

FACULTAD DE CULTURA FISICA
“NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RIO
SUM DE SAN JUAN Y MARTINEZ

TITULO: Alternativa metodológica para insertar la práctica del fútbol sala en programa de educación física de 5to grado en s/i Antonio Guiteras Holmes.

AUTOR: Lic. Juan Francisco García Echevarría.
Lic. Lázaro Temprana Delgado.

Currículum Vitae

Juan Francisco García Echevarría. Pinar del Río 1962. Instructor. SUM de Cultura Física. San Juan y Martínez. Profesor.

Participación en los eventos de Premio Anual de Educación Física, a nivel nacional. Miembro del Jurado en las Tesis de graduación. Año 2008. Tutor de estudiantes.

Dirección Personal: Kilómetro3. Carretera a Punta de Carta. San Juan y Martínez. Pinar del Río. Teléfono 989213.

RESUMEN

A través de encuestas y entrevistas a Metodólogos y profesores de Educación Física de nuestro municipio, hemos constatado que existen dificultades en la aplicación del programa de fútbol campo en nuestras escuelas por no contar las mismas con terrenos adecuados para la enseñanza de los elementos técnicos que contiene esta unidad. Los profesores hacen una mezcla de los elementos técnicos del fútbol campo con las reglas del Fútbol sala. Esto trae consigo interferencias en el aprendizaje de los estudiantes y su aplicación en el juego. Por lo que se propone esta alternativa metodológica para insertar la enseñanza del Fútbol sala en el programa de la Educación Física de 5to grado en la enseñanza primaria, el mismo esta entre los deportes aprobados por la comisión nacional para el curso escolar

2008-2009. Su novedad radica en ofrecer a los profesores de Educación Física, Metodólogos y a todo el personal que tenga relación con la asignatura y el deporte en cuestión, los elementos técnicos metodológicos para su enseñanza en las escuelas de nuestro municipio, dándole popularidad a este joven deporte que ha tenido resultados significativos en eventos nacionales e internacionales. También se brinda las reglas del deporte y una comparación de estas con las de Fútbol campo.

INTRODUCCION

Una de las múltiples características de la modernidad en relación a los tiempos históricos que la precedieron, es sin duda alguna la enorme velocidad con que los cambios sociales, económicos y tecnológicos se han venido desarrollando, y muy especialmente, desde finales de la segunda guerra mundial hasta nuestros días.

Dentro de las principales preocupaciones de la sociedad actual encontramos la educación y dentro de ella, la de enseñar a los alumnos a que se conviertan en aprendices autónomos, independientes y autorregulados. Nuestro país también se enfrenta a estos desafíos, pero contando con una rica tradición pedagógica y cultural trata de encontrar alternativas viables que conduzcan a elevar la calidad de vida de sus ciudadanos.

La escuela cubana, y en particular la enseñanza primaria, está enfrascada en importantes transformaciones, con el propósito de situarla al más alto nivel, lo que implica un salto cualitativo tanto en la teoría como en la práctica pedagógica y una nueva concepción didáctica en la que tomen una nueva dimensión los procesos de enseñanza y aprendizaje, en este caso de la Educación Física, la misma la reciben los alumnos desde que se inician en su andar educacional y se continúa hasta el segundo año de los estudios universitarios. En nuestro país su misión social está dirigida a educar el soma, que es una manifestación corpuscular de la materia biológica de que se compone todo cuerpo humano y la psique que es una manifestación de la realidad humana en forma de energía. Para llevar a cabo esta labor se utilizan, entre otros, los deportes.

Uno de los deportes que se trabaja desde la enseñanza primaria hasta la universitaria es el Fútbol, el deporte de las multitudes, el mismo se inserta dentro del proceso pedagógico en el quinto grado de esta enseñanza. A pesar de constituir la enseñanza del fútbol un elemento insustituible de nuestros programas de enseñanza y tener a este deporte dentro de los priorizados por el organismo rector del deporte en Cuba, el INDER, aún se arrastran deudas en el desarrollo de conocimientos y habilidades; por no poseer los centros educacionales de

nuestro municipio los terrenos apropiados para la práctica del mismo, no poseer la bibliografía necesaria, poca motivación y preparación de los docentes que imparten la asignatura, lo que hace que estudiantes no poseen un dominio adecuado de los elementos técnicos necesarios e imprescindibles para llevar a cabo una tarea motriz con fluidez y efectividad. Por las razones expuestas es que proponemos una alternativa metodológica para la enseñanza del futsal en el 5to grado de la enseñanza primaria

DESARROLLO

La enseñanza y aprendizaje del Fútbol comienza en el 5to grado de la Educación Primaria, con anterioridad se conocen algunos elementos técnicos del juego que se enseñan por separado en la unidad de Juegos Predeportivos, a partir de este grado la labor educativa va encaminada a hacer llegar al niño un deporte el cual por su importancia está denominado el más popular de los deportes de equipo.

