, precisamente con una batería de ejercicios para la enseñanza de los elementos técnicos en atletas de 17 a 20 años de edad.

Todos conocen los elementos técnicos básicos para el juego de futsal, pero no tienen una herramienta pedagógica para enseñarlos. No están seguros del orden que deben darle a los elementos en la planificación para la enseñanza, tampoco tienen la definición de la técnica de estos elementos que son diferentes al fútbol campo, por jugarse esta modalidad en terrenos más reducidos.

No han recibido ninguna superación respecto al tema que investigamos, por lo que se hace necesario según su opinión de una metodología para la enseñanza de los elementos técnicos que pudiera salir de los ejercicios que se proponen en la investigación.

El 80 % de los entrenadores aplica en la enseñanza de las acciones técnico – tácticas del futsal con una metodología adaptada del fútbol campo, según plantea el programa de preparación del deportista, que llega de la Comisión Nacional.

El 100 % de los entrenadores no poseen documentos para la enseñanza del futsal en los combinados deportivos.

Ninguno trabaja sobre la base de aplicar alguna metodología para la enseñanza de los elementos propios del futsal.

El 40 % trabaja sobre la base de sus experiencias como jugador, ya que los demás no son especialistas aunque trabajan en esta modalidad de fútbol en el municipio, producto de la carencia de un documento rector sobre la enseñanza de los elementos técnicos propio de la modalidad.

Como se puede apreciar, la organización de los temas de los talleres va desde los fundamentos teóricos hasta el abordaje de las experiencias y las nuevas concepciones de los ejercicios, para enfrentar el problema de la necesidad del tratamiento de las acciones técnica-tácticas ofensivas en el futsal. Los análisis de los aspectos teóricos y metodológicos de la preparación técnica-táctica, como tema del primer taller, sirvieron para contextualizar el problema como elemento inherente al objeto de estudio. Fue reconocido por los participantes la importancia de este tipo de preparación en las nuevas generaciones de futsal para la consecución de rendimientos deportivos. Quedó demostrado, los amplios conocimientos que poseen sobre algunas definiciones y concepciones de la preparación técnico-táctica, su clasificación, incluso desde el punto de vista del Futsal.

La encuesta realizada a los dirigentes del fútbol en nuestra provincia arrojó los resultados siguientes.

La realización de este taller, evidenció la existencia de puntos de vista divergentes a la hora de definir las acciones técnica-tácticas ofensivas en el

futsal en los elementos técnicos fundamentales que se enseñan en la categoría 13 – 15 años. Los que iniciaron el debate partieron de la idea de que no se puede hablar de habilidades tácticas, sino de acciones técnico-tácticas por su indisoluble relación de una con la otra. Este aspecto quedó clarificado desde la teoría de la existencia de diferentes modelos de enseñanza. Otras ideas giraban en torno a considerar las habilidades tácticas como “operaciones”, o simplemente como “acciones que se realizan para alcanzar la victoria en momentos determinados del partido”. Después de profundos debates, se aceptó la idea de considerar a las acciones técnico-tácticas los fundamentos ofensivos que permitían al deportista optimizar la realización y efectividad de los elementos básicos del Futsal. Este posicionamiento facilitó la comprensión y aceptación de los golpes desde el fondo y sus componentes, como parte de las acciones técnico-tácticas que debían potenciarse en los futbolistas de salón. Finalmente quedó demostrada la necesidad del tratamiento de estas a partir de la ilustración con diferentes ejemplos dentro de los partidos.

Todas las concepciones abordadas permitieron aprender y establecer los fundamentos teóricos para el análisis de las alternativas de tratamiento de las existentes y la elaboración de nuevas propuestas de ejercicios que enfrenten de forma efectiva el problema que se aborda. El clima reflexivo creado en el segundo taller, propició atender mediante las críticas profundas y constructivas el tema del tratamiento de las habilidades ofensivas en los futbolistas.

En este sentido, se presentaron en el taller las principales experiencias profesionales que se empleaban con mayor frecuencia en los entrenamientos.

Entre ellas estaban: entrenar la técnica y la táctica con métodos alternativos en la enseñanza. Con el empleo solo de ejercicios específicos y en el momento del trabajo en parejas o las clases individuales, sin tener en cuenta en la inmensa mayoría de los casos las particularidades individuales de los futbolistas de salón en cada una de las posiciones, ya sea alas, cierres o pívot.

Partiendo de estos hallazgos, se delimitaron en el taller, los elementos fundamentales que deberían conformar la estructura y proceso de aplicación de nuevas alternativas, fundamentalmente, de ejercicios para el tratamiento de acciones técnica-tácticas ofensivas en el futsal en las categorías escolares. Quedó claro que estas alternativas debían ordenarse la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales para poder jugar futsal y garantizar el futuro de esta modalidad en la provincia de Villa Clara. Pronunciarse por la inclusión e incidencia en aspectos tales como: creación de una base general para la enseñanza de los elementos técnicos, así como la diferenciación en el nivel de complejidad para responder a las particularidades individuales.

