

Fundamentos metodológicos para juegos en espacio reducido de futsal universitario

Methodological criteria for small-sided games university futsal



<https://eqrcode.co/a/Qsj3Fd>

Gregorio Morales González*, Alier Pérez Carmona, Yescarels Oyalvides Paizan

Universidad de las Ciencias Informáticas, La Habana, Cuba.

RESUMEN: La insuficiencia en la salida de presión hombre a hombre en espacio reducido es hoy una problemática en el futsal universitario cubano. Al poseedor de la pelota se le dificulta realizar el primer pase a partir de la poca coordinación en los desmarques de apoyo y ruptura lo que afecta la dinámica de juego. El objetivo de la investigación fue asumir criterios metodológicos para fundamentar el diseño de una metodología de enseñanza-aprendizaje de juegos en espacio reducido para la salida de presión en equipos universitarios de futsal. Se trata de un estudio descriptivo donde se emplean los métodos de búsqueda y criterio de selección, análisis y síntesis y la entrevista. Las observaciones y controles a los juegos en espacio reducido, posibilitaron focalizar los errores táctico - técnicos y físicos de cada jugador, atendiendo a sus características y a las demandas de las situaciones de juego. Los fundamentos expuestos en el artículo sustentan teóricamente la metodología para salir de la presión ejercida por el adversario, propiciando una mejoría en la frecuencia de pases desde la igualdad e inferioridad numérica que se desarrollan a partir del trabajo en diferentes sectores de la pista de juego.

Palabras clave: futsal, fundamentos metodológicos, juegos, espacio reducido, metodología.

ABSTRACT: The failure on the solution of man to man pressure in small-sided games is today a problem in the Cuban university futsal. It is difficult for the ball's owner to make the first pass due to the lack of coordination in the support and breakage, affecting the game dynamics. The objective of the research was to assume methodological criteria in which a methodology of small-sided games teaching-learning for the pressure release in university futsal teams will be based on. This is a descriptive study where the methods of research and criteria of selection, analysis and synthesis and the interview are used. The observations and controls to the games in reduced space, made it possible to focus on the tactical-technical and physical errors of each player, according to their characteristics and the demands of the game situations. The foundations exposed in the article theoretically support the methodology to get out of the pressure exerted by the opponent, promoting an improvement in the frequency of passes from the equality and numerical inferiority that are developed from the work in different sectors of the playing field.

Key words: futsal, methodological criteria, games, small-sided, methodology.

INTRODUCCIÓN

En el futsal no abundan los estudios sobre la salida de presión que ejerce el contrario al cerrar los espacios de juego como los hay en el fútbol convencional. Este deporte colectivo está dotado de un importante componente formativo. Los practicantes pueden expresar sus habilidades individuales en función del compromiso colectivo para lograr resultados satisfactorios.

Se asume la concepción del futsal como:

... Juego de colaboración-oposición, que se caracteriza por la necesidad de adaptación del jugador a un entorno cambiante y dinámico, con déficit de tiempo y espacio para percibir, tomar decisiones y ejecutar las acciones que aporten soluciones al juego. Es un deporte (...), donde los componentes tácticos perceptivos y

decisionales, desempeñan una función fundamental en la eficacia de cada acción de juego. (López, 2017:10)

Al observar al equipo de futsal de la Universidad de las Ciencias Informáticas (UCI) en los juegos provinciales universitarios entre 2016-2019, se manifestó en su comportamiento la insuficiencia en la salida de presión hombre a hombre en espacio reducido, donde al poseedor de la pelota se le dificultaba realizar el primer pase pues se obstaculizaban los desmarques de apoyo y ruptura. De esta forma se evidenció poca coordinación y movilidad táctica afectando la dinámica de juego. Por ello el objetivo de la investigación fue asumir criterios metodológicos para fundamentar el diseño de una metodología de enseñanza-aprendizaje de juegos en espacio reducido para la salida de presión en equipos universitarios de futsal.

