

PRESUPUESTOS TEÓRICOS PARA EL DESARROLLO DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL CONTROL ORIENTADO CON LA PLANTA DE PIE

SOME THEORETIC DEVELOPMENTAL BUDGETS OF THE INDIVIDUAL TECHNIQUE CONTROL GUIDED WITH THE PLANT OF FOOT

Lic. Ismel Suárez González. isuarezg@uho.edu.cu. Filial de Moa, Cuba

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9896-7409>

Dr. C. Alexander Castro Figueredo. acastro@fcf.uho.edu.cu. Universidad de Holguín, Cuba. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9532-0581>

M. Sc. Frank Tejas Paz. ftejas@ismm.edu.cu. Universidad de Moa, Cuba.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9654-8959>

M. Sc. Yoel Tejas Paz. yoel@dpe.lt.rimed.cu. Dirección Provincial de Educación Las Tunas, Cuba. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4831-4485>

Lic. Armando Nicle Argüelles. Anarguelles1968@gmail.com. Dirección Municipal del INDER Moa. ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0743-0743>

Fecha de recepción: 8 de febrero de 2022

Fecha de aceptación: 12 de mayo de 2022

RESUMEN

Se determinaron los principales presupuestos teóricos fundamentales relacionados con el desarrollo de la técnica individual control orientado con la planta de pie, en practicantes de Futsal categoría 10-12 años, a partir de antecedentes históricos, evolución y referencias de autores que han profundizado en el estudio de esta técnica. Se exponen los principales fundamentos teóricos metodológicos, atendiendo a la edad propuesta para la enseñanza de este elemento. Se utilizaron los métodos científicos Histórico-lógico, Inducción-deducción y Análisis-síntesis, para el estudio y sincronización en estudios posteriores. Se realiza un análisis crítico acerca de la necesidad de desarrollar el componente técnico individual control orientado con el objetivo

de precisar los aportes fundamentales que pueden ser develados en la investigación y su importancia en el juego.

PALABRAS CLAVES: Futsal; recepción; jugador; deportistas; control orientado

SUMMARY

The following work aims at determining the principal theoretic fundamental budgets related with the development of the individual technique control guided with the plant of foot in nurses of Futsal category 10 – 12 years, departing from his historic background, his evolution and some referent of authors that they have delved deeply into the study of this technique. Just the same the more important methodologies on the same attending to the age that is intended to the teaching of this element expose the principal theoretic foundations themselves. Besides control guided as from the referent theoreticians that discuss the studied subject matter for the sake of specifying the fundamental contributions that can be unveiled in investigation and his importance at play accomplishes a critical analysis about the need to unroll the technical individual component itself. Stops the same deduction and analyses utilized the scientific theoretic Historic logical methods, Induction themselves synthesis, achieving to delve deeply into the study and synchronization of the most significant abridgements that delimit the results presented in the report for his better understanding in posterior studies.

KEYWORDS: Futsal; reception; player; athlete

INTRODUCCIÓN

El surgimiento y reglas del juego de Futsal se remontan a la creación de este deporte el 8 de septiembre de 1930 en Montevideo, Uruguay, de la mano del profesor Juan Carlos Ceriani. Utilizando los salones de gimnasio de la Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA), dibujó con tiza las porterías en la pared, para luego comenzar a utilizar las porterías de waterpolo. El Fútbol sala, Fútbol de salón, Futsal o micro Fútbol, como ha sido llamado a través de los años, se convirtió en un deporte colectivo de pelota practicado entre dos

equipos de cinco jugadores cada uno, en una cancha de suelo duro. Inspirado en otros deportes como el Fútbol, que es la base del juego, el waterpolo, el voleibol, el balonmano y el baloncesto; tomando de estos no solo parte de las reglas, sino algunas técnicas de juego.

Del waterpolo escogió toda la reglamentación relacionada con los arqueros; del Voleibol, inicialmente se imitó el sistema de cambios; del balonmano una pelota que picara poco, los arcos de pocas dimensiones, la medida de la cancha y poder marcar gol desde cualquier distancia; del baloncesto, la duración del partido, la cantidad de jugadores por equipo, la falta personal, el cambio de jugadores. Se deja entonces al Fútbol como deporte rector de las 17 reglas de juego con sus adaptaciones.

