

# **ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

**CARRERA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES  
Y RECREACIÓN**

**TESIS DE GRADO, PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y  
RECREACIÓN.**

## **TEMA:**

**“INCIDENCIA DEL BALÓN NO.4 EN EL MEJORAMIENTO DE LA TÉCNICA  
CON BALÓN EN RELACIÓN AL BALÓN NO. 5 EN LA CATEGORÍA SUB. 12  
DE FÚTBOL DEL COLEGIO MENOR SAN FRANCISCO DE QUITO EN EL  
PERIODO OCTUBRE 2007- FEBRERO 2008”,  
PROPUESTA ALTERNATIVA.**

**AUTOR: RAFAEL DARÍO SALAZAR PADILLA**

**DIRECTOR DE TESIS: LIC. Orlando Carrasco**

**CODIRECTOR DE TESIS: MSC. MARIO VACA**

**SANGOLQUÍ – ECUADOR**

**2007-2008**

## CERTIFICACIÓN

**Director de Tesis: Lic. Orlando Carrasco**

**Codirector: Msc. Mario Vaca**

### **CERTIFICAN:**

Que el trabajo de investigación titulado "Incidencia del balón no.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón no. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito en el periodo Octubre 2007- Febrero 2008", y realizado por el señor Rafael Salazar, ha sido revisado prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, por lo que nos permitimos acreditarlo y autorizar al señor Rafael Salazar para que lo sustente públicamente.

.....

.....

**DIRECTOR**

**CODIRECTOR**

Sangolquí, lunes 7 de Julio del 2008

## CERTIFICACIÓN

**Director de Tesis: Lic. Orlando Carrasco**

**Codirector: Msc. Mario Vaca**

### **CERTIFICAN:**

Que el trabajo de Investigación titulado, **“Incidencia del balón No.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito en el periodo Octubre 2007- Febrero 2008”** realizado por el Señor. Rafael Salazar, constan de dos CD"s adjuntos en su totalidad y cumple con los requisitos legales establecidos por la ESPE, por lo que nos permitimos acreditarlo y autorizar al Sr. Rafael Salazar, para que entregue en el Departamento de Ciencias Humanas y Sociales.

.....

**DIRECTOR**

.....

**CODIRECTOR**

Sangolquí, lunes 7 de Julio del 2008

## AUTORIZACIÓN

Autorizó a la Escuela Politécnica del Ejército la publicación o reproducción en la página web de todas las ideas, criterios que constan en la presente Tesis de Grado **“Incidencia del balón No.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito en el periodo Octubre 2007-Febrero 2008”**, que son de exclusiva responsabilidad de mi autoría.

Para constancia de lo anteriormente expresado firmo a continuación.

-----  
**RAFAEL DARÍO SALAZAR PADILLA**

Sangolquí, lunes 7 de Julio del 2008

## AGRADECIMIENTO

Este trabajo de investigación es el fruto del esfuerzo unánime de un equipo de personas que sin su apoyo no hubiera sido posible lograr este reto, la verdad me gustaría mucho que sus nombres estén en la portada.

Te agradezco a ti Padre del Cielo, Tú siempre me has guiado, me has sostenido, me has dado las fuerzas necesarias terminar esta carrera, no lo hubiera hecho sin ti. Gracias mi Dios.

A mi familia, que siempre estuvo conmigo, confío plenamente en mi esfuerzo, fueron la fuente de mi inspiración, les quiero mucho.

A mi esposa y a mi hijo, la vida no tendría sentido sino estuvieran conmigo ahora.

Mis compañeros de promoción, la pasamos tan bien, hubo momentos difíciles pero logramos salir adelante, Cesar Cambizada, mi gran amigo.

Al Colegio Menor San Francisco de Quito, que me abrió las puertas de su establecimiento educativo para aplicar esta tesis de gran importancia para sus alumnos. A sus autoridades en especial al Director de Deportes Felipe Carrera y al Profesor Juan Pablo García. Muchas Gracias.

A mis profesores, muchas gracias por su guía. Gracias CAFDER,

## **DEDICATORIA**

Este trabajo lo dedico a mis Padres, por que dejaron muchas comodidades y me regalaron la educación.

Gracias Papi,

Gracias Mami. La verdad lo valoro tanto, tanto, es la mejor herencia.

## **ACTA DE ENTREGA Y RECEPCIÓN DE TESIS**

En Sangolquí, Sector Santa Clara – Campus Politécnico, hoy del 2008, a las, el señor Rafael Darío Salazar Padilla hace la entrega de cuatro ejemplares y dos CD's de su tesis elaborada, cuyo título es: **“Incidencia del balón No.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito en el periodo Octubre 2007- Febrero 2008”. Propuesta Alternativa”**, previo a la obtención de su título de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación.

**Rafael Darío Salazar P.**  
**ENTREGUÉ CONFORME**

**Ab. Jorge Carvajal R.**  
**RECIBÍ CONFORME**

## ÍNDICE GENERAL

<b>CONTENIDOS</b>	<b>PÁGINAS</b>
Portada	I
Información Legal	II
Agradecimiento	V
Dedicatoria	VI
Índice	VIII
Resumen Ejecutivo	XV
Introducción	XVI

### PRIMERA PARTE

1. Problema de investigación .....	1
1.1 Identificación del problema .....	1
1.2. Formulación del problema .....	2
1.3. Objetivos .....	3
1.3.1. Generales .....	3
1.3.2. Específicos .....	3
1.4. Justificación .....	4

### SEGUNDA PARTE

#### 2. MARCO TEÓRICO

##### CAPÍTULO I

##### 2.1. TECNICA CON BALON

2.1.1. Introducción.....	5
2.1.2. Definición.....	6
2.1.3. Técnica Individual.....	7
2.1.3.1. Elevaciones Del Balón.....	8
2.1.3.2. Dominio del Balón o Habilidad con el Balón.....	9

2.1.3.3.	Conducción del Balón .....	10
2.1.3.4.	El Regate.....	11
2.1.3.5.	Recepción o Control del Balón.....	13
2.1.3.6.	El Golpeo del Balón.....	15
2.1.3.7.	Juego de Cabeza.....	16
2.1.3.8.	La Finta .....	17
2.1.4.	Técnica Colectiva.....	19
2.1.4.1.	El Pase .....	20
2.1.4.2.	La Pared.....	22
2.1.4.3.	El Relevó.....	22
2.1.5.	Entrenamiento De La Técnica.....	23
2.1.5.1.	Método Trabajo Global .....	24
2.1.5.1.1.	Ajuste Global .....	25
2.1.5.1.2.	Toma De Conciencia.....	25
2.1.5.1.3.	La Estabilización.....	25
2.1.5.2.	Método Trabajo Analítico .....	26
2.1.5.2.1.	Entrenamiento De Adquisición.....	26
2.1.5.2.2.	Entrenamiento De Aplicación.....	27
2.1.5.3.	Control De Nivel De Preparación Técnica.....	27
<b>2.2.</b>	<b>El balón de Fútbol.....</b>	<b>28</b>
2.2.1.	Historia.....	28
2.2.2.	Características Físicas de los Tamaños Oficiales.....	32
2.2.3.	Criterios de prueba del balón de fútbol al aire libre.....	34
2.2.4.	25 razones para que los niños de entre 8 y 13 años jueguen con el balón nº 4 y no con el balón nº 5.....	36
2.2.4.1.	Área de Salud.....	36

2.2.4.2. Área Psicológica.....	37
2.2.4.3. Área del Desarrollo de Comportamiento Táctico.....	38
2.2.4.4. Área de la Ejecución de Gestos Técnicos.....	39

## TERCERA PARTE

### CAPITULO III

#### 3. DISEÑO METODOLÓGICO

3.1. Tipo de Investigación .....	40
3.2. Población y Muestra .....	40
3.2.1. Descripción del Universo sujeto u objeto de Estudio.....	40
3.3. Formulación de Hipótesis .....	40
3.4. Identificación de Variables.....	41
3.5. Operacionalización de Variables .....	41
3.6. Instrumentos de Investigación.....	42
3.7. Recolección de Datos.....	51
3.8. Tratamiento y Análisis Estadístico de los Datos.....	51
<b>3.8.1 Análisis de los Test Iniciales con Balón No. 4 y Balón No. 5...</b>	<b>52</b>
3.8.1.1. Test de Recepción Grupo 1.....	52
3.8.1.2. Test de Recepción Grupo 2.....	54
3.8.1.3. Test de Precisión de Pase Grupo 1.....	56
3.8.1.3.1. Pierna Derecha.....	57
3.8.1.3.2. Pierna Izquierda.....	58
3.8.1.4. Test de Precisión de Pase Grupo 2.....	59
3.8.1.4.1. Pierna Derecha.....	60
3.8.1.4.1. Pierna Izquierda.....	61
3.8.1.5. Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 1.....	62
3.8.1.6. Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 2.....	64
3.8.1.7. Test de Potencia de Remate Grupo 1.....	66
3.8.1.7.1. Pierna Derecha.....	67
3.8.1.7.2. Pierna Izquierda.....	68
3.8.1.8. Test de Potencia de Remate Grupo 2.....	69
3.8.1.8.1. Pierna Derecha.....	70
3.8.1.8.2. Pierna Izquierda.....	71

3.8.1.9.	Test de Control de Balón Tipo “A” Grupo 1.....	72
3.8.1.10.	Test de Control de Balón Tipo “A” Grupo 2.....	75
3.8.1.11.	Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 1.....	78
3.8.1.12.	Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 2.....	81
3.8.1.13.	Test de Conducción Grupo 1.....	84
3.8.1.14.	Test de Conducción Grupo 2.....	86
3.8.1.15.	Test de Cabeceo Grupo 1.....	88
3.8.1.16.	Test de Cabeceo Grupo 2.....	90
3.8.1.17.	Test de Aceleración Grupo 1.....	92
3.8.1.18.	Test de Aceleración Grupo 2.....	94
3.8.1.19.	Test de Pases Grupal Grupo 1.....	96
3.8.1.20.	Test de Pases Grupal Grupo 2.....	97
<b>3.8.1</b>	<b>Análisis de los Test Iniciales con Balón No. 4, Balón No. 5 y Test Finales con Balón No. 4</b>	
3.8.2.1	Test de Recepción Grupo 1.....	98
3.8.2.2	Test de Recepción Grupo 2.....	100
3.8.2.3	Test de Precisión de Pase Grupo 1.....	102
3.8.2.4	Test de Precisión de Pase Grupo 2.....	105
3.8.2.5	Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 1.....	108
3.8.2.6	Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 2.....	110
3.8.2.7	Test de Potencia de Remate Grupo 1.....	112
3.8.2.8	Test de Potencia de Remate Grupo 2.....	115
3.8.2.9	Test de Control de Balón Tipo “A” Grupo 1.....	118
3.8.2.10	Test de Control de Balón Tipo “A” Grupo 2.....	121
3.8.2.11	Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 1.....	124
3.8.2.12	Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 2.....	127
3.8.2.13	Test de Conducción Grupo 1.....	130
3.8.2.14	Test de Conducción Grupo 2.....	132
3.8.2.15	Test de Cabeceo Grupo 1.....	134
3.8.2.16	Test de Cabeceo Grupo 2.....	136
3.8.2.17	Test de Aceleración Grupo 1.....	138
3.8.2.18	Test de Aceleración Grupo 2.....	140
3.8.2.19	Test de Pases Grupal Grupo 1.....	142
3.8.2.20	Test de Pases Grupal Grupo 2.....	143

<b>3.9 Conclusiones de los Test Iniciales y Finales</b>	
3.9.1 Test de Recepción.....	144
3.9.2 Test de Precisión de Pase	
3.9.2.1 Pierna Derecha.....	145
3.9.2.2 Pierna Izquierda.....	146
3.9.3 Test de Precisión de Disparo con Empeine.....	147
3.9.4 Test de Potencia de Remate	
3.9.4.1 Pierna Derecha.....	148
3.9.4.2 Pierna Izquierda.....	149
3.9.5 Test de Control de Balón	
3.9.5.1 Tipo "A"	
3.9.5.1.1 Pierna Derecha.....	150
3.9.5.1.2 Pierna Izquierda.....	151
3.9.5.2 Tipo "B"	
3.9.5.2.1 Pierna Derecha.....	152
3.9.5.2.2 Pierna Izquierda.....	153
3.9.6 Test de Conducción.....	154
3.9.7 Test de Cabeceo.....	155
3.9.8 Test de Aceleración.....	156
3.9.9 Test de Pases Grupal.....	157
3.10 Comprobación de Hipótesis.....	158

## **CUARTA PARTE**

### **CAPITULO IV**

#### **4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

4.1 Conclusiones.....	159
4.2 Recomendaciones.....	161
BIBLIOGRAFÍA.....	162
ANEXOS.....	164

## QUINTA PARTE

### CAPITULO V

#### 5. PROPUESTA ALTERNATIVA

<b>1. Justificación e importancia.....</b>	<b>170</b>
<b>2. Objetivos.....</b>	<b>171</b>
<b>3. Beneficiarios.....</b>	<b>172</b>
<b>4. Descripción de la propuesta.....</b>	<b>172</b>
<b>Propuesta Metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la técnica con balón de Ángel Santos (Eso).</b>	
<b>4.1. El Control.....</b>	<b>172</b>
4.1.1 Ejercicios para el dominio de las superficies de contacto...	172
4.1.2 Ejercicios para trabajar los controles.....	173
4.1.3. Ejercicios para trabajar el control orientado.....	175
4.1.4. Juegos para trabajar los controles.....	176
<b>4.2. El Golpeo con el Pie.....</b>	<b>177</b>
4.2.1. Ejercicios para la mejora del golpeo con el pie. ....	177
<b>4.3. El golpeo de cabeza</b>	
4.3.1. Ejercicios para el aprendizaje del golpeo de cabeza...	179
<b>4.4 La Conducción</b>	
4.4.1 Ejercicios para el dominio de las superficies de contacto...	183
4.4.2 Ejercicios de conducción con trayectoria rectilínea.....	184
4.4.3 Ejercicios de conducción con trayectoria curva.....	185
4.4.4. Ejercicios de conducción en zig-zag.....	185
4.4.5. Ejercicios de conducción con otros gestos técnicos....	187
4.4.6. Ejercicios con contrarios que dificulten la conducción...	188
4.4.7. Juegos para la conducción.....	188
4.4.8. Circuitos.....	190

<b>4.5. La cobertura</b>	
4.5.1. Ejercicios para trabajar la cobertura del balón.....	191
<b>4.6. El Regate</b>	
4.6.1. Ejercicios para el aprendizaje del regate.....	192
<b>4.7. El tiro</b>	
4.7.1. Ejercicios para el aprendizaje del tiro.....	195
<b>4.8. La Habilidad</b>	
4.8.1. Ejercicios para trabajar la agilidad.....	201
<b>4.9. El Pase</b>	
4.3.1. Ejercicios para el aprendizaje del pase.....	203
<b>4.10. La Técnica defensiva</b>	
4.10.1. Ejercicios para trabajar la técnica defensiva.....	208
<b>5. Sugerencias metodológicas para aplicar la propuesta.....</b>	<b>212</b>

## RESUMEN EJECUTIVO

La educación y formación básica es una actividad continua que conlleva varios años de labor minuciosa. Los niños y jóvenes recorren distintas fases de desarrollo físico, psicológico, intelectual y espiritual. Dentro de cada una de ellas la familia, la educación y la sociedad juegan un papel decisivo en su futuro personal. Muchas de ellas se ven truncadas por la calidad de vida que llevan las familias hoy en día.

