

**CARACTERIZACION TEORICA-PRACTICA DE LAS ACCIONES TACTICAS MÁS
IMPORTANTES DEL FUTBOL SALA A PARTIR DE EXPERIENCIAS VIVIDAS**

**TRABAJO DE GRADO PARA ASPIRANTES A TITULO LICENCIATURA EN
EDUCACION FISICA Y DEPORTES.**

LUIS ERNESTO MORA OLARTE

CODIGO: 0832887

MAURICIO RUBIO TABARES

CODIGO: 0843800

UNIVERSIDAD DEL VALLE

INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA

AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES

2015

**CARACTERIZACION TEORICA-PRACTICA DE LAS ACCIONES TACTICAS MÁS
IMPORTANTES DEL FUTBOL SALA A PARTIR DE EXPERIENCIAS VIVIDAS**

**TRABAJO DE GRADO PARA ASPIRANTES A TITULO LICENCIATURA EN
EDUCACION FISICA Y DEPORTES.**

LUIS ERNESTO MORA OLARTE

CODIGO: 0832887

MAURICIO RUBIO TABARES

CODIGO: 0843800

DIRECTOR: Dr. JOSÉ LUIS VERA

UNIVERSIDAD DEL VALLE

INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA

AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

LICENCIATURA EN EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES

2015

INTRODUCCIÓN

El fútbol sala es un deporte diferente al futbol. El “Fútbol de salón” como se le comenzó a llamar tuvo sus orígenes en 1930 en Uruguay, desde este momento inició la expansión a países como Brasil, Argentina, Chile, Venezuela y Perú. Inicialmente podríamos indicar que el futbol sala es un deporte que resulta de la unión de varios deportes, tales como waterpolo, balonmano, baloncesto y fútbol (FIFA, 2010).

Dado que el Fútbol Sala es una rama del fútbol (uno de los deportes más conocidos mundialmente) se encuentran algunas similitudes en la forma de juego, pero en el interior de estos deportes, las diferencias son múltiples. El fútsal (como le llamaremos de ahora en adelante) no tiene sólo técnicas diferentes, sino también cambios físicos del campo de juego (cancha), balón, reglas y cualidades físicas y psicológicas del deportista. (Tamayo, 1994)

Los jugadores de este deporte requieren de una gran habilidad técnica y dominio sobre el balón, así como una gran velocidad y precisión en la ejecución de un pase, recibimiento del balón, actitud o gestos técnicos. De la buena utilización de estos recursos, proviene el alto sentido de inclusión del juego limpio, ya que no es necesario el contacto cuerpo a cuerpo (sin negar que exista) y se promueve el regate, fintas, movimiento en equipo y la rapidez en la transición, velocidad de defensa hacia el ataque.

El gran secreto de la vibración, el ritmo y la vivacidad del juego en fútsal radica en el reglamento. En este deporte están prohibidos empujones, cargas de cualquier tipo, lanzarse a los pies o realizar una barredora. Las faltas que se generan a lo largo de un partido son acumulativas. Por ello, el jugador tanto en defensa como ataque tiene como prioridad recuperar o atacar siempre pensando en ganar el balón sin utilizar el contacto brusco que ocasione la falta. Este tipo de cualidades en el juego permiten que las infracciones sean pocas, con esto, el futbolista juega libre, crea, ataca y piensa únicamente en el gol (Sampedro, 1997).

El juego es rápido hay gran cantidad de goles, no hay tiempo de aburrirse porque el ritmo nunca decae, las oportunidades de anotar gol pueden provenir tanto de un saque de meta como de una jugada elaborada en equipo, lo cual resalta lo importante que es estar totalmente concentrado todo el tiempo que se está en la cancha (Sampedro, 1993).

Respecto al tiempo en este deporte, las posibilidades de especulación en el campo son nulas, ya que son dos etapas de 20 minutos netos, hablamos de tiempos netos, porque si el balón sale de los límites de la cancha, el cronómetro será detenido hasta que vuelva a ingresar y esté en juego. Y en las jugadas de pelota parada (saques de arquero, laterales, faltas) hay cuatro segundos para poner el balón en juego, lo cual permite que el manejo de tiempo sea equitativo para ambos equipos y no se presente el caso de pérdida deliberada de tiempo, muy común en el fútbol. A su vez, este corto tiempo genera un ritmo distinto en el jugador, esto hace que no sea prolongada la estadía de un jugador en la cancha, puesto que debe cambiar para mantener el equilibrio, no sólo de su cuerpo, sino también del equipo (Lozada, 2005).

Por lo anterior, este trabajo pretende ser una relectura del Fútbol Sala, un deporte muy joven en Colombia, desde su historia, proceso nacional y metodología de juego. A partir del utilización del método científico cualitativo o cual permite estructurar este trabajo de grado en II capítulos. El capítulo I, hace referencia a una descripción muy fundamental del problema de investigación con el fin de dar a conocer la importancia y el surgimiento del objeto de estudio y a partir de ahí formular a pregunta monográfica la cual nos permitirá analizar problemas científicos y reales del fútbol sala.

En el capítulo II encontraremos una caracterización teórica de los contenidos más importantes hallados en la revisión bibliográfica en relación a la preparación de las acciones tácticas más importantes del fútbol sala. Además recopila una entrevista y unas vivencias deportivas con el fin de realizar un análisis y síntesis del objeto de estudio tratando de aportar algunas ideas claves para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje y entrenamiento de este deporte.

RESUMEN

Esta monografía es una mirada básica de las cualidades técnico tácticas en la modalidad deportiva Futbol sala, la cual a partir de experiencias vividas pretende resaltar la importancia y diferencia de sus esquemas tácticos y virtudes técnico-tácticas de sus jugadores. Siendo el Futbol sala un deporte prácticamente recién avalado en Colombia, la capacidad para el manejo de orden estratégico se va desarrollando de la mejor manera, implementándose inicialmente en la población Universitaria y logrando vincular a nuestro país a un nivel de profesionalismo, alcanzando buenos resultados de tipo nacional e internacional. A diferencia del futbol, el futbol sala se juega con 5 jugadores en campo y máximo 7 en banca. Se utiliza un balón de dimensiones más pequeñas que hace que este deporte sea un deporte mucho más explosivo y de constante movimiento. Dentro del mismo podemos encontrar unos esquemas o patrones tácticos que facilitan el juego, como por ejemplo, patrón circular, patrón de medio, cambio de ala por pívot, entre otros. El futbol sala se caracteriza por ser un deporte en el que todos los jugadores deben cumplir tanto funciones defensivas como ofensivas. Por esto, es fundamental hacer un trabajo completo pues es difícil encontrar jugadores que cumplan ambos requisitos.

DESCRIPCION DEL PROBLEMA DE INVESTIGACION

Desde los inicios del Futbol sala hasta la actualidad se postulan unas incógnitas sobre cuál debería ser la disposición de los jugadores de este deporte y que metodología de entrenamiento debería ser utilizada para la transformación del mismo deportista, hacia la óptima ejecución y realización del juego como tal. La poca literatura existente del manejo técnico-táctico del futbol sala, nos da una mirada teórica del deporte y sus cualidades, pero no permite evidenciar una lectura crítica del manejo táctico de este deporte, llevándonos a seguir un lineamiento global, el cual todas las personas interesadas en el futsal no pueden tomar a consideración otras perspectivas aplicables.

FORMULACION DE LA PREGUNTA

¿Qué descripción teórica conceptual se puede lograr sobre el entrenamiento de las acciones tácticas más importantes del futbol sala a partir de las experiencias vividas?

OBJETIVOS

GENERAL

Explicar a través de las experiencias vividas las acciones tácticas más importantes del futbol sala.

ESPECIFICOS

- Realizar la revisión bibliográfica sobre el entrenamiento de las acciones tácticas más importantes del futbol sala.
- Identificar la importancia de las acciones tácticas más importantes a partir de la posición de juego.
- Describir la clasificación técnico-táctica del futbol sala.

CAPITULO I

1. HISTORIA DEL FÚTBOL-SALA Y GENERALIDADES DE SUS INICIOS

La creación de este deporte, comienza en 1930 en Uruguay. La selección de Uruguay había ganado el Campeonato del Mundo y la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, manifestándose así el gran auge por el fútbol y generando la gran fanaticada en personas de todas las edades, viviéndose así en todas partes, en cualquier espacio y a cualquier hora la práctica de este deporte. (FIFA, 2004)

Debido a la falta de campos libres en las calles de Montevideo, los niños comenzaron a jugar fútbol en campos de baloncesto. El fútbol de salón nació el 8 de septiembre de 1930 de la mano del profesor Juan Carlos Ceriani. Él, 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 (FIFA, 2004).

El Fútbol de Salón se basó en el balonmano, el baloncesto, e incluso el waterpolo, para redactar las primeras reglas de un nuevo deporte. Algunas de las que se adoptaron fueron:

- 5 jugadores (Baloncesto)
- 40 minutos de partido (Baloncesto)
- Porterías pequeñas (Balonmano)
- Medidas del campo (Balonmano)
- Reglamentación relacionada con los porteros (Waterpolo)

En 1965 se creó la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón, primera organización internacional de este deporte. Ese año también se disputó el primer campeonato sudamericano de selecciones.

La Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), fue fundada en 1971 en São Paulo, Brasil siendo la primera de su tipo en el mundo. Esta organización realizó en 1982 el primer mundial del deporte y posteriormente otros seis más. La FIFUSA se mantuvo como organización independiente hasta su disolución en el año 2002.

Hacia fines de 1985, y ante la crisis económica de FIFUSA y sus afiliados en parte por la presión ejercida por la matriz del fútbol, diversos países, encabezados por Brasil, decidieron solicitar al entonces Presidente de la FIFA Joao Havelange, así como a su Secretario General Joseph Blatter, que esta organización debía incorporar el fútbol sala a la organización de la FIFA.

En el 2000, problemas internos y denuncias contra la FIFUSA hicieron que sus federaciones y confederaciones la abandonaran. Después, surgió la alternativa de intentar la unificación de las mismas con la FIFA, pero el acuerdo no prosperó. A raíz de todo esto, finalmente, las organizaciones decidieron formar la Asociación Mundial de Fútsal en el 2002, con sede central en Asunción, Paraguay. La nueva organización continuó con similares afiliados, confederaciones, actividades, reglamentos y competencias de la FIFUSA (Carvajal, 2011).

En los últimos años, tanto la AMF (Asociación Mundial del Fútsal) como la FIFA (Federación Internacional de Fútbol Asociación) han realizado esfuerzos y han puesto en marcha estrategias para que esta disciplina sea incluida en los Juegos Olímpicos. Pero fue la AMF la que a través de la Federación Colombiana de Fútbol de Salón en el año 2011 logró la inclusión del fútbol sala como deporte de exhibición en los Juegos Mundiales de 2013 que se celebraron en Colombia y que son avalados por el Comité Olímpico Internacional.

En ese mismo año, la AMF quedó inscrita como autoridad oficial del futsal ante la entidad que organiza los Juegos Mundiales (Asociación Internacional de Juegos Mundiales, IWGA en inglés; apoyada por el COI), esperando que la disciplina se haga oficial en los siguientes eventos de esta organización, dando pasos adelante en el propósito de ser deporte olímpico.

Tipo de jugadores

En un comienzo se tenía Portero fijo (arquero), Poste, Ala Derecha, Pívot y Ala Izquierda. En la actualidad se propende por un jugador llamado polifuncional o jugador universal, el cual reúne todas las características y funciones de todos los jugadores de campo, y el portero no solo ataja los balones, sino, que debe aportar el juego de ataque con sus manos y pies, exigiendo una preparación en doble sentido para esta posición.

- **Guardameta:** El portero es el jugador cuyo principal objetivo es evitar que la pelota entre en su portería durante el partido. Los saques del portero pueden ser realizados a cualquier parte del terreno de juego. El portero podrá incorporarse al ataque y actuar como un jugador más de campo, pudiendo tocar el balón en su propio campo una sola vez y con un máximo de 4 segundos (siempre y cuando no toque el contrario) y en campo contrario todas las veces que quiera y sin límite de tiempo (portero - jugador), (López, 2010), (Lozada, 2002), (Sampedro, 1993).

PERFIL DEL ARQUERO: El portero no sólo es importante desde su tarea con las manos sino también con el pie apoyando en la salida al último e integrándose en el juego colectivo al momento de la posesión del balón. Las virtudes esenciales del arquero deben ser rapidez de reflejos y capacidad de anticipación a los movimientos rivales.

Características: llamado Portero, Guardameta, Guarda valla, Arquero, Cancerbero.

Movimientos: Frontales, Diagonales horizontales cortas

Al aspirante a cubrir la plaza de portero en un equipo de futbol sala se le pedirá en primer lugar que esté capacitado para resolver con un alto nivel de eficacia los problemas de más o menos

Envergadura que plantean los rivales con sus pretensiones de anotar goles a su favor. Para ello se requerirá un conjunto de condiciones técnicas y físicas que le permitan dar en cada momento una respuesta adecuada a las situaciones que se le vayan presentando. En definitiva, hacer un retrato robot tipo del portero en el que se contemplen de una forma rígida unas determinadas condiciones, porque ciertamente es prácticamente imposible reunir todas las cualidades deseables a un cien por cien y, en la práctica, jugadores con características divergentes pueden tener un nivel similar de eficacia. Pero aun partiendo de esta necesaria flexibilidad a la hora de

diseñar el perfil ideal del portero, es evidente que el mismo debe incluir unas condiciones mínimas que son las que vamos aquí a considerar. En su libro “Iniciación al fútbol sala” Javier Sampedro hace una clasificación de las cualidades que en su opinión debe reunir un portero.

Carácter: Valentía, Decisión, Fuerza psicológica, Equilibrio emocional, Comunicación.

Neurológicas: Agilidad, Coordinación, Acrobacia (plasticidad), Percepción espacio, temporal, Agresividad, Velocidad de reacción, Velocidad de ejecución.

Físicas y Antropométricas: Velocidad, Elasticidad, Flexibilidad, Instantaneidad (velocidad reacción).