Actualmente, después de varios contratiempos y desavenencias, conviven dos organizaciones del Fútbol de Salón: Asociación Mundial de Futsal [AMF] y Federación Internacional de Fútbol Asociado [FIFA]. Para los países del continente sudamericano se le conoce como Futsal; en los que asisten las dos federaciones, se conoce como Futsal al de AMF y Futsal al de FIFA.

Las reglas básicas del Futsal, han revolucionado a través del organismo rector hasta llegar a las actuales, oficializadas en el 2016–2017, cuyo objetivo es el desarrollo de un juego limpio, justo y superviviente como deporte de espectáculo. Es así que el Futsal moderno se caracteriza por plantear un juego técnico-táctico eficiente y rápido, cargado de espectacularidad por las creaciones individuales y colectivas durante un partido: sensacionalista en la belleza de anotar un gol y emotivo al no tener nada definido hasta el final por la rapidez con las que se marcan los goles consecutivos. Características que lo convierten en un medio movilizador de fanáticos y seguidores, donde las asociaciones y federaciones obtienen la mayor parte, mientras niños y jóvenes lo hacen suyo en las escuelas, los barrios y comunidades de todos los países del mundo.

Se hace imprescindible dominar la técnica en el Futsal. Esta es el componente más importante en el proceso de formación del jugador. Por ello se debe

lograr una correcta planificación y organización del proceso de enseñanza-aprendizaje para que el practicante pueda manejar correctamente las diferentes situaciones de juego que se presentan en un partido y al mismo tiempo ser capaces de cumplir los objetivos tácticos y estratégicos planeados de antemano en los entrenamientos. En relación con la técnica, Álvarez (2003), consideran que su esencia radica en la forma de ejecutar los movimientos posibles de manera eficiente del deporte en cuestión y comprende una serie de destrezas y habilidades con el fin de dominar la pelota.

Los autores de la presente investigación coinciden con el criterio de que la técnica, en su esencia, es la forma de ejecutar racionalmente los elementos y acciones de los jugadores y, consideran que para lograr el desarrollo técnico no es suficiente poseer el conocimiento teórico y utilizar procedimientos tradicionales si, para el dominio de esta, el deportista no aplica correctamente lo aprendido durante el juego. En este sentido, Marcos (2010) plantea que: «la técnica es lo que es capaz de realizar un jugador con un balón en su beneficio y del equipo». De igual forma la técnica deportiva para Matveev (1985), se interpreta como: «el modelo ideal de la acción de competición, elaborado sobre la base de la experiencia práctica o teórica en el deportista, al realizar la competición que se caracteriza por tal o cual grado de utilización eficaz por parte de este, y de sus posibilidades para alcanzar el resultado deportivo».

Desde el punto de vista del conocimiento básico, Csanádi (1987) considera que para su aprendizaje no es una tarea fácil y a desarrollar, se debe pensar en el principio de su aplicación. El mismo define que «la técnica la debemos enseñar de manera que los futbolistas puedan aprovecharla en el juego». El referido autor realiza una conceptualización más abarcadora de la técnica y su forma de enseñanza, dirigida a planificar el entrenamiento para obtener un resultado determinado desde la base.

De igual forma sobre el trabajo de la técnica Figueredo, González & Hernández (2020) refieren que la técnica es el aspecto más importante en el jugador de Futsal porque de ella depende el resto de las esferas, ya sea física, táctica,

psicológica y social; además hace referencia a la iniciación deportiva donde se refiere que: «...la técnica se trabaja desde las primeras etapas, el trabajo con niños se fundamenta en los gestos técnicos principales y el dominio del balón para ir desarrollando habilidades cada vez más complejas en función de objetivos tácticos y estratégicos»; y más adelante plantea la importancia de automatizar los gestos técnicos en los niños y advierte que: «...esta automatización de un gesto técnico incorrecto es complicado por su difícil corrección». En concordancia con estos planteamientos Velasco Tejada, J y Lorente Peñas, J. (2003) aconsejan, que la técnica nueva y compleja se debe emplear en las primeras fases de la sesión de entrenamiento pues el jugador está más fresco para asimilar el movimiento.