Dentro del deporte como área de formación, el fútbol en su proceso formativo necesita de la interacción de capacidades y destrezas físico-técnico-tácticas, así como una buena formación de cualidades morales y volitivas que conlleven a la formación integral del joven deportista. Muchas de estas también se ven truncadas por la falta o la inadecuada aplicación de procesos metodológicos formativos por parte de instructores no capacitados.

A continuación se formulará el problema el cual se refiere ¿Cómo Incide el uso del balón No.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón No. 5 en la categoría sub, 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito?

En el sistema de Operacionalización de variables se aplicara dos variables independiente que es la utilización del Balón No. 4 y Balón No. 5 y una dependiente la cual es la Técnica con Balón.

Se presentara objetivos generales y específicos para las variables independientes y dependiente lo cual nos permitirá tener una visión clara para un logro favorable del estudio.

*La Football Association ya hizo recomendaciones sobre el uso de balones de talla apropiada en 1993: para niños de 8 a 11 años, la más aconsejable sería la talla 3, mientras que los adultos juegan con balones de la talla 4 o 5. A la luz de los resultados de este estudio, parece que esas recomendaciones no han sido observadas por los aficionados al fútbol” Al respecto Wein (2004) señala: que para convertir el proceso de iniciación en el fútbol en una intención educativa y*

formativa, es imprescindible adaptar los contenidos y **materiales** de las sesiones y competiciones a la **aptitud** motriz, intelectual y física del niño.

La situación es realmente alarmante ya que no se está tomando en serio esta sugerencia, causando en su fase sensible de (6-12 años) una formación técnica con balón insuficiente y mal encaminada dando como resultado un fallo evidente en su agilidad para jugar al fútbol.

Se desarrolló el marco teórico que está relacionado a la Técnica con Balón, la Propuesta Metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la Técnica y los Balones oficiales de Fútbol y sus recomendaciones metodológicas.

La presente investigación es de Correlacional. Por los medios a utilizarse es un estudio de campo. En cuanto al Diseño de estudio se ha seleccionado el diseño de pre-test y pos-test con aplicación adicional de la observación científica. Por el grado de estructuración, el estudio es cuanti-cualitativo y por la dimensión temporal la investigación responde a un estudio de carácter longitudinal, ya que se aplicará un test de diagnóstico inicial y luego un pos-test en la etapa concluyente.

## INTRODUCCIÓN

La enseñanza del fútbol “Si consideramos que la técnica es fundamental en cualquier deporte y partiendo del principio de que el niño no es un adulto pequeño<sup>1</sup>

Para Welford (1969) la técnica es la *habilidad motriz o acción organizada y coordinada que involucra la totalidad de las cadenas sensoriales y los mecanismos centrales o motores*. Famose (1992) define la *habilidad motora* como “la capacidad de un sujeto para alcanzar un objetivo de manera eficaz y de manera eficiente”. Un deportista es hábil cuando es capaz de alcanzar eficazmente un objetivo fijado con anterioridad.”<sup>2</sup>

“La utilización de balones con menor masa y peso (balones de voleibol y fútbol nº 4 con baja presión de inflado en categorías infantiles (6-12 años) **es determinante** en el normal desarrollo de sujetos que no han completado aun el desarrollo de sus sistemas óseo, muscular y tendido-ligamentoso”<sup>3</sup>

Wein señala la importancia de utilizar el balón a la medida del niño lo que favorece a la correcta ejecución de los gestos técnicos como el pase, la conducción, el regate, la finta, el remate y el saque de banda, con excepción del control del balón, además los movimientos se producen de forma más natural, aumenta la velocidad de ejecución de los gestos técnicos, lo que se traduce en menos errores y más goles. Obedece mejor las órdenes del niño, cuyo tamaño del pie se adapta mejor al menor peso y circunferencia del balón nº 4. El niño tiene una mayor sensibilidad con este balón Favoreciendo el desarrollo de la lateralidad (empleo más frecuente del pie menos hábil).

---

<sup>1</sup> Marc Durand) “Duque Mata Luis A FÚTBOL BASICO. edit. Alhambra Madrid 1986 pág. 7

<sup>2</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pag 523-524.

<sup>3</sup> ESCUELA INTEGRAL DE FUTBOL BASE: PRINCIPIOS FUNDAMENTALES - Rubén Cohen Grinvald

## PRIMERA PARTE

### 2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La educación y formación básica es una actividad continua que conlleva varios años de labor minuciosa. Los niños y jóvenes recorren distintas fases de desarrollo físico, psicológico, intelectual y espiritual. Dentro de cada una de ellas la familia, la educación y la sociedad juegan un papel decisivo en su futuro personal. Muchas de ellas se ven truncadas por la calidad de vida que llevan las familias hoy en día.

Dentro del deporte como área de formación, el fútbol en su proceso formativo necesita de la interacción de capacidades y destrezas físico-técnico-tácticas, así como una buena formación de cualidades morales y volitivas que conlleven a la formación integral del joven deportista. Muchas de estas también se ven truncadas por la falta o la inadecuada aplicación de procesos metodológicos formativos por parte de instructores no capacitados. Algunos autores, como Bayer (1986); Sans y Frattarola (1996) señalan los 12 años como edad recomendable para enseñar fútbol, desde luego con una base deportiva multifacética coincidiendo con autores como López & Castejón (2005); Ricardo, de la Torre y Velázquez (2001); Valero (2005); Gíménez (1999).

En mi labor como asistente técnico y a través de la observación y la práctica de la categoría Sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito he podido observar que la gran mayoría de niños poseen un bajo grado de técnica y dominio del balón que se traducen también como “todas aquellas acciones que son capaces de desarrollar un jugador de fútbol dominando y jugando el balón en beneficio propio finalizando una jugada sin la intervención de otros compañeros del equipo” David Montiel (Esp), lo que impide que sean incapaces de adaptarse a nuevas situaciones y aprender nuevas técnicas de movimiento con el balón, en mi observación y punto

principal de la problemática pude apreciar que se está impartiendo la enseñanza de los elementos técnicos con el balón de fútbol No. 5 que es de utilización exclusiva para jóvenes y adultos no así en niños de 11 años, “*La Football Association ya hizo recomendaciones sobre el uso de balones de talla apropiada en 1993: para niños de 8 a 11 años, la más aconsejable sería la talla 3, mientras que los adultos juegan con balones de la talla 4 o 5. A la luz de los resultados de este estudio, parece que esas recomendaciones no han sido observadas por los aficionados al fútbol*” Al respecto Wein (2004) señala: que para convertir el proceso de iniciación en el fútbol en una intención educativa y formativa, es imprescindible adaptar los contenidos y **materiales** de las sesiones y competencias a la **aptitud** motriz, intelectual y física del niño.

La situación es realmente alarmante ya que no se esta tomando en serio esta sugerencia, causando en su fase sensible de (6-12 años) una formación técnica con balón insuficiente y mal encaminada dando como resultado un fallo evidente en su agilidad para jugar al fútbol.

El problema también recae en la inexistencia de un banco de tests técnicos, debido la poca importancia de los anteriores formadores al desarrollo de la técnica en estos niños.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cómo Incide el uso del balón No.4 en el mejoramiento de la técnica con balón en relación al balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito?

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 OBJETIVOS GENERALES**

- Demostrar la influencia que tiene el uso del balón No. 4 en el desarrollo de la técnica con el balón en relación al balón No. 5.
- Aplicar una propuesta alternativa para el desarrollo de la técnica con balón.

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Evaluar el nivel técnico con el Balón No. 5. a la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito.
- Evaluar el nivel técnico con el Balón No. 4. a la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito.
- Desarrollar el programa de 150 ejercicios de Técnica con balón de Ángel de Santos (Eso) utilizando el balón No. 5 y balón No. 4.
- Evaluar la técnica con balón utilizando el balón No. 4

## **1.4 JUSTIFICACIÓN**

Es importante dar soluciones a los problemas de nuestra sociedad, mucho más cuando se trata de nuestros niños quienes formarán parte del futuro de nuestro país. El deporte forma hombres sanos. El fútbol en nuestro país es el deporte nacional, y las destacadas participaciones de la selección Ecuatoriana de fútbol en los 2 mundiales, Korea-Japón 2002 y Alemania 2006 respectivamente, a puesto en nuestro corazón y en especial en el de los más pequeños el anhelo de ser algún día los representantes de dichosa camiseta tricolor ante el mundo.

Quienes formamos parte de este gran sueño estamos comprometidos con los niños en su desarrollo integral además de una base físico-técnico-táctica orientada científicamente y metodológicamente, en su desarrollo deportivo, es aquí donde radica la importancia de mi investigación.

“La utilización de balones con menor masa y peso (balones de voleibol y fútbol nº 4 con baja presión de inflado en categorías infantiles (6-12 años) **es determinante** en el normal desarrollo de sujetos que no han completado aun el desarrollo de sus sistemas óseo, muscular y tendido-ligamentoso”<sup>4</sup> Wein señala la importancia de utilizar el balón a la medida del niño lo que favorece a la correcta ejecución de los gestos técnicos como el pase, la conducción, el regate, la finta, el remate y el saque de banda, con excepción del control del balón, además los movimientos se producen de forma más natural, aumenta la velocidad de ejecución de los gestos técnicos, lo que se traduce en menos errores y más goles. Obedece mejor las órdenes del niño, cuyo tamaño del pie se adapta mejor al menor peso y circunferencia del balón nº 4. El niño tiene una mayor sensibilidad con este balón Favoreciendo el desarrollo de la lateralidad (empleo más frecuente del pie menos hábil).

---

<sup>4</sup> ESCUELA INTEGRAL DE FUTBOL BASE: PRINCIPIOS FUNDAMENTALES - Rubén Cohen Grinvald

## SEGUNDA PARTE

### 3. MARCO TEÓRICO

#### CAPITULO I

##### 2.1 Técnica con Balón

###### 2.1.1. Introducción.

Para Welford (1969) la técnica es la *habilidad motriz o acción organizada y coordinada que involucra la totalidad de las cadenas sensoriales y los mecanismos centrales o motores*. Famose (1992) define la *habilidad motora* como " *la capacidad de un sujeto para alcanzar un objetivo de manera eficaz y de manera eficiente*". Un deportista es hábil cuando es capaz de alcanzar eficazmente un objetivo fijado con anterioridad."<sup>5</sup>

"En el fútbol las múltiples técnicas (movimientos) son siempre complejas de realizar, y a menudo con situaciones de juego imprevisibles"<sup>6</sup>

"En los deportes de conjunto se valora la técnica como posibilidad de solucionar las condiciones de competición variables. Está en relación directa con la eficacia de acción en las condiciones variables de competición, considerando que la técnica debe desarrollar al máximo los trabajos precisos en condiciones de fuerza y velocidad. Para desarrollar este tipo de técnicas se debe enseñar estos factores de manera preferente, si se quiere construir unas habilidades técnicas adecuadas a las necesidades competitivas.

Naturalmente es necesario comprender el significado de la técnica antes de establecer un modelo de entrenamiento y, como puede observarse, el análisis antes planteado permite al entrenador diseñar con mayor eficiencia, la

---

<sup>5</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pag 523-524.

<sup>6</sup> Fútbol Base. Programas de Entrenamiento. 12-13 años. Editorial Paidotribo.Pag. 36

nominación de los objetivos, primer paso de todo planteamiento de aprendizaje.”<sup>7</sup>

### **2.1.2 Definición**

“Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio se conoce como Técnica Individual, y si es en beneficio del conjunto, se entiende como Técnica Colectiva”<sup>8</sup>

“Es el proceso o conjunto de procesos que se aprenden a través de los ejercicios, los cuales permiten realizar lo más racional y económicamente posible y con una máxima eficacia de una determinada tarea de movimiento”<sup>9</sup>.

Como se puede constatar, existen muchas interrogantes, que es necesario ir a su encuentro de la mejor manera e ir fijando los términos concienzudamente no solamente bajo mi punto de vista, sino, de otros autores que con sus aportaciones al campo deportivo colaboran a tener posconceptos más claros.

El Húngaro Arpad, entiende por técnica en general: “la manera de ejecutar los movimientos posibles del deporte en cuestión”. Cada clase de deporte necesita una técnica especial y a su vez entiende a técnica futbolística como: “el modo de ejecutar todos los movimientos posibles en el fútbol”. La divide en dos partes: movimientos sin balón y movimientos con balón.