Este taller, teniendo en cuenta sus objetivos, se desarrolló en dos momentos. Un primer momento, dedicado a la concepción de las primeras versiones de los ejercicios para la enseñanza y su metodología a emplear propuesta por el autor de la investigación en curso y un segundo momento, para el rediseño de la metodología de ejercicios para la enseñanza. De acuerdo con esta lógica, como fruto del primer taller se elaboraron los ejercicios que no incluían todos los aspectos de la estructura de presentación, para de una forma didáctica el

profesor concentrará sus esfuerzos en el objetivo y la metodología de realización del ejercicio.

En el segundo momento del taller, los ejercicios aplicados a manera de pilotaje por el entrenador de futsal del municipio de Santa Clara Alexey Linares Medina profesor Licenciado y ex – Jugador de Futsal de la Provincia de Villa Clara, a 16 atletas de la categoría 13 – 15 años del combinado deportivo Osvaldo Socarrás y a los profesores participantes, fueron nuevamente objeto de cuestionamiento, lo que impulsó la aparición de ejercicios más completos, en el que se presentan de una manera más científica, todos los elementos de la estructura (fundamentación y forma de evaluación) producto de la experiencia que traen de la práctica como criterio de la verdad. Estos ejercicios son los que, después de consolidados sus fundamentos teóricos y metodológicos, se presentan y se proponen para el mejoramiento de las prácticas pedagógicas de los profesores de Futsal y el enfrentamiento al problema del tratamiento de las acciones técnica-tácticas ofensivas en el futsal en la categoría 13 – 15 años en los combinados deportivos de Santa Clara como cuna del futsal en provincia de Villa Clara. Apoyados en los criterios de estructura organizativa de las acciones técnico – tácticas. La inclinación que tienen, a partir de un análisis del juego y de su estructura, es la de plantear la enseñanza o el entrenamiento de manera más global, con una dimensión más compleja y más próxima a la realidad del juego y a las condiciones que se dan en la competición. Brüggemann y Albrecht (1993).

APORTE METODOLOGICO:

Se ofrecen vías para la planificación de los entrenamientos de los entrenadores de fútbol del municipio de Santa Clara, además se le dan conocimientos de los elementos básicos de esta modalidad que tanta falta hace desarrollarla desde las edades tempranas, para ver si los jugadores del futuro en nuestra provincia adquieren la educación del juego de fútbol utilizando así los elementos técnicos fundamentales en el accionar del juego, tales como los que se proponen en los ejercicios diseñados por el autor, que son la recepción con la planta del pie, el golpeo con el interior del pie, y el golpeo al arco con la punta del pie.

PERTINENCIA SOCIAL: Satisfacer las necesidades educativas de los entrenadores que intervinieron en la preparación de los atletas de fútbol del municipio de Santa Clara, como cantera de los equipos de nuestra provincia, así como se aprecia la importancia de la investigación por el mejoramiento en la planificación del entrenamiento para jugar esta modalidad con las exigencias actuales.

3.2 Selección de ejercicios para la enseñanza

Los ejercicios para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas en el futsal en atletas de la categoría 13 – 15 años de los combinados deportivos de Santa Clara.

Diseño de los ejercicios.

1.- Golpeo y recepción del balón con el interior del pie.

1.2.- Fundamentación: El golpeo se realizará buscando precisión en el pase, en cuanto a la recepción siempre tratar de que el balón quede en posición a la acción que precede ya sea un pase al compañero, una conducción o un tiro al arco.

El propósito de estos ejercicios está orientado al control del balón y salir jugando, con la búsqueda de un pase exacto al compañero sin pérdida de tiempo, para ir buscando esta adaptación en las acciones del juego.

Indicaciones Metodológicas: Los ejercicios se realizarán de tres a cinco sesiones de entrenamiento durante la semana y ocuparán de 50 minutos a 70 minutos en cada unidad de entrenamiento en la parte principal, además se realizará previamente un calentamiento de 10 minutos, con ejercicios de estiramiento, golpes al balón, piques, carreras cortas recepciones con la planta del pie etc. Así como ejercicios de recuperación.

Esto es válido para todas las semanas de entrenamiento.

Como se puede observar pretendemos llevar a cabo algo que plantea la metodología del entrenamiento deportivo que es ir de lo fácil a lo más difícil, pero siempre tratando que estos niños cuando terminen las nueve semanas de entrenamiento sean capaces de enfrentar en el alto rendimiento los entrenamientos de esta modalidad con una base sólida desde el punto de vista del aprendizaje de las acciones técnico – tácticas.

