

METODOLOGÍA ANÁLITICA APLICADA AL FÚTBOL SALA

OPCIÓN DE GRADO PASANTÍAS SOCIALES

CENTRO DE PROYECCIÓN SOCIAL - CPS CHAPINERO

COLEGIO SAN MARTÍN DE PORRES

JAVIER CAMILO MENDOZA SÁNCHEZ
CÓDIGO. 2249103



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

DIVISIÓN CIENCIAS DE LA SALUD

FACULTAD CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

BOGOTÁ D.C

2022

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivo la enseñanza y la práctica de los fundamentos técnicos básicos del fútbol sala (control, pase, conducción y tiro), logrando que los niños tengan habilidad y buen desempeño en dichos fundamentos para que durante los entrenamientos fortalezcan y evolucionen de tal manera que en los torneos en los que participen se desempeñen de la mejor manera y logren conseguir la victoria. Así mismo, lograr que puedan tener la facilidad de jugar rápido, de manera fluida y con trabajo en equipo; demostrando así sus técnicas y fortalezas tanto individuales como colectivas. La idea es realizar unos test que les ayudarán a mejorar sus habilidades técnicas para perfeccionar y evolucionar de manera adecuada y supervisada, de tal manera que logren buenos resultados.

Palabras clave: Fútbol sala, fundamentos técnicos, control, pase, conducción y tiro.

Abstract

The objective of this work is to teach and practice the basic technical fundamentals of futsal (control, pass, driving and shooting), ensuring that children have ability and good performance in these fundamentals so that during training they strengthen and evolve from in such a way that in the tournaments in which they participate they perform in the best way and manage to achieve victory. Likewise, ensure that they can have the facility to play fast, fluidly and with teamwork; thus demonstrating their techniques and strengths both individually and collectively. The idea is to carry out some tests that will help them improve their technical skills to perfect and evolve in an appropriate and supervised manner, in such a way that they achieve good results.

Keywords: Futsal, technical fundamentals, control, passing, driving and shot.

Introducción

Al realizar las prácticas en el Centro de Proyección Social (CPS) en la localidad de Chapinero, exactamente en el Colegio San Martín de Porres ubicado en la Carrera 2 # 44 - 36, Bogotá, donde me desempeñé como entrenador de fútbol sala de niños y niñas de grados 4 y 5, con los que realicé entrenamientos los días miércoles y viernes en el horario de 9 a 11 de la mañana. El grupo está integrado por entre 15 y 23 niños y niñas.

A lo largo de los entrenamientos pude observar la emoción y el amor que estos niños le tienen al fútbol sala, lo cual me motivó a ayudarlos y guiarlos en el correcto aprendizaje de su forma de juego y técnicas que les permitirán sobresalir en los diferentes torneos donde participen. Por esta razón decidí realizar un trabajo enfocado en los fundamentos técnicos del fútbol sala, para darles un conocimiento más amplio y específico sobre este deporte.

Los niños con los cuales trabajé, en su mayoría son de escasos recursos por lo cual tienen un acceso difícil a escuelas o entrenadores privados que puedan ayudarlos a evolucionar correctamente, este fue uno de los motivos que me llevó a trabajar con ellos la enseñanza de conocimientos, técnicas y guías que les permitan entrenar de manera autónoma, así como practicar y adquirir habilidades que les permitan desenvolverse de manera adecuada al momento de presentar una prueba para ingresar a un equipo o a un torneo. Inicialmente realicé en ellos un test para conocer sus condiciones físicas y habilidades, lo cual me permitió estructurar el plan de entrenamiento para fortalecer sus capacidades de la manera más adecuada, especialmente en los fundamentos técnicos básicos del fútbol sala.

Planteamiento del problema

Los jugadores de fútbol sala del CPS Chapinero San Martín de Porres se enfrentan a diferentes dificultades para la práctica de este deporte, entre estas: no cuentan con espacios totalmente adecuados, ni tienen los elementos deportivos suficientes para la práctica de fútbol sala, por lo cual es complicado que se lleve a cabo un entrenamiento en condiciones apropiadas, que les permita practicar sus técnicas tanto a nivel individual como colectivo. Por otra parte, el espacio que ha sido adecuado como cancha se encuentra obstaculizado en un costado lateral por materiales de construcción (bultos de cemento y baldes), lo cual no permite la continuación correcta del juego cuando el balón se dirige hacia esa zona, por otro lado, la otra banda se encuentra también obstaculizada ya que su demarcación está a unos milímetros de un muro por lo cual no tiene el espacio reglamentado para su práctica. En cuanto a elementos deportivos no contamos con balones de fútbol sala por lo cual las prácticas deben realizarse con 5 balones de fútbol los cuales se encuentran en condiciones aceptables. Otro aspecto que ha requerido especial atención es que los chicos tienden a tener conductas un poco agresivas entre ellos, lo cual obstaculiza su trabajo en equipo ya que se dejan llevar por sus emociones y suelen golpearse o tratarse de manera grosera o despectiva al momento de jugar o recibir un golpe durante la acción de juego.