Los movimientos sin balón son: a) el correr y cambio de dirección del futbolista, b) el salto del futbolista, c) regate del futbolista sin balón (finta).

---

<sup>7</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pag 519

<sup>8</sup> Tomado de [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info). David Montiel

<sup>9</sup> Tomado del libro “Bases teóricas del Entrenamiento Deportivo” de Juan Manuel García Manso, Pág. - 460

Los movimientos con balón son: el toque de balón, la recepción, el cabeceo, la conducción, el regate, el ataje, el saque de banda y los movimientos de defensa.

“La técnica futbolística comprende el grado de capacidad de controlar el balón correctamente en cualquier situación de juego, esto significa recibir y llevar el balón, conducirlo, driblar, jugarlo y tirar a portería con seguridad”<sup>10</sup>

“La técnica en fútbol es el compendio de la técnica individual y colectiva de los componentes de un mismo equipo, en el transcurso competitivo sobre el terreno de juego, supeditados a las mismas reglas.”<sup>11</sup>

Al definir la técnica individual nos referimos al gesto automático adecuado a su puesto específico, con o sin balón se será modificada según la zona donde se transmite el móvil-balón, trayectorias y desplazamientos a realizar por los operantes en el juego, oponentes, campo, etc..

### **2.2.3 Técnica Individual:**

“Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y jugando el balón en beneficio propio finalizando una jugada sin la intervención de otros compañeros del equipo.” (Vincent Pere).

“Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio se conoce como Técnica Individual.”<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Tomado del Manual del Entrenamiento del Fútbol 2ª edición de Gerhard Zeeb pág. 11

<sup>11</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 15

<sup>12</sup> MONTIEL david. Publicado en [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

“Es el conjunto de de gestos automático que se dan como respuesta precisa, reiterada y eficaz de un jugador ante cualquier estímulo, en lucha contra el espacio-tiempo, adecuada al puesto específico.”<sup>13</sup>

“Bajo esta estructura, se describe cada una de las acciones técnicas desarrollando el concepto y los ejercicios de asimilación, con un mínimo de gráficas de los respectivos ejercicios para que la ilustración no sea solo retenida por la memoria visual, sino, que se retenga por la percepción (cualquier estímulo sensorial) y la propia imagen colaborando en la creatividad de un fútbol más actual.

Dentro del marco teórico y práctico que contiene la técnica con y sen balón, sen detallar sus desplazamientos. Por medio de la marcha y de la carrera, bilateral, dorsal y frontal, pero, si trabajando con los elementos mas adecuados técnico o practicante podrá desarrollar sus planes de trabajo sin recurrir a estas sugerencias, para que, conjuntamente logremos el estudio del aprendizaje.”<sup>14</sup>

### **2.1.3.1 Elevaciones Del Balón**

“Como punto de partida, la elevación del balón es la acción técnica más simple en el fútbol, en el menor espacio y con una extensa gama de respuestas ejecutables, individualmente, y realizadas a veces en el partido.

La elevación de balón toma conciencia de estos factores: del espacio, del móvil-balón, y de la superficie de contacto del pie-hábil para llegar al conjuntote gestos precisos, en el aprendizaje del dominio o manejo del balón.

Es la acción más simple en el fútbol que pone el balón en movimiento-aéreo al vencer la gravedad para lograr mayor altura, controlada y obtener un dominio posterior del móvil-balón, por medio de una respuesta individual.”<sup>15</sup>

---

<sup>13</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 15

<sup>14</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 39

<sup>15</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 39

### **2.1.3.2 Dominio del Balón o Habilidad con el Balón**

“Habilidad es la capacidad de dominar el balón por el jugador por suelo o aire mediante más de dos contactos; por tanto es toda acción en posición estática o dinámica que permite tener el balón en poder del jugador con el fin de superar a uno o varios adversarios y facilitar la acción y desplazamiento de los compañeros.

***La habilidad se divide en dos tipos:***

- - Estática (jugador y balón en el sitio)
- - Dinámica (jugador-balón en movimiento)

El hombre hábil se diferencia del malabarista en que persigue con sus acciones el beneficio del conjunto.

Se puede designar como acción fundamental la elevación del balón en la habilidad semi-estática y el control del mismo durante un tiempo determinado que permita al compañero su movimiento para una mejor acción posterior, o simplemente el engaño al adversario para convencerle con una acción complementaria propia o del compañero.”<sup>16</sup>

“Es la capacidad técnica que debe poseer el jugador de fútbol cuando es poseedor de balón, tanto en posición y limitación del espacio-tiempo de ejecución, al utilizar los segmentos útiles y siempre como complemento posterior, para la aplicación de otras acciones técnicas durante el juego. Porque el ejecutor debe conocer su posición. Para su realización, ya que el balón no debe llegar al suelo, teniendo totalmente dominado el balón para seguir en su posesión, logrando una gran coordinación dinámica específica del

---

<sup>16</sup> MONTIEL david. Publicado en [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

pie o segmento útil en el momento oportuno, para lograr esa precisión solicitada tanto en la técnica individual.”<sup>17</sup>

**Superficies de contacto:** Todas las que permite el reglamento:

- Cabeza
- Hombros
- Pecho
- Abdomen
- Piernas (muslo)
- Pie (empeines (total o frontal, interior, exterior))
- Interior
- Exterior
- Talón
- Planta
- Puntera

### **2.1.3.3 Conducción del Balón**

“La conducción es la acción técnica individual en plena posesión – dominio, del balón por medio de desplazamientos sin oposición directa, adquiere el poseedor mayor velocidad, y con oposición le obliga a realizar cambios de dirección, sentido, ritmo de carrera, disminuyendo su velocidad en el terreno de juego.

La conducción es una continuidad del manejo del balón dinámico por el terreno de juego. La posesión del balón implica creatividad en la realización de acciones técnicas, preparación técnica-táctica posterior a la acción de conducir, retienen ocasiones la velocidad del juego, en otra se beneficia de su temporización, por lo que, la necesidad de la conducción está en la sincronización ideal, concepción del juego en ese instante, para desarrollar la

---

<sup>17</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 47

conducción óptima en beneficio de un resultado colectivo en la acción técnica-táctica.”<sup>18</sup>

“Es la técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego o transportándolo por el aire.

Podrá ser individual, cuando se realiza en beneficio propio (contraataque) y de conjunto, está encadenada con otras acciones técnicas donde intervienen los compañeros para finalizar la jugada.”<sup>19</sup>

“Es la técnica que realiza el jugador al controlar y manejar el balón en su rodar por el terreno de juego. Importante la progresión en su enseñanza, es decir de lo lento y sencillo a lo rápido y superior.

*Superficies de contacto: Pies, al ser rodando por el terreno.*

### ***Bases para una buena conducción:***

1. "Acariciar" el balón. (Significativo de la precisión del golpeo y fuerza aplicada al balón en su rodar por el terreno).
2. La visión entre espacio y el balón. (La visión repartida entre balón, oponentes y compañeros). VISIÓN PERIFÉRICA.
3. La necesidad de su protección. (Camino a seguir para guardar y salvaguardar la pérdida del balón).<sup>20</sup>

#### **2.1.3.4 El Regate**

“El regate es la acción técnica individual que se realiza en posesión del balón progresando por el terreno de juego a pesar de la oposición directa. Pero el desarrollo del regate lleva implícito movimientos compuestos, técnica – táctica

---

<sup>18</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG

<sup>19</sup> VINEN pere “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

<sup>20</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

individual, por medio del manejo, elevación de balón progresando por el terreno de juego, como auto pase ante el oponente, por lo que todo en su contexto lo denomina regate o drible. <sup>21</sup>

“Aquel jugador que posea la facultad de regatear asumiendo las múltiples acepciones que encierra este término, dominará un arte que implica innumerables facetas, desde la imaginación a la hora de configurar el quiebre, pasando por el control del equilibrio, hasta las más altas cotas de ingeniería corporal así como del control del balón, desarrolladas en las acciones de uno contra uno. Los adjudicatarios de este don, suelen ser jugadores eminentemente ofensivos, con grandes dotes de creatividad, acostumbrados por su demarcación a enfrentarse con la retaguardia rival.”<sup>22</sup>

“Es la acción técnica que nos permite avanzar con el balón, conservándolo y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego.

Por lo tanto solo hay una manera de regatear (modo de proceder): Aquella por medio de la cual se desborda al adversario una acción llena de habilidad e imaginación.

### ***Clases de regate:***

- Simple: Será aquel en el que se desborda al adversario sin acción previa.
- Compuesto: Se hace uso de la finta (engaño) para, posteriormente, desbordar al adversario.

### ***Cualidades del regateador.***

- Perfecto dominio de los apoyos en el suelo.
- Dominio del cuerpo.
- Dominio completo del balón, a pesar de la oposición.
- Habilidad, destreza e imaginación.

---

<sup>21</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 71

<sup>22</sup> CONDE manuel. “ORGANIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA” PÁG. 91

- Un buen cambio de ritmo en la progresión, para desplazar el balón fuera del alcance del adversario y engañarle.

### ***Ventajas que se pretenden con el Regate:***

- Permitir el desmarque y penetración de los compañeros.
- Desequilibrar al adversario y dejarle fuera de la jugada.
- Colocarnos en situación de segunda acción.
- Ganar tiempo.
- Ser dueños del juego para:
  - Darle seguridad.
  - Darle velocidad.
  - Engañar constantemente.
- Improvisar acciones.

### ***Justificación del regate:***

- En el área contraria, para conseguir ángulo de tiro.
- Cuando se encuentra aislado el poseedor.
- Para clarificar una acción posterior.”<sup>23</sup>

#### **2.1.3.5 Recepción o Control del Balón**

“Es la acción técnica individual que caracteriza al jugador hábil, puesto que, logra de inmediato la posesión del balón dinámico, dejándolo en óptimas condiciones de jugarlo, en el mínimo espacio y tiempo.

Existen diferencias notables entre recepción y control, principalmente; por su posición inicial, sentido del móvil-balón, alturas, zonas del balón, superficies del contacto próximo al eje corporal y en el número de contactos que tiene el balón, puesto que los controles requieren un único contacto, mayor equilibrio

---

<sup>23</sup>MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

en la pierna de apoyo, potencia en la salida para poner intervenir en la acción posterior.”<sup>24</sup>

“El control, como su propia palabra indica es hacerse el jugador con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior.

### **Clases de Control:**

- **Controles clásicos:** PARADA, SEMIPARADA y AMORTIGUAMIENTO
- **PARADA:** Inmoviliza totalmente un balón raso o alto, sirviéndose de la planta del pie. Jugador y Balón parados.
- **SEMIPARADA:** El balón no se inmoviliza totalmente pudiéndose efectuar con cualquier superficie de contacto del pie, pecho y la cabeza.

Este gesto proporciona una mayor velocidad y permite una orientación oportuna del balón dejándolo preparado para una acción siguiente.

- **AMORTIGUAMIENTO:** Acción inversa del golpeo, se reduce su velocidad mediante el retroceso de la parte del cuerpo a emplear.
- **CONTROLES ORIENTADOS:** Controlar y orientar al mismo tiempo el balón mediante un solo contacto, utilizando la superficie de contacto idónea y mas apropiada, teniendo en cuenta la siguiente acción que se quiere realizar.

La realización de esta técnica supone una gran ventaja debido principalmente a su velocidad, siendo al mismo tiempo muy dificultosa por la precisión técnica que se debe adquirir para una correcta realización.

**Superficies de contacto:** El balón puede ser controlado con todas las partes del cuerpo, incluso las manos en el caso del portero.

- Pie: Planta, Interior, Empeine (interior, total, exterior), Exterior.

---

<sup>24</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 79

- Pierna, Muslo : Tibia
- Tronco: Pecho, Abdomen.
- Cabeza: Frontal, Parietal, Occipital.
- Brazos: Para el portero (manos, puños). Para el jugador de campo (saque de banda).<sup>25</sup>

### **2.1.3.6 El Golpeo del Balón**

“El golpeo es la base de toda acción técnica individual defensiva y ofensiva del juego; por formación anatómica el golpeo con el pie principalmente con el empeine tiene amplio movimiento en las cadenas cinéticas por la menor limitación articular. En la fase dinámica por contracciones musculares balísticas se realizan una armada previa a la acción propulsora del impacto, las superficies de contacto se extiende por todo el pie (interior, puntera, empeine, exterior, tacón) contra las diferentes superficies-zonas del móvil-balón.

El jugador poseedor de una buena técnica individual se sitúa en superioridad sobre los demás que no alcancen su nivel durante el juego, siempre y cuando las habilidades motrices estén desarrolladas paralelamente en proporción con sus aptitudes.<sup>26</sup>

“Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta. (Conducir, pasar en corto, hacerse un auto pase, Despejar, pasar en largo tirar a gol, etc.)<sup>27</sup>

“Lo podemos definir como todo toque que se le da al balón de forma más o menos violenta.

Cuando un jugador entra en contacto con el balón y se desprende del mismo está efectuando un golpeo.

---

<sup>25</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

<sup>26</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 87

<sup>27</sup> VINEN pere “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

- Bien de forma suave: conducir, pasar en corto, un auto pase, etc.
- Bien de forma intensa: despejar, pasar en largo, tirar a gol, etc.

### ***Superficies de contacto:***

- EMPEINE: Se utiliza para golpes fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.
- EMPEINE (interior y exterior): Se emplea para golpes con efecto (llamados "rosca"...). Son golpes de gran precisión, fuerza y velocidad.
- EXTERIOR E INTERIOR: Para golpes seguros y cercanos. Son los de mayor precisión pero de menos velocidad.
- PUNTERA, PLANTA Y TALÓN: Son golpes para sorprender, y se utilizan generalmente como recurso, a excepciones de los tiros a gol con la puntera en situaciones favorables.

### ***Puntos de impulsión al balón***

- Golpeo al centro del balón. Fuerte, raso o a media altura.
- Golpeo en zona lateral. Buscamos rosca, salvar algún obstáculo.
- Buscamos trayectoria alta o picada.
- Buscamos pararla o conducirla.