• **Cierre o libero (POSTE):** este jugador se ubica por delante del portero como base de la línea de tres jugadores al ataque y es el último jugador de campo a la defensiva. Este jugador suele ser el que mueve el juego, y es uno de los jugadores, después del portero, que debe organizar al equipo. Promueve salidas de ataque, posicionamiento para la parte defensiva, en pocas palabras la voz del técnico dentro de la cancha (López, 2010). (Lozada, 2002)

PERFIL DEL POSTE: Es el jugador más retrasado del equipo, a la usanza del libero en el fútbol de campo. Es el encargado de la salida con la pelota a la hora de atacar y organizador desde el aspecto defensivo marcando el repliegue, aprovechando su panorama.

Características: Conocido también como armador

- Último jugador de la defensa.
- Buen fundamento técnico.
- Gran capacidad de anticipación e interceptación.
- Fuerte, rápido y con buena potencia física.
- Buena velocidad de reacción y desplazamiento.
- Ágil y que maneje los dos perfiles.
- Buen pasador y buena pegada.

- Buen control de balón.
- Liderazgo y comunicación.
- Gran temperamento.
- Buena visión periférica

• **Alas:** jugadores que se ubican sobre las bandas. Deben subir y bajar sin parar y buscar siempre el apoyo a sus compañeros. Hoy en día el manejo de las alas a diferencia del fútbol, no es necesario que el alero maneje su perfil por el mismo lado, se puede manejar perfiles cambiados, buscando que el jugador en un movimiento hacia el centro del campo y en posición de ataque, quede en la mejor posición de remate al arco por centro. (López, 2010), (Lozano, 2002)

PERFIL DE LOS ALAS: Son la rueda de auxilio constante moviéndose por los laterales. No necesariamente el ala tiene el perfil del sector por donde se desplaza. Por el contrario, es recomendable que el ala por derecha tenga como pierna más hábil la zurda y viceversa. Los puntos a favor se vislumbran en defensa permitiéndose el cruce sobre la línea y evitar el desborde rival, y en caso de enganche hacia el centro llevar al atacante hacia su propio perfil. En el ataque, da lugar a que el jugador pueda encarar hacia el medio teniendo mejor ángulo de disparo que hacia la esquina.

Características: llamado también Lateral o Alero

- Realiza sus movimientos por los flancos laterales del campo.
- Excelente fundamentación técnica; buen control y utilización de balón.
- Rápidos y ágiles, física y mentalmente.
- Buena resistencia física.
- Gran pegada.
- Buen pasador y acompañante de la jugada.

- Espíritu de sacrificio.
- Buena visión periférica.
- En lo posible que maneje los dos perfiles

• **Pívot:** jugador del equipo más cercano a la portería rival, que cumple funciones ofensivas de recibir y jugar el balón a espaldas de la portería, ya sea para darse la vuelta y rematar o para pasar a sus compañeros; y defensivas, como integrar la primera línea defensiva al rival. Este jugador debe estar en constante movimiento, en busca de cualquier hueco para ofrecer un pase a un jugador sin marca.

Como parte fundamental y hablando del desarrollo de este deporte, estas funciones van en las características de los jugadores pero el manejo que se observa en los últimos tiempos, es que todos los jugadores pueden adoptar cualquier posición y de ahí parte la forma de juego rápida, con muchos movimientos estratégicos y con el enfoque del JUGADOR MULTIFUNCIONAL, dentro del campo de juego.

PERFIL DEL PÍVOT: Es el más adelantado y generalmente, el goleador del equipo. Puede jugar en posición fija o alternar su ubicación con alguno de las alas, dando lugar a un esquema con doble pívot en rotación permanente complicando así la marca del último rival.

Características: también llamado Atacante

- Realiza sus movimientos en la zona defensiva contraria, generalmente de espalda al arco.
- Fuerte, con potencia física y de buena talla.
- Rápido y ágil física y mentalmente.
- Anticipar al contrario y prever los movimientos de los compañeros.
- Buena protección del balón.
- Que maneje los dos perfiles.
- Excelente pasador y rematador.

- Buen recuperador de balón y soporte de la marca.
- Espíritu de lucha y sacrificio.

PERFIL DEL JUGADOR UNIVERSAL: La polifuncionalidad es una de las características de los grandes jugadores de futsal. Al igual que en otros deportes, aquellos que tienen la habilidad de actuar en cualquiera de los puestos se los conoce como "universal". 2004 (c) Arsenal Futsal Web

En la actualidad la evolución de la modalidad deportiva y la mayoría de los diferentes deportes de conjunto y de situación se debe manejar el concepto de jugador poli funcional, el cual se desempeñe de una forma adecuada en cualquier momento de juego en el que se encuentre, que maneje perfectamente todas las situaciones de juego y desarrollar sus capacidades físicas a un alto nivel, los mismo en el dominio de la técnica y la táctica en el juego. Es por eso que en este deporte los jugadores deben tener un carácter poli funcional, que les facilite cumplir en una forma efectiva su labor como deportistas, estas son algunas de las características que debería cumplir este tipo de jugadores. Ser un individuo que presente una formación y un desarrollo integral de los diferentes aspectos deportivos.

Un jugador con un desarrollo completo de las cualidades físicas, que le permitan desenvolverse de una forma eficaz en el terreno de juego (resistencia, velocidad, flexibilidad, fuerza) y la rapidez, potencia física, y resistencia a la fuerza Agilidad, Coordinación, velocidad de reacción y velocidad de ejecución.

- **Tiempo de Juego**

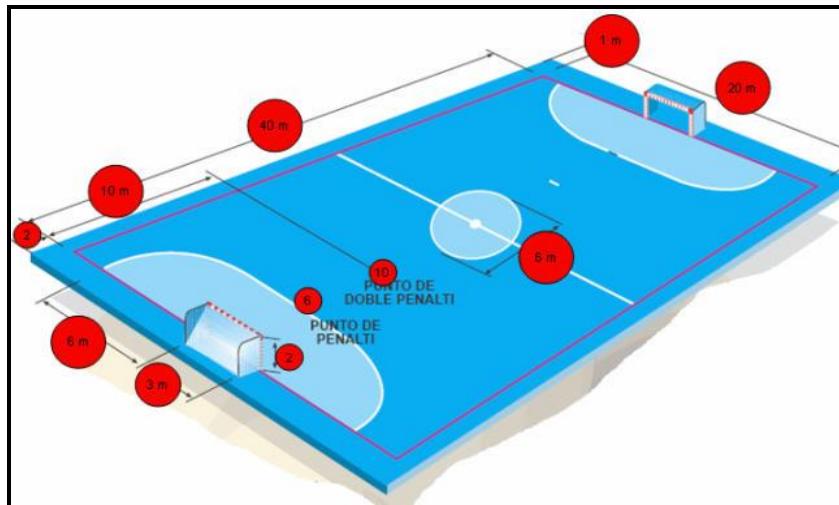
Un partido de fútbol sala dura 40 minutos y se divide en dos tiempos de 20 minutos cada uno, parando el cronómetro cada vez que el balón no esté en juego, más las pausas de menos de un minuto que los entrenadores deseen hacer.

Este deporte solo mide el tiempo jugado. Por ejemplo, si el balón sale del campo de juego o se comete una falta, el cronómetro es parado hasta que el balón entre en juego otra vez, a diferencia del fútbol, en el que se repone el tiempo perdido al final de cada tiempo. En teoría, podríamos estar hablando de un tiempo promedio de cada etapa de juego de 40 minutos netos de partido.

RECURSOS MÁS IMPORTANTES EN EL FUTSAL:

- ✓ La cancha
- ✓ El balón
- ✓ La superficie
- ✓ Calzado recomendable.

La cancha



Fuente: Jose Antonio Lietor Muriana. Visto en:

<http://olemiblogcomomola.blogspot.com/2013/05/wq-futbol-sala.html>

La cancha o zona de juego será de superficie rectangular, los lados más largos de la cancha se denominan líneas laterales y las líneas de fondo, líneas de meta. En las líneas laterales se maneja una medida promedio de 40 metros y las líneas de meta de 20 metros. Dentro de las

medidas de la cancha, por regla, se sustenta que debe haber un espacio después de las líneas laterales de 1 metro y 2 metros en las líneas de fondo.

Las líneas del trazado de la cancha deben tener un ancho de 8 centímetros y el color de sus trazos debe ser totalmente visible para una correcta toma de decisión por parte de sus jugadores, árbitros y demás involucrados en el juego.

Línea central

Las líneas laterales o de banda se unirán en su parte central por medio de una línea recta, perpendicular a las mismas, denominada línea central.

Círculo central

En el centro de la cancha, será trazado un círculo de tres (3) metros de radio, denominado círculo central.

Área de penalti

Estará delimitada por tres líneas. Una línea recta de 3 (tres) metros de longitud paralela a la línea de fondo, trazada a una distancia de 6 (seis) metros de ésta. Las otras dos líneas serán las dos curvas resultantes del trazado de dos circunferencias de 6 (seis) metros de radio, con el centro en la base de cada uno de los postes de la portería, las cuales unirán los extremos de la anterior línea paralela a la línea de fondo.

Punto de pena máxima

A una distancia de seis (6) metros del centro de cada una de las porterías se marcarán dos círculos de 10 centímetros de radio, llamados punto de penalti, desde donde se ejecutarán los mencionados castigos

Punto de doble penal o tiros de castigo

A una distancia de diez (10) metros y trazando una línea imaginaria en relación al centro de la portería, se colocara el punto de doble penal o tiro de castigo.

Zona de sustituciones

Sobre la línea del lado donde están los bancos de suplentes y perpendicularmente a ella, se trazarán cuatro líneas de 80 (ochenta) centímetros de largo y ocho de ancho (quedando 40 cm. al interior del terreno de juego y 40 cm. al exterior). El espacio comprendido, a ambos lados, del centro del campo entre las primeras líneas, situadas a 5 metros de la línea divisoria y las segundas a 10 metros, será la zona de sustituciones por donde deberán salir y entrar los jugadores, cuando se produzca una sustitución, en la zona más cercana a su banquillo. El espacio situado desde cada una de estas líneas hasta el final de cada uno de los banquillos será la zona utilizada por los entrenadores para dar instrucciones de los jugadores en los tiempos muertos.

El Balón

Será de cuero blanco con cámara de aire, llenado de una espuma en el interior. La circunferencia será de 55 cm como máximo y 50 como mínimo. Peso máximo de 500 gramos y 400 mínimos.

Para comprobar el punto de elasticidad, déjese caer desde 2 metros de altura; en el primer bote no deberá rebasar la altura de 30 cm.



Fuente: Reglas del juego de salón. Visto en:

<http://reglasdejuegoamf.blogspot.com/2011/06/regla-n-2-el-balon.html>

La superficie de juego

Será homogéneo, consistente y que permita un leve deslizamiento controlado por parte del jugador: puede ser de madera, cemento, asfalto o material parecido. Se prohíben los suelos de hierba, tierra o ceniza.

Calzado recomendable

Para Marcelo Lombardini, en su portal en internet, Sembrar para Crecer-Argentina, 2012, El calzado, debe proporcionar protección, soporte para la tracción y servir de amortiguación entre el suelo y el pie. Debe además, nivelar las deformaciones pédicas y prevenir lesiones, así el talón debe estar protegido por una especie de copa, el arco longitudinal interno bien apoyado, la planta del pie estable y el arco transverso en condiciones de poderse mover con facilidad.

- Puntera. La puntera debe permitir el libre movimiento de los dedos sin presión, muchas de las que terminan en una punta pronunciada restringen los movimientos.
- El área delantera debe ajustar cómodamente y no comprimiendo, si es demasiado floja, el pie resbalará al correr y puede provocar ampollas, en cambio sí es demasiado estrecha puede provocar calambres en la zona de las pantorrillas. Lo recomendable es que sea suficientemente grande como para que quede algo más de medio centímetro entre el dedo gordo y el extremo de la zapatilla, esto permite la expansión durante la carrera y compensa cierta estrechez del extremo delantero del calzado. Si se debe elegir entre una zapatilla más grande o más chica, es preciso escoger la más grande.
- Suela. La parte externa de la suela debe ser dura, con una capa blanda debajo y por dentro acolchado desde el talón hasta los dedos.-
- Las mejores zapatillas tienen una suela “doble” en la planta del pie y una “triple” en el talón. Debe tener un centímetro o más de suela debajo de la planta del pie a fin de asegurar el acolchado adecuado. El tipo de suela también es importante porque facilita la tracción.
- Flexibilidad. El pie se flexiona de 30 a 35 grados, cuando se apoya sobre el arco transverso, para poder iniciar el movimiento de la carrera, por lo que debe ser flexible

debajo de la planta del pie, de lo contrario la pierna realiza un esfuerzo extra que puede dañar el tendón de Aquiles y los músculos de la pantorrilla.

- Soporte externo del arco. La suela del zapato en el área del arco longitudinal interno debe ser plana, en relación al suelo. En algunos casos el arco es recortado, para ahorrar peso, ese puente se dobla bajo la tensión del golpe del pie al correr, causando daños al talón y al arco.
- Soporte interno el pie. La mayoría de las zapatillas llevan arcos incorporados de goma espuma, que se pueden quitar porque es inútil para toda persona que tenga problemas en esa zona del pie. Lo que en realidad hace falta son plantillas recomendadas individualmente por un especialista.
- Material de las zapatillas. Suele usarse cuero, cuero gamuzado, lona o nylon. El cuero ofrece un buen soporte al pie y dura más, pero si se moja queda húmedo durante algún tiempo. El nylon es más caluroso pero mucho más flexible, se seca rápido, es más liviano y permite que los pies respiren más fácilmente.
- Contrafuerte. Es la parte más importante de la zapatilla, porque es la que le da estabilidad al pie. Es preferible un contrafuerte rígido que cubra toda el área del talón.

Por último, destacamos la ideología de Marcelo Lombardini, quien resalta que un buen calzado tiene que ir de la mano en la forma o alteraciones normales del pie, como por ejemplo si la persona es de pie plano, pie abanico o pie pronador, un detalle muy simple pero que a la hora de la práctica de este deporte podría marcar mucho la diferencia (Lombadini, 2012).