El deporte es una actividad a través de la cual quienes la practican adquieren además de habilidades técnicas, habilidades sociales que les permiten construir relaciones sociales armoniosas. En el caso del fútbol sala, es un deporte que tiene un gran porcentaje de trabajo colectivo por lo cual es fundamental que los jugadores mantengan buen relacionamiento dentro y fuera de la cancha. Así pues, trabajar en ellos el trabajo en equipo, el respeto, la disciplina y el buen trato, fue parte importante durante los entrenamientos.

En este sentido abordamos temas sobre la necesidad de entenderse bien por fuera de la cancha para poder entenderse bien dentro de ella, esto ayudará a obtener mejores resultados y jugar de manera más organizada.

En este aspecto trabajé con ellos el manejo de emociones, lo cual les permitió enfocarse en el entrenamiento y partidos de manera adecuada. A medida que transcurrieron los entrenamientos, pude observar que cuando juegan en equipo estos niños disfrutan y se ven muy alegres al ver como el equipo funciona y como logran vencer a sus oponentes. Cuando ponen en práctica el mirar a sus compañeros, el realizar pases entre ellos y jugar en equipo alcanzan un nivel de juego con el cual se convierten en un oponente realmente fuerte. Sin embargo, es un aspecto que se debe continuar fortaleciendo tanto de manera individual como grupal, pues aún persisten algunos momentos en los que al intercambiar un jugador por otro no tan habilidoso o con el que no se llevan tan bien, pierden la sincronía y empiezan a jugar de manera descontrolada dejándose llevar por sus emociones de frustración y de rabia.

Por esta razón es importante poder realizar el test de batería donde se evalúa individualmente a cada jugador para lograr determinar cuáles son sus mayores falencias y como poder enfocar el entrenamiento a la mejora de sus habilidades.

Por medio de los test se logra identificar cada una de las habilidades específicas que se quieren trabajar o enseñar de manera adecuada a los estudiantes, a partir de esto se planea un sistema de entrenamiento donde se logre poner en práctica estos fundamentos técnicos, aprovechando que los niños se encuentran en una edad donde a través de la práctica del movimiento logran memorizar de mejor manera las técnicas del control, pase, conducción y tiro.

Justificación

A través del trabajo realizado con los niños y niñas jugadores de fútbol sala del CPS Chapinero San Martín de Porres, pretendo cultivar en ellos el compromiso con esta disciplina y ayudarles al mejoramiento de las técnicas, del estilo y de la manera como juegan en equipo. Así mismo, promover la práctica del deporte, lograr una buena enseñanza de los fundamentos para que los niños y niñas puedan desenvolverse correctamente en la cancha y en los encuentros deportivos, consiguiendo victorias y dando lo mejor de sí mismos, para que disfruten la práctica de este deporte, lo jueguen de manera agradable y tranquila para que logren un control de emociones y sepan reaccionar ante las diferentes situaciones que ocurran durante el juego. De igual forma busco que puedan seguir practicando de manera autónoma estas técnicas para que así tengan una evolución de sus habilidades lo cual les permitirá desempeñarse cada vez mejor, alcanzar triunfos en las representaciones que hagan de su colegio y sentirse orgullosos de poder practicar este deporte.

También trabajé con ellos para que a través del deporte logren una conexión más profunda con sus compañeros y que esta no se quede solo en la cancha, si no que a partir de su buen sistema de juego quieran y se interesen por buscar espacios donde entrenen entre ellos mismos, para que al momento de llegar al entrenamiento se refleje disciplina que los lleve a entregar todo de ellos, que sin importar con quien les toque en el equipo logren tener unas combinaciones en las que sus pases, y jugadas sean de ayuda para obtener un buen resultado.

Igualmente busqué a través de los entrenamientos, ayudarlos a tener un buen control de sus emociones, para que las manejen de mejor manera y no se dejen llevar por los sentimientos negativos, que entiendan que en el entrenamiento se pueden cometer errores y así mismo mejorar, que enfoquen su energía en querer mejorar tanto individualmente como colectivamente.

“La gran aceptación de los alumnos, la reglamentación adecuada y la aplicación práctica, con métodos propios, contribuyen a la formación del deportista en todos los aspectos. Por lo que al poner en práctica estos fundamentos de manera individual y luego colectiva, los niños y niñas tendrán mejoras tanto en el deporte como en otros aspectos de su vida que les ayudara a mejorar cada vez más”. (Ormazabal, A., Herceg, J. y Quiñones, P. 2004)

Objetivo General

Desarrollar habilidades técnicas del fútbol sala en niños de los grados cuarto y quinto de primaria, mediante un plan de entrenamiento basado en el fortalecimiento de los fundamentos básicos: control, pase, conducción y tiro “remate”.

Objetivos específicos

- Identificar los fundamentos básicos del fútbol sala de los niños y niñas, aplicadas al fútbol sala, relacionadas con el control, pase, conducción y tiro “remate”.
- Proporcionar herramientas que permitan mejorar y perfeccionar la técnica individual aplicadas al juego colectivo.
- Promover el trabajo en equipo, el control de las emociones y buen trato dentro y fuera de la cancha.

Marco Conceptual

El fútbol sala es un deporte de equipo, que se juega *indoor* y que está basado en el fútbol de campo, aunque también incluye elementos de waterpolo, balonmano y baloncesto. Los equipos son conformados por 5 jugadores contando al arquero, pueden tener cerca de 9 suplentes

y las sustituciones durante los partidos son ilimitadas, un jugador puede entrar y salir cuantas veces quiera.

