

La preparación técnica defensiva de las porteras de la primera categoría ***The defensive technical preparation of the first category goalkeepers***

Eider Yober Gómez-Navarro¹, Eudis Milán-Leyva², Yuri Torres- Acosta³

¹***Lic. Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

²***Dr.C. Profesor Titular. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

³***Dr.C. Profesor Auxiliar. Facultad de Cultura Física. Universidad de Guantánamo. Cuba.***

Email:

eidergnuq.co.cu

eudisml@cug.co.cu

yurit@cug.co.cu

Fecha de recepción: 4 de noviembre de 2024

Fecha de aceptación: 2 de diciembre de 2024

RESUMEN

En el presente trabajo se comprobó en el diagnóstico fáctico que existen limitaciones en los conocimientos metodológicos, prácticos y carencias de vías para perfeccionar la preparación técnica defensiva de las porteras de la primera categoría, lo que provoca un inadecuado desempeño en las situaciones de juego. Problema científico: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, provincia Guantánamo? Objetivo: elaborar una metodología que contribuya al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, contentiva en: etapas, acciones, procedimientos y recomendaciones lo que revela su enfoque integrador. Se aplicaron métodos científicos: teóricos, empíricos y matemáticos y/o estadísticos para desarrollar la investigación.

Palabras clave

Metodología; Preparación; Técnica defensiva; Porteras; Fútbol.

ABSTRACT

In the present work, it was verified in the factual diagnosis that there are limitations in the methodological and practical knowledge and lack of ways to improve the defensive technical preparation of first category goalkeepers, which causes an inadequate performance in game situations. Scientific problem was formulated: How to contribute to the improvement of the defensive technical preparation of first category soccer goalkeepers, Guantánamo province? Objective was: to develop a methodology that contributes to the improvement of the defensive technical preparation of first category soccer goalkeepers, containing: stages, actions, procedures and recommendations, which reveals its integrative approach. Different scientific methods were applied: theoretical, empirical and mathematical and/or statistical to develop the research.

Keywords

Methodological actions; Tactical thinking; Defensive; Goalkeepers; Soccer.

INTRODUCCIÓN

En el mundo entero, el Fútbol ha demostrado ser un fenómeno ineludible en el cual todo gira alrededor de un balón y la atracción que provoca sobre un gran número de espectadores, por su dinámica, su variabilidad y la complejidad para llegar al momento cumbre del juego, el deseado gol. Hubo una época no muy lejana en la cual la función del guardameta era considerada menos importante que la de los demás integrantes del equipo.

Afortunadamente, la situación ha cambiado enormemente en la actualidad, en el Fútbol moderno cada jugador es igual, independientemente del puesto que ocupe dentro del equipo; no obstante, existen numerosos entendidos que consideran que el portero(a) tiene una función especial durante el partido, para lo cual se analiza constantemente su acciones técnico, (López-Gajardo, González-Ponce, Pulido, García-Calvo, & Leo, 2020) puesto que es el único que puede causar la victoria o la derrota de su conjunto, dependiendo de la calidad de su prestación.

Desde el punto de vista del juego, el Fútbol avanza vertiginosamente, evoluciona en la cancha, los asuntos relacionados con ello y las competiciones. En el contexto actual se ha apreciado también cambios en los factores humanos y en las estructuras que conducen a óptimos rendimientos.

El referido deporte, es en la actualidad uno de los más practicados de manera masiva y organizada a nivel mundial, tal es así, que la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) organismo que dirige y controla este deporte, cuenta con más de doscientos miembros en todos los continentes, así como nueve asociados, además de Nueva Caledonia como miembro provisional.

La familia de la FIFA abarca 250 millones de miembros, entre los que figuran futbolistas masculinos y femeninos de todas las edades, entrenadores, dirigentes, administradores, árbitros, árbitros asistentes y médicos. Para todos ellos, este deporte es sinónimo de pasión, alegría y fascinación. Es parte de su vida cotidiana y su pasatiempo preferido. Para algunos, el Fútbol es incluso profesión y vocación.