CAPITULO II

MARCO TEORICO DE LA MONOGRAFIA

2.1 Relato de experiencias vividas de Pulido, Mora, Rubio. (2014)

“Me enamoré de una disciplina que no conocía, me tocó aprender a quererla porque inició como mi trabajo. Yo hice algo que me tocó aprender por necesidad pero terminé queriendo aquella necesidad de aprender de este deporte. No hay cosa más linda, que lo que usted haga lo haga con amor” (Rulver Pulido, 2015)

En el siguiente capítulo referenciamos la entrevista al Director Técnico de la Selección de Fútbol Sala de la Universidad del Valle, con la intención de conocer a fondo una manera de llegar al deporte. También se reseñarán dos pequeñas experiencias de jugadores, del equipo de futsal de la Universidad del Valle, que han participado en éste por más de 5 años (autores).

Entrevista a Rulver Pulido, Director técnico de la Universidad del Valle, modalidad fútbol sala.



Fuente: Liga Argos Futsal.

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD DEL VALLE, TERMINANDO SUS ESTUDIOS EN EL AÑO 1984 NACIDO EN LA PLATA HUILA, HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE SER DIRECTOR TÉCNICO EN SELECCIONES CALI, SELECCIONES VALLE FEMENINAS, FUTBOL PROFESIONAL COLOMBIANO CON EL CLUB DEPORTIVO LYON, SELECCIÓN UNIVALLE FEMENINA Y MASCULINA Y SELECCIÓN COLOMBIA FEMENINA.

- ¿Cómo conoció usted el fútbol sala?

El futbol sala es relativamente nuevo en Colombia, lleva más o menos 7 u 8 años, la modalidad que se practicaba en Colombia era el micro futbol, que ahora es llamado futbol de salón, cuando yo entro al medio, estaba realizando una especialización en voleibol y en atletismo en la misma universidad del valle, y trabajaba en una empresa llamada Comfandi, en esa empresa habían 3 profesores, todos eran profesores de educación física, pero debíamos trabajar con los equipos representativos de Comfandi, habían 3 deportes, baloncesto, futbol y voleibol que era el deporte que trabajaba yo. En ese momento yo estaba trabajando con el voleibol y labore en la escuela de formación de voleibol en Comfandi, en ese momento de mi vida, tuve un accidente, me accidente la rodilla, me dieron una incapacidad de 2 meses, pero la incapacidad se prolongó por 6 meses, en ese tiempo donde la gente se operaba la rodilla y quedaba coja, a diferencia de las lesiones y sus tratamientos hoy en día, para esa operación y dado el tiempo de prolongación, el doctor me recomendó fortalecer el músculo cuádriceps para que así, lograra estabilizar la rodilla y no había necesidad de realizar operación; yo hice mi terapia y fue prácticamente un año de rehabilitación. Después de eso tuve la mala fortuna de sufrir un accidente en vehículo, donde estuve vinculada la lesión de la otra rodilla, entonces pasado eso, con más incapacidad para ejercer mi labor como profesor, yo recibía el pago por mi incapacidad en la casa, mi vida rutinaria era descansar, jugar video juegos (bomberman) en ese entonces, vivía prácticamente tranquilo, pasando prácticamente mi vida alrededor de un año y medio en ese estado, en ese tiempo lógicamente no trabajaba ni un día. Llegando al colegio de mi incapacidad, me comenta la coordinadora que había llegado un profesor a reemplazar mi puesto, entonces el profesor de reemplazo quedaría en mi lugar, entonces que me tocaba arrancar con el proyecto de formación para futbol y micro futbol, manifesté entonces que de esos deportes no sabía, encontrando como

respuesta, ella muy tranquila, debes aprender, de lo contrario no continuaba trabajando con ellos, en ese momento me instruyo la necesidad de aprender, comencé a buscar literatura, en ese entonces el único libro que había en la universidad el valle lo poseía un profesor de educación física, encontrándome que lo único que había de literatura en ese momento en la universidad, era ese único libro y que no estaba disponible. Complementando mis inicios en este deporte, observaba videos en You tuve, lineamientos en videos de internet, en sí, existía muy poco sobre el deporte. En ese momento mi vida era muy foránea, viví el periodo universitario viviendo en cuartos y en compañía de compañeros de universidad, etc. entre esa compañía uno de mis compañeros me manifestó que tenía un familiar que había enviado unos libros sobre el micro futbol, eso fue como la luz de conocimiento que necesitaba para comenzar a conocer el deporte, lo comencé a leer y leer, lo leí muchas veces, ya que la condición de prestarme ese libro era simplemente leerlo porque no me permitió sacarle copia ni nada similar, tocaba memorizar todo, sacaba resúmenes escritos, datos relevantes, metodología y monte esa escuela piloto en Comfandi, grados 6 y 7 en una categoría, 8 y noveno en la otra y 10 y once en la última y empecé a sacar seleccionados, comencé hacer algo distinto a lo que todo el mundo hacia acá en Colombia, en nuestro la gente jugaba 2-2, España en ese momento estaba jugando 3-1, y como novedad yo comencé a montar el 3-1 que en Colombia nadie conocía, ese conocimiento fue en parte gracias al libro que mi compañero me permitió leer, entonces empecé a ver que la gente por fuera de Colombia jugaba diferente, no era tan lineal como en Colombia, empecé a entrenar y a entrenar, observaba que le había pegado a lo que era, que había forjado en poco tiempo una ruta donde podría sembrar muchas cosas, entonces a partir de aplicar esos conocimientos, comencé no a ganar partidos sino a ganar títulos, llegue a ganar 20 títulos de intercolegiados, gane lo que nunca nadie había ganado, copa coca cola, copa Mexana y de ahí parten mis triunfos en futbol de salón, torneo que salía, lo jugábamos y, era torneo que ganábamos, con ese grupo de jugadores empecé a jugar micro pero yo los hacia jugar futbol, jugábamos futbol de una manera extraña, ya que los muchachos entrenaban micro, pero participábamos también en torneos de futbol encontrándonos que también nos destacábamos, comenzamos a notar que los jugadores implementaban el estilo de juego del micro futbol con un esquema de juego 4-4-2 sencillo de futbol, los jugadores comenzaron a familiarizarse y de ahí parte los buenos resultados. Partió la noción de que el equipo de Comfandi era un excelente equipo para medir

condiciones en futbol y futbol de salón o micro. Situándome con estas anécdotas en mi vida, empecé a buscar la forma de unir mis pensamiento, conjugar esas pequeñas islas de conocimiento para darle estructura en el ámbito laboral y deportivo, nació el interés de buscar seminarios y talleres de entidades promotoras del micro y así profundizar mis conocimientos, esos seminarios dada la escases de información del deporte, eran más enfocados en la parte de manejo del grupo, manejo pedagógico y manejo del alumno profesor y profesor alumno. Gracias al desempeño del equipo a mi dirección y al reconocimiento por los logros que seguíamos obteniendo, comenzaron a interesarse personas en mi proceso y llegó el momento donde compararon mi proceso con el proceso de otras instituciones, en el caso de la selección valle de micro, donde los entes mayores me contactaron y probaron mi nivel de competitividad al ofertarme que si con el equipo que yo dirigía, lograba ganarle a la selección Cali, me quedaría con ese puesto de trabajo y los jugadores serían la base del equipo para representar a Cali en micro futbol y servida esa oportunidad de alcanzar y avanzar un desarrollo de mi carrera logre ganar. Paradójicamente hacen la labor de adquirir mis servicios para comenzar con un nuevo proceso de trabajo en selección Cali en este deporte, a raíz de esto logre ser motivo de que hablar, encontrándome que muchas personas tocadas por este deporte, no creían en mi trabajo, llamándome desconocido y poco conocedor del deporte, motivándome para lograr más resultados y así llevar a mi equipo, equipo de Cali, a torneos de peso nacional, lugar que nunca se había logrado para este departamento en este deporte. Llegan los juegos departamentales en el 2002, en Guacari, LA FINAL, se terminó el tiempo empatados 3-3, nos fuimos a tiempo extras que eran de 7 minutos por tiempo, y faltando pocos segundos nos equivocamos y perdimos el partido 4-3. El seleccionador del valle en micro futbol hablo conmigo y me resalto la excelente labor mostrada con mi equipo, y destaco mi forma de juego en 2-1-1 llamado sistema en "Y" QUE NO SE CONOCIA EN CALI, tampoco en Colombia, lógicamente eran esquemas de juego del micro futbol español. A partir de ahí me interese aún más e investigue más sobre el deporte y podría decir que tuve un desarrollo autodidacta, eso conocimiento que iba adquiriendo lo iba colocando en práctica en las competencia y comenzaba a implementar cada vez más, sistemas de juego distintas, enfocados en la forma de ataque y defensa, en complemento para un estilo de juego variado. La forma de entender y aprender se llevaba a cabo más sobre la práctica y corrección de los errores, lógicamente aplicando cosas podemos

equivocarnos pero cada equivocación era una forma nueva de retroalimentar el error y volverlo un punto a favor para el éxito. De ahí parte mi carrera de director técnico de la selección Cali, donde me llamaban cada año para que realizara proceso con el equipo y así participar en torneos de alta competencia, torneos representativos regionales, donde conseguí en varios torneos una medallas de Oro y plata. En el 2005 la FIFA dice que todo lo que tenga que ver con el balón pie mundial, tiene que ser futbol, y como micro futbol no quiso asociarse a ellos porque perdían el manejo de recursos, entonces ellos se independizaron y montaron el futsalon y la FIFA creo el futsal, cuando se transforman y toman nombre propio estas dos modalidades, parte el total interés por promover el futsal y comienzan los seminarios, foros, etc. y comienzan a venir a nuestro país personas como FERNANDO FERRETI, entrenador y seleccionador del futsal, conocido a nivel mundial, enseñando en profundidad este deporte. Logre participar de un seminario internacional FIFA, gracias a una persona que me promovió ese estudio, yo tenía que gestionar algunos recursos, en ese seminario habían solo 3 vallunos de un total de asistentes de 200 personas de todo el mundo. Logre encajar todos esos vacíos y lograr darle estructura a mis conocimientos, y ahí compre mi primer libro llamado “PRINCIPIOS BASICOS DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOL SALA”, donde hablaba de como direccionar el trabajo en miras de un estado óptimo a mediano plazo, ese seminario abrió mis conocimiento y desde ahí comencé a notar que aquí en Colombia todo el mundo jugaba de la misma manera. En el año 2005 se presentó la primera jornada de competencia de futsal en rama masculina y en el 2007 en la rama femenina, encontrándome que se realizó un torneo a nivel nacional con la ventaja de quien demostrara trabajo en sus equipos, los dos primeros entrenadores en mejor posición serían tomados como entrenadores y seleccionadores de la selección Colombia en la rama femenina y masculina de fustal. Gracias a esta motivación realice un trabajo de 36 días con el grupo de Cali, encontrándome que en el primer partido logramos ganar con un marcador de 16-0 contra el Guaviare, desde ahí parte un interés más en formas de juego, donde comenzamos a implementar un esquema rotatorio donde implementamos varios sistemas en un mismo juego. Llegamos a la final contra Antioquia, paradójicamente el director de Antioquia es el seleccionador nacional masculino, quien ese día nos ganó, el partido cerrado, uno de los mejores partidos que tuvimos, perdimos 4-3, pero gracias a ese trabajo realizado, la asociación colombiana de futbol mantiene su palabra y nombra al profesor campeón del

torneo nacional femenino, como director seleccionador de Colombia en rama masculina, y a mi Rulver Pulido, subcampeón del mismo torneo, como seleccionador nacional de fustal en rama femenina, de ahí parte mi carrera como director técnico de la selección Colombia de fustal femenina. Al poco tiempo de ser nombrado DT de la selección Colombia femenina se realiza un torneo, donde el tiempo de preparación para jugarlo fue de cinco días, tiempo donde es prácticamente imposible generar un proceso y una identidad de juego, aun así debíamos ir a cumplir con ese compromiso internacional, ya que si cualquier delegación llegaba a faltar al torneo, era sancionada con una suma de dinero bastante elevada, siendo así el primer torneo internacional para Colombia en futsal femenino y mi primera experiencia representando a Colombia en este deporte, no obstante las expectativas eran mínimas ya que no hubo proceso alguno en miras a este torneo. Colombia dentro de los pronósticos iba a pagar la novatada frente a los demás equipos que iban a competir, recuerdo mucho las palabras de un personaje significativo para el futbol en Colombia, el cual me dice “que no nos vayan a golear mucho y trate de hacer un buen papel”, a esas palabras yo le manifiesto a la federación que mi única meta, era traer una medalla a Colombia, así la selección haya tenido solo 5 días de trabajo. En ese momento la federación insinúa que estaba loco, por decirlo así, que no sabía contra qué equipos me iba a enfrentar, ni el calibre de torneo para el que iba. Comenzando el poco tiempo de preparación sorprendo a las integrantes de la selección haciéndoles un cambio en la metodología de entrenamiento y gracias a los aportes que me brindaron los libros y la investigación profunda por mi parte, entendí que el trabajo físico, técnico y táctico se debe realizar con balón y en la cancha, desde ahí genere una conducta en las jugadoras de toma de decisión y de esfuerzo físico pero también mental en miras al desarrollo del mismo, mientras que los demás equipos trabajaban su metodología de entrenamiento muy aislada, seccionando entrenos solo de esfuerzo físico, técnico y táctico, desarrollando estas partes por separado donde lógicamente había una evolución pero sin complemento. El método que realizaba es llamado el método global o método integrado, aprendido por metodologías españolas y de otros países, ahí comencé a enlazar muchas cosas y generar un proceso corto, para un resultado óptimo en nuestra primera presentación de talla internacional.

Nuestra primera experiencia comienza, con la expectativa de conocer nuestros rivales en el torneo, llego el congresillo técnico donde nos encontramos que en el llamado grupo de la muerte, estaban Brasil y Argentina junto a Colombia y Paraguay, desde ese instante las expectativas hacia nosotros eran aún más mínimas, dado a que estábamos junto con dos potencias en futbol sala y países de larga historia, como lo es Brasil y Argentina.