Los fundamentos técnicos están representados por un conjunto de alcances que el jugador tiene la capacidad de realizar dominando y dirigiendo el balón con las superficies de contacto reglamentario. “El jugador debe manejar diferentes técnicas individuales (control, conducción, protección del balón, golpe con el pie, golpeo con la cabeza, la finta, el regate, golpeo al arco, la anticipación y recuperación) y colectivas (el pase, el relevo) para ser realmente útil a los fines colectivos del equipo” (Sanmartín, 2015), por esto es sumamente importante que estos niños y niñas, conozcan cuales son las superficies de contacto con las que pueden recibir el balón sin llegar a ser penalizados, también deben aprender que para este deporte es necesario el trabajo en equipo, sin dejar de lado que tendrán momentos de juego individual.

“Control es la acción técnica mediante la cual el jugador adquiere la posesión del balón dejándolo en condiciones para la siguiente acción técnico-táctica”. (Asociación Nacional de Entrenadores de Fútbol Sala, 2012), contamos con 4 tipos de control donde el primero es la parada, que consiste en dejar totalmente quieto el balón, la segunda, semiparada, donde al recibir el balón lo dejamos con un poco de movimiento frente al pie de control, la tercera el amortiguamiento, hace referencia a desacelerar un balón que viene por los aires y poseerlo en los pies y por último el cuarto, el control orientado, una acción con la cual recibimos el balón e inmediatamente lo orientamos para iniciar con la siguiente acción técnica.

Pase es la técnica de “comunicación entre los compañeros de un mismo equipo, se puede dar de diferentes maneras tanto largos, medios o cortos todo depende de lo que amerite la situación, también se pueden dar aéreos, a media altura o rastreros, estos se pueden dirigir en cualquier dirección (adelante, atrás, laterales y diagonal) dentro de los pases encontramos

también la fuerza con la que se realizan pueden ser suaves, fuertes y templados, según amerite cada situación de juego.

Conducción es el acto de conducir el balón sobre su dominio a través de la cancha de juego. Es posible hacer la conducción de balón en línea recta o con cambios de dirección (zigzag). “La conducción se puede hacer usando la parte delantera del pie, el empeine, o pisando el balón. Es muy importante que la conducción se haga con el balón siempre bien cerca de los pies del jugador”. (Costa, M, 2017), esta técnica es sumamente importante ya que con esta es que logramos movilizarnos con el balón en nuestra posesión, es importante enseñar las diferentes maneras de hacerlo y cómo pueden hacer uso de ellas en diferentes acciones de juego.

“Tiro “remate” es la acción técnica que implica el lanzamiento del balón a la portería del equipo contrario. Según el reglamento, este puede llevarse a cabo con cualquier parte del cuerpo a excepción de las manos y los brazos, aunque las superficies de contacto más usadas son los pies y la cabeza”. (Idoate, G, 2021), el objetivo de esta acción es poder darle la victoria al equipo entre más oportunidades de tiro al arco rival se consigan, mayor podrá ser la posibilidad de conseguir y concretar un gol para darle la victoria al equipo.

Para lograr un mejor entrenamiento y mayores aprendizajes de estos cuatro fundamentos técnicos se aplicó un método analítico basado en (Pascual, N., Alzamora, E., Martínez, J y Pérez, J, 2015) el cual “consiste en presentar la tarea descompuesta por partes aisladas al juego real, habitualmente a modo de repeticiones”. Por lo cual al momento de iniciar el proceso de entrenamiento con estos niños y niñas fue importante conocer un poco de sus habilidades, de cómo se desempeñaban en la cancha al jugar, a partir de lo observado se realizó una batería de test, para luego crear unas sesiones de entrenamiento que lograran ayudar a el mejoramiento de sus habilidades técnicas, consiguiendo así un mejoramiento en cada uno de ellos.

Es necesaria también la intervención en los niños en cuanto a qué tan cómodos se sienten jugando fútbol sala, ya que en algunos casos se ve que le tienen miedo al balón por lo cual es importante explicarles cuales son los objetivos de la práctica, hacer demostraciones que les ayuden a superar este temor y los lleve a querer tener aún más participación en el juego y, finalmente adaptarlos a tener unos momentos durante el juego en el cual se adecuen al ritmo, a la velocidad, y a la fuerza con la que están jugando entre ellos.

Metodología

Los datos incluidos dentro de este trabajo provienen de estudiantes de grado cuarto y quinto del colegio San Martín de Porres. Los datos son tomados en las instalaciones del colegio donde se entrena a los niños. El total de la muestra es de 23 niños donde puede variar la asistencia dependiendo el día. No hubo elementos de exclusión, cualquiera de los niños y niñas de estos grados puede ir a entrenar sin importar condiciones físicas o de sexo, ya que se les puede entrenar de manera mixta o uniforme.

El método de entrenamiento fue igual tanto para las niñas como para los niños. Sin embargo, en algunos casos específicos en los que asistieron gran cantidad de niñas era posible poner a jugar a los niños entre ellos y enfrentar a las niñas entre ellas, en un pequeño rey de cancha. También se trabajó de manera mixta donde se tuvo como pauta que cada equipo contara con mínimo una mujer dependiendo la cantidad de niñas que asistían.