DESARROLLO

Respecto de la técnica individual control orientado, podemos tomar como punto de partida lo planteado por Marcos (2010), donde refiere que la técnica se desarrolla constantemente debido a su modernidad y pone como ejemplo, que el bloqueo del balón ha desaparecido casi totalmente, para dar lugar al control orientado del mismo.

Rivas (1998) se refiere al control orientado como el elemento técnico considerado como uno de los principales fundamentos del Fútbol, ya que una buena recepción es el requisito previo para crear situaciones posteriores de juego; en el Futsal una buena recepción debe permitir que el balón quede dispuesto para otra acción después de la amortiguación.

Por ello, la acción técnica más utilizada es el control orientado; con él el jugador controla el balón y orienta mediante un solo contacto, utilizando la superficie del cuerpo adecuado para cada caso, (Castro, Pérez & Noa, 2020) En relación con lo anterior, la forma de controlar, en este caso con la planta del pie, Cortés (2014) planteó: «Pisar y halar el balón, es el gesto técnico, considerado como el más importante en el Fútbol de Salón; sobre esta habilidad específica gira toda la técnica pues posibilita el manejo; uno de los primeros componentes técnicos a desarrollar y perfeccionar». Boada (2013)

declara que «en Fútbol sala el control del balón se realiza siempre pisando la pelota»; más adelante cita a Jordi Torras, uno de los mejores jugadores del mundo quien argumenta que la técnica control orientado es considerado el elemento técnico más importante para desarrollar un juego rápido y efectivo; describe la forma de ejecución como: «Si no queremos detener el balón y que este continúe en la dirección que nos conviene, debemos controlarlo pisándolo brevemente e inmediatamente desplazarlo con la misma planta del pie».

De igual forma, Cortés (2014) plantea: «son acciones que pretenden favorecer los movimientos del compañero, sin balón y, a la vez, impedir la acción del contrario, quien intenta arrebatar el balón. En consecuencia, es indudable que la precisión y rapidez del juego está basado en la efectividad de los controles y los toques directos que se generan a partir de un buen control orientado». Es entonces que acercándose a esta definición el autor Rivas Borbón, M. (2014), cita a Peitersen (2009) y plantea que el control orientado con la planta del pie es una recepción definida como «el arte de recibir correctamente el balón, (...) es quitarle velocidad y orientarlo en una nueva dirección».

Con los presupuestos teóricos anteriores, se puede conocer en qué consiste el control orientado con la planta del pie, y al considerar el criterio de los autores ya mencionados, sobre esta acción técnica individual ofensiva, se coincide en que su esencia consiste en recibir el balón y al mismo tiempo dejarlo en predisposición para encadenarlo con la siguiente acción deseada. Por lo tanto, en el control orientado con la planta del pie es el control del balón a través de una recepción y la orientación del mismo hacia donde queremos jugar y ambos movimientos se realizan en un solo contacto.

Se puede concluir que los controles orientados consiguen con un solo toque de balón dos objetivos distintos: controlar el balón y orientarlo adecuadamente para ser jugado en las mejores condiciones posibles. Dominar este gesto técnico es fundamental en un deporte tan rápido como este, porque si el jugador es capaz de economizar los toques le permitirá conseguir sus objetivos antes de que su rival lo impida.

Este elemento técnico se define como el más importante para lograr sus objetivos por las diferentes ventajas que ofrece al ejecutarse; se infiere que en el proceso de enseñanza–aprendizaje debe ser ilustrado teórico y práctico sobre la base de los conocimientos relacionados con esta operación. La edad de aprendizaje y el método para enseñarlo son elementos a tener en cuenta en el curso de la calidad del practicante que inicia.

Para Hernández Moreno y cols. (2000) la iniciación deportiva es el período en el que el individuo empieza a aprender de forma específica la práctica de un deporte o conjunto de deportes.

Contreras, De la Torre y Velázquez (2001) plantean que aunque pueda parecer a primera vista que el concepto «iniciación deportiva» posee un campo semántico claro y preciso, que remite al aprendizaje de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de una o de varias modalidades deportivas, en realidad es una expresión bastante compleja, cuyo significado y sentido rebasa ampliamente el mero aprendizaje de tales aspectos.