Para que este proceso se desarrolle de la mejor manera, es necesario armarnos de un conjunto de elementos teóricos y prácticos, que constituyen la base para la ejecución del juego.

Se ha constatado, en las visitas técnicas a clases, comprobaciones prácticas encuestas y entrevistas realizadas a profesores y estudiantes y por la observación pedagógica del autor, que los alumnos que cursan el quinto grado, en el Seminternado Antonio Guiteras Holmes, centro de referencia del municipio San Juan y Martínez, no poseen el dominio suficiente de elementos técnicos necesarios para poder apropiarse del ABC de este deporte. Esto imposibilita la aplicación de ejercicios con variantes de ejecuciones y limita la calidad de las clases, además existe desmotivación y poco deseo de enfrentar la actividad.

En nuestro municipio esta labor se ha visto afectada por la falta de bibliografía referente al tema y medios (balones, terrenos con todos los aditamentos) lo que ha hecho mella en la determinación de formas renovadoras de apropiación de conocimientos y por supuesto ha provocado insuficiencias en la tarea educativa del mismo, decayendo en popularidad, motivación y resultados a nivel provincial y nacional.

Teniendo en cuenta esta situación se hace necesario la estimulación del aprendizaje de los elementos técnicos del futsal para el logro de las habilidades lúdicas que se necesitan para la práctica de este deporte. Además para que sirva como base para el desarrollo de otras habilidades y potencie el aprendizaje de otros deportes, y todo esto forme parte indisoluble de su superación personal y de su estimulación para la práctica en el tiempo libre.

En este proceso de apropiación de los elementos técnicos y como parte de su superación juega un papel importante las nuevas tecnologías de comunicación e informática como uno de los medios novedosos que mas estimulan a los jóvenes lo cual favorecería al proceso.

Atendiendo a todo esto y unido a la escasez de material didáctico como láminas o videos que muestren determinados contenidos de los programas de esta enseñanza, que es además otra de las problemáticas que nos ha venido afectando motivó al autor a diseñar y confeccionar una alternativa metodológica que permita el desarrollo de conocimientos hábitos y habilidades en estos alumnos en dicho deporte. La propuesta elaborada se muestra a continuación.

Unidad 4: Futsal

Objetivos:

1. Mejorar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas relacionadas con los contenidos del futsal.
2. Dominar de forma sencilla la recepción y la conducción del balón con la planta del pie, así como el tiro a portería con la puntera del pie.
3. Alcanzar un nivel de desarrollo grueso en las habilidades golpeo y recepción con el interior del pie.
4. Aplicar, de forma sencilla, los elementos técnicos impartidos en clases en Condiciones de juego y las reglas principales del futsal relacionadas con los elementos del juego.

Contenidos:

Carreras

- Al frente, Atrás y hacia los laterales

Pases

- Con el interior del pie

Recepciones

- Con la planta del pie

Con el interior del pie

Conducción

- con la planta del pie

Juegos

- Juegos con reglas especiales
- Juegos con tareas
- Juegos en condiciones normales

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Unidad: Fútbol

Al introducir el fútbol en el 5to. Grado se logra que en las edades tempranas el niño comience a conocer las habilidades fundamentales del deporte. Al concluir el curso se deben haber vencido los objetivos previstos, es por ello que se seleccionaron elementos básicos, los que son necesarios para jugar y desarrollar las capacidades físicas, pues el objetivo fundamental de la unidad es precisamente lograr que el alumno juegue aplicando las habilidades del deporte en situaciones de juego y que al mismo tiempo desarrolle las capacidades físicas necesarias para este deporte.

Es importante tener en cuenta al desarrollar las clases que se vinculen los contenidos de las diferentes subunidades, como por ejemplo, los golpes y las recepciones, de manera que el alumno pueda integrar los elementos mediante los propios ejercicios que se apliquen, estos deben ser ricos en movilidad y combinaciones en correspondencia con las características de los alumnos.