Se realizaron clases enfatizadas en la enseñanza de las técnicas fundamentales para el fútbol sala, en las cuales se trabajaron cuatro técnicas específicas como son control, conducción, pase y tiro. Estas técnicas se trabajaron durante los partidos y entrenamientos en los cuales se practicaba de manera individual y colectiva, a medida que avanzaba el tiempo, se les ponían

objetivos fijos con enfrentamientos entre equipos las cuales consistían en realizar partidos en un torneo de rey de cancha (el equipo que hace gol continúa en cancha y el otro sale) en el cual para ganar tenían que anotar gol, de manera simultánea se les entrenaba para el cambio de ofensiva a defensiva y en sentido contrario.

También se hicieron actividades en torno a los pases para que aprendieran a utilizar las diferentes superficies del cuerpo con las que se puede recepcionar y pasar el balón, junto a esto trabajamos en la habilidad de la pierna no hábil para que puedan realizar pases tanto con la pierna dominante como con la no dominante.

Por otra parte, se evaluó el progreso mediante una batería de test para la valoración de la cualificación técnico-táctica de los jugadores de fútbol sala, tomada de (Montes, R, Batería de test para la valoración de la cualificación técnico-táctica de los futbolistas de fútbol sala, categoría Benjamín, 2006) y adaptada para la población específica, en este caso niñas y niños entre 9 y 11 años de edad.

Para la técnica del control se les realizaron actividades donde tenían que desplazarse manteniendo el balón en el aire, o recepcionar y pasar al compañero mientras se desplazaba, junto a esto se combinó un poco el control del pase con ambas piernas mientras avanzaba, donde el objetivo era entregar un pase rápido, corto y preciso en un desplazamiento delimitado.

Finalmente, se trabajaron los tiros donde se les puso a disparar desde diferentes zonas de la cancha midiendo 5 tiros en donde se realizó un conteo de los tiros a gol y los errados.

Test de control

Figura 1

Test de control



Se ubicaron tres jugadores, el marrón era el evaluado, el negro el defensor y el azul quien daba inicio a la jugada, frente a cada poste de la portería se ubicaron dos conos a la altura de los jugadores, el jugador de azul debía realizar un pase al marrón seguido a esto el marrón debía controlar adecuadamente según la situación lo ameritaba, haciendo uso de la pierna y superficie de contacto más adecuada para cada intento, logrando así disparar al arco antes de que el defensa regresara (se realizaron 5 intentos) mientras que el jugador de negro (el defensor), debía llegar a tocar uno de los conos y volver para evitar que el marrón disparara al arco.

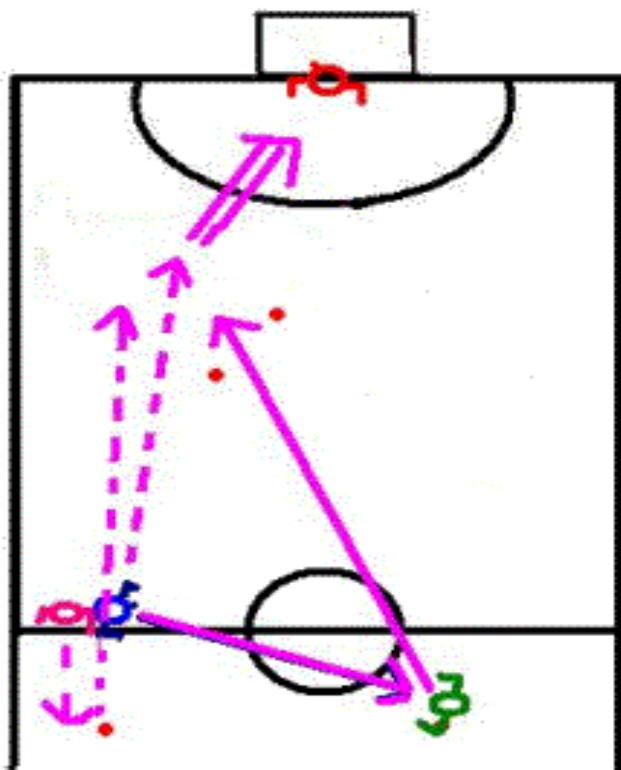
La puntuación era de máximo de 4 puntos en cada intento donde se valoró, la anticipación al balón, la orientación del control hacia el lado contrario del defensor, que utilizara la superficie y la pierna adecuada y que lograra tirar sin presión del defensor.

Se otorgaba un punto al deportista, por cada objetivo cumplido, de forma que, la puntuación máxima posible de alcanzar en cada control era de cuatro puntos. Se tomaba registro de los intentos donde conseguía los 4 puntos, así como de los intentos en los que conseguía 3 o menos puntos.

Test de pase

Figura 2

Test de pase



En la banda, y a la altura del medio del campo, se acomodaba el jugador fucsia y el jugador de azul, este último con balón. Un poco más retrasado y frente al palo derecho de la

portería se situaba el jugador verde (el cuál era el evaluado), y por último se ubicaron dos conos a mitad de camino entre el jugador verde y la esquina de la banda izquierda, y otro cono 2 metros atrás de la línea de medio campo.