La enseñanza de la conducción debe efectuarse a base de la progresión siguiente y con la planta del pie:

Conducción del balón con un pie y luego con el otro.

Conducción cambiando el ritmo de la carrera, más rápido.

Conducir el balón con un contrario al lado.

Conducir el balón de forma ondulatoria.

Conducir el balón entre obstáculos.

Conducir el balón con la planta del pie, regatear un obstáculo y tiro a la portería.

Conducir en círculo primero con un pie y luego con el otro.

La enseñanza de la recepción con la planta del pie:

En el lugar recepcionar un balón que viene de frente.

Recepcionar un balón que viene de frente en movimiento.

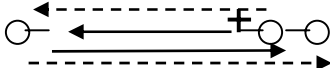
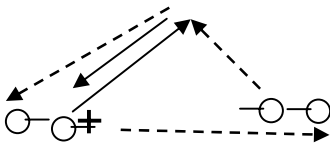
Recepcionar un balón que viene de frente y pasar con pierna contraria a un compañero.

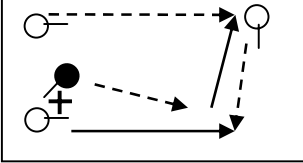
Realizar la recepción con un adversario al lado.

Metodología: 50 Minutos de trabajo en cada sesión de entrenamiento.

1ra Semana.

Objetivos: golpear y recepcionar balones con el interior del pie buscando exactitud en los movimientos.

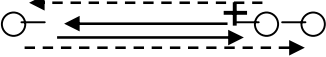
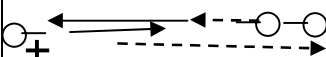
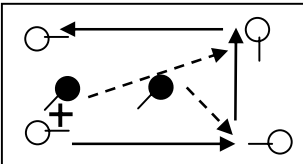
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
a) Ejercicios de golpeo y recepción con el interior del pie, con un jugador al frente. Se puede realizar según la cantidad de balones diferentes formaciones.	10 min	<p>Repeticiones.</p>  <p>Repeticiones.</p>	a) Que el balón quede al frente en posición de pase, conducción o tiro a gol para garantizar la acción posterior.
b) Ejercicio de golpeo y recepción con el interior del pie en movimiento con piques a la derecha e izquierda	20 min	 <p>Repeticiones.</p>	b) recepcionar con la pierna más lejana a la llegada del balón y que este quede listo para la próxima acción.
c) Juego táctico sin meta. (3vs1). Ejercitación del apoyo			

<p>y del hostigamiento, al minuto se cambia al jugador defensor, se anotará la cantidad de balones interceptados por estos.</p>	<p>20 min</p>		<p>c) Los jugadores a la ofensiva corren al espacio libre, no repetir el pase.</p>
---	---------------	--	--

2da Semana.

Objetivos: golpear con el interior del pie y recepcionar con la planta

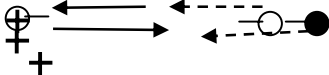
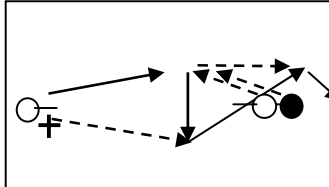
buscando exactitud en los movimientos.

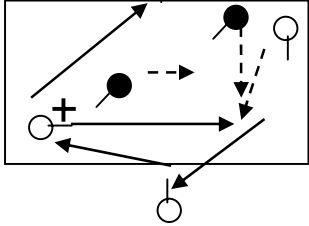
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>a) Ejercicios de golpeo interior del pie y recepción con la planta con un jugador al frente en el lugar.</p>	<p>10 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>a) Que el balón quede al frente en posición de pase, conducción o tiro a gol para garantizar la acción posterior.</p>
<p>b) Ejercicio de golpeo interior del pie y recepción con la planta en movimiento al frente con piques a la derecha e izquierda</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>b) recepcionar con la pierna más lejana a la llegada del balón y que este quede listo para la próxima acción.</p>
<p>c) Juego táctico sin meta. (4vs2). Terreno de 20 x 20 metros Ejercitación del apoyo</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>c) Los jugadores a la</p>

<p>y transmitir el balón después de recepción, a los dos minutos se cambian los jugadores defensores, se anotará la cantidad de balones interceptados por los defensas.</p>			<p>ofensiva corren al espacio libre, no repetir el pase, recepcionar con la planta del pie.</p>
---	--	--	---

3ra Semana.


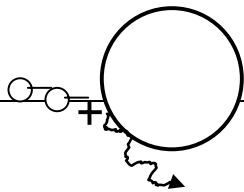
Objetivos: golpear y recepcionar el balón con un adversario en las espaldas.