Para estos autores, la iniciación deportiva está relacionada con el proceso de aprendizaje y este, a su vez, se enmarca dentro de una práctica sociocultural que viene determinada por la concepción que se tenga del deporte.

En tanto, Hernández (2001) entiende que la iniciación deportiva es «el proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por un individuo, para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con el mismo hasta que es capaz de jugarlo o practicarlo con adecuación a su estructura funcional».

El autor de la investigación determina en qué consiste el proceso de iniciación, dónde empieza y dónde termina; fundamenta que el proceso de aprendizaje le permite adquirir al niño los requerimientos básicos y motricidad específica, especializada de un deporte.

Entonces, diferentes autores concuerdan en que, de 10 a los 12 años, sería la edad idónea para que un niño se inicie en el entrenamiento de los deportes y específicamente en el Fútbol; la habilidad general motora adquirida les

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

El estudio de estas características y su conocimiento facilita la concepción que se propone para el logro del objetivo propuesto, se ajustan muy bien en el comportamiento que se manifiesta en estas edades durante la práctica del Fútbol. Este deporte, satisface la necesidad de movimiento, cuando un niño da una patada a una pelota y corre detrás de ella, satisface su necesidad natural de movimiento al correr, saltar y chutar.

Satisface la necesidad de juego y estimula el instinto de juego que caracteriza al ser humano. Aporta beneficios fisiológicos, en los sistemas cardiovasculares, músculo-esquelético y metabólicos. Aporta beneficios psicológicos, disminución de tensión, de síntomas de angustia, de síntomas depresivos y mejora los patrones del sueño. Aporta beneficios en el plano social, como deporte colectivo, favorece la socialización, hace que la persona aprenda a relacionarse con su entorno.

De diez a doce años, el campo y las posibilidades de acción social del niño se han ampliado considerablemente en relación con los de edades más tempranas, han dejado de ser, los pequeñines de la escuela y de la casa, para convertirse de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social.

Es así que los cambios hasta aquí descritos hacen que el entrenador brinde a los atletas un tratamiento especial, pues no son niños, pero tampoco adolescentes; por lo que se debe actuar con cautela y tacto para influir favorablemente sobre ellos contribuyendo a una adecuada y armónica formación en el terreno emocional, moral y físico de la personalidad dentro y fuera del entrenamiento.

En el Programa integral de preparación del deportista vigente, confeccionado por la Asociación de Fútbol de Cuba para la etapa 2013–2016, se plantea: «la etapa de iniciación es de 10–12 años, edad ideal para enseñar a jugar Futsal»; por experiencias en investigaciones se conoce que es la llamada *edad de oro del aprendizaje*, es cuando el niño capta más y aprende mejor, guardan sus vivencias para toda la vida, por tanto, aprender con un buen entrenador, o un buen monitor, hace que progrese mejor.

Es muy importante para atletas y sobre todos, para docentes, que se inician en el Futsal, dominar la técnica control orientado del balón con la planta del pie como eje principal para el entrenamiento de los otros elementos básicos por ser este uno de los elementos técnicos más utilizados, además, hace el juego más rápido y bonito. La realización de un buen control nos asegura la posesión del balón y nos ayuda a iniciar la siguiente acción con mayor rapidez y eficiencia en los entrenamientos y el juego. Esta acción técnica depende del dominio individual para poder crear acciones colectivas con alto índice de efectividad que garanticen el cumplimiento de los objetivos durante un partido.

Se realiza siempre pisando la pelota con la punta hacia arriba y encajándola entre la planta y el suelo. Por ejemplo, cuando viene del pase de un compañero, se intentará siempre pisarla para tener la pelota completamente controlada. Si no se quiere detener el balón y que este continúe en la dirección que conviene, se debe controlar pisándolo brevemente e inmediatamente desplazarlo con la misma planta del pie. Es un gesto técnico que se usa por igual entre porteros y jugadores, los jugadores lo repiten más.

Se pueden hacer controles orientados con todas las partes del cuerpo que permita el reglamento, las más utilizadas son el pie, el pecho y la cabeza. Con el pie, las superficies de contacto son el interior y la planta. Para ejecutar un buen control, se debe disminuir la velocidad del balón, será necesario que la parte del cuerpo con la que se controla el balón no esté rígida en el momento del contacto.