El test comenzaba cuando el jugador azul realizaba un pase al jugador verde, el cuál tras controlar el balón debía devolverlo realizando un pase, para que el jugador azul lo recibiera el balón y realizara el disparo a la portería. En el momento que iniciaba el test, el jugador fucsia debía dirigirse al cono que estaba detrás de él y tras tocarlo, intentar evitar que el jugador azul realizara un disparo a portería.

El jugador verde, debía intentar tener una buena precisión en el pase intentando golpear el balón de tal manera que este pasara entre los dos conos colocados previamente, y a la vez tener una buena precisión temporal, siguiendo la trayectoria de carrera de su compañero, de forma que, si realizaba un buen pase, el jugador azul pudiera realizar un disparo sin ninguna presión por parte del defensor.

La tabla de evaluación fue la siguiente:

Tabla 1

Calificación test de pase

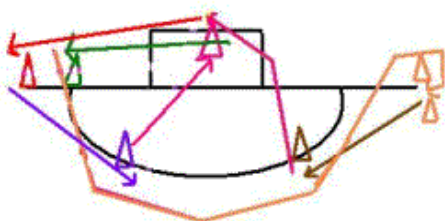
Acción	Puntuación
No llega el pase al jugador azul.....	1
El pase llega al jugador azul por fuera de la zona marcada.....	2
El pase llega por la zona marcada previamente	3
El pase permite al jugador azul realizar el tiro con comodidad.....	+1 adicional

Se contó con 4 oportunidades donde se tuvo en cuenta la mayor puntuación y repetición.

Test de Conducción

Figura 3

Test de conducción



Los conos naranjas ubicados en la esquina naranja fueron el punto de partida del recorrido, seguido a esto ubicamos otros conos en la línea de área a medio camino, entre la línea de banda derecha y el palo corto se colocó un cono (marrón). Lo mismo se hizo en la parte izquierda, colocando otro cono (morado). Un metro detrás de la portería, se puso otro cono (fucsia). En la esquina izquierda, se colocó un cono (rojo).

Por último, se colocó un cono (verde) a un metro de la esquina izquierda (justamente donde comienza la línea del área).

El recorrido inició en los conos naranjas, desde allí debía desplazarse al cono marrón seguido a esto pasar al cono fucsia ubicado detrás del arco, una vez ahí se desplazaba hacia el cono rojo donde lo rodeaba para cambiar su dirección y llegar al cono morado, desde ahí debía retornar al cono fucsia, rodearlo, pero esta vez llegar al cono verde, desde ahí pasar por fuera de la bomba y rodear los conos naranjas una vez pasaba por el medio de ellos se pausaba el tiempo.

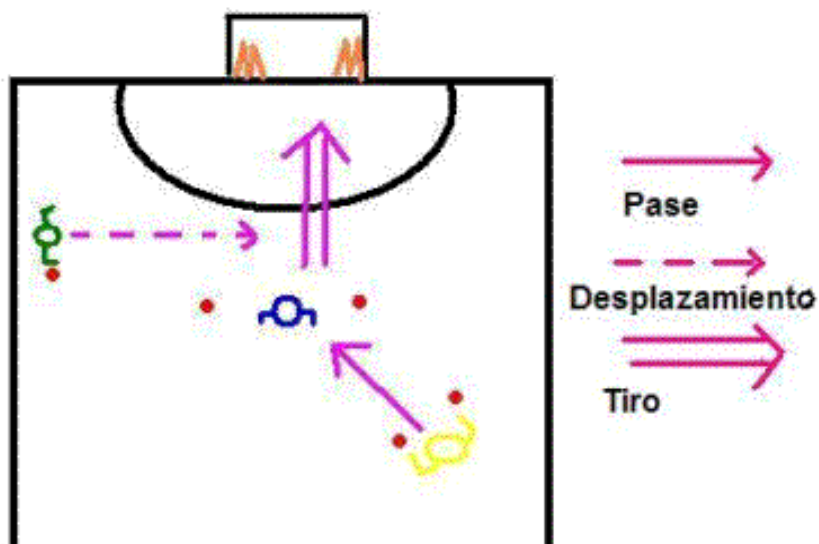
Se realizaron 2 intentos uno sin balón y otro con balón en ambos recorridos se tomó el tiempo que se demoraban en realizar el recorrido, para obtener el resultado y saber que tan eficaz es la conducción del jugador se utilizó la siguiente fórmula: $\% = (\text{Tiempo de conducción sin balón} / \text{t. con balón}) \times 100$.

De manera que cuanto más cercano era el porcentaje al 100%, mayor era la cualificación técnica del deportista en la conducción de balón.

Test de Tiro

Figura 4

Test de tiro



El jugador azul, era el evaluado en este caso, se encontraba en una posición de espaldas al arco, diagonal aproximadamente a unos 5 metros se encontraba otro jugador el amarillo quien tenía el balón, al lado izquierdo de la cancha sobre la lateral se encontraba otro jugador el verde quien hacía de defensor, este jugador debía intentar impedir que el azul patee al arco. Por último, en el arco se colocaron 4 conos 2 a cada lado del poste, y en medio un arquero.

El test iniciaba una vez el jugador amarillo realizaba el pase al pie del jugador azul, el cual debía realizar un tiro a portería desde afuera del área, la idea era que lo hiciera antes de que el jugador verde lo bloqueara o interceptara.