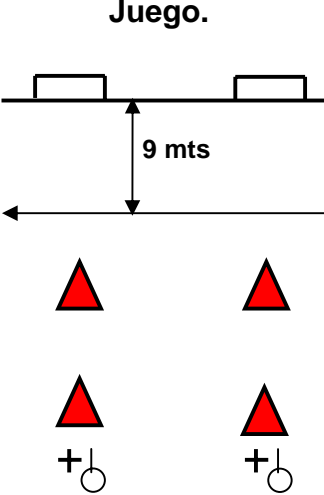
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>a) Ejercicios de golpeo interior del pie y recepción con la planta con un jugador al frente y hacia los laterales en movimiento con un defensa que lo hostiga.</p>	10 min	<p>Repeticiones.</p> 	<p>a) Que el balón quede al frente en posición de pase y protegido del defensor.</p>
<p>b) Pase al pívot que corre en busca del balón, devolución por el lateral gira y corre al segundo palo para rematar al arco. c) Juego táctico sin meta. (2vs2). Terreno de</p>	20 min	<p>Repeticiones.</p> 	<p>b) recepcionar con la pierna más lejana al lugar del pase al jugador que se desplaza y que el balón quede por delante de la pierna de apoyo.</p>

<p>20 x 20 metros con 2 apoyos. Ejercitación de movimientos continuos y buscando a los apoyos para ganar la superioridad numérica en los jugadores del ataque, cada dos minutos se cambian los jugadores defensores, se anotará la cantidad de balones interceptados por los defensas.</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>c) Los jugadores a la ofensiva en posesión del balón tratan de buscar el apoyo y este trata de salir jugando por el otro sector.</p>
--	---------------	---	---

4ta Semana.

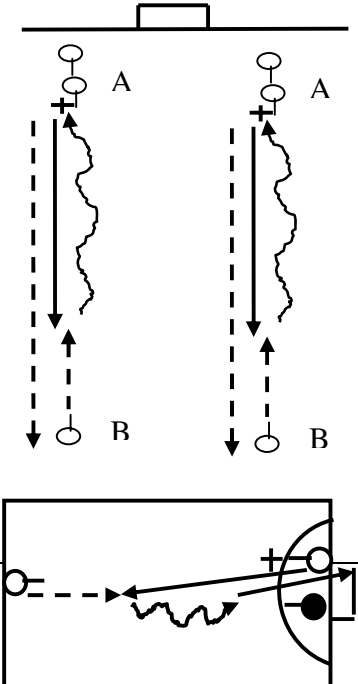
Objetivos: Conducir con la planta del pie.

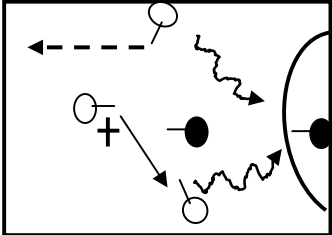
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>Explicar el elemento y demostrarlo por parte del profesor. a) Conducir el balón con la pierna derecha en línea recta y luego con la izquierda. Formara los alumnos según cantidad de balones.</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>a) Velar que los alumnos no giren el tronco o sea los hombros paralelos.</p>
<p>b) Conducir el balón en círculo, primero con la pierna hábil y luego con la pierna menos hábil. c) Juego de relevo y tiro con el interior del pie.</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>b) Llevar el balón con</p>

<p>Objetivo: Conducir y tirar al objetivo. Dos equipos con igual número de jugadores conducen entre los obstáculos y tiran a la portería situada al frente, luego regresan conduciendo en línea recta. Ganará el equipo que primero realice la conducción todos sus integrantes y habrá un ganador por puntos adicionales al anotar el gol anotado.</p>	<p>5 Repeticiones como mínimo</p> <p>20 min</p>	<p style="text-align: center;">Juego.</p> 	<p>la pierna más lejana.</p> <p>C) Ganan todos, el objetivo es competir y conducir el balón para adquirir habilidad en este elemento técnico.</p>
--	---	---	--

5ta Semana.

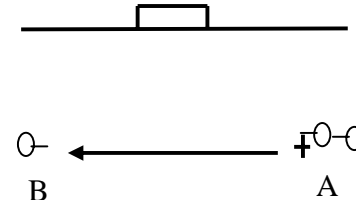
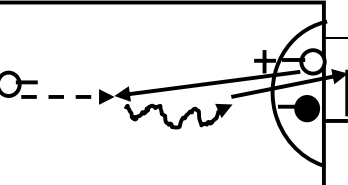
Objetivos: golpear, recepcionar con la planta del pie en movimiento y conducir con la planta del pie.