Dentro de esta experiencia, me encontré con una vivencia, se acerca un miembro de la Federación Colombiana de Futbol y me dice, “ como vas a lograr que tu grupo de jugadoras te haga caso, si la mayoría son de la liga antioqueña y le hacen caso solo al profesor que las maneja en Colombia”, hablando del profesor de la rama masculina, ese mismo comentario lo repitió dos veces, a un solo día de comenzar la concentración; encontrándose ese mismo dirigente después de los dos días, que aquellas jugadoras, estaban demostrando una organización y compromiso con su DT, en este caso yo, gracias a mi trabajo y conocimientos en el campo de juego. Se encontró este dirigente con que aquellas jugadoras, que no querían ser dirigidas por Mí, ahora me hacían caso total dentro y fuera de la cancha. Lleno de convicción hacia mi meta, manifiesto mi forma de pensar antes de arrancar el torneo, y les digo que los partidos contra Argentina y Paraguay los iba a ganar, se presentó que el equipo paraguayo no se asistió al torneo, entonces el grupo quedo de tres Brasil, Argentina y Colombia, con mayor razón preparo el equipo y lo mentalizo en ganarle a Argentina y que jugaría dos veces contra Brasil, en la fase de grupos y en la final. Por el contrario los entes mayores del futbol en Colombia, veían estas expectativas como algo descabellado e insinuaban que mi ideal era surreal y poco aterrizado.

Comenzó el torneo, las jugadoras sintieron que yo deposité mi confianza en ellas, logrando una mentalidad ganadora y sintiéndose respaldadas por su técnico, encontrándonos en el primer partido contra Argentina y logrando un marcador a favor de 4 goles contra 1, Colombia gana su primer juego internacional. En ese instante mi motivación es impulsada aún más, pensando ya en el partido contra Brasil. En ese momento me encuentro que el DT de Brasil MARCO ZORATO, reconocido director técnico gracias a su trayectoria, algunos de sus reconocimientos son 27 temporadas dirigiendo equipos de futsal y como jugador 26 temporadas, este técnico conocedor por excelencia del deporte hace una declaración en los medios públicos presentes en el torneo, gracias a una pregunta que le efectúa uno de ellos:

“con quien cree que se jugara la final Brasil”, y para sorpresa de mis jugadoras, Federación Colombiana y mía, el profesor ZORATO, contesta que contra Colombia. La diferencia del futbol sala en Colombia frente al de Brasil era años luz más evolucionada, en Colombia, la práctica de este deporte era mal visto por toda la gente, se insinuaba que las mujeres que lo practicaban eran lesbianas, era un tabú prácticamente, mientras que en Brasil, había liga profesional, existían alrededor de 200 clubes de equipos femeninos, ósea que la diferencia era muchísima y escuchar las declaraciones realizadas por ZORATO, lógicamente nos llenaba de satisfacción. Llegamos al partido contra Brasil, equipo que lograba en sus partidos marcadores de 16-0 y 15-0, al comenzar el enfrentamiento contra Colombia se comienza a notar una igualdad, Colombia supo pararse en cancha, hacerle frente al múltiple campeón de este deporte, finalizando el partido 3-0, marcador a favor de Brasil, pero el partido en toda su dimensión fue un partido luchado por ambos equipo, no fue fácil para Brasil, y fue posible que un equipo con tan poco trabajo, expresado en tiempo de preparación, lograra hacerle frente a una selección de tantos honores. El profesor ZORATO manifestó que el partido fue muy duro, y se cuestionó de cómo era posible que una persona(RULVER PULIDO DT DE COLOMBIA), persona desconocida en este deporte, lograra generar una identidad de juego, muy similar a la de Brasil, sin ser notado por el mundo de este deporte; gracias a eso, el profesor ZORATO, me realiza un obsequio, un CD con mucha información sobre este deporte, información exclusiva del futsal brasileros y del mundo, pero, con la condición que le diga de donde aprendí mi conocimiento en el futsal, le manifesté que había tenido un seminario con el profesor FERNANDO FERRETI, profesor en Brasil y conocedor de amplio bagaje en el mundo del futsal, encontrándonos que el DT de Brasil MARCO ZORATO, había sido estudiante del Profesor FERRETI. En ese momento me clave el puñal, ya que el profesor ZORATO, me manifestó, que ya sabía cómo ganarle a Colombia en la final, entonces esa fue como la contra prestación de la información que él me suministro para continuar mis estudios e investigación del deporte. Llegamos a la final, nuevamente contra Brasil, el partido fue apretado, disputado de parte y parte, pero el profesor ZORATO dispuso en cancha un estilo de juego muy diferente al partido anterior, logrando ganarle a Colombia nuevamente pero ya en la final de este certamen. Entonces dadas estas condiciones me prepara leyendo esa literatura, preparo el próximo torneo a disputar manejando los esquemas que Brasil me aplicó en aquella primera final, y me encuentro nuevamente en la final contra

Brasil en los juegos sudamericanos, pero Brasil me juega distinto a cómo iba preparada la selección Colombia y perdimos nuevamente frente a ese equipo, pero resaltando el importante y rápido desarrollo de Colombia en este deporte. Me llaman después no por medio de la federación ni por otros medios, sino directamente a mí, pidiéndome que envié una jugadora para practicar este deporte en Brasil, lógicamente las puertas del futsal colombiano se abren y al tiempo Colombia vuelve a jugar una final en Brasil, contra el local, quedándose con la medalla de Plata en CAMPINAS-BRASIL. Colombia comienza a generar buenos recursos en el manejo de jugadoras, gracias a que las jugadoras enviadas a pertenecer a la liga brasilera de futsal, comienzan a destacarse y ser nombradas mejores jugadoras de la liga. Comienzan a sonar nombres de colombianas en el exterior jugando el futsal, no solo en Brasil sino también en España, entonces me doy cuenta que el trabajo realizado con esas jugadoras y la selección fue algo que se hizo de buena manera y permitió el desarrollo del futsal en el ámbito internacional.

Estoy terminando la segunda convocatoria que es en Sao Paulo-Brasil, vuelvo y juego la final contra Brasil y traigo la medalla de Plata, desde ahí parte la pregunta de cómo poderle ganar a Brasil, potencia mundial en futsal, entonces comienzo a estudiar a Brasil, su metodología de entrenamiento y me encuentro que su estructura, es un pilar a nivel mundial, posee 250 clubes profesionales, que juegan ligas en categorías A, B , C, etc., lo cual genera una base en diferentes categorías, por ende un proceso desde las divisiones inferiores hasta las mayores, mientras que en Colombia solo poseíamos el futsal a nivel universitario, en Colombia no hay juegos nacionales ni torneos de índole profesional y encontramos un sinnúmero de obstáculos, tanto a nivel sexista, como a nivel deportivo y administrativo, siempre ha existido la competencia de mantener el deporte, entre el futsala y micro futbol, países como Brasil, Argentina, lograron posicionar el futbol sala, pero lastimosamente en Colombia esta pelea entre los dos deportes va más allá del ámbito deportivo y más al ámbito socioeconómico, a pesar que el Futsala tiene el aval de la FIFA.

Llegan los juegos Bolivarianos, juegos que se realizan en los países donde Simón Bolívar hizo presencia, más países que son invitados al torneo, por fortuna para Colombia, Simón Bolívar no hizo presencia en Brasil, sino a Colombia le hubiera tocado enfrentarse nuevamente en la final contra ellas, gracias a esto Colombia logra traer la primera medalla de

Oro en futbol sala femenino, torneo realizado en Santa Cruz de la Sierra-Bolivia, Partido durísimo contra el local, la selección de Bolivia, un coliseo a reventar donde el público era el sexto jugador, pero con esos inconvenientes Colombia logró ganar por un marcador a favor de 4-1, entonces se genera una historia en este deporte para Colombia de la mano de RULVER PULIDO, generando para Colombia dos medallas de Plata y una de Oro, para orgullo patrio. Gracias a ese recorrido, logró empalmar y suministrar de esta información a la selección de la Universidad del Valle, jugadores de la rama masculina y femenina, dotándolos de muchísimos recursos, no solo del ámbito nacional, sino de talla mundial. Dentro de esta nueva experiencia, como todos los deportes logró triunfos pero también derrotas de las cuales intento sacar conclusiones y mejorar los errores.

Hablando un poco del análisis en el último año del proceso de los jugadores de la Universidad del Valle, año 2014, que participamos en 11 competencias en la rama masculina, dejando como resultado una derrota, 2 subcampeonatos y 8 títulos de campeón para la universidad en futsal, entonces eso demuestra que el trabajo aplicado y la metodología utilizada se está efectuando de buena forma, dejando muy buenas expectativas de mi trabajo como conocedor de este deporte.

Llevo ya 13 años trabajando en la universidad del Valle, llevo en selecciones valle desde 2007 hasta la fecha, pertenecí al club Deportivo Lyon, equipo profesional de futsal colombiano representando al valle, logrando 4 semifinales, 3 finales, 2 subtítulos y 1 título de campeón, fuimos uno de los 3 equipos que representó a Colombia en la copa Merconorte de futsal, lo que concluye que algo estoy haciendo bien en mi metodología de trabajo lo cual genera que los jugadores dirigidos se sientan cómodos con mi forma de juego.

Todos estos logros han creado una identidad en los jugadores de la selección de UNIVALLE, sintiéndose orgullosos de su equipo y de su entrenador. Trabajamos con el proceso de los jugadores que han ido dejando huella, puesto que llegan nuevos jugadores aportar y los que se van dejan una expectativa a seguir, ya que cada año se nos van piezas importantes del equipo y eso hace que el proceso vuelva a iniciar.

Relacionando el impacto del futsal en la hinchada, El futbol sala es un juego de espectáculo, particularmente en el valle o mejor en Colombia, el público no apoya el deporte,

las ciudades capitales no muestran interés por el mismo, ya que era un deporte aislado. La competencia fue en un principio a nivel universitario solamente, no había un mundial o un juego profesional con el deporte. Por lo tanto el público era poco. Con Lyon, equipo profesional del Valle, se logró convocar a 5000 personas, que es menos de la mitad de lo que el Coliseo del Pueblo tiene de capacidad espectadora. El público de Lyon comenzó con las novias de los jugadores, las familias de los jugadores y luego se expandió en un público que admiraba el deporte, pero aun así sigue siendo poco. Contrario a lo que sucedió en un torneo en Guacarí, en donde los coliseos se llenan con 2000 personas. El deporte en la periferia o pueblos es de mayor recibimiento puesto que es fútbol y nada más. En las ciudades es mucho más difícil, porque compite con otro tipo de deportes con mayor tradición. Aquí en el equipo (UNIVALE) he tenido jugadores que pertenecieron a futbol tres años de sus carreras y los dos últimos años vinieron a jugar sala, lo cual indica que perdieron un valioso tiempo para practicar el Futsal. Antes la gente veía que había un grupo de muchachos que jugaba sala y los veían como los locos, preferían ir a ver futbol, puesto que el deporte ya tiene una historia. Respecto a la audiencia en los juegos nacionales aquí en Univalle el año pasado, se vio una participación prudente del público, cosa que es muy buena, pero aún falta mucho camino. El desconocimiento de este deporte se debe principalmente al poder que tiene dentro de su organización, contrario a lo que sucede con el futbol de salón, quien tiene más poder de convocatoria. Para el futbol sala, la baja audiencia es un resultado de la poca difusión del deporte aunque sea un apéndice de la FIFA. Son siete años los que lleva el futsala, la liga profesional lleva sólo cuatro años en Colombia, lo cual indica que ya hay tres años perdidos de competición. Hay deportes que llevan 10 años 13 años, microfútbol en Colombia lleva 40 años entonces cómo no va a tener audiencia o acogida si son deportes que tienen mucha trayectoria. El traer el deporte en el tiempo que yo lo difundí justifica y respalda que fui pionero del futsal en Colombia.

En cuanto a mi metodología de trabajo en el campo, considero que fuimos pioneros en el doblaje de marca, en salida cuatro en línea, en el patrón de medio, doble paralela, ahora gracias a eso, la conocen y realizan en todo el ámbito Universitario, también fue pionera en cómo marcar el cinco cero, esquema realizado por la Javeriana. Un aspecto importante que podríamos mencionar en la práctica del futsal es que no hay ningún sistema de juego

perfecto, dando ejemplo, hay un principio en la literatura del deporte que indica que un rombo mata un cuadro, pero un cuadrado mata un rombo, esto en cuanto a esquemas de ataque y defensa. Yo parto de la idea de que se aprende con el balón y las capacidades propias del jugador, no divido el conocimiento práctico de lo teórico, trato de innovar con nuevas metodologías y las aplico en el campo de juego no sólo manejando un esquema sino realizando una combinación de varios patrones tácticos, donde le permito al jugador en cualquier situación real de juego tomar la decisión más oportuna para el bien del equipo.

Me enamoré de una disciplina que no conocía, me tocó aprender a quererla porque inició como mi trabajo. Yo hice algo que me tocó aprender por necesidad pero terminé queriendo aquella necesidad de aprender de este deporte. No hay cosa más linda, que lo que usted haga lo haga con amor.

Experiencia de vida Luis Ernesto Mora Olarte

“El futsal un deporte de inclusión, oportunidades y espectáculo”

LUIS ERNESTO MORA OLARTE, ESTUDIANTE LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA Y DEPORTES UNIVERSIDAD DEL VALLE, JUGADOR DE FUTSAL UNIVALLE, EXJUGADOR CLUB DEPORTIVO LYON DE CALI Y CAPITAN EN AMBOS EQUIPOS.

Mi vida deportiva inicia a los 7 años, se realizó una jornada de caza talentos, donde dos figuras importantes del futbol colombiano, llegan a nuestra escuela y realizan la jornada deportiva, pasada la semana de observación piden mis datos para ser tenido en cuenta en convocatoria para presentar pruebas y mostrar condiciones futbolísticas y pertenecer a las divisiones inferiores del deportivo Cali. Paso la prueba y logro ganar un puesto entre los escogidos; a partir de ese momento nace mi historia como deportista y comienza mi camino en este ámbito que requiere de mucha dedicación y entrega.