Cada jugador contaba con 5 intentos desde la derecha y desde la izquierda, saliendo el defensor desde el lado contrario. El jugador azul al ser el evaluado debía conseguir un tiro rápido de forma que lograra golpearlo sin que el defensor lo moleste.

Se valoró la velocidad del tiro, la precisión y potencia, el derribar los conos ubicados dentro del arco.

Para la evaluación utilizó la siguiente tabla:

Tabla 2

Calificación test de tiro

Acción	Puntuación
El jugador no logra tirar	1
El defensor intercepta el disparo	2
El tiro se va por fuera de la portería	3
El tiro lo detiene el portero.....	4
El tiro entra a gol	5
El tiro entra a gol y derriba el objetivo	6

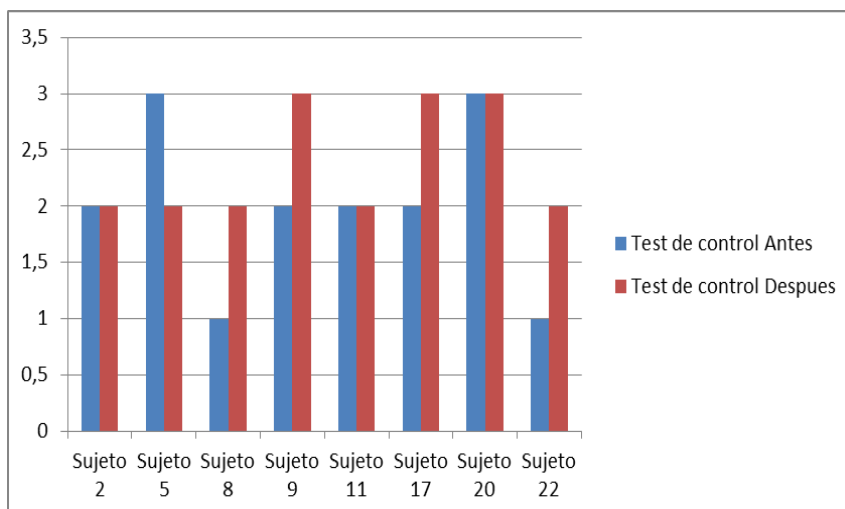
Se dejará solo la puntuación más alta.

Resultados

Para los resultados tomé el resultado de 8 sujetos al azar y con base en sus resultados mostrar qué tanto mejoraron, empeoraron o se mantuvieron los niños en cuanto a sus técnicas, tomando como referencia la primera prueba aplicada y la última prueba aplicada en cada uno de los diferentes test. Los sujetos seleccionados fueron el 2, 5, 8, 9, 11, 17, 20, 22. En las siguientes tablas encontraremos el resultado de cada uno de los sujetos seleccionados.

Figura 5

Análisis test de control



Al revisar los datos de los 8 sujetos seleccionados notamos que el 2, 11 y 20 se mantienen igual tanto en el último test, como en el realizado al inicio, lo cual nos indica que si bien no hubo una mejora, por lo menos se mantuvo en el mismo rango, además vemos que solo el sujeto 5 empeoró o bajó su rendimiento de la primera a la última toma de datos, por lo cual al analizar los datos encontramos que predomina la mejora ya que los sujetos 8, 9 17 y 22 mejoraron en comparación de su primer toma de datos, quiere decir que el entrenamiento ha tenido sus resultados, que posiblemente estos sujetos asisten a todos o la gran mayoría de entrenamientos a comparación de los que se mantuvieron y los que empeoraron.

Figura 6.

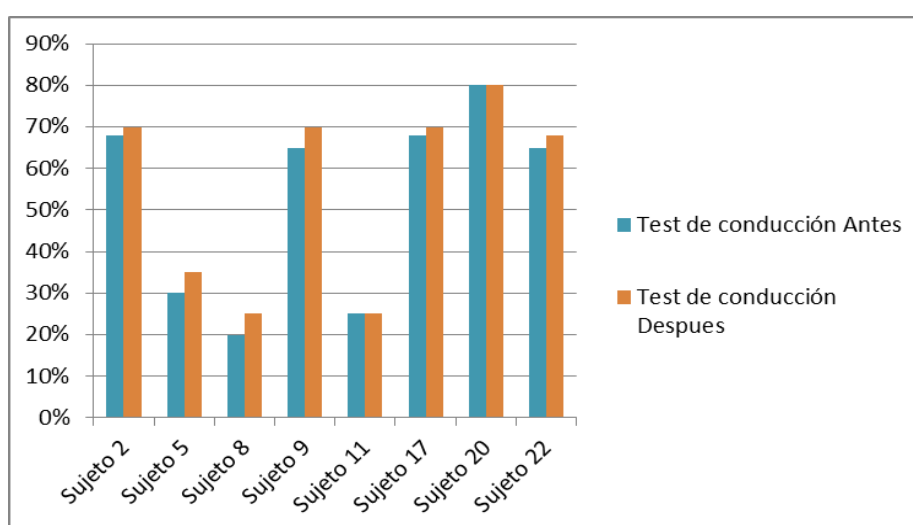
Análisis test de pase



En este test encontramos que solo el sujeto 9 empeoró en sus resultados, mientras que los demás sujetos se mantuvieron o mejoraron su resultado, podría indicarnos que estos sujetos asistían y ensayaban continuamente sus ejercicios para aprender y evolucionar de una manera adecuada, mientras que el sujeto 9 es posible que no asistiera a los entrenamientos donde se realizaba énfasis en los pases.