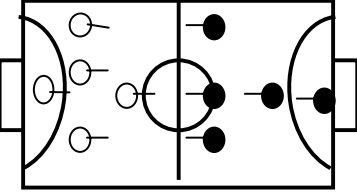
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>a) el jugador A golpea con el interior del pie, B recepciona con la planta del pie en movimiento conduce el balón con la planta y entrega al jugador que tiene al frente. Separación entre los jugadores 25 – 30 metros.</p> <p>b) Iden al ejercicio anterior, pero el jugador que recepción conduce y</p>	<p>20 min</p> <p>20 min</p>		<p>a) Que el balón quede al frente en posición correcta para conducir con la planta del pie.</p> <p>b) recepcionar en movimiento, conducir el balón y mirar antes de tirar al arco.</p>

<p>tira al arco desde los nueve metros.</p> <p>c) Juego táctico con una meta (3 vs 1) y (2vs1) Terreno de 20 x 20 por los defensas.</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>c) Los jugadores a la ofensiva de las alas deben desbordar para el arco siempre que tengan la posibilidad con la pierna más lejana al defensor.</p>
---	---------------	---	--

6ta Semana.

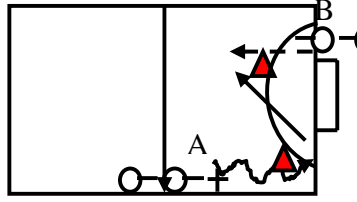
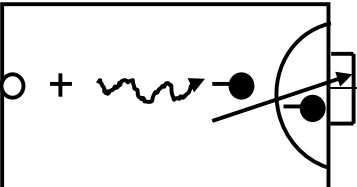
Objetivos: golpear el balón con la punta del pie, relacionándolo con los elementos aprendidos.

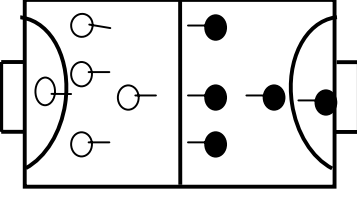
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>Explicación de la técnica del elemento a impartir.</p> <p>a) El jugador A golpea con punta del pie rasante al piso a B y se desplaza a la posición de este, que recepciona con la planta del pie y hace la devolución con la punta del pie compañero de enfrente, luego continúa el ejercicio.</p>	<p>20 min</p>		<p>a) Golpear el balón en el mismo centro para que salga rasante al piso, comprimir el calzado en el metatarso del pie, desde los dedos.</p>
<p>b) Igual al ejercicio</p>	<p>20 min</p>		<p>b) recepcionar en</p>

<p>anterior, pero se va a desplazar al frente el jugador B y luego en movimiento realizará el golpeo al compañero de enfrente.</p> <p>c) Juego táctico con dos metas. (5 vs 5). El gol será válido con la punta del pie.</p>	<p>20 min</p>	<p>Repeticiones.</p> 	<p>movimiento, conducir el balón y mirar antes de tirar al arco.</p> <p>c) Se debe insinuar la utilización de los elementos fundamentales del juego, dígase recepción con la planta y tiro al arco con la punta del pie.</p>
--	---------------	---	--

7ma Semana.

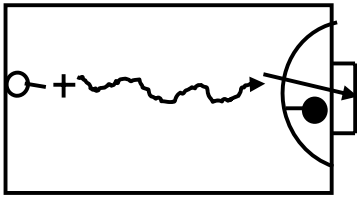
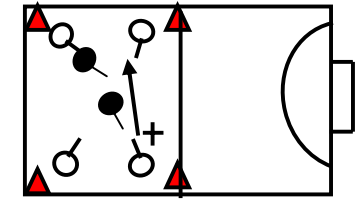
Objetivos: Golpear al arco con la punta del pie, utilizando los elementos aprendidos.

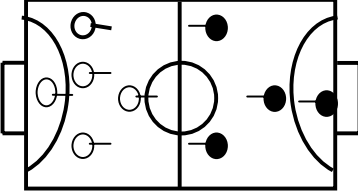
Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>Explicación de la técnica del elemento a impartir.</p> <p>a) El jugador de la hilera A conduce el balón con la planta del pie le da la vuelta a la señal y pasa al jugador de la hilera B, que se desplaza hasta la señal le da la vuelta, recepciona con la planta y golpea al arco con la punta del pie.</p> <p>b) Conducir el balón,</p>	<p>20 min</p> <p>20 min</p>	 	<p>a) Conducir con la pierna más lejana a la señal, correr rápido a la señal y luego de la recepción golpear al arco sin preparación. Entre 9 y 10 metros.</p>

<p>regate con la planta del pie a una señal y golpeo al arco con la otra pierna con la punta del pie.</p> <p>c) Juego táctico con dos metas. (5 vs 5). El gol será válido con la punta del pie.</p>	<p>20 min</p>	<p>—</p> <p>Repeticiones.</p> 	<p>b) golpear al arco con la pierna contraria que se recepciona.</p> <p>c) Se debe insinuar la utilización de los elementos fundamentales del juego, dígase recepción con la planta y golpeo al arco con la punta del pie.</p>
---	---------------	--	--

8va Semana.