Desde esa mirada, el Fútbol, debido a la competitividad que existe y rivalidad que ha tomado entre los países practicantes, ha estado bajo la mira de los investigadores y de los pedagogos o entrenadores durante muchos años lo que ha traído consigo constantes cambios en cuanto a la forma de jugar y, por consiguiente, a la forma de entrenar. (Ayala; Coque; Arias; Estrella y Caguana (2021)).

Muchos son los cambios que se perciben en casi todos los deportes de manera constante, métodos, metodologías, medios y las ciencias aplicadas a este deporte han entrado a jugar un papel fundamental, entre otros aspectos en función del mejoramiento de la actividad competitiva.

Con el paso de los años, los equipos comenzaron a sumar jugadores en la parte de atrás con el objetivo de defenderse y que así no les anotaran gol. Es por esto que el arquero ha tomado mayor importancia, hasta el punto de que realiza un entrenamiento especializado y único para su posición.

El Fútbol moderno es un ejemplo de tales afirmaciones, a pesar de que respecto al de años anteriores, ha sufrido sin duda una evolución, sobre todo en la exaltación del juego colectivo en comparación con el juego individual. El futbolista cubano y en especial el portero (a) posee un somatotipo adecuado, como: rapidez, fuerza y preparación física adecuada, aunque deja mucho que desear en el aspecto técnico defensivo en el sexo femenino, lo cual está muy distante de la realidad del Fútbol mundial.

En la evolución histórica de la preparación técnica ha prevalecido como tendencia el empirismo y el enfoque tradicional, por lo que se evidencia que, para los entrenadores de Fútbol femenino, esto constituye un verdadero problema al disponer, hasta el momento, de insuficientes herramientas que les permitan pasar del estado existente al deseado.

Por tales motivos, en la actualidad, existe un gran auge de la práctica de este deporte en el sexo femenino. Es por ello, que en el presente trabajo se expone una metodología para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol de la primera categoría, provincia Guantánamo.

El presente trabajo es reflejo de las prioridades establecidas por el Instituto Nacional de Deportes (INDER), como deporte que requiere de mayor atención en la aplicación y generalización de investigaciones novedosas que garanticen su perfeccionamiento, a partir de mejorar los resultados deportivos y concuerda con lo declarado en la demanda tecnológica de la provincia Guantánamo de este deporte.

El Fútbol femenino en los últimos años ha venido alcanzando resultados destacados en los escenarios deportivos internacionales, sobre todo en el área de Latinoamérica, sin embargo, en nuestro país los mismos no son los esperados, su objetividad alcanza la necesidad de priorizar y darle tratamiento a las diferentes direcciones de trabajo funcionales para su preparación técnica defensiva en el área de las porteras primera categoría.

Como también disimiles de expertos han venido presentando algunas experiencias que carecen de avances significativos en el campo del entrenamiento deportivo de esta especialidad, determinando en sus componentes, cuáles deben ser los aspectos a tener en cuenta para su desempeño (performance) deportivo.

En ese orden, se ha enfatizando el perfeccionamiento de los contenidos de la preparación del deportista, priorizando el entrenamiento técnico de la portera de Fútbol, lo cual debe corresponderse con la formulación de los objetivos específicos de la preparación específica, delimitando la importancia de principios tales como la individualización, la especialización y la especificidad de la carga, en función de corregir el componente técnico.

En este sentido, se propone en este trabajo de investigación, perfeccionar la preparación técnica individual y de grupo de las porteras, con el objetivo de evitar anotaciones en la portería propia. Lo anterior, implica una preparación técnica defensiva previa que garantice la invulnerabilidad defensiva del equipo de Fútbol femenino de la primera categoría.

No obstante, en la práctica la portera deberá disponer siempre que fuera posible de un entrenamiento individual con un entrenador especializado, igualmente, participar en las sesiones de entrenamiento con todo el equipo, a fin de enfrentarse a situaciones similares a las de un juego real.