Mi familia fue un gran apoyo en el ámbito deportivo y educativo, mi madre se esforzó mucho para brindarme todo lo necesario y disponer de utensilios educativos e implementos para la práctica del futbol, lo anterior es un aspecto importante para mi inclusión en estos dos aspectos, fundamentales en la formación de mi vida.

Hablando un poco más general después de mi paso por el deportivo Cali, (3 años), paso a un equipo llamado Lazio, el cual me enfoca un poco más a la parte competitiva y, logro formarme como jugador presentándose oportunidades de equipos con mayor reconocimiento nacional. Paso a pertenecer al equipo deportes Tolima de Ibagué, después juego en la primera C de Jamundí Valle, ascender a la categoría B del mismo equipo y salto a jugar en Manizales al club Once Caldas.

Después de todo lo recorrido y deseando tener la oportunidad de jugar en la primera categoría del futbol patrio, mis ilusiones son cada vez más opacadas por la exclusión de jugadores, que igual que yo no se nos permitió llegar a esa instancia, profesionalismo. Podríamos pensar que a raíz de eso enfocó mi vida 100% en el estudio, mi deseo de ingresar a la universidad del Valle y mis ganas de estudiar una carrera con fines deportivos, Licenciatura en educación física y deportes, con la muy grata sorpresa que fui aceptado. Mi idea de la Univalle era que simplemente que se iba a estudiar, pero encontré muchas cosas que cambiaron ese ideal.

Tocando la parte más importante de este trabajo y realizando un aporte personal hacia el futsal, lo conocí en el primer año de carrera gracias al profesor Rulver Pulido, donde abrió mi mente a este deporte y me brindo todo un conocimiento en la parte metodológica, táctica, técnica y deportiva, género en mi la incorporación al futsal, permitiéndome practicarlo, vivirlo, expresarlo y amarlo como hábito de vida. Practique 5 años en el entorno universitario y 5 años en profesional, ya que desde comienzos de este deporte a nivel profesional en Colombia y a mi gran potencial como jugador el profesor Pulido me dio un cupo en el Club Deportivo Lyon de Cali, equipo que logró hacer historia, consiguiendo resultados como un título de campeón, dos de subcampeón y cuatro semifinales, gracias a lo anterior LYON es proclamado un pilar de futsal en Colombia. Primer equipo coronado campeón de futsal a nivel nacional.

El futsal en mi vida significa orden, compañerismo, entrega, compromiso, solidaridad; hablando de los aportes a mi vida. El futsal es rápido, estratégico, preciso, imaginativo, recursivo, de muchos estados anímicos, la experiencia deportiva más gratificante de mi vida.

La expectativa que tenía del futsal era sencilla, un deporte de talento individual, de poca estructura, de mucho talento con el balón pero sin un orden táctico, lo que siempre note antes de conocer el deporte de lleno, en pocas palabras “futbol en cancha pequeña” sin orden, sin reglas y

sin futuro. Desde que conocí este deporte, en la Universidad del Valle, hablando del año 2008, llegue al primer entreno, simplemente mostrando un talento individual, parecía ser como el imaginario que siempre tuve, inmediatamente en el próximo entreno, noto un complemento totalmente diferente al Futbol, el Futbol se reconoce como un deporte donde todos sus jugadores poseen una sola posición, podríamos decir que una simple función, sin desmeritar el Futbol en sí, ya que es deporte rey a nivel mundial además de excelente deporte para mí, pero a diferencia del futsal es que el anterior mencionado es un deporte donde todos sus jugadores trabajan de la misma manera, pueden cumplir con todas las posiciones dentro de la cancha, algunos se destacan en algunas posiciones, pero a la hora del juego se pueden encontrar en situaciones donde el jugador, dado el manejo táctico y metodológico, pueden responder dentro de la cancha. El futsal es un deporte donde se maneja muchísimo orden táctico, un error o desconcentración en cualquiera de sus jugadores terminaría en gol, el margen de error es mínimo, si el otro equipo te hace superioridad numérica, podríamos hablar que hay una probabilidad enorme que te anoten en contra, a diferencia del Futbol que si algún jugador comete un error, una de sus líneas más próximas puede contrarrestar esa desconcentración y evitar el gol en contra. Hablando del orden táctico y el fundamento más importante de este deporte, es aprender un sinnúmero de movimientos que en compañía de tus compañeros puedes lograr, simplemente para generar un espacio, para avanzar o generar una opción de ataque, este punto fue de impacto en mis comienzos como jugador ya que me estrelle de lleno con el futsal, ver ese orden en sus movimientos, aprender a coordinar con los otros jugadores las maniobras de ataque y demostrarme que es un deporte de mucho más desgaste tanto físico como mental , eran cosas inesperadas para mí. A medida que pasaban los entrenos, me acondicionaba en la parte técnica, el manejar el balón por el piso y ser un deporte donde la riqueza del mismo es jugar a ras de piso, género en mí una riqueza individual mucho más amplia de la que siempre creí tener, mi posición en el Futbol era ser delantero, jugador distinguido por ser el receptor de jugadas de finalización, con la convicción de anotar gol, cuando jugaba por diversión el futsal, prácticamente hacia lo mismo, recibir pase para anotar, cuando abrí los ojos y comencé a jugarlo por motivación y aprender toda su riqueza táctica, arranque a jugar de ala, jugador con buena velocidad y buena pegada al arco, pase a ser pívot, jugador que se distingue por ser buen receptor de balón, tener una excelente recepción de los pases para ser práctico de espaldas al arco rival; Termine mi práctica del deporte jugando como poste, jugador que arranca desde atrás armando las jugadas de

ataque, vocero del director técnico dentro de la cancha, conocedor y transmisor del orden táctico y toma de Decisiones, se preguntaran porque menciono todos estos aspectos, pero lo que quiero transmitir es que en futsal los jugadores pueden aportar en todas las posiciones y la riqueza del jugador de futbol sala es prácticamente un jugador completo tanto física, táctica y mentalmente.

La parte física es muy importante en este deporte, al ser denominado en mi visión del mismo, como explosivo, de alta intensidad y de tiempos cortos para tener un respiro o descanso, descansos importantes ya que un jugador que por la intensidad de juego este falto de aire, es un jugador que puede generar una desconcentración y permitir al rival sacar provecho.

Hablando de la parte mental es de resaltar que el deporte por ser extremadamente rápido, un marcador de 4, 5 o hasta 8 goles se vería como una goleada en Futbol pero en futsal es un marcador muy posible de remontar, desde ahí parte la mentalidad del jugador, ser posible de optimizar los estados anímicos que se presenten dado el manejo del juego, porque es difícil remontar un marcador adverso, como sostener el resultado a favor.

El futsal es un deporte donde si todas sus partes son bien complementadas, la práctica del mismo se vuelve gratificante, admirada y divertida para los jugadores y personas seguidoras del espectáculo del balón pie.

EL FUTBOL SALA EN COLOMBIA

La Federación Colombiana de Fútbol, creó inicialmente la Comisión de Fútbol Sala en Bogotá, la cual implementaría y desarrollaría torneos en todas sus categorías dentro de cada localidad para así comenzar a conformar los equipos o selecciones que participarían en los Campeonatos Nacionales organizados por la Comisión Nacional de Futsal.. En el ámbito deportivo Mundial ya se habla del futuro Colombiano en el Fútbol Sala y en ese sentido al institucionalizarse la Comisión Nacional de Fútbol Sala, creada por la Federación Colombiana de Fútbol y avalada por la FIFA y la Confederación Suramericana de Fútbol (CONMEBOL), se tiene el respaldo de esta modalidad del fútbol que en el 2011 formo La primera Copa Profesional Argos de Futsal FIFA.

La liga de Fútbol Sala FIFA es un torneo semiprofesional existente en Colombia, llamado Liga Argos Futsal por motivos de patrocinio, este torneo tuvo sus inicios en el año 2011, el cual tiene el aval de la Federación Colombiana de Futbol, organización pilar del balón pie Colombiano. Este torneo comenzó con 12 equipos, 11 ciudades poseían la oportunidad de tener un representante en esta disciplina, ciudad que tenía la distinción por medio de su equipo, si se coronaba campeón, de representar a Colombia en la Copa MERCONORTE de la misma especialidad, torneo organizado por la Conmebol (Confederación Sudamericana de Futbol) y el cual dada la magnitud de su organización, regulaba todos los aspectos técnicos y deportivos por el ente principal, la FIFA. Hoy en día la Liga Argos posee 16 equipos, cantidad de seleccionados que era visualizada como objetivo por la Federación Colombiana, con el deseo que la práctica de este deporte obtuviera una distinción a nivel nacional y un reconocimiento de talla internacional como ya se ha logrado general y puntualizar en sus más recientes resultados.



Cuadro No. 2: Campeones y Subcampeones de la Liga Argos Futsal desde sus inicios.

	Año	Campeón	Subcampeón
Fuente: :	2011-I	Club Deportivo Lyon ⁷	Uniautonoma F.C.
	2011-II	Club Deportivo Lineal ⁸	Club Deportivo Meta
	2012-I	Talento Dorado ⁹	Club Deportivo Lyon
	2012-II	Atlético Huila	Sampas
	2013-I	Talento Dorado ¹⁰	Club Deportivo Lyon
	2013-II	Rionegro futsal	Talento dorado
	2014-I	Deportivo Meta	Real Bucaramanga
	2014-II	Real Bucaramanga	Condor Sport Life

<http://www.winsports.co/futsal/noticias/talento-dorado-es-el-campeon-de-la-liga-argos-futsal>

Experiencia de vida Mauricio Rubio Tabares

MAURICIO RUBIO TABARES ESTUDIANTE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES UNIVERSIDAD DEL VALLE JUGADOR DE FÚTBOL SALA DESDE EL AÑO 2011. POSICIÓN PIVOT.

En el año 2011 recibí el llamado del Profesor Wilson Palomino quien me hizo una invitación para ir a entrenar Futbol Sala con la Universidad con el objetivo de pertenecer al grupo representativo que participaría en los Juegos Nacionales Universitarios con sede en Medellín en el mes de noviembre. En ese momento yo hacía parte del seleccionado de futbol de la Universidad y personalmente desconocía la disciplina pero la propuesta me intereso mucho. Deje a un lado el futbol en donde logre cosechar grandes triunfos con la Universidad para darle la oportunidad a este nuevo deporte para mí. Inicialmente los entrenos eran en el coliseo de la Universidad dirigidos por el Maestro Rulver Pulido pero raíz de la premura de la situación, por recomendación del Profesor Rulver, empecé a entrenar con el equipo profesional Club Deportivo Lyon, que para mi suerte, estaba bajo la dirigencia de él. Fue un proceso bien difícil y la adaptación me costó muchísimo. Logre convencer al Profesor, mediante mi desempeño en la cancha, quien me brindó la oportunidad de estar en el seleccionado que viajo a Medellín a disputar los Juegos Nacionales Universitarios. Fue una gran experiencia que nos dejó 2 derrotas y 3 triunfos en 5 partidos disputados, ubicándonos en la 5ta posición de 12 equipos participantes.

Supe cogerle cariño a la disciplina y por consejo del Profesor decidí permanecer en Futbol Sala y no regresar a Futbol. Y a decir verdad, fue la mejor decisión que pude tomar. Me dedique a los entrenos y a medida que iba pasando el tiempo logre comprender muchas cosas. No fue fácil, fue un trabajo que involucro mucho sacrificio y aprovecho para agradecer a todos aquellos que de alguna u otra forma hicieron parte de este proceso, porque sin ellos hubiera sido imposible estar donde estoy en este momento.

Al ser el Profesor el Técnico del equipo profesional Club Deportivo Lyon decidí ir a entrenar con ellos buscando un cupo para ser un jugador profesional en la disciplina. Fueron muchas pretemporadas que hice, muchos meses que me dedique 110%, pero infelizmente nunca logre ganarme el cupo. Probablemente por mi falta de experiencia. Igual nunca descuide los entrenos con la selección de la Universidad pues cada semestre disputábamos 2 o 3 torneos.

Fueron muchos los torneos disputados con la Universidad, Copa Loyola, Copa Icesi, Copa Autónoma, Zonales Universitarios, Copa Cooperativa, Copa Autónoma de Popayán, Nacionales Universitarios, Liga Vallecaucana, entre otros. Muy seguramente se me escape alguno, pero lo que si no se me escapa es que de esos torneos que mencione anteriormente los únicos en los que no pude gritar campeón fueron los Nacionales Universitarios y la Liga Vallecaucana. Fueron muchas alegrías con esta familia que se acostumbró a ganar y gustar. Aprendí mucho de todos y por eso les estaré eternamente agradecido.

Buscando ser un jugador profesional en la disciplina pues con el futbol no lo logre por motivos que no son relevantes en este momento, decidí intentarlo una vez más en el Club Deportivo Lyon. Las cosas no salieron como se tenían planeadas y la verdad llegue a desmotivarme a tal punto que ya no quería saber más del deporte. Fue en ese momento cuando recibí una llamada a mi celular diciendo que si quería hacer parte de un equipo profesional nuevo que jugaría la Liga Argos Futsal. Por supuesto accedí al llamado y aproveche la oportunidad que se me estaba brindando. Pertenecí a ese club 1 año completo pero por razones personales decidí hacerme a un lado y dedicarme a mis estudios. Hoy en día busco una oportunidad en el Club Deportivo Lyon.

Muchas veces criticamos el porqué de las cosas pero no logramos entender que en esta vida todo pasa por algo y para algo. Todo tiene su propósito. De no ser por ese llamado inicial donde me invitaban a pertenecer al seleccionado universitario de futbol sala hoy no podría decir que en el sala encontré el deporte que no había encontrado en el futbol. No podría decir que gracias al sala mi estadía en la Universidad fue muchísimo más agradable. No podría decir que conocí personas únicas, llenas de valores y virtudes que a lo largo de ese duro camino se brindaron a conocerme y a dejarse conocer. No podría decir que conocí a un MAESTRO en la disciplina. A este deporte le debo mucho de lo que hoy en día vivo. Por eso, cada que entro a una cancha, lo dejo todo en agradecimiento por todo lo que el sala le brindo a mi vida.