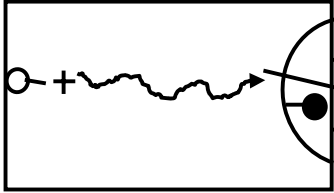
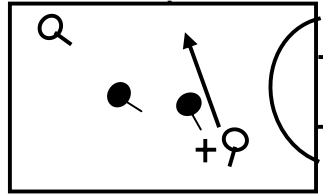
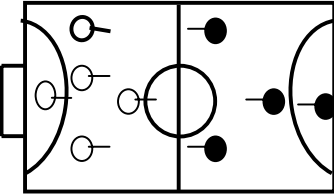
Objetivos: Golpear al arco con la punta del pie, utilizando los elementos aprendidos.

Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>a) Conducir el balón con la planta y golpear al arco a la altura de los 9 metros con la punta del pie.</p>	<p>20 min</p>	 <p>Juego</p>	<p>a) mirar al arco antes de golpear</p>
<p>b) Juego de 4 vs 2 en mitad de terreno, recepcionar con un pie y pasar con el otro con el interior del pie.</p>	<p>20 min</p>		<p>b) golpear al arco con la pierna contraria que se recepciona.</p>

<p>c) Juego táctico con dos metas. (5 vs 5). El gol será válido con la punta del pie.</p>	<p>20 min</p>	<p style="text-align: center;">Juego</p>  <p>El diagrama muestra un campo de fútbol rectangular dividido por una línea central y dos líneas de los 16 metros. Hay dos arcos de gol en los extremos. Se representan 5 jugadores blancos (círculos blancos) y 5 jugadores negros (círculos negros) distribuidos en el campo. Los blancos están mayormente en la mitad izquierda y central, mientras que los negros están mayormente en la mitad derecha y central.</p>	<p>c) Se debe insinuar la utilización de los elementos fundamentales del juego, dígame recepción con la planta y golpeo al arco con la punta del pie.</p>
---	---------------	---	---

9na Semana.

Objetivos: Golpear al arco con la punta del pie, utilizando los elementos aprendidos.

Contenido	Dosisf.	Organización y Método	Indic. Metodológicas
<p>a) Conducir el balón con la planta y golpear al arco a la altura de los 9 metros con la punta del pie.</p> <p>b) Juego de 2 vs 2 en mitad de terreno, con dos apoyos que entran al juego con el equipo que le entrega el balón.</p> <p>c) Juego táctico con dos metas. (5 vs 5). El gol será válido con la punta del pie.</p>	<p>20 min</p> <p>20 min</p> <p>20 min</p>	 <p>Juego</p>  <p>Juego</p> 	<p>a) mirar al arco antes de golpear</p> <p>b) cuando el balón va al apoyo, este entra al juego y el que pasa va al apoyo.</p> <p>c) Se debe insinuar la utilización de los elementos fundamentales del juego, dígame recepción con la planta y golpeo al arco con la punta del pie.</p>

3.3 Criterio de los evaluadores

Necesidad de aplicación

Todos opinan que es importante la aplicación de los ejercicios en estas edades ya que los atletas van aprender los elementos básicos del futsal que es una base orientadora para el futuro jugador y más aún si no existe nada para orientar a los entrenadores e ahí lo novedoso de esa investigación.

Importancia de los ejercicios.

Los ejercicios son importantes para los jugadores que se inician en esta modalidad ya que son asequibles para la edad y son característicos del futsal que tanta falta hace en nuestra provincia, pensamos que con estos ejercicios aumentará el nivel técnico – táctico de los jugadores jóvenes

Generalización de los ejercicios.

Todos opinan que los ejercicios servirán para incentivar el futsal a los atletas principiantes y se pudieran utilizar en otras categorías y a nivel de provincia además de ir pensando ya en confeccionar un programa de enseñanza para estas edades.

Originalidad de los ejercicios.

Los ejercicios que se seleccionan con una metodología que no se conoce en esta modalidad ya que los entrenadores trabajan empíricamente por no poseer programa, ni documentos que avalen esta modalidad de fútbol y así podrán planificar los entrenamientos con más facilidad y sistematicidad.

Alcance de la propuesta.

Estos ejercicios deben aplicarse ya en el curso que viene en toda la provincia, tanto en los combinados deportivos como en las escuelas de la enseñanza media donde está incluido el futsal como motivo de clase en la educación física, para desarrollar esta modalidad y con ello obtener resultados a otros niveles.