*Autor para correspondencia: Gregorio Morales González. Email: grego@uci.cu

Recibido: 30/10/2020

Aceptado: 12/12/2020

MATERIALES Y MÉTODOS

Se trata de un estudio descriptivo donde se analiza la salida de presión en el momento de la apertura para poder dar respuesta a las fases ofensivas de ataque y así progresar en el juego ofensivo. El muestreo intencional comprendió al equipo de fútbol masculino de la UCI, compuesto por 16 jugadores que participaron en los juegos provinciales universitarios de 2016-2019, con un promedio de edad de 23 años. Se revisaron documentos hasta 2019, en las bases de datos Web of Science, Scopus y Google Scholar. Los criterios de selección de los trabajos se basaron en: 1- Las revisiones de los juegos sin metas y de finalización. 2- Relación de juegos en espacios reducidos sectoriales e intersectoriales desde la salida de presión y la relación de estos con los cuatro pilares de la preparación de un jugador de fútbol. El método de análisis y síntesis se empleó en el estudio de varios artículos que permitieron sintetizar criterios de varios autores. La entrevista se realizó a los jugadores objetos de estudio con el fin de corroborar, desde sus experiencias, la factibilidad de los juegos en espacio reducido para la mejora de la salida de presión del poseedor de la pelota.

RESULTADOS: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Para determinar los contenidos de entrenamiento que deben estar presentes en la metodología, se analizaron criterios y enfoques de los juegos en espacio reducido como principal relación con la toma de decisiones en el juego de fútbol. Uno de los estudios más recientes es el realizado por los autores [Abad, Robles, MT., Fernández-Espínola, C., Giménez, Fuentes-Guerra, FJ \(2019:91\)](#) en el cual se afirma que:

...la organización y planificación del entrenamiento desde los juegos en espacios reducidos serán de gran importancia para los entrenadores docentes, donde las variables como el tamaño del área de juego, el número de jugadores, la estimulación del entrenador, la presencia o no de porteros, la modificación y selección de las reglas unido a los objetivos físicos, tácticos, psicológicos y técnicos indican una mejor vía de realizar un entrenamiento óptimo...

La metodología se enfoca desde el juego en espacio reducido sustentada teóricamente a partir de estudios realizados por [Davids, K., Araújo, D., Correia, V., y Vilar, L. \(2013\)](#); [Hill-Haas, S. V., Dawson, B., Impellizzeri, F. M., y Coutts, A.J. \(2011\)](#); [Owen., \(2011\)](#), quienes plantean que este facilita la reproducción de las conductas enseñadas por los entrenadores/docentes en un ambiente aleatorio donde hay "repetición sin repetición", permitiéndoles desarrollar las habilidades táctico-técnicas del jugador a la vez que los parámetros fisiológicos de la resistencia, la agilidad y la fuerza se incrementan.

En la preparación del equipo de la UCI, se asumen los criterios anteriores y las investigaciones realizadas

por [Clemente, F.M., Couceiro, M. S., Martins, F. M., y Mendes, R. S. \(2012\)](#); [Mallo y Navarro \(2008\)](#), quienes plantean que su fortaleza reside en la simulación que suponen las demandas reales de la competición. Estos fundamentos hacen que se ordene la metodología desde la dimensión del área de juego, el número de jugadores (superioridad e inferioridad numérica), duración del ejercicio, manipulación de las reglas de juego, relación con la condición física y experiencia o nivel de los jugadores.

Fundamentos tácticos, técnicos y físicos

Para la confección de la metodología se tendrán en cuenta los fundamentos tácticos, técnicos y físicos como rectores de los juegos en espacio reducido y la relación de estos con la dimensión del área de juego, el número de jugadores, la duración del ejercicio, la manipulación de las reglas de juego y la experiencia o nivel de los jugadores.

Relación con la dimensión del área de juego

Al reducir el espacio disminuye la distancia con el oponente lo cual aumenta la dificultad de mantener la posesión. [Casamichana y Castellano \(2010\)](#).

Al disminuir las dimensiones del espacio de juego también decrecen los goles y la posesión del balón. [\(Costa, I.T., Garganta, J., Greco, P.J., Mesquita, I., y Muller, E. \(2011\)\)](#).

A mayor tamaño del área de juego, más espacio ocupado por los jugadores y mayor distancia entre ellos. [\(Frencken, W., Van Der Plaats, J., Visscher, C., y Lemmink, K. \(2013\)\)](#).