De igual modo al trabajar la conducción del balón con la planta del pie se tendrán en cuenta elementos ya conocidos como los golpes y las recepciones, lo que permitirá consolidar estas habilidades.

Aunque el saque de banda no aparece dentro de las temáticas es necesario que se aborde, ya que este se emplea con frecuencia durante el juego y la técnica de ejecución es diferente al que se aplica en el fútbol 11.

Los juegos constituyen un medio fundamental para el desarrollo de las habilidades y capacidades, por tanto deben ponerse de manifiesto a lo largo de toda la etapa, variando sus exigencias a medida que el alumno vaya adquiriendo los diferentes conocimientos y habilidades. Además de un medio para el deporte constituyen un fin.

Es necesario abordar en el desarrollo de las clases los conocimientos teóricos del deporte, como son, las reglas, señales de los árbitros y aspectos sobresalientes de la historia del Fútbol (jugadores y equipos destacados, resultados de copas del mundo, campeonatos mundiales, olimpiadas, juegos panamericanos y centroamericanos etc.).

Inicialmente se debe lograr la realización del movimiento de forma estándar y sin contrarios, en esta etapa es importante una correcta explicación y demostración del elemento en cuestión. Además de erradicar los errores fundamentales y lograr un control de cada movimiento. Luego se trabajarán las habilidades en condiciones variables y de juegos.

De acuerdo a la complejidad de las temáticas y el nivel de preparación de los alumnos los movimientos se podrán dividir en fases, las que se irán integrando posteriormente.

Las reglas fundamentales se deben tratar comenzando por las más sencillas (número de jugadores, tantos anotados y otras).

Es necesario tener presente en el desarrollo de los contenidos que los niños reciben el deporte por primera vez (se trabajaron algunas habilidades antecedentes en la unidad juegos predeportivos) y que los objetivos de la unidad están planteados sobre esta base. Es posible encontrar grupos que tengan un cierto desarrollo de las habilidades del deporte por las tradiciones de las zonas geográficas o por otras razones y que esto facilite el logro de los objetivos. En este caso el profesor podrá, de acuerdo a sus criterios, incluir variantes de mayor complejidad pero teniendo presente que los objetivos para el grado son los determinantes para conformar el criterio de evaluación.

Carreras

Las carreras podrán realizarse al frente, atrás, hacia la derecha, hacia la izquierda, al principio de la ejercitación, luego podrán introducirse carreras en grupos, de relevo entre obstáculos y otras formas de ejecución. El profesor podrá planificar los ejercicios que considere necesario siempre en función de que los alumnos ejerciten las carreras de todas las formas posibles.

Golpeo y recepción con el interior del pie

El interior del pie es la parte triangular limitada por el principio del dedo gordo (Pulgar), el hueso del talón y el tobillo interior.

Técnica del toque o golpeo del balón con el interior del pie.

La carrera se realiza de frente al balón 5 o 6 m detrás de este, el último paso es largo, en forma de salto, el pie de apoyo se coloca a 10 o 15 cm. al lado del balón y la rodilla ligeramente doblada, la pierna que golpea gira hacia fuera desde la cadera, la planta del pie queda paralela al piso. Al golpear el balón la pierna sigue al frente la trayectoria de este.

Recepción con el interior del pie desde la posición final de golpeo se realiza la recepción. Cuando el pie hace contacto con el balón este se lleva hacia atrás desde la cadera hasta formar un ángulo recto con el pie de apoyo, el pie que recibe el balón debe estar blando a la hora de hacer contacto con el mismo .

Ejercicios metodológicos para la enseñanza del golpeo y la recepción del balón con el interior del pie.

1-Imitación del movimiento sin balón.

- 2-Golpeo del balón con el interior del pie quieto en posición parada a un compañero o pared.
- 3-Golpeo del balón con el interior del pie con 1, 3, 5 pasos de impulso en parejas, el alumno de enfrente lleva la pierna al frente cuando el balón hace contacto con la misma la retira hacia atrás tratando que el balón no se separe del pie.
- 4-Toque del balón parado después de correr algunos pasos el compañero realiza la recepción sin desplazamiento.
- 5-El alumno rueda ligeramente el balón al frente, con la planta del pie, después lo golpea con el interior del pie, su compañero se desplaza al frente, realiza la recepción del mismo con el interior del pie y repite la acción.
- 6-Pase y recepción con el interior del pie en parejas con desplazamiento al frente y atrás
- 7-Pase y recepción del balón con el interior del pie en tríos.
- 8-Ídem al ejercicio anterior con cambio de posición.
- 8-Pase y recepción con el interior del pie con desplazamiento al frente, separados a una distancia de 3-4 mts. El alumno debe realizar el pase con la pierna más alejada al balón.
- 9-Combinación con otros elementos técnico.