El jugador es quién tiene que adaptar la posición del cuerpo a la trayectoria y velocidad del balón que le llega.<sup>28</sup>

#### **2.1.3.7 Juego de Cabeza**

“Es la acción técnica individual ofensiva-defensiva al tener contacto la cabeza con el balón aéreo. Se aplica la técnica individual en acción ofensiva para finalización del juego colectivo por medio del golpeo de cabeza a puerta y en acción defensiva sirve para despejar el balón aéreo. Se aplica la técnica individual en acción ofensiva para finalización del juego colectivo por medio del

---

<sup>28</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” . [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

golpeo de cabeza a puerta y como continuidad técnica colectiva por medio de pase, toques, amortiguamiento, control orientado con la cabeza.”<sup>29</sup>

“Todo toque que se da al balón de forma más o menos violenta. Es imprescindible en el fútbol para poder aplicarla a todas las alternativas que se plantean al jugador cuando el balón está en el aire.”

### **Superficies de contacto:**

- Frontal: Para dar potencia y dirección.
- Frontal-lateral: Lo mismo (premisa fundamental, el giro de cuello)
- Parietal: Para los desvíos.
- Occipital: Para las prolongaciones.

Diferentes formas de efectuar el golpeo en función de la posición del jugador.

- De parado.
- En el sitio o de parado con salto vertical.
- En carrera sin saltar.
- En carrera con salto (la de más impulso).
- En plancha (de parado o en carrera).<sup>30</sup>

### **2.1.3.8 La Finta**

“Se denomina finta a todo movimiento de engaño que realiza un jugador defensivo atacante, que procura ocultar su verdadera intención a través de acciones o movimientos controlados, equilibrados, para así engañar al oponente ofensivo o defensivo.”<sup>31</sup>

“La finta es la acción técnica-táctica individual que se realiza instantáneamente por cualquier segmento corporal para provocar desequilibrios momentáneos al

---

<sup>29</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG 108

<sup>30</sup> VINEN pere “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

<sup>31</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG 153

opositor (con o sin balón) que serán aprovechados súbitamente en el desarrollo de una respuesta motora posterior de forma eficaz, útil y positiva en ese instante del juego.

***Las acciones podrán realizarse de diferentes formas:***

- Antes de recibir el balón en beneficio propio.
- Después de recibir el balón en beneficio propio.”<sup>32</sup>

“Es un movimiento del cuerpo con o sin balón destinado a engañar al adversario. Los movimientos corporales pueden ser ejecutados con el busto, con las piernas y pies.

Ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador con el propósito de engañar, confundir o distraer al contrario de la verdadera acción que se pretende hacer.

También sin recibir el balón, en beneficio de un compañero.

***Cualidades y bases:*** Son todas ellas físicas y psíquicas.

- Imaginación
- Necesidad de descender el centro de gravedad para mantener el equilibrio.
- Decisión.
- Velocidad de reacción.
- Coordinación
- Y todas las cualidades del regateador.

***Justificación de la finta:***

- Proximidad del contrario.
- Para posteriores acciones técnicas.

---

<sup>32</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” . [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

- Temporizar
- Desbordar
- Cambiar de ritmo.
- Cambiar de dirección.
- La no justificación :
- Después de un regate.

***Diversas formas:***

- Mediante conducción
- Mediante cobertura
- Mediante temporización
- Mediante pase que dejamos a un compañero.”<sup>33</sup>

**2.1.4 Técnica Colectiva**

“Son las acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada.”<sup>34</sup>

“Es el máximo rendimiento de dos o mas jugadores del equipo en una acción espontánea, natural del juego con el mínimo esfuerzo y desarrollada con el menor número de superficies de contacto útiles (segmento, zona del balón).”<sup>35</sup>

“Dentro de la concepción del juego, cada jugador tiene su función predeterminada, que constituye una pieza de la táctica de equipo y en la cual los jugadores están relacionados uno con el otro. Durante un partido, los elementos de combinación y las variaciones tácticas pueden cambiar, pero no así las funciones fundamentales. Distinguimos los medios de la táctica ofensiva individual y colectiva.

---

<sup>33</sup> VINEN pere “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

<sup>34</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” . [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

<sup>35</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG 39

A la edad de 10 a 12 años se imparte ya el juego metódico de ataque y defensa. A eso se prestan mejor sencillas formas de combinación de dos jugadores. Se practican aquellos elementos del juego, de los cuales los jugadores pueden escoger las más oportunas para la resolución de la situación de juego concreta y poner estos sistemática y armónicamente en práctica como elementos del juego de ataque y defensa.”<sup>36</sup>

#### **2.1.4.1 El Pase**

“El pase es la acción técnico-táctica colectiva más simple en la que se ponen en contacto dos componentes del mismo equipo por medio del móvil balón, al ser realizado. Técnica individual al tener contacto con el segmento hábil, pie, rodilla, cabeza, en fin, todo segmento que no esté penalizado en el fútbol, por tanto el envío que se realiza con la mano (portero, saque de banda) es un lanzamiento.”<sup>37</sup>

“El PASE es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque; por lo tanto, es el principio del juego colectivo y nos permite llegar al objetivo previsto en el menor tiempo posible.

#### **Observaciones a tener en cuenta en el pase:**

1. Un jugador parado no deseará jamás un balón enviado por delante de él.
2. Un jugador que se desplaza a un espacio libre es normal que solicite el balón por delante de él.
3. Ejecutar bien el pase es conservar la iniciativa del juego y por tanto es importante para el equipo.
4. Es tan importante la actitud de quien posee el balón como la de quien lo recibe; por tanto, es un aspecto analizar profundamente.”<sup>38</sup>

---

<sup>36</sup> BENEDEK endré “FÚTBOL INFANTIL” PAG. 132

<sup>37</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG 53

<sup>38</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” . [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

“Es la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o mas componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque; es el principio del juego colectivo. El pase siempre tiene ventaja sobre la conducción; evita lesiones, fatiga y aclara situaciones.

Tiene enorme importancia cuando se ejecuta con perfección en espacios pequeños ante obstáculo-activo o a grandes distancias. Es tan importante el poseedor del balón como la colaboración del compañero/s, con un desmarque o espacios libres.

***Puede realizarse con balón parado o en movimiento.***

- Un jugador parado, no deseará un balón enviado por delante de él.
- Un jugador que se desplaza a un espacio libre es normal que solicite el balón por delante de él.
- Ejecutarlo bien, es conservar la iniciativa del juego.
- Es importante la actitud de quien lo posee y quien lo recibe.

***Superficies de contacto:***

- PIE: interior, exterior, empeine, puntera, talón, planta.
- PIERNA: muslo.
- TRONCO: pecho y cabeza.
  - o Trayectorias: Con efectos y sin efectos (salvar obstáculos).
  - o Con manos: Solamente el portero. En saques de banda.
- Otras superficies de contacto: Todas las del cuerpo, menos brazos y manos (excepto el portero dentro de su área de penalti y en saque de banda).
- Cabeza: Frontal, parietal, occipital.
- Pecho.
- Muslo.
- Rodilla (como recurso).<sup>39</sup>

**2.1.4.2 La Pared**

---

<sup>39</sup> VINEN pere “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

“La pared en el fútbol es una acción técnica-táctica colectiva simple en su iniciación y más compleja en su realización durante el juego, por la oposición de los oponentes pero indudablemente de gran efectividad al poner en comunicación entre dos o más componentes de un mismo equipo sin intervención directa del oponente.

Se desarrolla por el poseedor, hombre iniciador (1) realiza un pase con el pie hábil, con gran precisión sobre un compañero, hombre interceptador (2) que al primer toque devolverá hacia el compañero iniciador por medio de un pase dirigido a un compañero que penetra en carrera para una acción posterior inmediata.

#### **Clases de paredes:**

- Pared frontal.
- Pared falsa
- Pared en profundidad
- Doble pared

#### **2.1.4.3 El Relevó**

“Es la transmisión del medio o de la iniciativa. Es asimismo la acción de mantener el medio en poder del mismo equipo, mediante un cambio de mando en el jugador-balón.”<sup>40</sup>

“Es la acción técnica-táctica colectiva que se realiza entre dos componentes de un mismo equipo, siempre en posesión del balón continuando con la iniciativa del juego. El poseedor del balón ante la presencia de oponentes próximos protege el móvil por medio de regate, conducción, finta, etc. Para que llegue un compañero en su ayuda, con cambio de ritmo o de dirección favoreciendo la acción ofensiva-defensiva al llevarse el balón.

---

<sup>40</sup> MONTIEL david “APUNTES DE TÉCNICA” . [www.entrenadores.info](http://www.entrenadores.info)

Por lo tanto en el relevo no hay acción técnica en la transmisión del balón sino que hay cambio de poseedor y por tanto de iniciativa organizativa, dando la responsabilidad y funciones al nuevo poseedor.

Frecuentemente el organizador del equipo es el que más aplica el relevo bien con oponente próximo o sin oponente, porque es él, el responsable del juego ofensivo-defensivo.

### ***Formas diversas:***

Se diferencian los relevos por los desplazamientos que realicen los componentes en la transmisión del balón, en relación con el eje corporal del poseedor.

- Relevo frontal: cuando ambos compañeros llevan sentidos opuestos y realizan la transmisión del balón, frente a frente.
- Relevo en diagonal: llevan direcciones convergentes.
- Relevo dorsal: llevan sentidos iguales, rebasando al poseedor del balón, llevándose a más velocidad.”<sup>41</sup>

### **2.1.5 Entrenamiento De La Técnica**

“Gracias al análisis de la técnica se obtiene el conocimiento de todos los factores que se pueden enseñar para mejorar la habilidad técnica de un determinado deportista. Conocer su significado permite fijar la importancia de unos factores sobre otros u, por lo tanto, localizar los objetivos y definirlos con mayor precisión. Sin embargo, aún no se ha llegado a un acuerdo claro de proyecto para el entrenamiento de la técnica.

Para mejorar la técnica existen dos líneas metodológicas de trabajo. El método de trabajo global y el método de trabajo analítico. Según el sistema por el que

---

<sup>41</sup> VÁZQUEZ santiago “FÚTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PÁG. 177

uno se decante, existe una concepción deferente de las fases de adquisición de la técnica.”<sup>42</sup>

“El entrenamiento de la técnica a las edad de 12 años, en esta edad los jóvenes ya desarrollan cada elemento técnico en un trabajo combinado y complejo (con fintas, giros, movimientos rápidos). Aumentan y enriquecen así sus experiencias motrices para poder aplicar las habilidades técnicas en el juego.”<sup>43</sup>

### **2.1.5.1 Método Trabajo Global**

“En el trabajo global se trata de enseñar el gesto técnico en su totalidad relacionándolo con los componentes en los que se desarrolla: el espacio, los elementos de decisión, las diferentes velocidades a las que se encontrará. En este trabajo se dan tres fases para la adquisición de la técnica: el ajuste global, la toma de conciencia y la estabilización.”<sup>44</sup>

“La mayoría de los elementos técnicos son enseñados conforme al método global, es decir, no analíticamente, sino en su conjunto. Solamente se descompone el movimiento, cuando el jugador no lo ha entendido o cuando lo ha entendido mal. Esto fundamenta también el hecho de que la secuencia del movimiento tiene que ser enseñada a un cierto ritmo de ejecución motriz.

La práctica conciente es importante en la instrucción técnica. El entrenador debería, si es posible, explicar a los niños qué y porqué se hace una cosa así y no de otra manera.

El entrenamiento regular significa, por un lado, un trabajo continuado y, por otro lado, la práctica de ejercicios en progresión didáctica. Sin mantener una cierta sistemática, los jóvenes no pueden desarrollarse adecuadamente.”<sup>45</sup>

#### **2.1.5.1.1 Ajuste Global**

---

<sup>42</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pág. 520

<sup>43</sup> BENEDEK endré “FÚTBOL INFANTIL” PAG. 47

<sup>44</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pag 520

<sup>45</sup> BENEDEK endré “FÚTBOL INFANTIL” PAG. 49

“En esta fase del aprendizaje se procede por tanteo experimental, ensayos y errores. Se coloca a los individuos ante situaciones complejas, que permiten determinadas soluciones a distintos problemas. Los movimientos planteados son elementos de la técnica que hay que aprender, pero ante diferentes situaciones de decisión y en condiciones externas variadas.

En esta fase los individuos aprovechan su historial motor (habilidades similares conocidas) para ir ajustando el aprendizaje. Se deben propiciar las soluciones personales; se plantea la finalidad pero sin modelos. Las situaciones no tienen que ser muy complejas deben adaptarse al nivel de cada sujeto.”<sup>46</sup>

#### **2.1.5.1.2 Toma De Conciencia**

“Aquí ya se ajusta la finalidad y el modelo buscando. Se orienta al individuo a analizar la información recibida: modelo y respuestas posibles, ejecución propia. En esta fase se debe considerar un aspecto que a veces se olvida como es el proceso cognitivo – afectivo.

#### **2.1.5.1.3 La Estabilización**

Esta fase del entrenamiento técnico busca el incremento de la complejidad de los componentes que condicionan la técnica aprendida: elementos condicionales, elementos coordinativos y elementos cognitivos. Se busca la repetición y la automatización, como en el método analítico, pero se realiza uniendo todos los elementos de la ejecución, es decir, los parámetros temporales, espaciales, decisionales, etc.

#### **2.1.5.2 Método Trabajo Analítico**

El método analítico descompone el ejercicio en partes, aislando la ejecución técnica del entorno competitivo, factores psicológicos, elementos decisionales etc. El ejercicio es fraccionado y requiere un conocimiento detallado de su

---

<sup>46</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pag 520

estructura y sus partes. En este método existen dos fases de aprendizaje: el entrenamiento de adquisición y entrenamiento de aplicación.

- Analizamos la acción del juego de una manera aislada. Mejora objetivos concretos,
- Elevado número de repeticiones
- Las mejoras no se ven hasta que hay un contrario en medio.