Al aumentar el espacio de juego se incrementa la distancia entre jugadores, lo cual lleva a una disminución de las oportunidades para regatear. Cuanto más grande es el área de juego, más aumenta la frecuencia cardíaca, la concentración de lactato en sangre y el esfuerzo percibido. [\(Rampinini, E., Impellizzeri, F. M., Castagna, C., Abt, G., Chamarrí, K., Sassi, A., y Marcora, S. M. , 2007\)](#).

Relación con el número de jugadores (igualdad numérica)

Cuanto menos jugadores, mayor número de contactos con el balón; esto apoya la posibilidad de ejecutar más repeticiones de movimientos para la salida de presión donde se realizará más contacto con la pelota para salir de presión. A menor número de jugadores, más oportunidades de pases cortos, regateos, tiros a portería y entradas.

El jugador comodín presenta mayor carga fisiológica (frecuencia cardíaca, concentración de lactato y esfuerzo percibido). [\(Hill-Haas et al., 2011\)](#). Cuanto menos jugadores, mayor frecuencia cardíaca, concentración de lactato y esfuerzo percibido.

Los resultados de la investigación inciden en este tipo de juego reducido, pues se logra elevar mucho la condición física del jugador. En la salida de presión el jugador comodín realiza todos sus movimientos sin balón desde la perspectiva de apoyar al poseedor de la pelota para poder seguir trabajando la dinámica de juego y progresar ofensivamente.

Relación con la duración del ejercicio

La duración parece no afectar el aprendizaje de los medios táctico-técnicos de los jugadores. (Fanchini, M., Azzalin, A., Castagna, C., Schena, F., McCall, A., y Impellizzeri, F. M. (2011).

El aumento del número de situaciones de juego reducido en formato “partido”, disminuye la efectividad de las acciones táctico-técnicas (decrece el número de pases y aumentan las pérdidas de balones). (Dellal, A., Chamari, K., Owen, A. L., Wong, D. P., Lago-Penas, C., y Hill-Haas, S., 2011).

Relación con la manipulación de reglas del juego

Cuando el objetivo es la posesión del balón, se aumenta la intensidad del juego y la dificultad desde el punto de vista técnico, por lo que los jugadores tienen que moverse rápidamente para crear situaciones con el objetivo de mantener el balón. (Rebelo, A., Brito, J., Fernández, L., Silva, P., Butler, P., Méndez-Villanueva, A., y Seabra, A., 2011).

Cuando se usan las reglas “toque libre” o “dos toques”, los jugadores realizan más tiros a portería que si se jugara “cuatro toques” al usar un patrón más rápido de juego. Mientras que la regla de “tres o cuatro pases antes de tirar” fomenta el juego de equipo: posesión del balón, toques de balón, pases y número de jugadores implicados en las acciones de juego, (Almeida, C. H., Ferreira, A. P., y Volossovitch, A. (2012).

A criterio de los investigadores, para el trabajo en la salida de presión es importante manipular las reglas de juego, pero siempre atendiendo al modelo de juego del equipo. Esto ayuda a perfeccionar algunos patrones de salida para evitar la presión del rival en su marcaje.

Para Navarro (2008), la manipulación de las reglas puede influir (si es deliberada) en el aumento de la frecuencia cardíaca, concentración de lactato y del esfuerzo percibido. Al reforzar el trabajo desde la metodología para algunos jugadores con problemas físicos se puede aumentar en ellos la intensidad en el juego. De esta manera pueden desempeñarse mejor para tener éxito en la salida de presión.

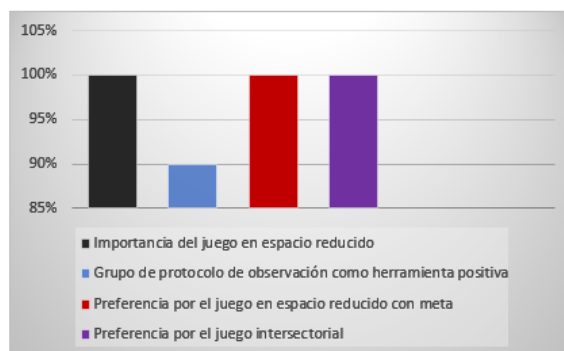
Experiencia o nivel de los jugadores

Con jugadores de menor nivel o de menor experiencia se aconseja no empezar con juegos reducidos a “uno o dos toques”, ya que esto entraña mayor difi-