Técnica de la recepción con la planta del pie

La pierna de apoyo estará ligeramente doblada en la rodilla. Los brazos se balancean lateralmente. Con la mirada acompañamos el balón. La otra pierna la alzamos desde la cadera flexionando moderadamente en la rodilla. El pie lo soltamos suavemente desde el tobillo. La planta del pie la colocamos delante del balón rebotado en tal ángulo que este sea obligado hacia el suelo a pararse rápidamente.

En el caso de recibir balones por el piso, el pie mantenido relajado en la cadera y rodilla lo empujamos ligeramente hacia delante, es decir, en dirección contraria a la del balón. Por lo tanto el balón rueda delante de nosotros dependiendo de la medida en que hayamos levantado el pie.

Ejemplos de pasos metodológicos para la enseñanza de la recepción con la planta del pie.

1. Imitación del movimiento sin balón.
2. Un alumno lanza el balón desde una distancia de 2-3 m y el otro lo recepción con la planta del pie.
3. En pareja un alumno realiza golpeo con el interior del pie y el otro realiza la recepción del balón con la planta del pie y repite el movimiento.
4. En parejas a 3-4 metros de distancia un alumno lanza el balón para que el compañero lo recepciones con la planta del pie después de un rebote.

5-recepción del balón después de varios rebotes.

El profesor podrá utilizar otros ejercicios que considere necesarios teniendo en cuenta el desarrollo de los alumnos.

Conducción del balón

Por conducción del balón entendemos la rodadura y avance del balón sobre el terreno con cualquier parte del pie.

Técnica de conducción del balón con la planta del pie.

El empuje del balón se realiza con la superficie de toque .La pierna que realiza la conducción se flexiona por la articulación de la rodilla de forma tal que la planta del pie se apoye ligeramente encima del balón, el tronco se flexiona ligeramente al frente, los brazos se colocan pegados al cuerpo y la vista en el momento del contacto esta dirigida al balón y después se dirige al terreno de juego. .

La conducción es correcta si se mantiene el balón bajo control con un movimiento ininterrumpido.

Ejemplos de ejercicios para la enseñanza de la conducción del balón con la planta del pie.

1. Demostración de la posición del cuerpo y pies con un balón grande.
- 2 .Conducir un balón grande con un solo pie caminando.
- 3 .Igual al ejercicio anterior alternando los pies.
- 4 .conducir el balón alternando los pis con carrera lenta.
5. conducción del balón en diferentes direcciones.
- 6 .combinación con otros elementos técnicos.

Juegos

El profesor planificará los juegos en correspondencia con los objetivos que persiga, la cantidad de balones con que cuente y el área de trabajo disponible. Se podrán realizar juegos sencillos con reglas especiales, con tareas y en condiciones normales. En la unidad baloncesto se ofrecen ejemplos para cada clasificación.

Nota: Aunque en este documento se brinda una explicación técnica detallada de las habilidades del deporte (para los profesores) a los alumnos no se les exigirá un movimiento depurado, solo que apliquen de forma sencilla y en condiciones de juego las habilidades elementales del deporte. Sugerimos siempre que sea posible la enseñanza de las habilidades a través de juegos sin descartar los ejercicios que describimos anteriormente.

Para la enseñanza de las habilidades del deporte se podrá trabajar alternadamente con las siguientes variantes:

- Juegos
- Ejercicios juegos
- Ejercicios de enseñanza

A continuación de forma muy simple detallamos algunas de las reglas que consideramos necesario tratar en el grado:

1. Dimensiones del terreno.

20 mts. de ancho x 40mts de largo.

-Portería: 3 metros de ancho por dos metros de alto.

-Área de penalti: seis metros.

-círculo central: tres metros.

En la parte derecha a ambos lados de la lineal central de terreno se trazan dos líneas de tres metros por donde se efectuaran los cambios.