Estudios recientes demuestran que el Grupo de Estudios Técnicos de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) revelan, en los Reportes Técnicos de los Campeonatos Mundiales de: Sudáfrica 2010, Londres 2012, Qatar y Emiratos Árabes Unidos 2013, Brasil 2014, y Rusia 2018 que el comportamiento técnico manifestado por las futbolistas se ha diversificado en movilidad y funciones; se plantea la necesidad del desarrollo en ellos de un bagaje de opciones y repertorio de actuación que demuestre su preparación en ese componente, incrementado desde las categorías de inferiores como sostén para iniciar un trabajo de mayor perfeccionamiento.

En consonancia con lo anterior, la portera representa un papel importante dentro del equipo, pues su accionar y el que hacer dentro del terreno dependen en gran medida del resultado que se desea obtener, evitando los goles desde los tiros a puerta de diferentes ángulos; utilizando de manera correcta los elementos técnicos-tácticos defensivos los cuales serán necesarios para la solución eficiente en las situaciones de juego y la obtención del logro definitivo de la victoria.

La necesidad de elevar el nivel competitivo de las porteras del equipo principalmente en el orden técnico defensivo es tarea primordial de los directivos, entrenadores y por ende del colectivo en general.

Lo anterior demuestra que el Fútbol, es un deporte que emociona a millones y exige precisión en cada movimiento. En el sexo femenino, esto es igual de cierto, y una de las habilidades más cruciales que una jugadora puede poseer y es una técnica de tiro precisa.

La finalidad de la portera es defensiva en el transcurso del juego, como es evitar que el balón entre a la portería que defiende, otro aspecto importante es la ubicación, pues su situación más atrasada del

juego colectivo exige ser la última jugadora a batir; además de poder utilizar sus manos o pies dentro de su área sin motivo de expulsión ni de interrupción del juego.

Tal puesto específico se le reconoce fácilmente por su vestuario de los demás compañeros, adversarios y equipo arbitral. Su poder técnico defensivo es innegable en cualquier sistema de juego al iniciar la acción táctica-estratégica colectiva e individual; de ahí que se debe reconocer que esta futbolista sopesa concienzudamente su colocación, posición en el juego y sus respuestas tácticas sean apropiadas a cada uno de los diversos gestos en la competencia.

Dicha posición retrasada en el terreno se considera más defensivo que ofensivo, tanto a nivel táctico como estratégico, lo cual demanda de una elevada preparación técnica defensiva en la primera categoría para su adecuado desempeño.

En esta dirección, disimiles autores han incursionado en investigaciones sobre la técnica en el Fútbol. Internacionalmente destacados investigadores como: Bruggeman (2004) el cual ofrece una alternativa para el entrenamiento de niños y jóvenes, en el propio año, también Curbelo y Viñales (2004) hacen referencia a las tareas de entrenamiento de las porteras citados por Torres (2021).

Por otro lado, Ortega (2009) aborda el ciclo de preparación técnica para dar respuesta con rapidez y efectividad a las situaciones de juego, en el caso de: Carbo; Vélez; Cañizares y Echeverría (2019) incorporan otras técnicas en grados crecientes de complejidad motriz, incluyendo su análisis biomecánico para su perfeccionamiento. Todos citados por Barrero y Lazarraga (2020).

En ese mismo orden, da Silva; Ciccarelli; Pita & de Carvalho (2019) sugieren desarrollar los elementos técnico-tácticos propios del futbolista, específicamente en las porteras teniendo presente los indicadores del desempeño motor y la maduración biológica y recientemente, Meza (2021) exponen la potenciación de la preparación técnico-táctica en porteros prejuveniles y juveniles del club deportivo el nacional. Sin embargo, existen carencias de vías y procedimientos que contribuyan a perfeccionar la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.

Como principales antecedentes de la investigación a nivel nacional se destaca: el estudio realizado por Martín (2003) en su tesis doctoral donde propuso un sistema de control para la preparación técnica de la portera de Fútbol.

Otros investigadores como: Camejo (2009); Leguén y Portuondo (2012) y Bony (2015) proponen en su investigación ejercicios técnico-tácticos dirigidos a mejorar el desempeño de los porteros en este aspecto. También Portuondo (2013), en su tesis de especialista en Fútbol, donde propuso un sistema de ejercicios para mejorar la habilidad en las porteras juveniles. Por otra parte, Ibañez (2018) presenta ejercicios de entrenamiento específico para porteros de Fútbol, citados por Yépez y Ramírez (2019).