cultad o carga táctico-técnica. (Dellai et al., 2011). Se debe manejar de manera progresiva la planificación de los entrenamientos. Los jugadores con menos experiencia o nivel necesitan campos de juego más grandes. (Clemente et al., 2012). En cuanto al incremento de la percepción del esfuerzo, quizás se deba al aumento de la carga cognitiva. (Hill-Hass et al., 2011). Mediante estos juegos en espacio reducido se trabaja la presión a alta intensidad propiciando mayor concentración para aplicar los gestos técnicos y acciones motrices en escenas de juego real. Se toman datos de los jugadores donde se analizan sus lados fuertes y débiles y se les aplican los test de lateralidad para ir ajustando sus características específicas al modelo de juego del equipo.

Se realiza una entrevista a los jugadores objeto de estudio, para apreciar el grado de aceptación de los juegos en espacio reducido.

A continuación, se muestra la figura 1, donde se expresa el resultado de la entrevista realizada, en la búsqueda de perfeccionar constantemente los entrenamientos y mejorar progresivamente.



Fuente: elaboración propia (2019).

Figura 1. Resultados de la entrevista a jugadores de fútbol masculino del equipo de la UCI

Resultados de la entrevista

La aceptación de los juegos en espacio reducido es positiva para el 100% de los entrevistados; el 90 % considera importante la evaluación del grupo de protocolo de observación; mientras el 10 % no le otorga tal relevancia, alegando que en el entrenamiento la exigencia para ellos no es la misma que en el partido oficial.

Los jugadores prefieren los juegos en espacio reducido en situaciones de presión con finalización de tiro a gol, más que los espacios reducidos sin meta, lo que responde a la motivación que refiere el gol. Por otra parte, prefieren los juegos intersectoriales. (El reto de pasar a líneas de ataques les motiva y al mismo tiempo salen de la presión de esa primera marca.) Según ellos, sus conocimientos aumentaron al poder entender el trabajo del pivot en el momento de controlar la pelota y concentrarse mejor para entregar pases. Refieren, además, que en el primer pase es importante la movi-

lidad constante de los jugadores que se desmarcan. Comprenden mejor los movimientos ofensivos sin pelota, donde los desmarques y los bloqueos les ayudan a progresar en el juego eliminando la presión en el marcaje hombre a hombre que ejerce el rival.

CONCLUSIONES

Los fundamentos expuestos en el artículo sustentan teóricamente la metodología que se elaborará a partir de la utilización del juego en espacio reducido como método de entrenamiento para salir de la presión ejercida por el adversario, propiciando una mejoría en la frecuencia de pases desde la igualdad e inferioridad numérica que se desarrollan a partir del trabajo en diferentes sectores de la pista de juego.