Figura 7

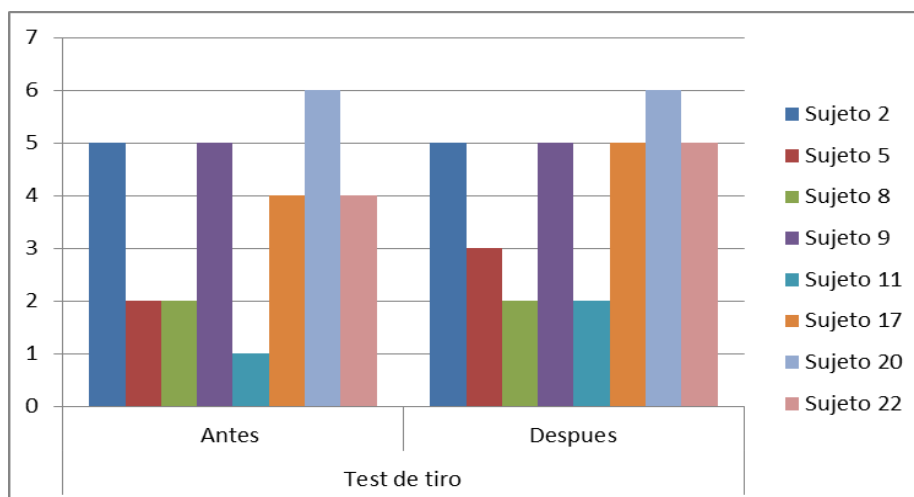
Análisis test de conducción



Sorprendentemente para el test de conducción encontramos que todos mejoraron o se mantuvieron en su resultado, lo que nos indica que sí ha ocurrido un cambio significativo en cuanto a esta técnica, es importante seguir trabajando para así lograr que siga aumentando y que no descienda, también muestra una mejoría en los sujetos ya que así sea por poco han mejorado y ya tienen un mejor nivel en cuanto a la conducción de balón.

Figura 8

Análisis test de tiro



Para la tabla del último test encontramos que los sujetos 5,11, 17 y 22 mejoraron en cuanto a la técnica de tiro, lo cual corresponde a la mitad, mientras que la otra mitad se mantuvo con el mismo resultado, es necesario trabajar más esta técnica ya que logrando que todos tengan un buen porcentaje de tiro, tendrán más posibilidades de anotar gol y ganar partidos, también es importante que sepan cómo ubicar el balón y con qué fuerza tirar para conseguir el gol, en esta tabla encontramos un 50/50 ya que solo la mitad logró mejorar de manera significativa.

Conclusiones

Al término de los test realizados y al analizar los resultados obtenidos por los sujetos seleccionados podemos decir que los entrenamientos tuvieron un resultado positivo ya que se observó una mejora significativa en el desempeño de cada una de las técnicas trabajadas. Es importante, realizar estos entrenamientos de manera constante, ya que al estar en una edad donde suelen aprender y memorizar mejor las cosas se debe aprovechar esta capacidad de absorber y replicar los movimientos y aprendizajes para lograr mejores desempeños deportivos.

Es importante incentivar la práctica disciplinada de los entrenamientos pues se observó que los casos donde no hubo mejoría, o se obtuvieron resultados bajos, se presentaron varias

fallas a los entrenamientos, ya sea por actividades curriculares o situaciones externas al ámbito académico, ya que algunos de estos niños tienen situaciones de vida complejas que en algunos momentos les impiden asistir a clase.

Es necesario aumentar por lo menos un día los entrenamientos tendría resultados positivos para los niños, pues les permitiría mayor tiempo de práctica para perfeccionar las diferentes técnicas, así mismo el tiempo entre los entrenamientos sería más corto y permitiría continuidad en el mismo.

Los test son herramientas importantes y deben utilizarse en diferentes momentos del proceso de entrenamientos, pues gracias al test de batería tomado inicialmente y a las sesiones de entrenamientos se logró identificar las habilidades de control, pase, conducción y tiro de cada uno de los niños, a partir de esto se planifican las sesiones que se realizaron a lo largo de este tiempo, al final se realizó otro test de batería donde al seleccionarse los 8 sujetos al azar logramos evidenciar que en su mayoría en cada aspecto técnico hubo una mejora significativa, en comparación con un mal resultado.

Los partidos y de los juegos que se realizaban al final de las sesiones proporcionan herramientas prácticas que permiten a los jugadores llevar a cabo y ejecutar lo aprendido durante la sesión, pero de manera colectiva, para poder tener una referencia de que tan bien realizan los fundamentos técnicos a la hora del juego y que puedan realizar muchas repeticiones hasta que se vuelva una acción inconsciente y de manera natural en los niños y niñas.

Es fundamental que durante las prácticas deportivas se fomenten valores como trabajo en equipo, respeto, solidaridad y solución de conflictos de manera pacífica. Las actividades que realizamos nos permiten acercarnos ya que en ocasiones tienden a tener conductas agresivas, y el deporte siempre debe ser un escenario de diálogo y buen trato.