Más recientemente y del territorio, Pozo (2019), aportó una metodología para perfeccionar la preparación técnica de los porteros en el componente ofensivo, así como, Terazón (2020) incursionó en ejercicios para mejorar la táctica defensiva de los porteros de Fútbol de primera categoría. Sin embargo, los referidos autores muestran limitaciones en la propuesta de vías y procedimientos que contribuyan a perfeccionar la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, provincia Guantánamo.

El diagnóstico sobre el estado actual permitió identificar las insuficiencias existentes en la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol de la primera categoría, además de algunos aspectos de planificación y organización dentro del proceso de entrenamiento deportivo.

Al realizarse el análisis de la revisión de documentos y observación de las acciones prácticas realizadas, en revisiones realizadas al Programa Integral de Preparación del Deportista (PIPD) de Fútbol, se pudo observar en lo que respecta a la posición o área de la portera de la primera categoría, que vienen establecidas pruebas y ejercicios básicos para la introducción de la enseñanza de esta posición, las cuales presentan como principales limitaciones que no van encaminadas a la especialización, tampoco permiten encaminar un trabajo dirigido al mejoramiento de las deficiencias más comunes que presentan las porteras de primera categoría.

Tal es el caso que existe insuficiente preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría; lo que limita la planificación adecuada de este aspecto.

Se debe señalar que para la realización del diagnóstico fueron observados seis partidos de los 12 efectuados en el campeonato nacional que represento el 50 % de la totalidad de los partidos jugados.

Luego de un diagnóstico que arrojó, además, las causas fundamentales de estas insuficiencias al comprobarse que la dinámica en el proceso de la preparación técnica defensiva de las porteras ya constatadas, se manifiestan fundamentalmente en:

1. Limitaciones en los conocimientos metodológicos y prácticos para perfeccionar la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.
2. Se constató en el Programa Integral de Preparación del Deportista de Fútbol, que presenta insuficientes orientaciones para desarrollar una adecuada preparación técnica defensiva de las porteras de la primera categoría con un enfoque integrador.
3. Carencias de vías y procedimientos para mejorar la preparación técnica en las porteras de Fútbol primera categoría que denote su enfoque integrador.
4. Inadecuado desempeño de las porteras en situaciones de juego evidenciando en su bajo preparación técnica a partir de:

- La mala planificación de la carga.
- Insuficiente fuerza de brazos en los saques con las manos.
- Insuficiencia en los golpes según la superficie de contacto.
- Insuficiencias en las salidas de córner.
- Mala ubicación a la hora de buscar los centros de balones altos, tiros libres directos e indirectos; así como tiros de balón rodado de fuera del área.

Estos resultados, permiten identificar la siguiente situación problemática: la insuficiente preparación de los entrenadores de Fútbol para la preparación técnica defensiva en las porterías en las situaciones de juego con un enfoque integrador en correspondencia con las exigencias actuales de este deporte.

La insuficiente preparación técnica defensiva de las porterías y los elementos aquí abordados permiten plantear el siguiente problema científico: ¿Cómo contribuir al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porterías de Fútbol primera categoría, provincia Guantánamo?

Para dar solución al problema de investigación, se propone como objetivo general: elaborar una metodología que contribuya al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porterías de Fútbol primera categoría.

MÉTODOS

Los métodos científicos que se utilizan para desarrollar la presente investigación, se exponen a continuación:

Métodos teóricos: durante el proceso de consulta y valoración crítica de la literatura, la documentación especializada, en la aplicación de otros métodos del conocimiento científico, en los resultados obtenidos en la etapa de diagnóstico y durante la introducción en la práctica.

Métodos empíricos: para corroborar la existencia del problema y precisar los resultados integrales de la metodología que contribuya al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porterías de Fútbol primera categoría, desde las unidades de entrenamiento y las pruebas de control; elaborando y aplicando para ello una guía de observación.