#### **2.1.5.2.1 Entrenamiento De Adquisición**

Se busca aprender una habilidad técnica ideal valorada por parámetros externos biomecánicos. En esta fase, el aspecto principal es formar una imagen adecuada del movimiento que se va a aprender. Solamente cuando el sujeto tenga la imagen correcta de lo que debe realizar se podrá encontrar en condiciones de ejecutar correctamente la técnica requerida. Este proceso de adquisición de la técnica se lleva a cabo por medios audiovisuales o por la ejemplificación del entrenador o especialista.

Esta fase consiste en un entrenamiento ideomotor. Es decir, todas aquellas formas de ejercitación en las cuales se mantiene una auto representación mental, sistemáticamente repetida y consciente de la acción motora, la cual debe aprenderse, estabilizarse o perfeccionarse, sin que exista una ejercitación real, visible, de movimientos parciales o globales.

#### **2.1.5.2.2 Entrenamiento De Aplicación**

En este apartado del entrenamiento deportivo se aborda la automatización del gesto; en otras palabras, la repetición global o dividida del gesto que se debe aprender. Lo que se denomina repetición múltiple. El proceso es la repetición

de cada una de las partes del gesto para posteriormente ir encadenándolas hasta llegar a la repetición del gesto técnico en su totalidad.

### **2.1.5.3 Control De Nivel De Preparación Técnica**

No cabe la menor duda de que el control de los diferentes aspectos coordinativos nos permite evaluar aspectos parciales de una ejecución técnica. Esta forma de ejecutar la evaluación, o incluso el análisis global de un gesto técnico, pueden ser válidos en los deportes de estructura cerrada, pero resultan insuficientes en las modalidades deportivas donde las técnicas o sus variantes son muy numerosas.”<sup>47</sup>

## **2.2 El balón de Fútbol**

### **2.2.1 Historia de los Balones de fútbol de los mundiales**

---

<sup>47</sup> Tomado del Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Págs. 520-522

En 1963, cuando "los balones, en su mayoría, eran pesados, marrones y autores de golpes dolorosos" según un extracto de un documento de adidas, la empresa deportiva comenzó con la producción de balones de competición. El primer modelo se denominó "Santiago", el cual obtuvo rápidamente numerosos sucesores que fueron utilizados regularmente en torneos futbolísticos internacionales. A partir de 1970, las pelotas de la empresa adidas entraron a formar parte de la historia del Mundial

### ***Adidas ha diseñado todos los balones de fútbol de los mundiales***

El primer balón oficial de la Copa del Mundo lo diseñó Adidas para el mundial de México 1970, se llamaba Telstar, era de cuero e introducía el clásico diseño con pentágonos negros.

A partir de entonces, Adidas diseñará todos los balones de los Mundiales de Fútbol. En cada mundial se ha estrenado un nuevo balón con nuevas tecnologías, materiales, técnicas para mejorar el juego.

Nike está en la lucha con Adidas por el fútbol. Nike ha encontrado su espacio al ser el [balón oficial de diferentes ligas](#) como la española o la inglesa.

## **Mundial México 1970**

**Nombre:** Telstar

**Características:** De cuero

**Diseño:** Fue el primer balón blanco con hexágonos negros.

**Curiosidades:** Hasta este mundial, los balones de fútbol eran de cuero marrón.

Pero los espectadores con televisiones de blanco y negro no podían seguir la



pelota en sus televisiones ya que se mezclaba con el color del césped. Adidas recibió el encargo de la FIFA de hacer un balón fácil de ver. Por eso se diseñaron los hexágonos blancos y pentágonos negros. Este diseño se convirtió en el estándar desde entonces.

## Mundial Alemania 1974

**Nombre:** Telstar

**Diseño:** Cambia el color del logo del dorado al negro.

**Curiosidades:** Adidas aun no tenía la marca de las 3 bandas.



## Mundial Argentina 1978

**Nombre:** Tango

**Características:** De cuero, con 32 piezas individuales en su diámetro, más impermeable y liviano que los anteriores.

**Curiosidades:** La pelota no sólo se utilizó en el Mundial, sino que también se convirtió en balón oficial de la Copa de Europa y los Juegos Olímpicos.



## Mundial España 1982

**Nombre:** Tango España

**Características:** Presentó una costura impermeable en el cuero, que impedían que el balón aumentara de peso en caso de lluvia.

**Diseño:** Igual al de Argentina.

**Curiosidades:** Aparecieron otros como el Tango Mundial, líder en túnel aerodinámico; Tango Alicante, para iluminación artificial; Tango Málaga, especial para pisos duros, y Tango Indoor, para fútbol sala.



Esta pelota fue un gran desastre ya que la costura de goma se desprendía según se golpeaba y la pelota tenía que ser reemplazada a lo largo del juego.

## Mundial México 1986

**Nombre:** Azteca

**Características:** Primer balón que sustituyó el cuero por materiales totalmente



sintéticos en su fabricación. Esto permitió una mayor resistencia a la humedad y evita que se deformara. Estaba cosida a mano.

**Diseño:** Incluía un mural azteca en las tríadas en referencia a la cultura tradicional del país.

**Curiosidades:** También existieron el Azteca Puebla y Azteca Acapulco.

## Mundial Italia 1990

**Nombre:** Etrusco

**Características:** Formado por 32 piezas individuales elaboradas con materiales completamente sintéticos. Este balón de alta tecnología era más impermeable y resistía mejor a las deformaciones y las roturas, ya que tenía una capa interna de espuma de poliuretano. Además, tenía una buena capacidad de rebote.



**Diseño:** El diseño de este modelo incluía un león etrusco tricéfalo en las tríadas.

## Mundial EEUU 1994

**Nombre:** Questra

**Características:** Primer balón de espuma de poliuretano.

**Diseño:** Con estrellas estilizadas en los cascos.

**Curiosidades:** Su desarrollo técnico fue en el centro de investigaciones para

balones de Adidas, en Francia, y tuvo cinco materiales diferentes. Heredero de la tecnología espacial estadounidense, fue el primer balón en usar capa de espuma blanca de poliuretano.

El Questra simbolizaba la búsqueda de las estrellas ("the quest for the stars") de ahí su nombre y las estrellas estilizadas que lo adornaban.



## Mundial Francia 1998

**Nombre:** Tricolore

**Características:** Con capa de espuma sintética, sus fortalezas fueron la compresión, el rebote, la velocidad y blandura, se caracterizó por ser estable.

**Diseño:** Primer balón tricolor (rojo, blanco y azul) en honor a la bandera del país anfitrión. Su diseño hacía referencia a varios símbolos de la Francia tradicional (un gallo) y moderna (una turbina y un tren de alta velocidad).



## Mundial Japón / Corea 2002

**Nombre:** Fevernova

**Diseño:** Incluye en su diseño turbinas en llamas como símbolo del avance tecnológico de los dos países organizadores.

**Curiosidades:** Fevernova, viene de la “fiebre” que provoca este campeonato de fútbol en todo el mundo.



## Mundial Alemania 2006

**Nombre:** Teamgeist

**Características:** Es el primer balón mundialista sellado térmicamente y sin costuras. Tiene una configuración de 14 piezas, en vez de las 32 que se utilizan habitualmente. Las medidas van entre los 68 y 71 centímetros. Su peso entre 396 y 453 gramos.

**Diseño:** El diseño es un tributo al país anfitrión y sus tradiciones. El blanco y negro se basa en los colores clásicos de la selección alemana, y el oro hace referencia al material de la copa de campeón que buscarán alzar los equipos presentes.

**Curiosidades:** Teamgeist, significa espíritu de equipo. La final de este Mundial se jugó con el mismo balón pero con colores dorados. La idea del dorado es para exaltar la solemnidad del partido final, ya que se cumple sólo cada cuatro años.



### 2.2.2 Características Físicas de los Tamaños Oficiales



El deporte más popular del mundo gira en derredor de la pelota. Y si el balón no corresponde a las normas, el fútbol tampoco.

Mediante el control de calidad de la FIFA se analizan todos los balones empleados en encuentros auspiciados por la FIFA, y se les distingue con las marcas de calidad «FIFA Approved», «FIFA Inspected» o con la designación, libre de derechos de patente, «International Match Standard». Estos esféricos deben pasar exhaustivos controles de calidad en laboratorio, en los que se verifica su peso, circunferencia, presión, redondez, impermeabilidad, rebote y, en el caso de la categoría «Approved», el tamaño y la retención de la forma.

Los fabricantes del juguete más popular del mundo pagan un modesto derecho de licencia por estas denominaciones. El Fondo de la Juventud de la FIFA encauza posteriormente estos fondos hacia la organización sin ánimo de lucro Aldeas Infantiles SOS. Con objeto de apoyar los esfuerzos en el mundo para combatir la explotación infantil en la producción de balones de fútbol, la FIFA respaldó en 1997 un acuerdo internacional del que formaban parte la industria de productos deportivos, organizaciones laborales, grupos consagrados a la niñez y otras instituciones. Además, los poseedores de una licencia deben

garantizar contractualmente que la producción y elaboración de balones de fútbol no se ha realizado con trabajo infantil.

A partir del 1 de enero de 1996, en las competiciones de la FIFA y en las competiciones que cuentan con el auspicio de las seis confederaciones continentales *sólo se permite el uso de balones de fútbol al aire libre que hayan sido probados y reúnan los estrictos criterios de calidad pertinentes*, y que lleven los indicativos oficiales 'FIFA APPROVED' ('Aprobado por la FIFA'), 'FIFA INSPECTED' ('Inspeccionado por la FIFA') o 'IMS International Matchball Standard' ('Balón internacional estándar'). A partir del 1 de enero de 2000, la prueba de calidad y la certificación también son obligatorias para los balones de fútbol en campo cubierto usados en los partidos internacionales organizados por la FIFA y las confederaciones. Desde el mes de mayo del 2006 lo mismo se aplica para el juego de Beach Soccer.

Existen dos niveles de criterios para los tres distintivos. Los balones que opten a la categoría 'FIFA INSPECTED' o su equivalente técnico 'IMS International Matchball Standard' deben superar seis rigurosas pruebas de laboratorio:

- 1. Peso**
- 2. Circunferencia**
- 3. Esfericidad**
- 4. Pérdida de presión de aire**
- 5. Absorción de agua** (para los balones de Futsal este se reemplazará por la prueba 'Balance')

## 6. Rebote

Los balones que pretendan obtener la marca 'FIFA APPROVED' deben pasar estas seis pruebas a una escala aún más exigente, además de una prueba adicional.

## 7. Forma y retención de tamaño (prueba de disparo)

### 2.2.3 Criterios de prueba de balones Tamaño 4 y 5

Hay dos niveles de criterios para las tres designaciones. Los requisitos para la categoría 'FIFA INSPECTED' o los técnicamente idénticos 'IMS International Matchballs Standard' y para la categoría superior 'FIFA APPROVED', con mayores niveles de prueba, son:

Prueba	Balón tamaño 5		Balón tamaño 4	Especificaciones
	APPROVED	INSPECTED	APPROVED	
<b>Peso</b>	420 - 445 gramos	410 - 450 gramos	350 - 390 gramos	presión del balón: 0.8 bares
<b>Circunferencia</b>	68.5 - 69.5 cm	68.0 - 70.0 cm	63.5 - 66.0 cm	presión del balón: 0.8 bares
<b>Esfericidad</b>	máximo 1.5 %	máximo 2 %	máximo 2 %	presión del balón: 0.8 bares (desviación del balón medio medido)
<b>Pérdida de presión</b>	20 %	25 %	25 %	presión del balón: 1.0 bares al principio de la prueba. Pérdida máxima de aire después de 72 horas
<b>Absorción de agua</b>	Asimilación media de agua del peso inicial de los balones probados: 10%  La asimilación media de agua por balón no debe superar el 15%	Asimilación media de agua del peso inicial de los balones probados: 15%  La asimilación media de agua por balón no debe superar el 20%	Asimilación media de agua del peso inicial de los balones probados: 15%  La asimilación media de agua por balón no debe superar el 20%	presión del balón: 0.8 bares tanque lleno de agua a una altura de 2 cm. 250 compresiones con rotación constante del balón, deformación máxima del balón 25%
<b>Rebote</b>	135-155 cm.	125-155 cm.	115-155 cm.	presión del balón: 0.8 bares Cada balón se lanza 10 veces

<p><b>a 20°C</b></p> <p><b>a 5°C</b></p>	<p>mínimo 125 cm.</p> <p>diferencia máxima entre el mayor y menor rebote por balón: 10 cm.</p>	<p>mínimo 115 cm.</p> <p>diferencia máxima entre el mayor y menor rebote por balón: 10 cm.</p>	<p>mínimo 115 cm.</p> <p>máximo diferencia máxima entre el mayor y menor rebote por balón: 10 cm.</p>	<p>en paneles distintos desde una altura de 2 metros a una lámina de acero</p>
<p><b>Prueba de forma y retención de tamaño, que incluye el cambio de presión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Aumento de la circunferencia</b></li> <li>• <b>Desviación de la esfericidad</b></li> <li>• <b>Cambio de presión</b></li> </ul>	<p>medido tras 2,000 patadas - costuras y válvula de aire sin daños</p> <p>máximo 1.5 cm.</p> <p>máximo 1.5%</p> <p>máximo 0.1 bares</p>			<p>presión del balón: 0.8 bares</p> <p>disparo a una lámina de acero a aproximadamente 50 km/h</p> <p>distancia de disparo: 2.5 m</p>

Las pruebas se realizarán a una temperatura ambiente de aproximadamente 20° C y con un 65% de humedad. Excepción - rebote medido a 20° C y 5° C.

### 2.3.4 25 RAZONES PARA QUE LOS NIÑOS DE ENTRE 8 Y 13 AÑOS JUEGUEN CON EL BALÓN nº 4 Y NO CON EL BALÓN nº 5

#### 2.2.4.1 Área de Salud

*El balón nº 4...*



1. No daña la cápsula articular del tobillo y de la rodilla a la hora del impacto del pie con el balón.
2. No produce el conocido síndrome de Osgood-Schlatter.
3. Evita lesiones en columna vertebral (parte cervical) y micro-fisuras en el cráneo por golpes fuertes en la cabeza.
4. Evita posibles traumatismos por impactos en el resto del cuerpo todavía frágil del niño, por ejemplo cuando defiende un tiro libre en una barrera.
5. No causa daños en los pies de jugadores poco expertos (practicantes).