Las observaciones y controles a los juegos en espacio reducido posibilitaron focalizar los errores táctico - técnicos y físicos de cada jugador, atendiendo a sus características y a las demandas de las situaciones de juego.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, Robles, MT., Fernández-Espínola, C., Giménez, Fuentes-Guerra, FJ (2019). Small games as a teaching methodology in football. *Rev.Ib.CC. Act. Fís. Dep.* 2019; 8(1): DOI: <https://doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i1.5769>
- Almeida, C. H., Ferreira, A. P., y Volossovitch, A. (2012). Manipulating Task Constraints in Small-Sided Soccer Games: Performance Analysis and Practical Implications. *Open Sport Science Journal*, 5, 174-180. ISSN: 1875-399X/12 DOI: [10.2174/1875399X01205010174](https://doi.org/10.2174/1875399X01205010174)
- Casamichana, D., y Castellano, J. (2010). Time-Motion, Heart Rate, Perceptual and Motor Behaviour Demands in Small-Sides Soccer Games: Effects of Pitch Size. *Journal of Sports Sciences*, 28(14), 1615-1623. DOI: [10.1080/02640414.2010.521168](https://doi.org/10.1080/02640414.2010.521168).
- Clemente, F.M., Couceiro, M. S., Martins, F. M., y Mendes, R. S. (2012). The Usefulness of Small-Sided Games on Soccer Training. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(1), Art 15, pp 93 - 102, 2012 online ISSN: 2247 - 8051; ISSN
- Costa, I.T., Garganta, J., Greco, P.J., Mesquita, I., y Muller, E. (2011). Relationship between pitch size and tactical behavior of soccer player. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25(1),79-96. DOI: [10.1590/S1807-55092011000100009](https://doi.org/10.1590/S1807-55092011000100009)
- Davids, K., Araújo, D., Correia, V., y Vilar, L. (2013). How small-sided and conditioned games enhance acquisition of movement and decision-making skills. *Exercise and Sport Science Reviews*, 41(3), 154-161. doi: [10.1097/JES.0b013e318292f3ec](https://doi.org/10.1097/JES.0b013e318292f3ec).
- Dellal, A., Chamari, K., Owen, A. L., Wong, D. P., Lago-Penas, C., y Hill-Haas, S. (2011). Influence of Technical Instructions on the Physiological and Physical Demands of Small-Sided Soccer Games. *European Journal of Sport Science*, 11(5), 341-346. DOI: [10.1080/17461391.2010.521584](https://doi.org/10.1080/17461391.2010.521584).
- Fanchini, M., Azzalin, A., Castagna, C., Schena, F., McCall, A., y Impellizzeri, F. M. (2011). Effect of Bout Duration on Exercise Intensity and Technical Perfor-94 *Rev.Ib.CC. Act. Fís. Dep.* 2019; 8(1): 83-96. ISSN: 2255-0461
- Frencken, W., Van Der Plaats, J., Visscher, C., y Lemmink, K. (2013). Size matters: pitch dimensions constrain interactive team behaviour in soccer. *Journal of Systems Science and Complexity*, 26(1), 85-93. DOI: [10.1007/s11424-013-2284-1](https://doi.org/10.1007/s11424-013-2284-1)
- Hill-Haas, S. V., Dawson, B., Impellizzeri, F. M., y Coutts, A. J. (2011). Physiology of Small-Sided Games. *Training in football. A systematic review*, *Sports Medicine*, 41(3), 199-220. DOI: [10.2165/11539740-000000000-00000](https://doi.org/10.2165/11539740-000000000-00000).
- López, J V. (2017). Manual de la UEFA para entrenadores de fútbol. Publicación: Union des Associations Européennes de Football (UEFA), route de Genève 46, 1260 Nyon (Suiza) UEFA, Nyon, abril de 2017.
- Mallo, J., y Navarro, E. (2008). Physical Load Imposed on Soccer Players during Small-Sided Training Games. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 48(2), 166-171. ISSN: 1827-1928
- Owen, A. L., Wong, D. P., McKenna, M., y Dellal, A. (2011). Heart Rate Responses and Technical Comparison between Small-vs. Large-Sided Games in Elite Professional Soccer. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(8), 2104-10. DOI: [10.1519/JSC.0b013e3181f0a8a3](https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181f0a8a3).
- Rampinini, E., Impellizzeri, F. M., Castagna, C., Abt, G., Chamarrri, K., Sassi, A., y Marcora, S. M. (2007). Factors influencing physiological responses to small-sided soccer games. *Journal of Sports Science*, 25(6), 659-666. DOI: [10.1080/02640410600811858](https://doi.org/10.1080/02640410600811858)
- Rebelo, A., Brito, J., Fernández, L., Silva, P., Butler, P., Méndez-Villanueva, A., y Seabra, A. (2011). Physiological, Technical and Time-Motion Responses to Goal Scoring versus Ball Possession in Soccer Small-Sided Games. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 11(1), 409-412. ISSN: 1645-0523 DOI: [10.5628/rpcd.11.01.13](https://doi.org/10.5628/rpcd.11.01.13)

Conflictos de intereses: Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.

Contribución de los autores: Concepción de las ideas: **Gregorio Morales González**. Obtención de los datos: **Alier Pérez Carmona**. Elaboración del artículo: **Gregorio Morales González y Yescarles Oyalvides Paizán**. Revisión crítica del documento: **Alier Pérez Carmona**

Este artículo se encuentra bajo licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)