Logros de la Universidad del Valle en Futsal en los últimos cinco años



Fuente: Luis Ernesto Mora Olarte

Cuadro No. 3: Logros Univalle en los últimos cinco años

Evento	Fecha	Reconocimiento
Zonal universitario Popayán	Abril 2009	Subcampeón
Sexta copa Universidad ICESI	Septiembre 2009	Campeón
Zonal universitario Popayán	Abril 2010	Tercer puesto
Séptima copa Universidad ICESI	Septiembre 2010	Campeón
Zonal universitario Popayán	Abril 2011	Subcampeón

Décimo tercera Copa Loyola	Agosto 2011	Campeón
Octava copa Universidad ICESI	Septiembre 2011	Subcampeón
Sexta Copa UAU	Octubre 2011	Subcampeón
Liga vallecaucana 1er torneo	Diciembre 2011	Campeón
Zonal universitario Popayán	Abril 2012	Tercer puesto
Novena copa Universidad ICESI	Septiembre 2012	Campeón
Séptima copa UAU	Octubre 2012	Campeón
Segunda copa UCC	2012	Campeón
Tercera copa UCC	2013	Subcampeón
Quinta copa universidad ICESI	Septiembre 2013	Campeón
Octava copa UAU	Octubre 2013	Campeón
Primera copa de amistad Popayán	2014	Campeón
Cuarta copa UCC	2014	Campeón
Zonal universitario Cali	2014	Campeón
Copa Loyola	Agosto 2014	Campeón

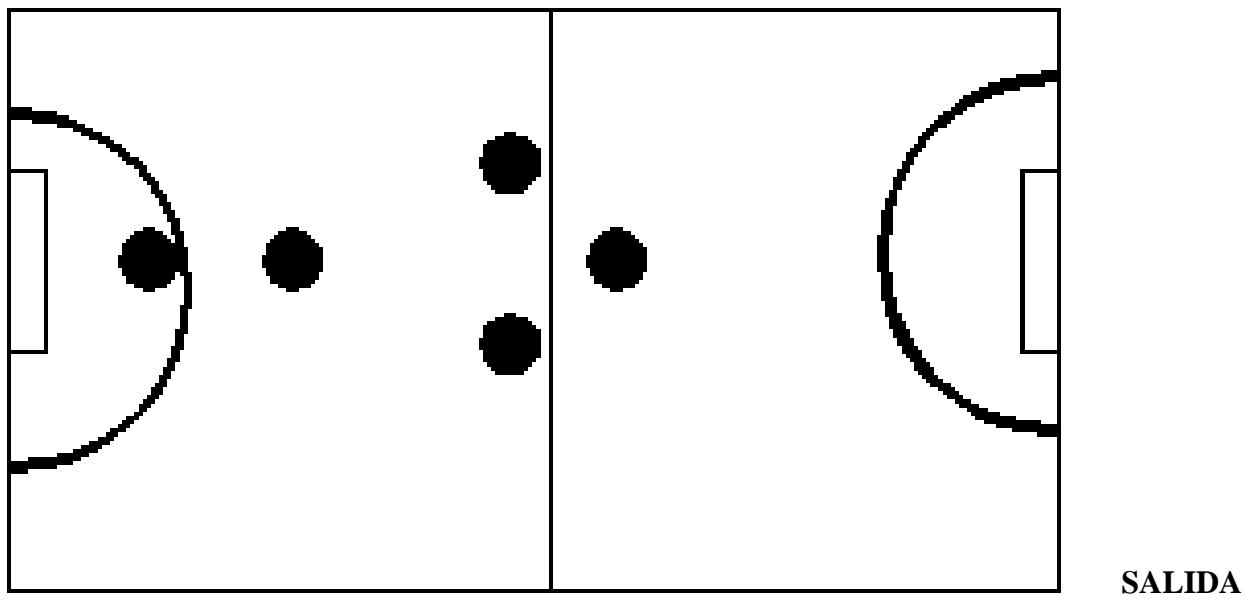
Elaboración: Luis Ernesto Mora Olarte y Mauricio Rubio Tabares

2.2 Importancia de las acciones tácticas más relevantes del fútbol sala.

ESQUEMAS TÁCTICOS EN LOS INICIOS DEL FUTSAL

En el inicio del fútbol sala se conocían 2 formas de juego, que en sus comienzos se implementaron de manera general por todos los equipos, haciendo aclaración en que todo los equipos le daban manejo a estos sistemas en base a las características de sus jugadores, habían equipos más ofensivos y otros que su sistema de ataque partía de una muy buena defensa, para generar un contragolpe. Gracias a lo anterior podríamos concluir que siempre tendremos equipos netamente ofensivos y otros defensivos (Sampedro, 1994).

Analizamos las formas más comunes de parar el equipo en cancha:



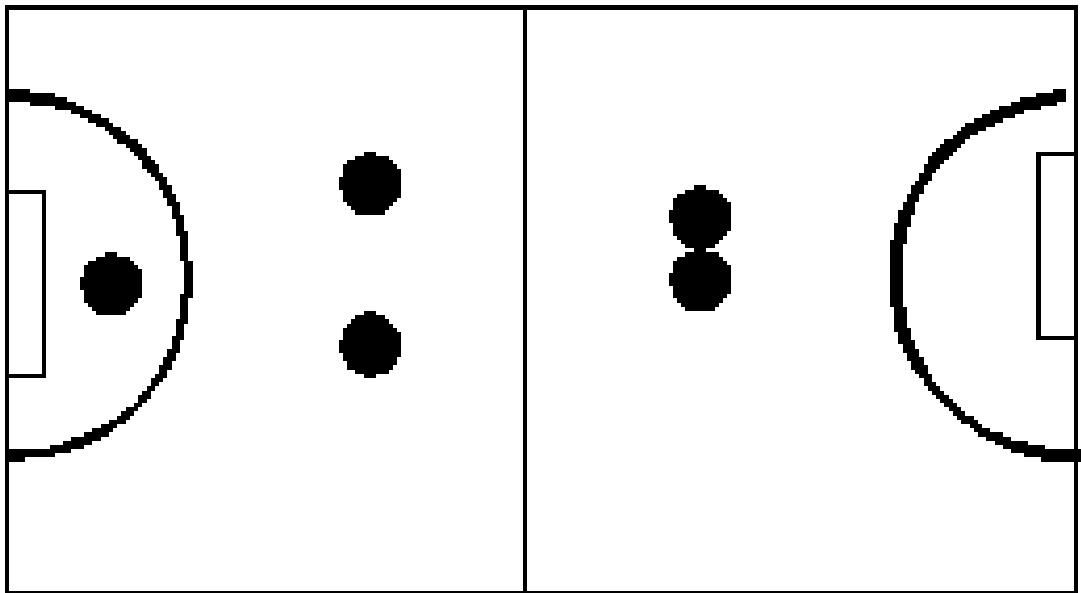
1-3-1

Fuente: Claudio Centurión “Táctica general del Futsal”. Visto en:

http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/t_futsal/t_futsal.htm

Esta es la forma más utilizada en salida ya sea para el ataque o para el equilibrio en marca en defensa, utiliza el portero como último hombre, el poste promotor de salidas en ataque y excelente manejo en marca defensiva, las alas permiten la salida por las bandas y equilibrio en

marca con sus cierres y, el pívot principal generador de juego a partir de su posesión de balón y jugador donde el juego puede dar la pausa para buscar opciones de ataque.



SALIDA 1-2-2

Fuente: Claudio Centurión “Táctica general del Futsal”. Visto en:

http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/t_futsal/t_futsal.htm

Este sistema se ejecuta, dadas las condiciones del equipo que su principal objetivo es generar una presión al rival desde el primer cuarto de cancha, con las ganas de poseer el balón y recuperarlo lo más rápido posible para así tener más oportunidad de acciones de ataque en busca del gol.

Rotaciones en ataque

Las rotaciones en el ataque son utilizadas para que el equipo que las realiza genere movilidad y dinamismo para así generar puntos vulnerables a su rival, la movilidad es la forma fundamental para crear espacios y lograr opciones de gol, ya sea rematando al arco o generando llegadas de acompañamiento a la portería.

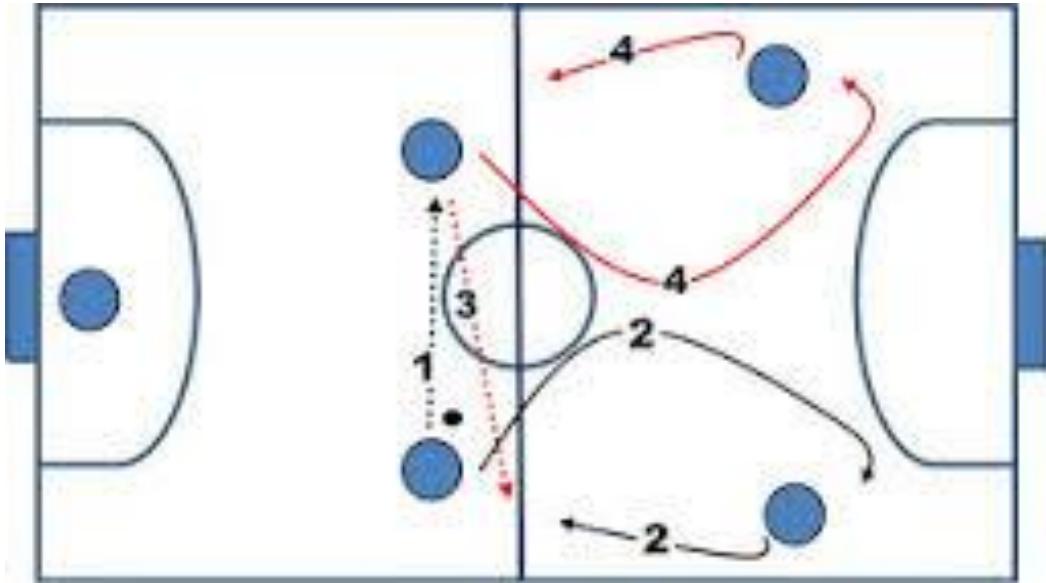
Las rotaciones más conocidas son 2; la primera llamada salida de 3 o rotación de 3 y la segunda es la rotación de 4 o salida 2-2.



ROTACION DE 3

Fuente: Futbol.facilisimo.com

En esta rotación observamos una posición inicial de 1-3-1 en donde el portero no está involucrado en ningún movimiento, los tres jugadores de fondo y el que está ubicado adelante, mantendrán este estado posicional hasta el jugador que se encuentra en el centro de la línea de 3, toma la decisión de jugar el balón de pase a cualquiera de sus dos alas, realizado este pase, el jugador realizara un movimiento lineal al frente y quedara posicionado de pívot, el jugador que se encontraba de pívot pasara al costado donde fue ejecutado el pase y el jugador que recibió el pase queda en posición de centro de poste. En la rotación se realizará un cambio de posición rápida y la posición permitirá que el equipo quede parado siempre en cualquier movimiento en 1-3-1. Esta rotación permite generar espacios por las bandas para realizar pases en profundidad por las mismas.



SALIDA DE 4 PUNTAS O 2-2

Fuente: www.entrenadoresfutbolsala.com

En este esquema de salida, observamos dispuestos en cancha 4 jugadores de campo, los cuales se ubicaran casi en 4 puntas, donde 2 jugadores estarán atrás y 2 jugadores los encontraremos adelante. El movimiento consiste en que los dos jugadores de atrás se realizan pases entre ellos, en cualquier momento uno de los dos realizado el pase, toma la decisión de hacer un movimiento sin balón trazando una línea imaginaria diagonal de su posición al centro, y del centro hacia el costado del campo, el que estaba en el costado pasa a ocupar el puesto que su compañero acabo de dejar, para así seguir realizando pases y ejecutar el mismo movimiento. Este movimiento nos permite generar espacio por centro y sumar jugadores al ataque para crear superioridad numérica a nuestro rival.

Esquemas defensivos

Los esquemas defensivos son formas o guías para que el equipo pueda pararse en cancha intentando solucionar y cubrir cualquier espacio que se pueda dejar, claramente podemos decir que los esquemas son manejados por los equipos, de muchas maneras, cada equipo tiene su forma de trabajar, sus características de jugadores distintas y su metodología de entrenamiento estipulada y marcada por cada cuerpo técnico, no obstante podemos decir que muchas de las variables defensivas por cada equipo nacen de una estructura universal.

Los equipos manejaban 3 formas defensivas Según Claudio Centurión, las cuales mencionaremos a continuación:

- Defensa en zona total: el equipo no movía su estructura para defender.
- Defensa en zona parcial: el equipo movía su estructura de mitad de cancha hacia arriba y en terreno propio mantenía la zona fija.
- Defensa hombre a hombre: el equipo movía y seguía a su oponente con marca fija o hombre a hombre por toda la cancha.

METODOLOGÍAS DE ENTRENAMIENTO

Entrenamiento Analítico

Se define como el trabajo de cualquier gesto técnico por separado, aislando del juego, de forma que sólo se tiene en cuenta alguno de los elementos que intervienen en el juego (BALÓN).

Entrenamiento Integrado

Se define como el trabajo en el cual se presenta una situación de juego en la que intervienen todos los elementos (BALÓN, COMPAÑEROS, ADVERSARIOS).

Cuadro No. 1: Ventajas y desventajas entre métodos de entrenamiento

	Método analítico	Método integrado
VENTAJAS	<ul style="list-style-type: none"> ● Mejora de objetivos concretos. ● Mayor volumen de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajo simultáneo. ● Al trabajar todos los elementos, la mejora se refleja rápidamente en la competición.
INCONVENIENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● Sólo se incide en un contenido. ● Las mejoras no se manifiestan en su totalidad debido a los condicionantes de la competición (compañeros, adversarios,...) que no se han tenido en cuenta en el entrenamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Presenta un nivel inferior de concreción (sobre todo en el aspecto técnico). Mismos ejercicios diferentes objetivos.
MOTIVACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> ● Nivel muy bajo: tareas monótonas y repetitivas. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Elevadísimo nivel de motivación: existe una identificación total y plena (juego real).
INCIDENCIA MECANISMOS	<ul style="list-style-type: none"> ● Percepción: mínima (situ. Estables). ● Decisión: nulo (todo está previsto). ● Ejecución: máximo (mayor volumen). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Percepción: máximo (situaciones imprevisibles). ● Decisión: máximo (modificación continua de las situaciones). ● Ejecución: medio (más acciones que las del objetivo principal).