***Nota de la prensa del 19/8/1999:***

**Los cabezazos al balón afectan al cerebro**

El cerebro de los futbolistas resulta afectado por los cabezazos que dan durante el juego, según ha puesto de manifiesto un estudio de resonancia magnética efectuado por la radióloga finlandesa Taina Autti, que publica el último número de la prestigiosa revista británica "The Lancet". La investigación se realizó entre 15 futbolistas, 17 jugadores de fútbol americano y 20 personas no deportistas, todos ellos en torno a los 25 años. El examen radiológico detectó pequeñas lesiones cerebrales en los futbolistas, a las que también están expuestos, en mayor medida, los boxeadores. No obstante, el estudio no detectó ningún caso en que la práctica de cabecear balones propia de los futbolistas profesionales hubiera provocado una merma de su capacidad intelectual.- Servimedia.

#### **2.2.4.2 Área Psicológica**

*El balón nº 4....*

1. Da más confianza al joven jugador, pues permite a éste acertar un mayor número de veces en sus jugadas, lo que contribuye al desarrollo de su autoestima y personalidad.
2. Favorece el desarrollo de la creatividad, la fantasía y la imaginación del joven jugador por ser más manejable que el balón reglamentario.
3. Da más alegría al juego, y evita el miedo del jugador en algunas situaciones del juego a hacerse daño o lesionarse.
4. Aumenta considerablemente la motivación (entre otras cosas, porque se marcan más goles).

#### **2.2.4.3 Área del Desarrollo de Comportamiento Táctico**

*El balón nº 4....*

1. Disuelve mejor las frecuentes aglomeraciones de jugadores entre 8 y 13 años alrededor del balón.
2. Mejora las capacidades perceptivas de todos los jugadores, porque su menor peso permite a todos participar en cualquier instante en el juego de campo reducido.
3. Mejora el juego sin balón, porque son más los jugadores que pueden ser alcanzados por el portador del balón y participan mental y físicamente en la jugada. Así, el equipo aprende a ubicarse mejor en el campo y a no concentrarse en las cercanías del balón.

4. Mejora la dinámica del juego, garantizando un ritmo de juego que se parece más al de los adultos, pues el balón corre más rápido. Así, los parámetros de tiempo y espacio se acercan más al juego de los adultos.
5. Exige más velocidad de reacción del portero, y facilita la entrega del balón por medio de un pase, ya que su interceptación es más difícil.
6. Permite la realización de cambios de orientación en ataque, lo que resulta prácticamente imposible con el balón nº 5 (reglamentario).
7. Incentiva la ejecución de remates desde media y larga distancia, como en el fútbol de los adultos.
8. Favorece el juego limpio, porque aumenta la peligrosidad de los tiros libres (incluidos el penalti y el saque de esquina) y perjudica en mayor medida al equipo infractor.
9. Evita el éxito frecuente de la defensa-presión en el fútbol formativo.
10. Facilita la aplicación de los fundamentos tácticos generales en ataque, como la anchura y la profundidad.

#### **2.2.4.4 Área de la Ejecución de Gestos Técnicos**

El balón nº 4...

1. Facilita la ejecución de los gestos técnicos (como el pase, la conducción, el regate, la finta, el remate y el saque de banda, con excepción del control del balón). Los movimientos se producen de forma más natural.

2. Aumenta la velocidad de ejecución de los gestos técnicos, lo que se traduce en menos errores y más goles.
3. Facilita el juego aéreo (pases altos, centros y juego de cabeza).
4. Obedece mejor las órdenes del niño, cuyo tamaño del pie se adapta mejor al menor peso y circunferencia del balón nº 4. El niño tiene una mayor sensibilidad con este balón.
5. Exige más capacidades coordinativas y habilidad que fuerza explosiva. Así, se da más importancia y se favorece más al jugador hábil que al jugador acelerado en su desarrollo físico.
6. Favorece el desarrollo de la lateralidad (empleo más frecuente del pie menos hábil).

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación por su propósito es de tipo correlacional, en la cual analizaremos el grado de relación que existe entre el uso del balón No.4 y No. 5 en el desarrollo de la técnica con balón.

#### **3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA**

##### **3.2.1 DESCRIPCIÓN DEL UNIVERSO SUJETO U OBJETO DE ESTUDIO**

Para el presente trabajo de investigación la población considerada esta constituida por los 24 jugadores de la categoría sub – 12 del Colegio Menor San Francisco de Quito. La edad de los jugadores de esta muestra esta considerada en un promedio entre 10 y 12 años.

En razón que el universo es pequeño, la muestra esta constituida por toda la población.

El proceso de selección de la muestra la realizaremos dividiéndole a la población en 2 grupos (12 deportistas por grupo) que trabajarán con diferente tamaño de balón para determinar el grado de relación que existe entre el uso de los balones No. 4 y 5 en el desarrollo de la técnica con balón.

- Grupo 1: Balón No. 4
- Grupo 2: Balón No. 5

### **3.3 FORMULACIÓN DE HIPÓTESIS**

**Hi.** El uso del balón No. 4 mejora el nivel técnico con balón en relación al uso del balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito.

**Ha.** El uso del balón No. 4 no mejora el nivel técnico con balón en relación al uso del balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito.

### **3.4 IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES**

3.4.1 Técnica con balón No. 5

3.4.2 Técnica con balón No. 4

### **3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

<b>Variable</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Instrumentos</b>
-----------------	------------------------------	--------------------	--------------------	---------------------

<p><b>TÉCNICA CON BALÓN No. 5</b></p>	<p>“Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento<sup>48</sup> Material: Balón No. 5</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Técnica Individual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El control</li> <li>▪ Habilidad y destreza</li> <li>▪ La conducción</li> <li>▪ La cobertura</li> <li>▪ Golpeo con el pie</li> <li>▪ Golpeo con la cabeza</li> <li>▪ La finta</li> <li>▪ El regate</li> <li>▪ El tiro</li> <li>▪ La interceptación</li> <li>▪ El despeje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Test De Recepción</li> <li>✓ Test De Precisión De Pase</li> <li>✓ Test De Precisión De Disparo Con Empeine</li> <li>✓ Test De Potencia De Remate</li> <li>✓ Test De Control De Balón</li> <li>✓ Test De Conducción</li> <li>✓ Test De Cabeceo</li> <li>✓ Test De Aceleración</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica Colectiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El pase</li> <li>▪ El relevo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Test de Pase</li> </ul>

<sup>48</sup> *Entrenadores de Fútbol. Apuntes de Técnica Nivel I. David Montiel (Esp)*

<b>TÉCNICA CON BALÓN No. 4</b>	“Son todas aquellas acciones que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento <sup>49</sup> Material: Balón No. 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Técnica Individual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El control</li> <li>▪ Habilidad y destreza</li> <li>▪ La conducción</li> <li>▪ La cobertura</li> <li>▪ Golpeo con el pie</li> <li>▪ Golpeo con la cabeza</li> <li>▪ La finta</li> <li>▪ El regate</li> <li>▪ El tiro</li> <li>▪ La interceptación</li> <li>▪ El despeje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Test De Recepción</li> <li>✓ Test De Precisión De Pase</li> <li>✓ Test De Precisión De Disparo Con Empeine</li> <li>✓ Test De Potencia De Remate</li> <li>✓ Test De Control De Balón</li> <li>✓ Test De Conducción</li> <li>✓ Test De Cabeceo</li> <li>✓ Test De Aceleración</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica Colectiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ El pase</li> <li>▪ El relevo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Test de Pase</li> </ul>

### 3.6 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Las siguientes pruebas han sido elaboradas con el conocimiento de que sus resultados en valores numéricos no son absolutos, ya que las variables que afectan a cada prueba son numerosas y difíciles de acotarlas totalmente. Es por esto que las irregularidades del piso pueden alterar una buena conducción, el viento un despeje a máxima distancia, el peso y la presión del balón un lanzamiento de precisión, etc.

Sin embargo estamos convencidos que aún con sus imperfecciones estas pruebas son útiles para que los jugadores tomen conciencia de sus virtudes y

<sup>49</sup> *Entrenadores de Fútbol. Apuntes de Técnica Nivel I. David Montiel (Esp)*

de sus defectos, ya sea para aprovechar unos, como para corregir otros. De la misma manera sirve para compararse con sus compañeros, conocerlos técnicamente, y compararse con ellos mismos en otro período de tiempo.

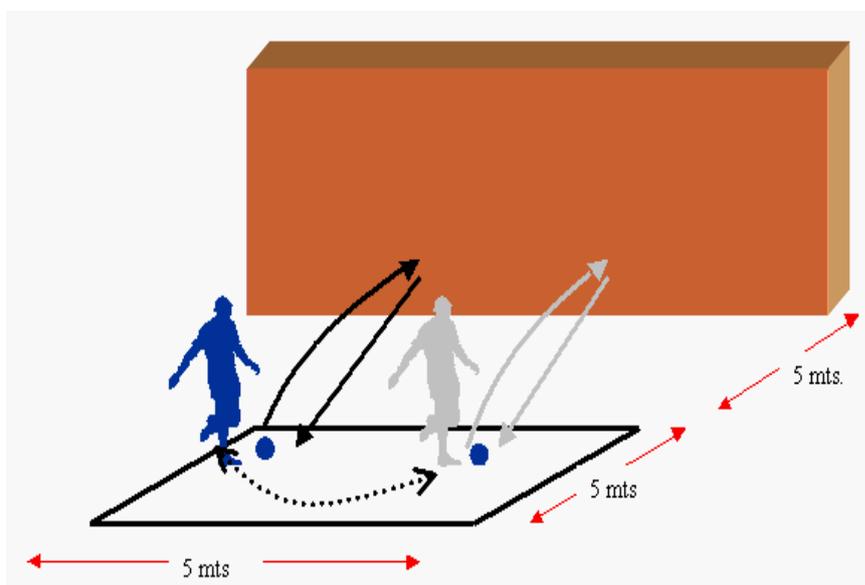
Los instrumentos que utilizaremos en la investigación, para evaluar la técnica con balón No. 4 y 5 son los siguientes:

### Para la técnica individual:

#### 1. Test De Recepción

**Elementos:** 2 balones, una pared (frontón), cal para marcar, un cronómetro.

**Descripción:** El jugador se coloca en un terreno delimitado por un cuadrado de 5 mts. Y separado 5 mts de la pared con dos balones. Hace rebotar la pelota contra la pared y la deja en el cuadrado; busca el otro balón y repite la acción. Se contabilizan la cantidad de veces que el balón rebota en la pared en 30”.



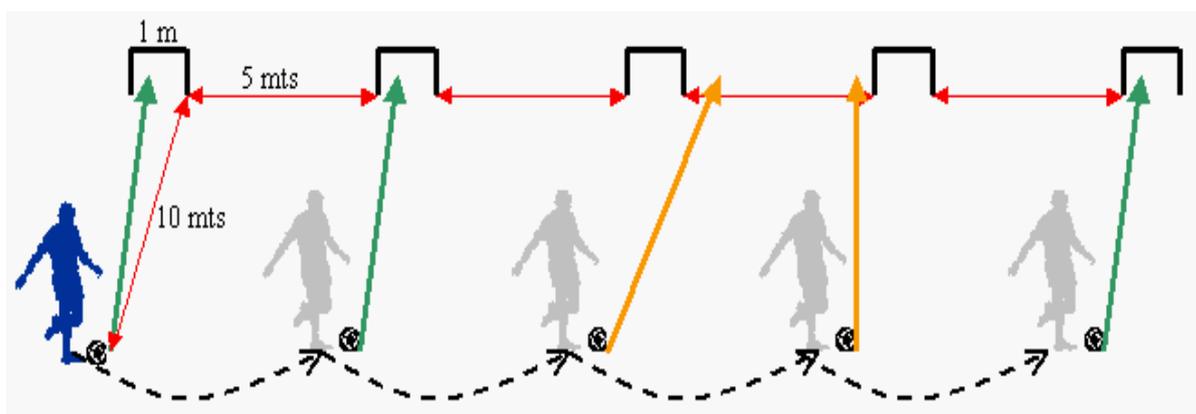
<u>REFERENCIAS</u>	
●	Posición inicial
●	Posición Siguiete
→	Trayectoria del balón
→	Trayectoria del jugador
↔	Medidas

#### 2. Test De Precisión De Pase

**Elementos:** 5 Vallas, 5 balones.

**Descripción:** Un jugador trata de introducir los balones en las pequeñas porterías (vallas), debiendo hacerlo en menos de 15 segundos. Se contabilizan los aciertos.