Cuando se juega en una cancha de baloncesto el área de la portería debe medir cuatro metros para que la portería no ocupe tanto espacio.

A 12 metros del centro de la portería se traza una marca para los tiros libres directos por faltas colectivas.

2. Número de jugadores

- Un equipo esta integrado por 12 jugadores, de los cuales jugarán cinco como máximo y mínimo dos por cada equipo donde uno realiza la función de portero.

3. Duración del partido:

- Se jugarán dos tiempos de 20 minutos con 10 de descanso. Si el juego tiene que tener decisión se juegan dos tiempos extras de 5 minutos y si persiste el empate se discute a penalti al igual que en el fútbol 11.

4. Balón en juego y fuera de juego:

El balón estará fuera de juego cuando rebasa por aire o por el piso las líneas laterales y finales del terreno o cuando el juego es detenido por el árbitro.

5. Tanto marcado (gol)

Cuando el balón rebasa por aire o por tierra la línea de meta entre los postes y el larguero y no se haya cometido una falta.

6. Faltas y conductas antideportivas.

En el Futsal: Dar o intentar dar una patada a un adversario, poner zancadillas, saltar sobre un adversario, cargar violenta o peligrosamente a un adversario, cargar por detrás a un adversario, golpear o intentar golpear a un contrario, sujetar, empujar, jugar, lanzar o golpear

con la mano o brazo el balón, deslizarse para tratar de jugar el balón cuando esta o va a ser jugado por un adversario, no puede haber contacto (carga regular).

7-Tiros libres.

Pueden ser directos o indirectos

En ambos casos el balón tiene que estar inmóvil, el jugador que efectúa el tiro no puede jugar el balón de nuevo hasta que este no halla sido tocado por otro jugador, los jugadores contrarios deben colocarse a 5 mts del balón.

Penal - Se ejecutará a 6 m de la portería, el portero debe estar colocado debajo del larguero, los demás jugadores por detrás del balón a una distancia de 5 metros.: 8- Saque de banda- Se ejecutará con el pie por el lugar que sale el balón, el mismo se coloca encima de la línea y el jugador dispone de 4 segundos para realizar el mismo. no se puede anotar gol directamente a través del mismo

Saque de esquina: Se ejecuta en el área de esquina. el jugador mas cercano debe estar situado a 5 metros del balón y se puede anotar gol de forma directa.

Saque de salida: Todos los jugadores deben estar en su propio campo y los del bando contrario fuera del círculo central hasta que haya sido ejecutado el saque.

El jugador que realiza el saque no puede tocar el balón nuevamente hasta que no lo toque otro jugador.

11-Saque de meta. Siempre se efectúa con la mano .el balón para que este en juego debe salir del área de portería, para devolver el balón al portero tiene que tocarlo un contrario o pasar la línea media del terreno.

BIBLIOGRAFIA

1. Asociación de Fútbol de Cuba. Reglamento de Fútbol base los Caribitos (material mimeografiado) , 1996.
2. Blázquez Sánchez, D. Elección de un método en la Educación Física. Las situaciones problemáticas. Revista Apuntes. No.74pp 91-92. Barcelona
3. Csanadi, Arpad. El fútbol. Pueblo y Educación, Ciudad Habana, 1987, tI, p.279.
4. Colectivo de autores. Manual del profesor de Educación Física. La escuela cubana. INDER, Ciudad Habana, 2001.
5. Calderón Jarrín Caridad. Los principios metodológicos y los métodos en el proceso de

enseñanza de la Educación Física (Mimeografiado). Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. S/F.

6. _____. Atención a las diferencias individuales en la clase de Educación Física.

(Mimeografiado). Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo. S/F.

7. Estrategia Deportiva Nacional: 1997-2008. INDER. Ciudad Habana, Cuba.

8. FIFA .Programa de la Escuela de Fútbol. El desarrollo mundial., Zurich, 1996.

9. FIFA. Proyecto a Gol. Zurich, Suiza, 1993.

10. González, A. Cómo propiciar la creatividad. La Habana, ED: Ciencias Sociales, 1990.

11. INDER. Programa de la enseñanza masiva del fútbol en las escuelas primarias. La Habana, 1997.

12. INDER-MINED. Resolución Conjunta, No.1, 1994.

13. Ruiz Aguilera, Ariel. Metodología de la enseñanza de la Educación Física. ED: Pueblo y Educación, La Habana, 1985. 146