Fuente: Rulver Pulido Joven

Sistemas de Juego

Un sistema de juego se define como el lugar que ocupan los jugadores en la cancha, con la intención doble de evitar gol en la portería propia y tratar de conseguirla en la contraria, con todos los medios posibles (técnicos/tácticos individuales y tácticos colectivos) que el entrenador selecciona, ordena y da prioridad (Ferretti, 2005).

Metodología de los Sistemas

- ✓ Defensa
 - Defensa individual
 - Defensa en Zona
 - Defensa Mixta
 - Defensa Alternativa
- ✓ Ataque
 - 3-1 con Pivot fijo / dinámico
 - 4-0
 - 5x0 – 5x4
 - Otros (2-2)
- ✓ Defensa en Sistemas
 - Según la disposición de los jugadores
 - a. 1-2-1 (3-1), 2-2 y 1-1-2 (Y)
 - Según su intensidad
 - a. Pasiva o Presión
 - Según el espacio
 - a. 1/3, ½, ¾, 4/4
 - Según el tipo de marca
 - a. Individual, zonal, alternativa y mixta

✓ Defensa Individual

Un tipo de defensa cada vez menos utilizado en la élite MUNDIAL, en el cual individualizamos la responsabilidad de nuestros jugadores, asignándose cada jugador un adversario (al trabajar con coberturas Sería perjudicial).

Esta defensa se utiliza como base de entrenamiento en todos los sistemas defensivos.

• Ventajas

- Fácil asimilación para los jugadores (consignas muy concretas).
- Se gana en concentración al ser un sistema simple de asimilar.
- No dejamos pensar cómodamente al atacante.
- Eficaz ante equipos técnicamente limitados

• Inconvenientes

- No existen coberturas (un error individual entraña mucho peligro).
- No existe espíritu de colaboración entre los jugadores.
- no hay Facilidad para crear líneas de pase.
- Supone un mayor desgaste físico.
- El fallo en la anticipación resulta muy peligroso

✓ Defensa en Zona

En este tipo de defensa los jugadores dejan de tener responsabilidades sobre un jugador, de tal manera que han de ocuparse de una zona determinada de la cancha, responsabilizándose cada jugador de los contrarios que pasen por su zona.

La defensa en zona defiende el balón o el sector de la pelota.

• Ventajas

- Proporciona una buena situación a los defensores para desarrollar acciones de contraataque.
- Permite utilizar a jugadores con menor “nivel defensivo”.

- Menor desgaste físico (coberturas).
- Obligamos a pensar a los atacantes.

• Inconvenientes

- Exige una programación detallada de todos los movimientos del sistema defensivo.
- Se necesita gran coordinación/comunicación entre los jugadores.
- Sólo se puede utilizar con un grupo de jugadores con un elevado nivel táctico defensivo.

✓ Defensa Mixta

Se define como un tipo de defensa en el que se plantea una combinación de la defensa individual y la defensa en zona, de forma que uno o varios jugadores defienden individual y el resto en zona.

Suele utilizarse ante equipos que cuentan con uno o varios jugador/es determinante/s (1x1, visión de juego, acciones específicas, etc.). En este caso, dicho jugador/es es al que se le realiza la defensa individual con ánimo de reducir las acciones del mismo.

✓ Defensa Alternativa

Se define como un tipo de defensa en el que se alternan varios tipos de defensa a lo largo del partido, existiendo entre los jugadores una gran coordinación y conocimiento de las funciones a realizar en cada momento.

Suele ser muy sorpresiva para el rival, y además le obligamos a pensar en cada momento.

Se suelen tener preparados los cambios en el tipo de defensa (saque de fondo, saqué de banda, presión al portero, etc.).

Patrones Tácticos

- Fragmentar las acciones tácticas por parejas/tríos (acciones grupales).
- Entrenamiento global y en el contexto del juego.
- Encontrar las situaciones reales de juego debemos respetar y perfeccionar los aprendizajes técnico-tácticos.
- Perfeccionar los aprendizajes con entornos cambiantes (intervención lógica y dirigida de los defensores).
- Progresión en el trabajo para asegurar la mejora (aprendizaje significativo = contenidos relacionados con aumento progresivo de la dificultad).
- Utilización de combinaciones o esquemas tácticos (lugar donde empieza-combinación-sincronización de movimientos-trayectorias de jugador y balón-búsqueda de 1x1-lanzamiento a portería-decisión-alternativas y variantes a las situaciones del juego).
- Diseño de tareas específicas que guarden relación con el objetivo.

✓ Sistema de Ataque 3-1

- 3 -1 con pívot fijo: no existen rotaciones, sólo movimientos entre los jugadores de la línea de elaboración, buscando la conexión con el pívot.
- 3-1 con pívot dinámico: consiste en el intercambio de posiciones (rotaciones) en las dos líneas (elaboración y finalización).

A Favor

- Mayor espacio libre en la zona de finalización
- Permite la movilidad sin desequilibrio táctico
- Siempre tiene dos apoyos
- Buen balance defensivo ante la perdida del balón

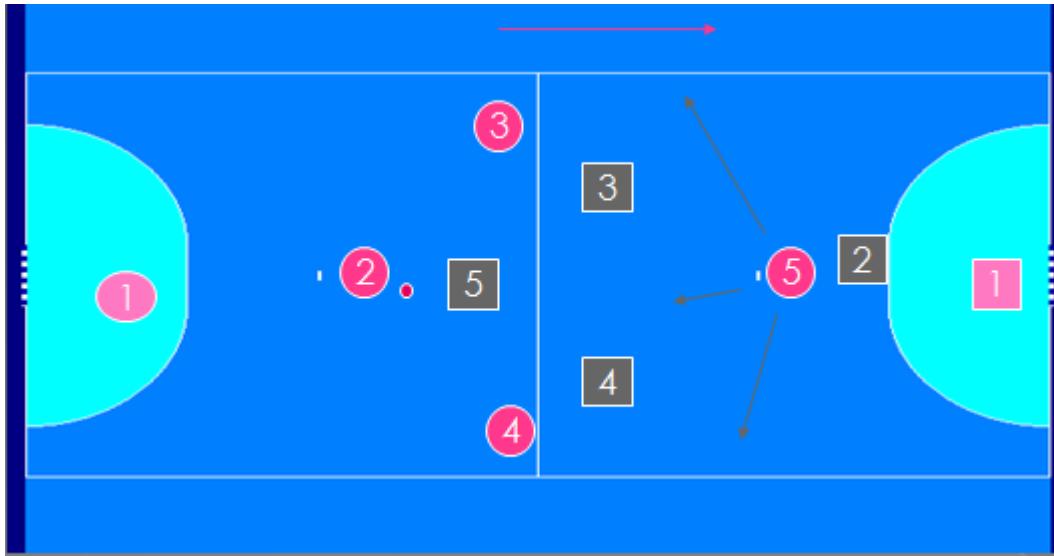
En Contra

- Se necesita un jugador especialista en el puesto de pivot: juego de espaldas, recepción, giro, etc.

- Facilidad defensiva al jugar con pivot fijo (no así cuando se trata de pivot dinámico).

Grafico Ataque 3-1

Patrón de Paralela, de Medio y Redondo se ajustan a este sistema.



Fuente: www.entrenadoresfutbolsala.com

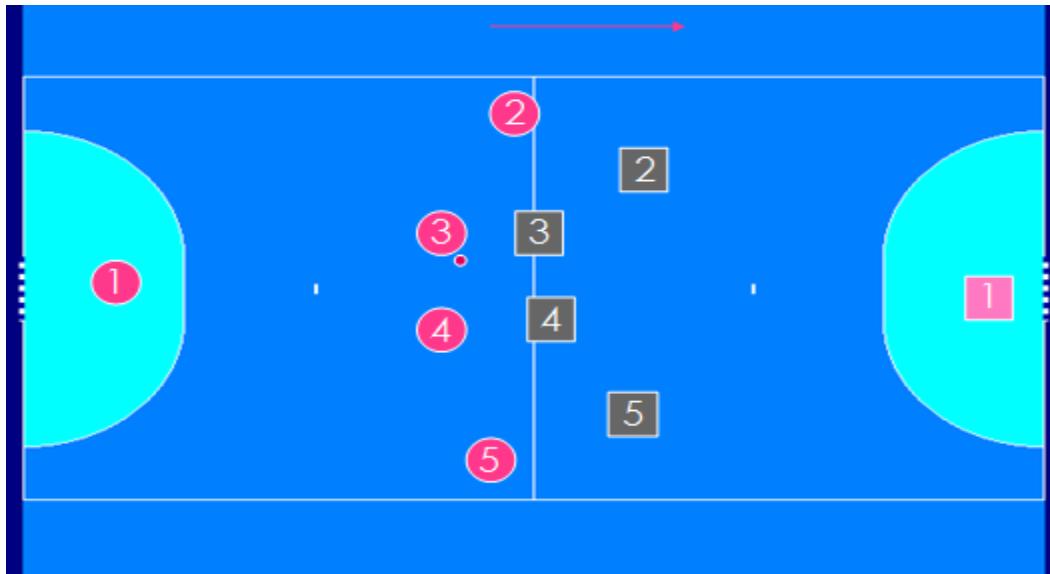
- ✓ Sistema de Ataque 4-0
- A Favor
 - Facilidad en la creación de espacios libres
 - Si nos defienden en individual dejamos al rival sin coberturas y le producimos un gran desgaste físico.
 - Valido ante equipos que nos presionan.
 - Existen apoyos continuos
 - Ofrece gran diversidad de movimientos y toma de decisiones continuamente.

- En Contra

- Ante la pérdida del balón, existe poco balance defensivo.
- Poca utilidad ante equipos con defensas cerradas.
- Mucho desgaste físico
- Mucha coordinación y gran manejo del balón, ya que al jugar muy juntos hace falta precisión.

Grafico Ataque 4-0

Patrón de Cuatro en Línea



Fuente: www.entrenadoresfutbolsala.com

✓ Ataque en Superioridad 5x0 – 5x4

Acción táctica ofensiva, utilizada en momentos puntuales del juego con la aportación de un jugador (portero) para buscar superioridad numérica en el ataque. El objetivo principal es la búsqueda de una superioridad numérica en la acción ofensiva del equipo.

Consideraciones al Sistema

- El ataque debe ser muy organizado y tener mucha tranquilidad y paciencia ¡NO PRECIPITARSE!
- No hay opciones para acciones individuales (1 x 1), al tener superioridad siempre debe mantenerse una línea de pase abierta.
- Leer la defensa para adaptar nuestro sistema.

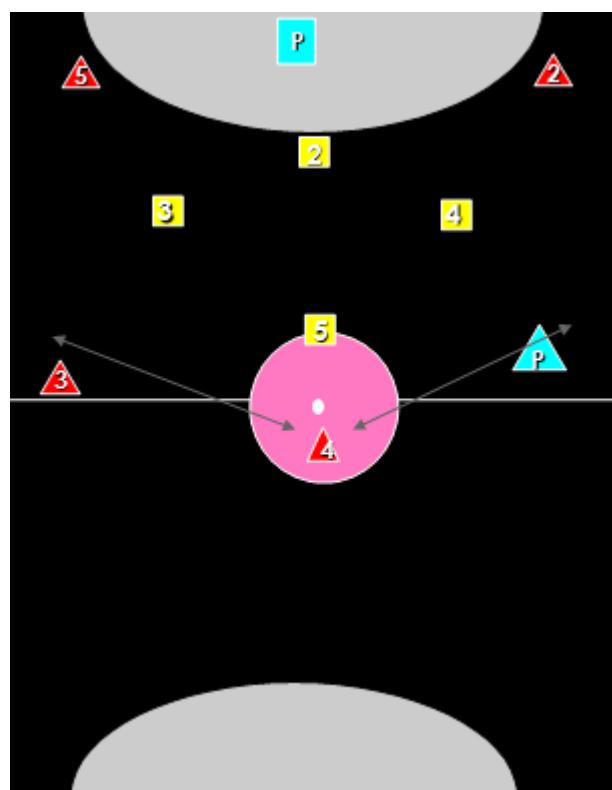
✓ 5x0: Ventajas e Inconvenientes

Ventajas

- Recurso cuando el resultado es desfavorable, todo o nada.
- Utilizado en ocasiones ante defensas cerradas en cualquier momento del partido crea mucha incertidumbre al sistema defensivo.
- Conseguimos superioridad numérica.
- El gasto energético es relativamente bajo
- Produce inseguridad en el rival, además de desgaste psicológico puesto que está en desventaja numérica.
- La ocupación racional del espacio garantiza espacios libres y al disponer de un atacante más, siempre vamos encontrar con más facilidad líneas de pase en el ataque.

Inconvenientes

- Cuando existe una pérdida de balón, hay una desorganización defensiva.
- Se deja la portería desprotegida
- Se necesita mucha concentración y disciplina para no cometer errores en el sistema.
- Ante defensas bien organizadas, nos dificultan la verticalidad en el juego.
- No se puede hacer 1vs 1



Fuente: www.entrenadoresfutbolsala.com

Grafico Ataque 5x0, 5x4

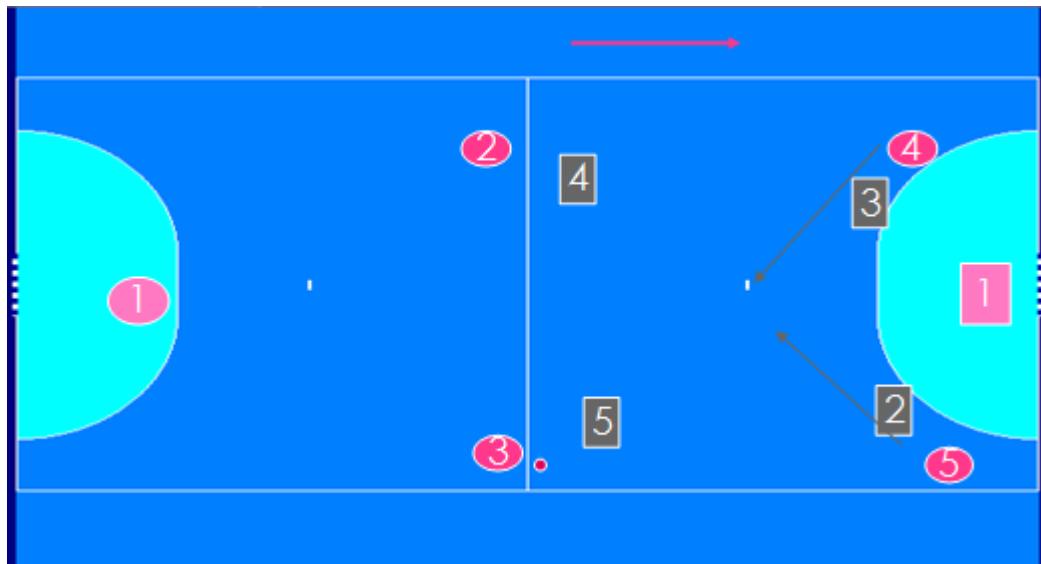
Patrón Cuadrado cuando el Portero esta por centro.