Referencias

- Asociación Nacional de Entrenadores de Fútbol Sala. (2012). *Futsalpedia: la recepción o control*. Recuperado de: <https://www.anefs.es/area-tecnica/futsalpedia/futsalpedia-la-recepcion-o-control/#:~:text=Definici%C3%B3n%20es%20la%20acci%C3%B3n%20t%C3%A9cnica,la%20siguiente%20acci%C3%B3n%20t%C3%A9cnica%20D%C3%A1ctica>
- Costa, M. (2017). *Fundamentos Técnicos del Fútbol Sala*.
<https://www.dicaseducacaofisica.info/es/fundamentos-del-futbol-sala/>
- Idoate, G. (2021). *Tiro a portería en fútbol*. Recuperado de:
<https://www.misentrenamientosdefutbol.com/diccionario/tiro-a-porteria/#:~:text=El%20tiro%20a%20porter%C3%ADa%20es,los%20pies%20y%20la%20cabeza>
- Montes, R. (2006). *Batería de test para la valoración de la cualificación técnico-táctica de los Futbolistas de fútbol sala, categoría Benjamín*. <https://efdeportes.com/efd95/test.htm>
- Ormazabal, A. & Herced, J. & Quiñones, P. (2004). *El futsal una nueva herramienta en el ámbito escolar*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Andrés Bello, Santiago de Chile].
Recuperado de: <https://repositorio.unab.cl/xmlui/handle/ria/17071>
- Sanmartín, H. (2015). *Preparación técnica en el fútbol y los adolescentes*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Loja].
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/16371/1/Tesis%20Hamilto%20Sanmart%C3%ADn%20Escaneada.pdf>
- Verdú, N. & Alzamora, E. & Martínez, J. & Pérez, J. (2015). *Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base*. Universidad de Alicante (España). Recuperado de: [file:///D:/Users/Luz%20Helena/Downloads/Dialnet-AnalisisDeLosDiferentesMetodosDeEnsenanzaUtilizado-5146029%20\(1\).pdf](file:///D:/Users/Luz%20Helena/Downloads/Dialnet-AnalisisDeLosDiferentesMetodosDeEnsenanzaUtilizado-5146029%20(1).pdf)

Anexo A

Sesiones de entrenamiento

SESION # 5				
Etapa	Fase	Descripción del ejercicio	Actividad	Duración
Inicial	Calentamiento	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote alrededor de la cancha, moviendo las extremidades del cuerpo	10 min
Central	Objetivo central de la sesión	Practica de pases con diferentes zonas de contacto del pie, buscando tener la mayor precisión posible.	<p>Pases en un circuito corto que consta de un cuadrado en donde cada niño se ubica en una línea y se hacen pases sin cruzar la pierna. -Ronda de pases, se ubican en un círculo y se hacen pases, mientras 1 o 2 niños se ubican en el centro e intentan recuperar el balón.</p>	25 min
Final	Trabajo final	Partido de un todos contra todos donde se mantiene en la cancha el equipo que anote gol primero.	Partido	35 min

SESION # 10				
Etapa	Fase	Descripción del ejercicio	Actividad	Duración
Inicial	Calentamiento	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote alrededor de la cancha, moviendo las extremidades del cuerpo	10 min
Central	Objetivo central de la sesión	Uso de cabeza, tronco y piernas, para diferentes zonas de contacto con el cual controlar el balón	Ronda de pases sin dejar caer el balón mientras se desplazan de una línea a otra. - Ejercicios por parejas donde se lanzan el balón y controlan con la parte del cuerpo que se indique, desplazándose de lateral a lateral y alternando momento de trabajo de ambos por pareja.	25 min
Final	Trabajo final	Partido de un todos contra todos donde se mantiene en la cancha el equipo que anote gol primero.	Partido	35 min

SESION # 18				
Etapa	Fase	Descripción del ejercicio	Actividad	Duración
Inicial	Calentamiento	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote de línea lateral a lateral alternando diferentes movimientos articulares	10 min
Central	Objetivo central de la sesión	Círculo de conducción de balón, con pierna dominante y pierna no dominante. - Conducción de balón en máxima velocidad de línea de cancha a cancha ida y vuelta.	Cercanía del balón al conducir por el círculo demarcado con ambas piernas según el turno corresponda. - Velocidad máxima con balón cercano al pie, correcto uso de zonas de contacto para el transporte del balón.	25 min
Final	Trabajo final	Partidos con duración de 7 minutos el equipo con más goles se queda en cancha, en caso de empate salen ambos equipos e ingresa uno nuevo.	Partido	35 min

SESION # 21				
Etapa	Fase	Descripción del ejercicio	Actividad	Duración
Inicial	Calentamiento	Movilidad articular y entrada en calor.	Trote de línea lateral a lateral alternando diferentes movimientos articulares	10 min
Central	Objetivo central de la sesión	Practica de tiros libres desde diferentes posiciones y distancias. -Tiros al arco con objetivo específico en definición.	Presición en el tiro al arco al momento de cobrar el tiro libre, ubicación y anotacion del gol. - Golpear o pasar el balón por el lugar demarcado en la cancha consiguiendo anotar el gol.	25 min
Final	Trabajo final	Partido niños de cuarto, contra niños de quinto	Partido	35 min

Anexo B

Planificación clases



Anexo D
Evidencia Fotográfica