El control orientado del balón puede ser utilizado para pasarlo directamente a un compañero, lo que se conoce en el argot futbolístico como «jugar al primer toque». El jugador consigue mucha ventaja con el control del balón, consigue ahorrar tiempo y dar velocidad al juego, ayudar así a acelerar la ofensiva sobre la portería rival. Pero el control orientado del balón también resulta de gran utilidad para el juego defensivo, al evitar la presión defensiva del equipo rival. Es más fácil proteger la posesión del balón si este se retiene durante menos tiempo, es prioridad soltarlo lo antes posible, y obligar al contrario a correr detrás del mismo.

Con el control orientado se aleja el balón de la zona por la que llega el jugador rival, permite interponer cuerpo entre él y el balón, orientarlo en la dirección del compañero, al que se puede pasar el balón antes de que el contrario tenga opciones de robarlo.

Según Guanche Hernández L. (2012), en un estudio realizado, opina que existen controles, simples y complejos (control orientado). El primero se realiza amortiguando el balón en el lugar y el segundo permite controlar el balón a través de un giro, quedando de frente a la zona deseada para realizar una nueva acción técnica.

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

En estudio realizado por Oscar E. Rodríguez (2016) en el distrito noroccidental de Bogotá, Colombia, hace referencia a la relación que existe entre componentes de la percepción visual y la técnica del control orientado en el futsal; refiere gran importancia para las categorías inferiores, evidenciado en los datos obtenidos, a través del coeficiente de correlación de Pearson,

concluye que deben atenderse de forma especial en el entrenamiento, elementos censo perceptuales y la técnica en sí. En este sentido se llama la atención para potenciar los niveles de entrenamientos integrales y lograr resultados deseados.

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

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

- ✓ Atacar el balón, en lugar de esperarlo.
- ✓ Ofrecer seguridad en la planta del pie (superficie de contacto) que intervenga.
- ✓ Relajación total en el momento del contacto.
- ✓ El jugador debe orientarse sobre su posición y la del adversario, antes de hacer el control y decidir la acción que desee realizar.

Dado que el control presupone la posesión del balón se considera que su ejecución dependerá de la posibilidad de liberar o marcar, de espacio amplio o reducido, de acompañamiento y apoyo adecuado a uno de sus compañeros, así como de la conveniencia táctica a realizar. El control a la ofensiva o a la defensiva será condicionante técnico-táctica de la velocidad del accionar en conjunto.

Es importante controlar el balón y dejarlo con un solo toque en condiciones favorables para una acción posterior, tanto en beneficio propio como en beneficio de un compañero. Al poder hacer el control con cualquier parte del cuerpo se presentan muchas maneras de realizarlo, pero la más importante es

la que se hace con la planta del pie, porque se realiza más veces en cada partido.

El control orientado con la planta del pie se debe ejecutar con un alto nivel de precisión, de ese modo, se podrá ocupar de forma óptima el espacio de progresión (Ejemplo: Si el balón queda mal orientado se emplea un nuevo contacto para ejecutar la acción). Es importante imprimirle la potencia adecuada, se logra coordinar de forma óptima el movimiento corporal con el balón (Ejemplo: Si el balón queda muy corto, se necesita un nuevo contacto y la velocidad de ejecución disminuye, mientras que, si el balón queda muy largo, existe el riesgo de la pérdida del control imposibilitando la acción posterior). Desde el punto de vista morfológico durante su ejecución intervienen articulaciones como la coxofemoral, la rótula y músculos importantes como el sartorio, poplíteo, músculos del abdomen, así como el conjunto de los gemelos y sóleo, conjunto muscular del cuádriceps femoral, así como los flexores largos y cortos de los dedos del pie. Es imprescindible contar con una buena percepción de tiempo y espacio, mantener total concentración en cada detalle para la ejecución técnica y disponer de buena imaginación para resolver con creatividad situaciones cambiantes en el juego.

Ventajas respecto a los controles clásicos:

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

El elemento técnico control orientado con la planta del pie constituye un paso de avance en el Fútbol moderno, su mayor valor radica en la adaptabilidad que tiene en los diferentes momentos del juego, se utiliza para recibir

orientadamente el balón y acto seguido pasar a un compañero o bien para conducir por un espacio útil o tirar a puerta.