**Variantes:** Iniciando desde el otro extremo y pateando con la otra pierna.



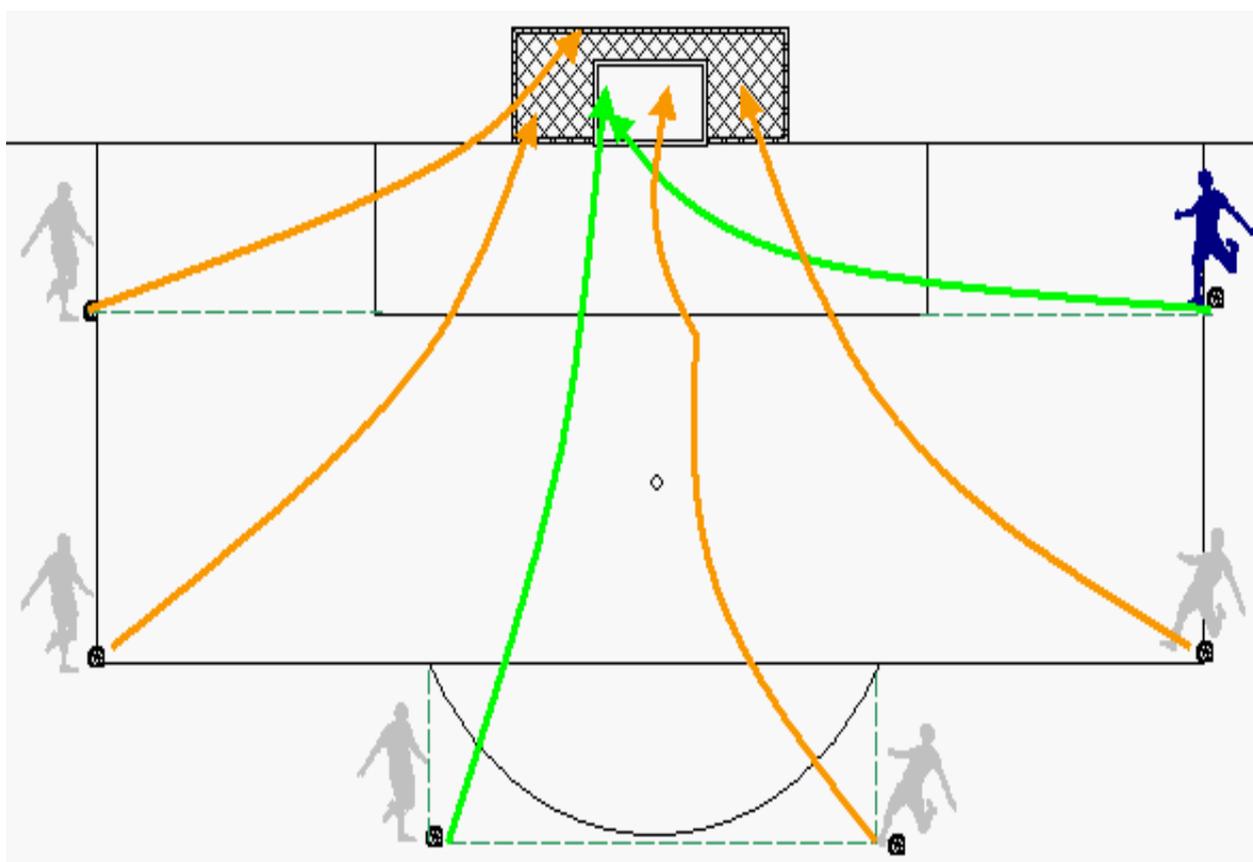
### REFERENCIAS

- Posición inicial
- Posición siguiente
- Trayectoria del disparo acertado.
- Trayectoria del disparo no acertado
- ↔ Distancias

### 3. Test De Precisión De Disparo Con Empeine

**Elementos:** 6 Balones, un arco de 3mts x 2 mts., áreas chica y grande marcadas.

**Descripción:** Se colocan los 6 balones como indica la figura. El jugador debe tratar de introducirlos en el arco pequeño sin que bote antes de entrar, asignándose 1 punto por cada acierto y dos puntos Trayectoria del disparo acertado por cada tanto desde los ángulos más cerrados.



#### REFERENCIAS

■ Posición inicial

■ Posición siguiente

→ Trayectoria del disparo acertado.

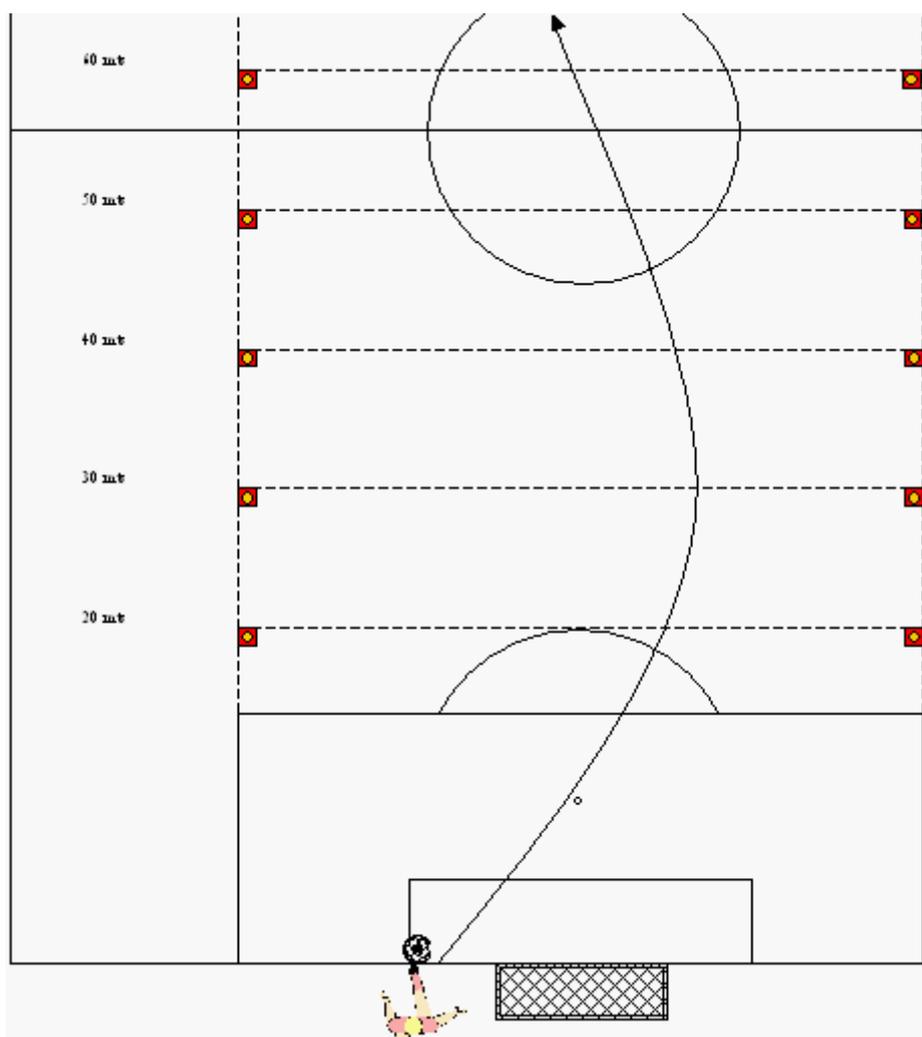
→ Trayectoria del disparo no acertado

#### 4. Test De Poter

**Elementos:** 12 Estacas, 1 Balón, Planilla De Anotaciones.

**Descripción:** Se delimita el campo con las estacas cada 10 metros. El jugador despeja el balón lo más lejos posible y se mide la distancia a la que toca tierra nuevamente.

Se realizan dos disparos con cada pierna en dos series y se toma el mejor intento con cada pierna

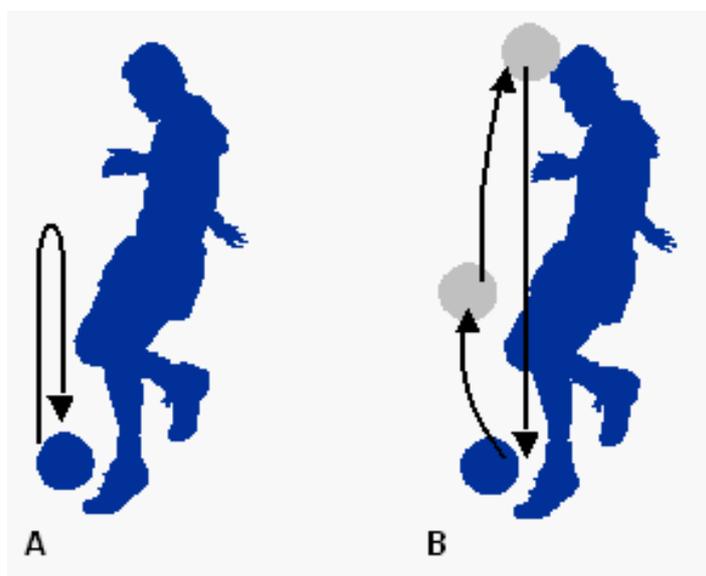


## 5. Test De Control De Balón

**Elementos:** 1 Balón, planilla de control

**Descripción A:** Mantener la pelota en el aire con sucesivos toques del pie. Contar cuantos toques se hicieron (parar la cuenta en 50). Se realizarán dos intentos con pierna hábil y dos con pierna inhábil contabilizando los mejores con cada pierna.

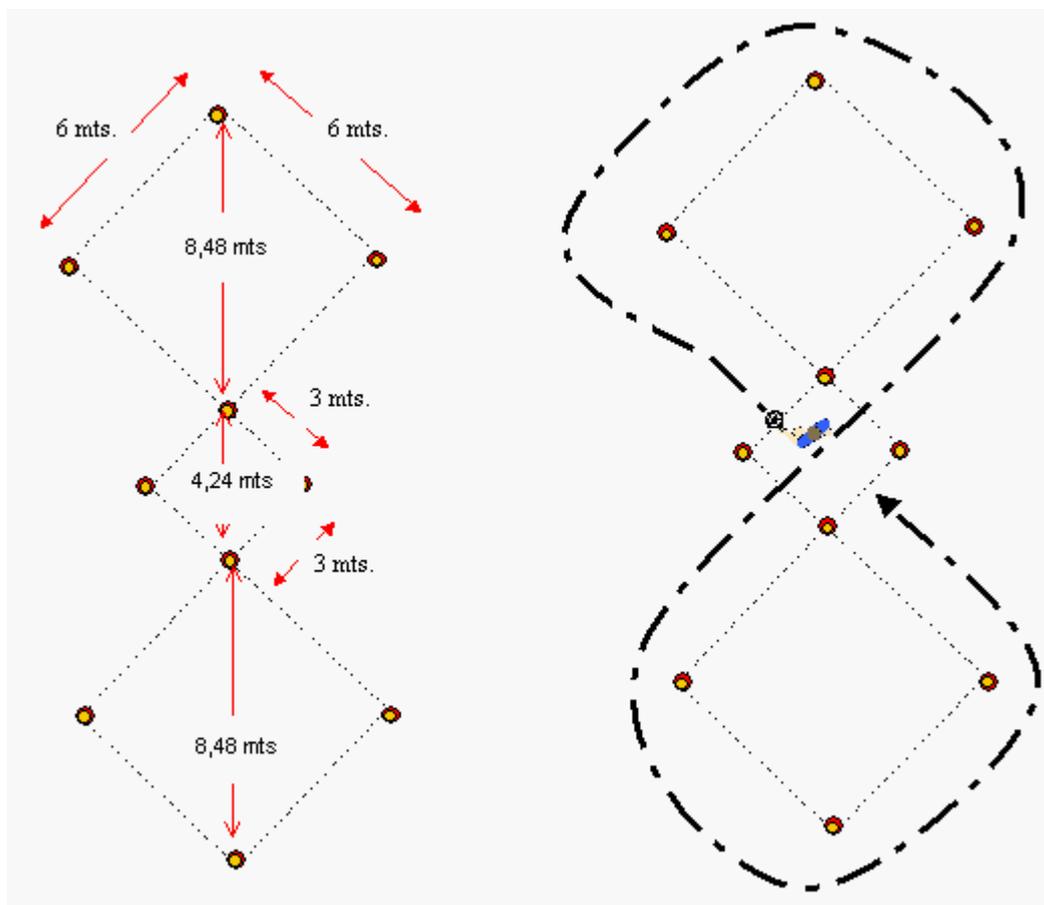
**Descripción B:** IDEM "A" pero respetando la secuencia "pié-muslo-cabeza-pié"



## 6. Test De Conducción

**Elementos:** 10 conos, ruleta de 50 mts, cronómetro, planilla de control.

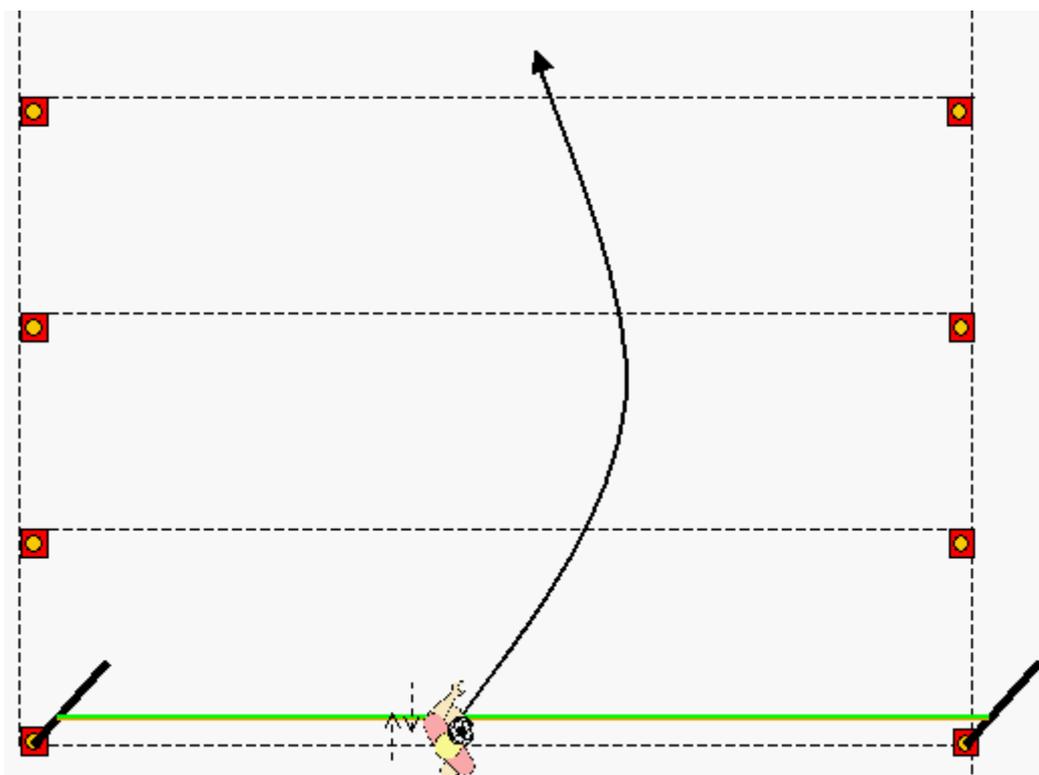
**Descripción:** un jugador parte con pelota dominada y realiza el recorrido, según el esquema, en el menor tiempo posible.