Métodos estadísticos y/o matemáticos: análisis descriptivo (cálculo de proporciones) e inferencial: para la cuantificación de los resultados de los instrumentos aplicados, en todo el proceso investigativo, para el procesamiento de los datos obtenidos, así como, para elaborar tablas y gráficas que sirvieron para caracterizar y describir los resultados.

RESULTADOS

Al realizar el diagnóstico, el autor de este trabajo propone operacionalizar la variable: nivel de preparación de los entrenadores para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, para ello se asumen dos dimensiones:

1. Conceptual técnica defensiva

2. Comportamental técnica defensiva.

La dimensión saberes teórico táctico-defensivos se refiere: al dominio de la plataforma teórica y de las normativas para el mejoramiento del pensamiento táctico defensivo de las porteras de balonmano.

La dimensión 1. Conceptual técnica defensiva se refiere: al dominio de la plataforma teórica, orientaciones y de las normativas acerca de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol de la primera categoría.

Siguiendo la línea de pensamiento anterior, la dimensión Comportamental técnica defensiva se define como: el grado de utilización de vías, procedimientos metodológicos, con los modos de actuaciones y el nivel de desempeño que muestran las porteras de Fútbol de la primera categoría de su preparación técnica defensiva.

Las mismas, fueron evaluadas a partir de la parametrización de los siguientes indicadores, en correspondencia con las categorías: Alto (A), Medio (M) y Bajo (B).

Dimensión 1. Conceptual técnica defensiva:

Indicadores:

- 1.1 Grado de conocimientos acerca de los elementos teóricos para perfeccionar la técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.
- 1.2 Dominio de los documentos normativos y metodológicos establecidos para perfeccionar la técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.
- 1.3 Grado de vinculación de los objetivos planificados durante el proceso de entrenamiento deportivo para perfeccionar la técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría en las situaciones de juego.

Dimensión 2. Comportamental técnica defensiva

Indicadores:

- 2.1 Nivel en que se concibe el proceso de entrenamiento deportivo y la aplicación de métodos científicos, vías y procedimientos en la preparación de las porteras primera categoría para su análisis como esencialmente técnico defensiva.

2.2 Grado en que propicia la participación activa de las porteras en situaciones de juego y cómo contribuye a perfeccionar la preparación técnica defensiva en la primera categoría.

2.3 Calidad de la forma en que se establece el perfeccionamiento de la técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría en situaciones de juego.

Principales resultados:

Al observar las reuniones, preparaciones metodológicas y otras actividades de ese carácter, en 18 de ellas, se confirmó que cada entrenador ejecuta de forma inadecuada el trabajo metodológico para de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, sin propiciar un debate o conceso del proceder a seguir en el entrenamiento deportivo, lo que entorpece su desarrollo, así como, limita la aplicación de vías, procedimientos e indicadores para su concreción.

Se evidenció que resulta escaso el manejo, análisis y discusión de los documentos contenidos que orientan dicho proceso, solo estudian los aspectos puntuales para planificar sus sesiones de entrenamientos deportivos, lo derivado de las orientaciones generales de los diferentes niveles del INDER.

En el análisis de las sesiones de entrenamientos controladas, mostraron insuficiente dominio de dichos documentos y su materialización en las diferentes actividades planificadas, así como, en los debates colectivos con el resto de entrenadores

Además, se registran las acciones técnicas defensivas en una ficha, con las siguientes variables: Blocaje frontal, Blocaje ante centro lateral, Blocaje lateral (con caída lateral), Desvío, Despeje de puños y 1x1 con balón controlado. Se analizan 42 partidos.

A continuación, se exponen los resultados obtenidos por las porteras de la primera categoría en la evaluación de las porteras según registro las acciones técnicas defensivas en una ficha: las siete variables según registro las acciones técnicas defensivas en una ficha se evalúan de: 4 de Bajo (B) y 3 Medio (M).

Luego del procesamiento de la información, con la aplicación de los diferentes métodos científicos se pueden resumir las siguientes insuficiencias:

- Limitaciones en la preparación relacionada con el dominio de la plataforma teórica y metodológica de las normativas para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de la primera categoría.
- Existen carencias de métodos y procedimientos que contribuyan de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.