Conclusiones

1. Se constató mediante el diagnóstico realizado que los entrenadores presentan dificultades en el orden de cómo enseñar los elementos técnicos fundamentales en la planificación de los entrenamientos.
2. Los ejercicios propuestos para la enseñanza de los elementos técnicos según el criterio de los especialistas será de gran utilidad en la orientación del trabajo metodológico y organizativo en la enseñanza de las acciones técnico – tácticas del futsal.
3. Se reconoció por la Comisión Provincial de fútbol y los entrenadores de futsal el aporte que brinda esta investigación al desarrollo del futsal en la Provincia de Villa Clara.

Recomendaciones

1. El diseño de los ejercicios deben aplicarse ya el curso que viene no solo en los combinados deportivos sino en toda la provincia, y hacerlo extensivo a las escuelas de la enseñanza media donde está incluido el futsal como motivo de clase en la educación física, para desarrollar esta modalidad y con ello obtener resultados a otros niveles.

BIBLIOGRAFÍA

1. Arrojo Sureda, Armando. (2002). Batería de ejercicios para el mejoramiento de la precisión y efectividad del tiro a gol en el equipo juvenil de fútbol de Villa Clara. Tesis de Maestría (Maestría en Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo). Villa Clara. ISCF "Manuel Fajardo". 45 h
2. BARCENAS, D. Fútbol Total. Editorial Gymmos. España. 1997. Pág. 159.
3. BILARDO, C. Táctica moderna. Editorial Arger. Argentina. 1998. Pág. 215.
4. CHÉ. Moncada 22 (6): 5-15, Octubre 1987.
5. CONDE, M. La técnica en desplazamiento. Editorial Deportiva, Madrid. 1995. Pág. 345.
6. Ejercicios de Fundamentación Técnica Individual. / et al /. – Venezuela Documento Fotocopiado.
7. El Futsal en República Dominicana. Fedo fútbol (3): 21, 2003.
8. GARCÍA. F. El mundo del fútbol. Argentina, 1997. Pág. 121. GODIK, M. A. Fundamentos metodológicos del control del nivel de preparación técnica del deportista. Metodología deportiva. –Moscú: Editorial Planeta; La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1989 Pág. 194-214.
9. GROSSER Y NEUMAIER. Teoría y Práctica de los Deportes. Ediciones Martínez Roca. Barcelona. España. 1986. Pág. 178.
10. GROSSER, MANFRED. Entrenamiento de la Velocidad. Deportes Técnicas. Barcelona. España. 1992 Pág. 187.
11. MATA, F. Control del entrenamiento y la competición en el Fútbol. Editorial Gymmos. Barcelona. 1997. Pág. 200.

12. MORALES, A. Pruebas específicas para el control del desarrollo de los procesos cognitivos del esgrimista floretista escolar cubano (14-16 años). Resumen de tesis en opción al Grado de Doctor en Ciencias Pedagógicas. La Habana, 1995. Pág. 139.
13. ORTEGA, R. Pressing. Editorial Gymnos. Madrid, 1994. Pág. 217.
14. RODRÍGUEZ, HUMBERTO. Principios, valores y éxitos. Cuba Internacional 41 (326) 6-7, 2000.

ANEXOS:

Anexo # 1

TABLA # 1: RELACION NOMINAL DE ENTRENADORES EN EL MUNICIPIO DE SANTA CLARA.			
Nombres y Apellidos.	Centro de Trabajo.	Años de Exp.	N. Profesional.
Alexey Linares Medina.	Esc. Gerardo Aniceto.	3 años	Licenciado.
Adrián Martínez.	Osvaldo Socarrás.	3 años	Licenciado.
Yohany Días Hdez.	Ramón Pando Ferrer.	1 año	Licenciado.
Jesús Florido Parra.	Capitán Roberto Rguez.	1 año	Licenciado.
Asleán Rivalta.	Entrenador	1 año	Licenciado
Juan Ramón Ariosa.	Comisionado Provincial.	14 años	Licenciado
Mario Cuesta Piloto.	Comisionado Municipal.	2 años	Licenciado

Anexo # 2

TABLA # 2: Encuesta realizada a entrenadores y dirigentes del futsal en nuestra Provincia.							
				Años de experiencia			
	Cantidad	Licenciados	Master	1 a 5	6 – 10	11 a 15	Mas 15
Entrenadores	5	5	-	4	1	-	-
Dirigentes	2	2	-	1	1	-	-
totales	7	7	-	5	2	-	-

Anexo # 3

Encuesta realizada a los comisionados Provincial y Municipal de Fútbol.

Estamos realizando un trabajo investigativo sobre la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales del fútbol en las edades tempranas y su opinión nos será muy valiosa.