- ### ✓ Ataque 2-2

Se utiliza principalmente en las categorías inferiores, en la élite es un sistema muy poco utilizado. Aunque en la alta competición no es demasiado habitual que un equipo tenga un patrón de juego 2-2, sí puede ser utilizado en algún momento del partido, principalmente ante defensas cerradas. Principalmente en este sistema se suelen utilizar movimientos “simples” buscando la solución rápida del ataque.

Los dos jugadores de la primera línea de ataque deben de tener una buena calidad de pase y hábiles en el 1x1. Los dos jugadores de la segunda línea de ataque deberán de estar a “pierna cambiada”, dominar el juego de espaldas y una buena finalización (Ferretti, 2005).

Grafico Ataque 2-2



Fuente: www.entrenadoresfutbolsala.com



Fuente: Rulver Pulido Joven

2.3 Clasificación de las acciones técnico-tácticas del fútbol sala.

Fundamentos

1) El pase: es la acción de entregar el balón a otro jugador con la mayor precisión posible. Pueden ser cortos, medios o largos, en función de la distancia. Según su trayectoria serán ascendentes, descendentes, parabólicos o a ras de suelo; y según su dirección, variarán en profundidad, lateral, retrasados y en diagonal. En este deporte, dadas las cualidades del mismo, el manejo de balón a ras de piso es la forma más utilizada, permite la movilidad de sus jugadores, una mejor recepción de pase y, un factor importante del futsal que es la recepción de pelota en semi-parada lo cual hace ver este deporte, rápido, explosivo y de una riqueza técnica de los jugadores (Luque, 1998).

2) Conducción o dribbling: es un gesto básico e imprescindible para adquirir una buena técnica, ya que es la base para dominar el pase, la conducción y el tiro. Es necesario controlar la superficie de contacto con el balón, la suavidad del toque, la presión y el equilibrio de todo el cuerpo para conseguir la máxima eficacia. En el futsal, se maneja y se fundamenta mucho la conducción del balón con la planta del pie, ya que esta superficie permite tener un control más a ras de piso y una toma de decisión más rápida y acertada en el próximo movimiento o ejecución (Luque, 1998).

3) El regate: se utiliza para superar a uno o varios adversarios sin perder el dominio del balón. El regate se puede realizar sin finta previa, con un cambio de ritmo brusco para desequilibrar al defensor y sortearlo sin que tenga tiempo para reaccionar, o bien, con finta previa, en el que el jugador que está en posesión del balón realiza el regate en función de la reacción que previamente tiene la defensa. En regate en futsal, es uno de los fundamentos más importantes de este deporte, ya que al practicar este deporte que posee medidas de la cancha tan cortas, la forma más importante para sacarle ventaja al rival es por medio de las fintas, los amagos en pocas palabras los engaños dentro del campo de juego.

4) Tiro a portería: se refiere a la acción de golpear el balón con cualquiera de las superficies de contacto permitida, en dirección a la portería y con la finalidad de marcar un gol.

Se puede tirar de diferentes formas: -Punta: se usa para tirar con la máxima potencia o para hacer vaselinas. -Interior: se usa para ajustar más el balón al lugar que el jugador quiere que vaya (Pases), de esta manera el tiro no irá tan rápido que cuando se tira de punta. -Empeine: se realiza con la parte anterior del pie. -Tacón: se usa para sorprender al portero. Se debe de tirar a distancias próximas, porque si se tira desde una distancia lejana es difícil llegar. -Cabeza: se realiza generalmente cuando el balón se aproxima a una altura en la cual un contacto con el pie o pierna no es posible.

5) La recepción: es una acción muy utilizada durante un partido, con el objetivo de recibir el balón, controlarlo y ponerlo a su servicio para desarrollar en buenas condiciones una acción posterior. La recepción en parada es aquella en la que se consigue controlar totalmente el balón en los pies, perdiendo el componente de velocidad pero aumentando la precisión en el manejo posterior del esférico.

La recepción en semiparada es aquella en la que se ayuda a conseguir que el balón pierda parte de su valor inicial. Y la recepción de amortiguamiento es la que sirve para controlar balones aéreos con trayectoria descendente; se produce una amortiguación de la aceleración con el que se llega la pelota. El control del balón puede ser al ras de suelo, o bien con la cara interna de la bota, o con la planta del pie, con la punta hacia arriba y encajando la pelota entre la planta y el suelo. En los balones altos, se debe conseguir llevar el balón al suelo con posibilidades de ser jugado adecuadamente (Luque, 1998).

6) Las fintas: sirven para engañar a los adversarios, ya sean de chute, pase o de conducción.

7) El drible o regate: es la acción de evitar la entrada de un adversario y mantener la posesión de la pelota. Existen varios tipos de drible o regate como el de protección (acción de interponer el cuerpo entre la pelota y el oponente), el recorte (cambiar la pelota de una pierna a otra amagando el pase o tiro a puerta), el rastrillo (cambio de dirección de la pelota con la planta del pie), la bicicleta (pasar los pies alternadamente por encima de la pelota en movimiento o posición), dejando a la imaginación un sinnúmero de movimientos que surgen de momento y dadas las situaciones de juego, donde el jugador debe resolver en milésimas de segundo para el bien propio y de su equipo.

CONCLUSIONES

- ❖ El futbol sala es un deporte muy joven en Colombia, que a pesar de ser relativamente nuevo a cosechado buena acogida y buenos resultados. Esto se refleja en participaciones como la copa América del año 2011 siendo cuartos y en la última copa mundial realizada en Tailandia 2012 ocupando la posición cuarta a nivel mundial.
- ❖ Aunque el futbol sala sea un derivado del futbol, ha logrado generar una identidad deportiva diferenciándose, no sólo por su estilo de juego sino también por aspectos como la reglamentación, los recursos materiales y mentales debido a los múltiples estados anímicos a los cuales está expuesto un jugador.
- ❖ Este deporte inició con muy poca convocatoria de deportistas, pero actualmente se ha encontrado que el Futsal desarrolla divisiones inferiores al interior de los clubes. Lo anterior permite que la acogida de estos equipos crezca en el público y poco a poco se genere un respeto por este deporte. La competencia de las llamadas “divisiones inferiores” o “Fútbol base” permite que el jugador se sienta motivado y aspire a llegar a la máxima categoría, generando un crecimiento del nivel competitivo entre los jugadores que aspiran a ésta.
- ❖ El manejo de entrenamientos en la parte técnica y estratégica deben ser un complemento en el Futsal, el trabajar una independiente de la otra, no permitiría observar jugadores íntegros en el sentido deportivo. Si solo trabajamos la parte física, lograríamos un jugador con capacidades aeróbicas y anaeróbicas excepcionales, pero en la parte táctica serían jugadores sin ideas y por el contrario, si manejamos la parte técnica lograríamos tener jugadores ricos en la esencia del juego pero sin la capacidad de soportar la parte física que el deporte genera en alta demanda. Por lo anterior, el Futsal es un deporte que metodológicamente maneja ambas partes en una misma sesión de entrenamiento.

- ❖ El Futsal es un deporte rápido, explosivo de estados anímicos variado, de riqueza técnica y táctica, de espectáculo, pero el valor fundamental es que es un deporte de toma de decisiones espontánea, en cuestión de segundos, donde le permite al jugador ser tanto rápido a nivel físico, pero aún más rápido a nivel mental
- ❖ “La práctica hace al Maestro”, ¡No necesariamente!. No solo para el Futsal, sino para muchísimos deportes encontramos ciertas creencias, una de ellas es: un entrenador que haya vivido el deporte desde el ámbito de jugador puede transmitir mejor sus conocimientos a su equipo dirigido. Como experiencia de vida, observamos que esos prejuicios no se cumplen plenamente, ya que un profesor que no haya tenido esa experiencia, puede transmitir de igual manera sus conocimientos y generar igual o mejores resultados.
- ❖ El Futsal es un deporte de líderes, se necesita de la participación de todos sus integrantes, para generar una sincronización, la cual se ve más plasmada en los esquemas tácticos. Este deporte se enfoca en que el jugador puede aportar tanto con balón, como sin él.
- ❖ El entrenador es un medio o canal para que el equipo llegue al éxito, la forma de hacerlo se resalta en que el rol más importante del técnico, comienza por comunicar el valor y potencial de sus propios jugadores o personas.
- ❖ En sus inicios el futsal comenzó como un deporte de recreación de ocio y salud, pero gracias a la gestión de algunos agentes del futbol en Colombia se logró una inclusión de población al futbol sala. Esta población que se vio llamada a la práctica de este deporte, en la actualidad, puede disfrutar del mismo en un grado de ocio o diversión y como una disciplina deportiva para la práctica a nivel profesional.
- ❖ La cualidad primordial del futsal es el espectáculo. Este deporte tiene como principal valor, el ideal de procurar el respeto por tu rival en la parte física, una de sus principales reglas es el cobro de doble penal, el cual por medio de acumulación de faltas permite el castigo del equipo infractor a partir de la quinta agresión física sobre el rival. Este

deporte es una nueva forma de concebir el juego limpio y éste es su lema para una práctica óptima en el campo.

- ❖ La Universidad del Valle durante los últimos 5 años ha logrado posicionarse a nivel nacional, como un referente en la práctica del futbol sala, no solo por la calidad del entrenamiento, sino porque la mentalidad de sus jugadores va más allá de ser un simple equipo, conformando así una familia.

BIBLIOGRAFÍA

CARVAJAL, Sandra Patricia (2011) Documentos de consulta Especialización en Teoría y Metodología del Entrenamiento, noviembre

FERRETI Fernando (2005) Profesor de Futbol Sala Brasilero. Entrenador Campeón del Mundo con Brasil. Conferencias Bogotá.

GARCÍA, Pedro (2003). «"Muerto el rey, ¡Viva el Rey!"» (En español). Asunción: Corporación Deportiva Fénix. Consultado el 24 de diciembre de 2010.

GUEVARA Álvaro. (2005) Entrenador Selección Colombia, Selección Venezuela, Conferencias Seminario Internacional Bogotá

HURTADO BARRERA, Jacqueline (2004). El Proyecto de Investigación. Metodología de la Investigación Heurística Caracas, SYPAL, 132 pág.

ICFES TAMAYO - Otros. Serie “Aprender a investigar”, ICFES, Bogotá, 2000, 124 pág.

LOZADA, Jaime (2005). *Futsal: preparación y competición*. Ed. Kinesis.

LOZANO, Javier. Saturnino Niño Gutiérrez. (2002) Técnica en alta competición del Futbol Sala. Impreso Apyce & Grafisur. Madrid, España.

LÓPEZ CUTILLAS. Ana Belén. GARCÍA, Vallejo. Alejandro (2010). La técnica individual en fútbol sala. Diplomada/o en Educación Física por la Universidad de Murcia. (España). any_blk@hotmail.com. negrito64@hotmail.com. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, Nº 151, Diciembre. <http://www.efdeportes.com/>

LUQUE HOYOS. Francisco (1998). Técnica individual del Futbol Sala. Editorial Gymnos. Madrid

SAMPEDRO, Javier (1997) *Futbol Sala. Las Acciones de Juego. Técnica, táctica y estrategia, análisis metodológico de los sistemas de juego.* Editorial Deportiva Gymnos. Madrid, España.

SAMPEDRO, Javier (1993) *Iniciación al Futbol Sala.* Editorial Deportiva Gymnos. Madrid, España.

SAMPEDRO, Javier. (1994) *Fundamentos de táctica deportiva del Futbol Sala.* Editorial Gymnos

TAMAYO Y TAMAYO, Mario (1994) *El proceso de la investigación científica, 3^a EDICIÓN,* México: Editorial Limusa, 231 p.

Otras fuentes:

- Diniz, Marcos (27 de enero de 2009). FPFS (ed.): «I Campeonato Mundial de Futebol de Salão - 1982» (en portugués),
- Javier Lozano Cid: Táctica en alta competición. Edita Federación Madrileña de Fútbol Sala.
- Javier Lozano Cid: Experiencias tácticas. Edita RFEF.
- Jesús Velasco-Javier Lorente: El entrenamiento de base en Fútbol Sala. Ed. Paidotribo,
- José Venancio López Hierro: “Apuntes sistemas de juego”.
- J.L. Chaves Chaves y J.A. Ramírez Amor: Táctica y estrategia en Fútbol Sala (ataque y defensa).Ed. Hispano-Europea).
- Miguel Rodrigo Conde Salazar: “Apuntes sistemas de juego”.
- RFEF: Táctica y sistemas de juego en Fútbol Sala.
- Sergio García (Licenciado en Ed. Física): “Apuntes Proceso de entrenamiento deportivo”.
- Sergio García: “Teoría y práctica del ataque con portero jugador: 5x4”.
- Varios: Fútbol Sala. Edición Lea
- Pérez Pérez, Eliézer Sebastián; Erik Garin, Erin y Ballesteros, Frank (31 de marzo de 2011).RSSSF (ed.): «FIFUSA World Championship»

Visto en la web: www.futsala.com.ar el 12 de enero de 2015.