DISCUSIÓN

A partir de los resultados que se obtienen, se corrobora que la situación ha cambiado enormemente en la actualidad, en el Fútbol moderno cada jugador es igual, independientemente del puesto que ocupe dentro del equipo; no obstante, existen numerosos entendidos que consideran que las porteras tiene una función especial durante el partido, para lo cual se analiza constantemente su acciones técnico-táctico, (López-Gajardo, González-Ponce, Pulido, García-Calvo, & Leo, 2020) puesto que es el único que puede causar la victoria o la derrota de su conjunto, dependiendo de la calidad de su prestación.

Lo referidos autores coinciden que es importante que durante los entrenamientos el entrenador se halle ubicado cerca de su portero, aproximadamente a 5 metros de distancia para poder observar y analizar con mayor precisión el trabajo del guardameta. Si desea que el portero (a) incremente la velocidad de sus gestos técnicos, el entrenador deberá aumentar la potencia de sus remates hacia la portera; no obstante, deberá permitir que el guardameta se acostumbre a los gestos por intermedio de tiros o lances suaves, a fin de que disponga del tiempo suficiente para realizar sus movimientos.

Al igual que, consideran que el entrenador debe comprobar que la portera haya alcanzado un cierto nivel de agilidad gestual, podrá comenzar a lanzar el balón con mayor fuerza para potenciar la velocidad de reacción, cumplimentando el principio de asequibilidad. El entrenador deberá corregir incluso los más pequeños detalles durante las sesiones de entrenamiento, puesto que pueden resultar muy importantes. Dichas correcciones deberán comenzar desde la base, es decir, desde la posición de los pies.

En consonancia con los elementos anteriores, se consultaron autores que destacan el nivel de preparación técnica de las poteras tales como: en el aspecto de la técnica en el juego y en las habilidades individuales de la portera por Torres, Coca, Morales, García, Cevallos & Cardona (2021), Incidencia de un programa integrado en el desarrollo de las capacidades físicas en la etapa preparatoria.

El autor de esta investigación considera que en la segunda fase del entrenamiento el entrenador deberá alejarse de la portera para poder efectuar ejercicios que se asemejen lo máximo a una acción de juego real, a continuación, el entrenador de Fútbol de la primera categoría instará a su portero a realizar ciertos desplazamientos (laterales, frontales, otros.) antes de la ejecución de un gesto técnico.

En consonancia con lo anterior, se propone estructurar una a una metodología que contribuya al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría, lo que denota su carácter integrador.

Un referente esencial para la elaboración de la metodología que se propone son las concepciones acerca de su contextualización en la práctica social y se considera de gran valor para las instituciones deportivas, los cuales aparecen en las obras de Bermúdez y Rodríguez (1996); Addine (2002); De Armas (2005); Valle (2017); Iznaga (2019); Ochoa (2020), citados por Milán (2021).

En los estudios de los autores señalados anteriormente, se han encontrado coincidencias que sirven de sustento a la teoría pedagógica al coincidir que constituyen un sistema de ideas, conceptos y representaciones sobre un aspecto de la realidad y sus respectivas consecuencias metodológicas.

Para la construcción de la metodología para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría que se propone se asumen los principios aportados por Milán (2022), tales como:

- Principio de la actividad deportiva: como elemento dinamizador del proceso debe ser activo y los profesores deben ser sus principales protagonistas, mediante la interacción e integración.
- Principio de la motivación deportiva: desde un clima de confianza, hay que partir del dominio de cada profesor de Fútbol femenino, para ampliarlos y actualizarlos progresivamente, según las necesidades y dificultades de éstos y de las porteras de Fútbol primera categoría.
- Principio de la interrelación entre los componentes del entrenamiento deportivo: se parte de la concepción del intercambio mutuo, los profesores de Fútbol femenino no solo aprenden de los directivos sino también de sus propios compañeros mediante el intercambio de experiencias colectivas y el trabajo en equipos.
- Principio de la finalidad y los resultados deportivos: en el cumplimiento de los objetivos instructivos y educativos como un todo en el proceso de entrenamiento deportivo del Fútbol femenino.
- Principio de la orientación segura y de retroalimentación deportiva: y concreta para la conducción del proceso de interrelación entre las categorías descritas en la metodología para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.
- Principio de la racionalidad deportiva: en la integración de la preparación técnica defensiva.