Descripción morfo-funcional de los músculos plantares:

Los músculos de la planta del pie los podemos dividir en tres planos: profundo, medio y superficial. El Plano profundo está inervado por el nervio plantar lateral rama del nervio tibial los interóseos dorsales y plantares que participan en la flexión y extensión del pie, y abducción y aducción de los dedos, teniendo de referencia el eje del pie (segundo dedo). El músculo oponente del dedo meñique del pie que tracciona en dirección plantar y medial. El principal movimiento de la técnica es la flexión dorsal, movimiento de aproximación del dorso del pie a la cara anterior de la pierna y su amplitud de movimiento es de 0 a 20°.

Descripción de la técnica del control orientado con la planta del pie:

El jugador realiza el movimiento buscando el balón anticipándose a su llegada, la pierna de apoyo está semiflexionada en la rodilla y el tobillo, la que recibe el balón se lleva hacia delante, siempre de frente, buscando el balón y el pie haciendo una flexión dorsal (en posición como si fuera el apoyo del acelerador de un carro), de manera que la planta del pie logre hacer contacto con el balón en su totalidad sin llegar al talón y, a su vez, lo presione contra la superficie del suelo, amortiguando el impacto hasta lograr el control total para halarlo o empujarlo en la dirección deseada, simultáneamente, con un giro en movimiento que puede ser continuado con una conducción, pase o tiro a portería. Este movimiento se realiza de manera coordinada y continua (figura1).



Figura 1. Control orientado con la planta del pie.

En resumen, el jugador podrá decir que tiene un control orientado del balón con la planta del pie aceptable cuando sea capaz de:

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

CONCLUSIONES

El análisis de los principales elementos investigativos permitió determinar los fundamentos teórico-metodológicos de la técnica individual del control orientado con la planta de pie, para los estudiantes de la categoría 10-12 años, como herramienta fundamental en el estudio y profundización de las bases teóricas para la aplicación de esta técnica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Álvarez de Zayas, C. y Sierra Lombardía, V. (1998). *Metodología de la Investigación*. MES, La Habana.

Álvarez, A. (2003). Estrategia, Táctica y Técnica: definiciones, características y ejemplos de los controvertidos términos. *Lecturas: educación física y deportes*, (60), 7.

Anton, J (2000). *Fundamentos y etapas de aprendizaje*. Editorial Himnos, Madrid.

Arpad, Csanadi (2006). *El Fútbol*. Editorial Deportes, Cerro, Ciudad de la Habana, Cuba.

Castro Figueredo, A., Pérez Hernández, E. J., & Noa Cuadro, H. (2020). Propuesta metodológica para la enseñanza del control orientado con la planta de pie en el futsal. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, 15(2)*, 331-341..

César, F. A. (2002). Programas de entrenamiento de fútbol base. España.

Collazo, A. & Betancourt, N. (2006). Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo Tomo I. ISCF, Ciudad de La Habana.

Cortés, J. T. (2014). Fundamentos tácticos-estratégicos del Fútbol de Salón. *VIREF Revista de Educación Física, 3(1 Supl.)*, 1-77.

Figueredo, A. C., González, L. G., & Hernández, E. J. (2020). La técnica individual control orientado en el futsal. *Revista científica especializada en Ciencias de la Cultura Física y del Deporte, 26-39*.

Kurt, M (1977). *Didáctica del movimiento*. Editorial Orbe, La Habana.

Matveev, L. (1983). Fundamentos del entrenamiento deportivo, editorial Ráduga.

Rodríguez Ballesteros, O. E., Romero Pedraza, B. H., & Gracia Cortés, N. J. (2016). *Relación del componente visual, y del control orientado en fútbol, en las etapas de 9 a 11 años de edad* (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Minuto de Dios).

Valdés, A. M. (2010). *Consideraciones para la enseñanza del fútbol desde las edades escolares*. Editorial deportes, La Habana p.147.

Velasco Tejada, J., & Lorente Penas, J. (2003). *Entrenamiento de base en futbol sala: fundamentos teóricos y aplicaciones prácticas* (No. 19991). Editorial Paidotribo.