1. Necesidad de aplicación de los ejercicios que aprobaron los especialistas de conjunto con los investigadores.
2. Eficacia de los ejercicios.
3. Importancia de los ejercicios.
4. Generalización de los ejercicios.
5. Originalidad de los ejercicios.
6. Alcance de las consideraciones metodológicas de los ejercicios.

Anexo # 4

TABLA # 4: ACCIONES OFENSIVAS Y DEFENSIVAS EN EL FUTSAL:			
ACCIONES	ACCIONES TECNICAS	DEL JUEGO	ACCIONES DEL PORTERO.
<ul style="list-style-type: none">• Ofensivas• Defensivas• Ofensivas y defensivas• Del portero	<ul style="list-style-type: none">• Pie (interior del pie)• Golpeo de puntera• Recepción planta• Golpeo con el exterior	<ul style="list-style-type: none">• Conducción• Fintas• Paredes• Penalti• Remates	<p>Dentro del marco:</p> <ul style="list-style-type: none">• Colocación• Blocaje• Desvíos <p>Fuera del marco:</p> <ul style="list-style-type: none">• Desvíos• Saques.

Anexo # 5:

Guía para el criterio de los evaluadores:

Nombres y Apellidos: -----

Centro de trabajo: -----

Especialidad: -----

Función que desempeña: -----

Categoría Científica: -----

Años de experiencia: -----

Aspectos a valorar:

1. Calidad de la guía que proponemos para los entrenadores de futsal del municipio de Santa Clara.
2. Acierto y debilidades de los ejercicios para la enseñanza de los elementos técnicos básicos en el juego de futsal.
3. Correspondencia entre el contenido y las indicaciones metodológicas para el proceso de entrenamiento.

Anexo # 6

Test de cocimiento a los entrenadores del municipio de Santa Clara.

La presente forma de una investigación que aborda como tema una selección de ejercicios para la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales que deben realizarse en las edades tempranas, en función del accionar del juego de futsal, necesitamos sea contestada con franqueza.

1. posee algún título de graduación. Si ---- no ----
en caso de ser positivo diga el centro de procedencia.
2. Años de graduado ----- años de experiencia -----.
3. Cuantos cursos de futsal han recibido en su carrera como entrenador.
Señales la cantidad. ----- .
4. Han participado como entrenador en competencias de cualquier nivel.
Si ----- no -----
5. Posees programa de futsal para dirigir el proceso de entrenamiento.
Si ----- No -----
6. Marque con una cruz los elementos básicos que a su juicio crean que son los fundamentales en futsal.
----- Golpeo con el empeine total.
----- Golpeo con el empeine interior.
----- Golpeo con el empeine exterior.
----- Golpeo con el interior del pie.
----- Golpeo con la punta del pie.
----- Recepción con la planta del pie.

- Recepción con el interior del pie.
- Recepción con el pecho.
- Recepción con el exterior del pie.
- tirar a gol con el empeine interior del pie.
- Tirar a gol con la punta del pie
- Tirar a gol con el empeine total.
- Tirar a gol con el interior del pie.
- Conducción con el empeine interior.
- Conducción con empeine total.
- Conducción con la planta del pie.
- Conducción con empeine exterior.

7. Poseen bibliografía que muestren ejercicios para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas en el futsal.

8. ¿Cómo organizaría los elementos técnicos en el futsal para ejercer una planificación sistemática en sus clases de entrenamiento? Enumere estos en orden descendente. Ejemplo (1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7).

- Golpeo interior del pie.
- Recepción empeine interior
- Recepción interior del pie.
- Recepción planta del pie.
- Golpeo con la punta del pie.
- Golpeo con el interior del pie.
- Golpeo con el empeine total.

----- Conducción con la planta del pie.

----- Conducción con el empeine interior.

----- Conducción con el empeine exterior

9. Tienen pruebas para evaluar el rendimiento técnico – táctico de los jugadores. Si ----- No -----

Encuesta realizada a los entrenadores.

Estamos realizando un trabajo investigativo sobre la enseñanza de los elementos técnicos fundamentales del futsal en las edades tempranas y su opinión nos será muy valiosa.

Objetivo:

Valorar la concepción que existe en torno al proceso de entrenamiento desde el contenido de la unidad de entrenamiento desde el punto de vista metodológico.

1. ¿Como se ha desarrollado metodológicamente el trabajo en la enseñanza de los elementos técnicos durante el proceso de entrenamiento?
2. ¿Cuáles son los documentos que toman como fundamentos para la planificación del entrenamiento en la modalidad de Futsal?
3. ¿Tienes alguna guía metodológica para la enseñanza de las acciones técnico – tácticas en el futsal?
4. ¿Sobre que base realiza la enseñanza de los elementos técnicos?
5. ¿Cuáles son las necesidades que tiene el proceso de entrenamiento en la modalidad de futsal?