Es importante destacar que la metodología transita por etapas con su conjunto de acciones y actividades como fin contribuir a al perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.

Las etapas se relacionan a continuación:

Primera: Sensibilización y caracterización técnica defensiva

Segunda: Planificación y ejecución técnica defensiva

Tercera: Evaluación de los impactos de la técnica defensiva

A continuación, se presenta un esquema que muestra la relación dialéctica, de interdependencia y subordinación de la metodología para el perfeccionamiento de la preparación técnica defensiva de las porteras de Fútbol primera categoría.

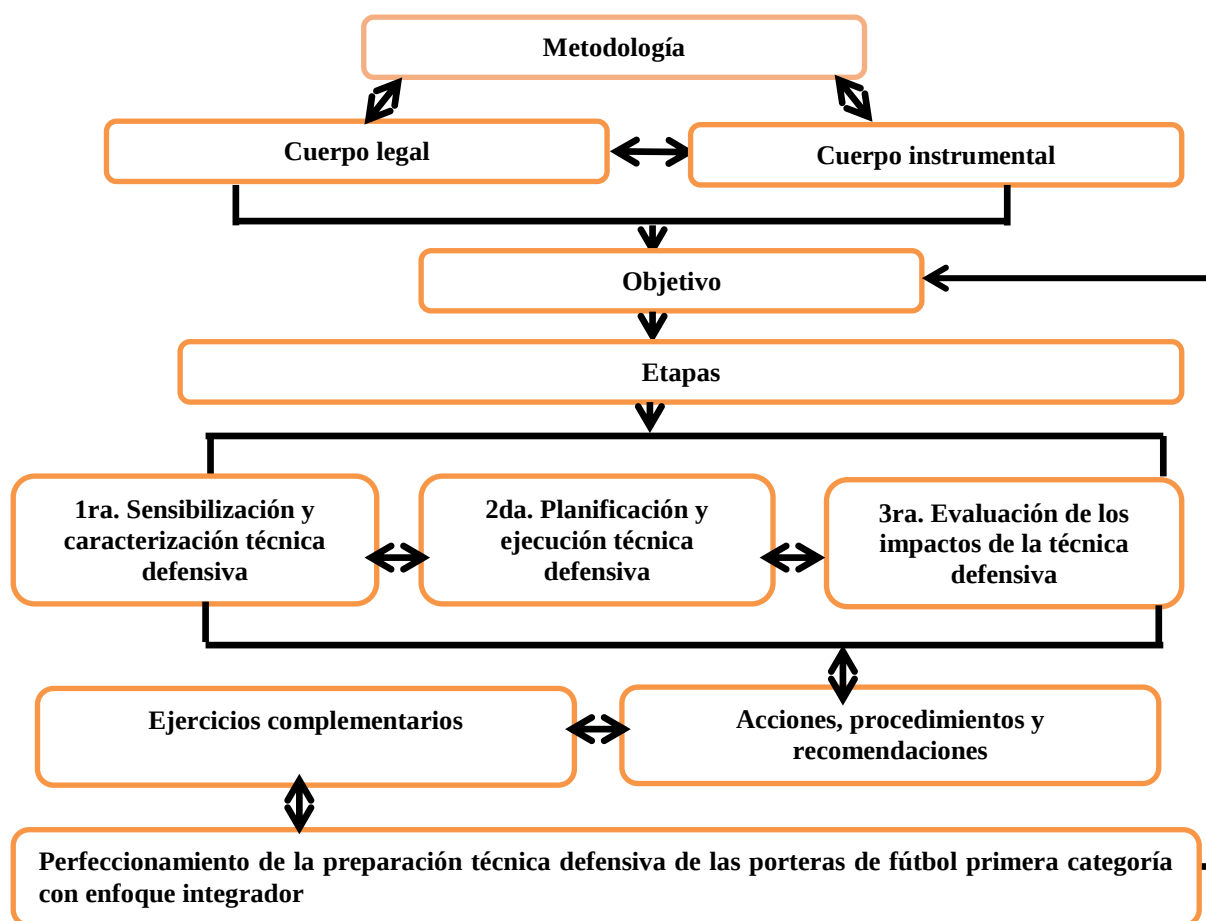


Figura1. Estructura de la metodología. Elaboración propia

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ayala-Obando, D., Coque-Martínez, A., Arias-Moreno, E., Estrella-Patarón, C. y Caguana-Caguana, J. (2021). *Los ejercicios isométricos como preparación física en el rendimiento deportivo de jóvenes futbolistas*. Polo del Conocimiento, 6(6), pp. 1279-1294. <http://dx.doi.org/10.23857/pc.v6i6.2819>.

- Barrero, A. M., & Lazarraga, P. C. (2020). *El diseño de tareas de entrenamiento en el Fútbol desde el enfoque de la pedagogía no lineal*. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 38, 768-772. doi:10.47197/retos. v38i38.76612.
- Bony, E. (2015). *Ejercicios técnico-tácticos para los porteros de Fútbol primera categoría en el municipio El Salvador*. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física, Guantánamo, Cuba.
- Bruggeman, D. (2004). *Fútbol. Entrenamiento para niños y jóvenes*, Barcelona, España: Paidotribo.
- Camejo, J. (2010). *Conjunto de ejercicios técnicos y tácticos ofensivos y defensivos para los porteros de fútbol del equipo primera categoría de Guantánamo*. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física, Guantánamo, Cuba.
- Conde, M. (2008). *Cuadernos del entrenador de porteros*. Barcelona, España: Paidotribo.
- Csánadi, Á. (2005). *El Fútbol*. La Habana: Editorial Deportes.
- Iznaga, E. (2022). *Metodología para la preparación táctica defensiva de los futbolistas de la categoría escolar*. Cuba.
- López-Gajardo, M. A., González-Ponce, I., Pulido, J. J., García-Calvo, T., & Leo, F. M. (2020). *Análisis de las acciones técnico-tácticas del portero de Fútbol en competición*. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, 20(80), 577-594. doi:10.15366/rimcafd2020.80.008.
- Milán Leyva, E. (2022). *El establecimiento de relaciones interdisciplinarias en el año académico de la carrera de Cultura Física*. Tesis en opción al grado científico de doctor en ciencias de la Cultura Física.
- Portuondo, M. (2012). *Sistema de ejercicios técnico-tácticos para disminuir el coeficiente de batibilidad de los porteros de fútbol de la categoría 16-18 años en la EIDE de Guantánamo*. Tesis de grado en la Especialidad de Postgrado en Fútbol para el Alto Rendimiento. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Holguín, Cuba.
- Silva Junior, J. E., Ciccarelli, O. A., Pita, I. M., & de Carvalho, C. L. (2019). *A importância da análise biomecânica do chute no futebol. Um estudo de caso*. Lecturas: Educación Física y Deportes, 24(251), 81-92. Recuperado el 19 de Juliode2021,de<https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/568/649>.

- Torres, P. A., (2021). *La planificación del entrenamiento en el Fútbol amateur*. Educación Física y Ciencia, 23(3), <https://doi.org/10.24215/23142561e183>
- Leguén, O. (2012). *Ejercicios para mejorar la técnica de la estirada rasa en los porteros de fútbol de la categoría juvenil en el municipio Niceto Pérez*. Trabajo de Diploma en opción al título de Licenciado en Cultura Física, Guantánamo, Cuba.
- Torres, R. (2015). *Estrategia Didáctica para la preparación táctica defensiva en los atletas de fútbol categoría 14-15 años de la EIDE "Rafael Freyre Torres", provincia Guantánamo*. Tesis en opción al Título académico de Máster en Pedagogía del Deporte y la Cultura Física. Universidad de Oriente, Santiago de Cuba, Cuba.
- Yépez, E. P., & Ramírez, J. C. (2019). *La pliometría y su incidencia en la velocidad y velocidad-fuerza en jugadoras de Fútbol*. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas., 38(2), 183-195. Recuperado el 26 de junio de 2021, de <http://www.revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/288/268>.