## 7. Test De Cabeceo

**Elementos:** 1 balón, 10 conos, 2 estacas, 1 soga elástica.

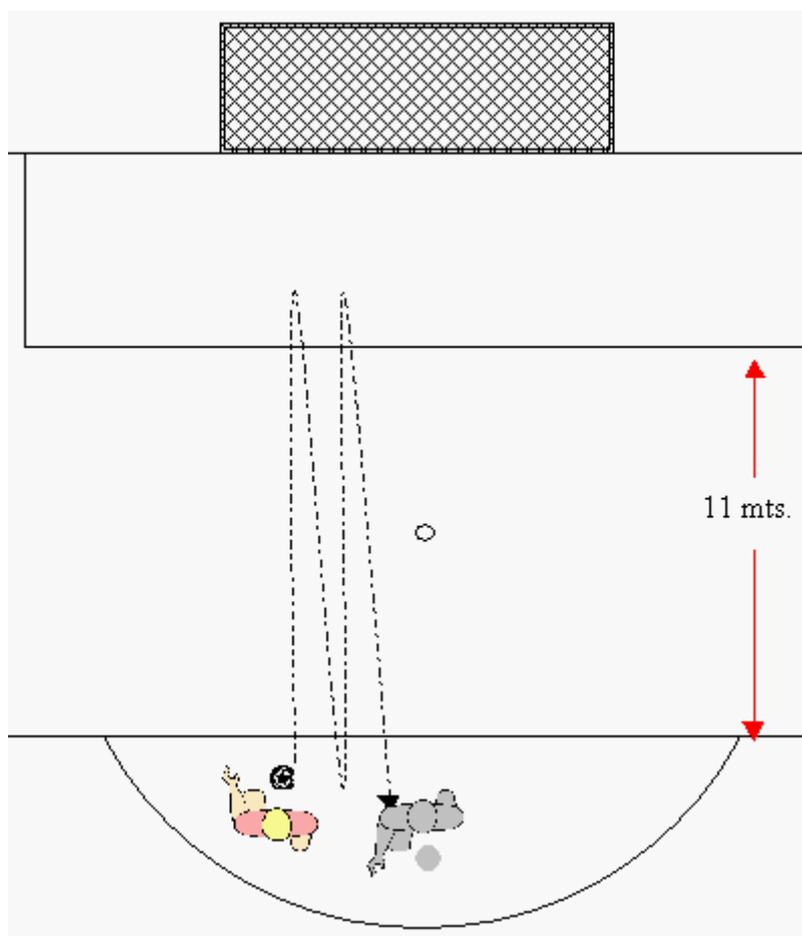
**Descripción:** Un jugador lanza la pelota hacia arriba con la mano y salta para cabecearla lo más lejos posible desde un lado de la soga elástica ubicada a 30 cm. del suelo, debiendo cabecear con los pies en el aire y caer del otro lado de la soga. Se mide a que distancia.



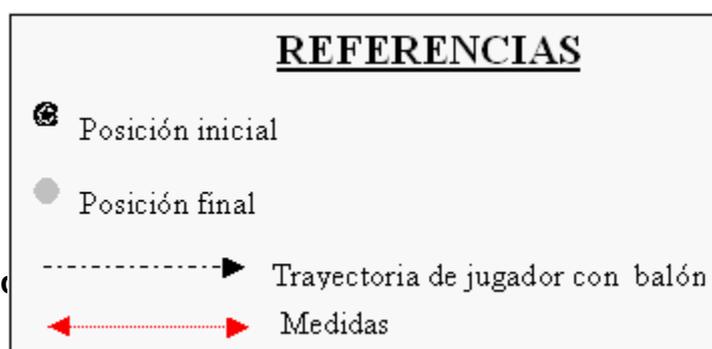
## 8. Test De Aceleración

**Elementos:** 1 balón, 1 cronómetro, área grande y área chica marcada.

**Descripción:** un jugador parte con un balón desde la media luna, tiene que ingresar el balón en el área chica y nuevamente ir a la medialuna y repetir toda la acción una vez más a la máxima velocidad posible, tomándose el tiempo de todo el recorrido (aproximadamente 11 mts. x 4 largos = 44 mts.)



Para la técnica c



1. Test de pases grupal, según Santiago Vázquez Folgueira.

Durante un tiempo de 60 segundos de duración, realizamos pases frontales separados a 5 metros de cada fila, que consta en ubicar 2 filas poniendo la mitad de todos jugadores en cada fila. Y realizamos los pases frontales a un solo tope, ya sea con borde interno o externo, y saliendo en carrera frontal para ubicarse en la otra fila.

Todos estos instrumentos de evaluación serán tomados en la parte inicial y final los mismos que me servirán para determinar el grado de la técnica con balón y determinar la relación con los 2 materiales (balones No.4 y 5)

### **3.7 Recolección de Datos**

La recolección de datos en esta investigación consistirá en la evaluación (pre-test) de la técnica con balón No. 4 seguidamente se realizará un (pre-test) de la técnica con balón No.5. Cada test técnico con balón se lo realizará conforme a su procedimiento metodológico y con sus respectivos materiales. La evaluación será individual y en la cancha de fútbol si así lo amerita el test. Una vez concluido la Propuesta Metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la técnica con balón de Ángel Santos (Eso) (Grupo 1 Balón No. 4 y Grupo 2 Balón 5) los jugadores serán evaluados (post-test), con los mismos test técnicos usados al inicio (pre-test) con el balón No. 4.

### **3.8 Tratamiento y Análisis de Datos**

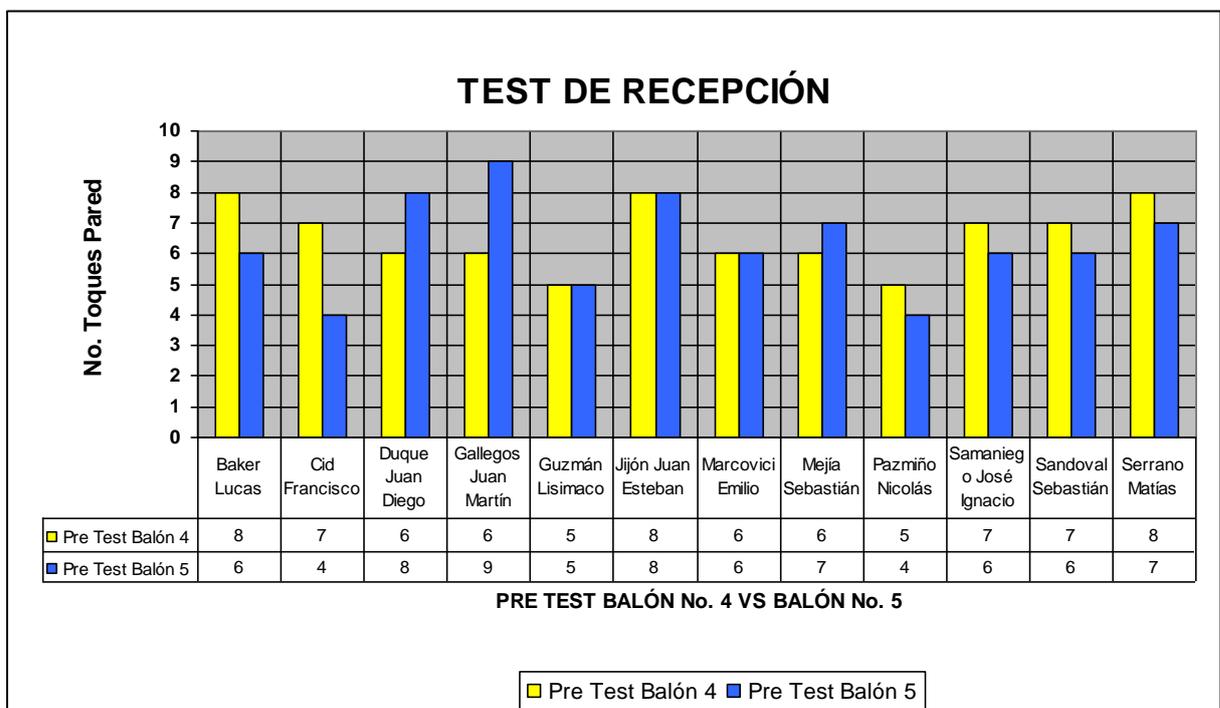
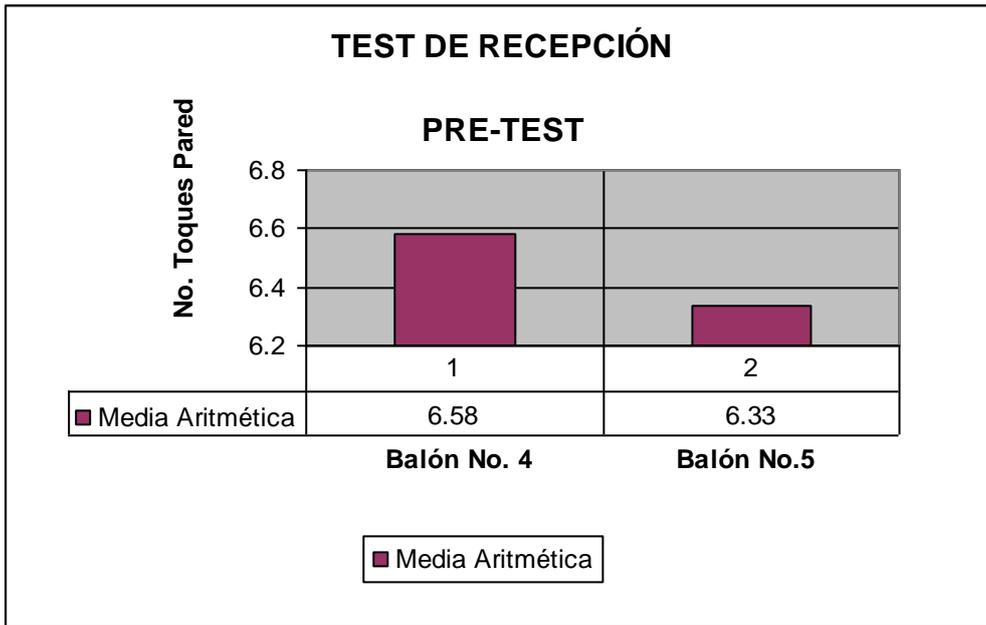
Para efectuar el tratamiento de los datos obtenidos realizaremos un análisis cuantitativo y cualitativo. Para el análisis cuantitativo agruparemos los datos en tablas utilizando las medidas de tendencia central y variabilidad (Mediana, Moda, Media Aritmética, Rango, Máximo, Mínimo y Promedio), por otro lado para el análisis cualitativo interpretaremos los datos en tablas y gráficos estadísticos.

#### **3.8.1 Análisis de los Test Iniciales con Balón No. 4 y Balón No. 5**

Luego de haber aplicado los respectivos Test Iniciales a cada jugador de los 2 grupos tanto con balón 4 como con el balón 5, de la categoría sub. 12 del Colegio Menor San Francisco de Quito los resultados fueron:

### 3.8.1.1 Test de Recepción Grupo 1

<b>TEST No. 1 TEST DE RECEPCION</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	8	6
Cid Francisco	7	4
Duque Juan Diego	6	8
Gallegos Juan Martín	6	9
Guzmán Lisimaco	5	5
Jijón Juan Esteban	8	8
Marcovici Emilio	6	6
Mejía Sebastián	6	7
Pazmiño Nicolás	5	4
Samaniego José Ignacio	7	6
Sandoval Sebastián	7	6
Serrano Matías	8	7
Desvío Estándar	1.08	1.56
Moda	6	6
<b>Media Aritmética</b>	<b>6.58</b>	<b>6.33</b>
Mediana	6.5	6
OMáximo	8	9
Mínimo	5	4
Rango	3	5
Promedio	6.583	6.333



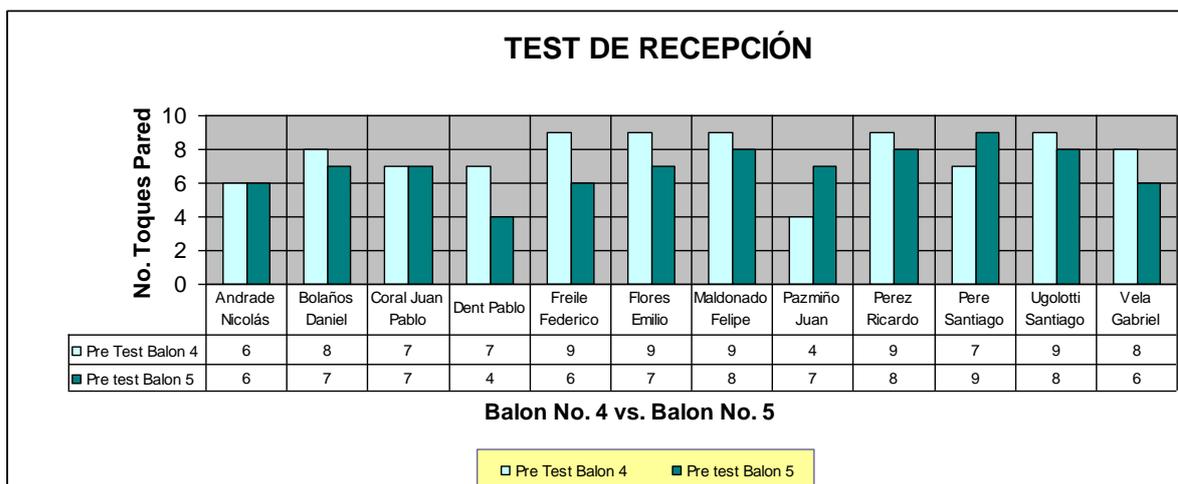
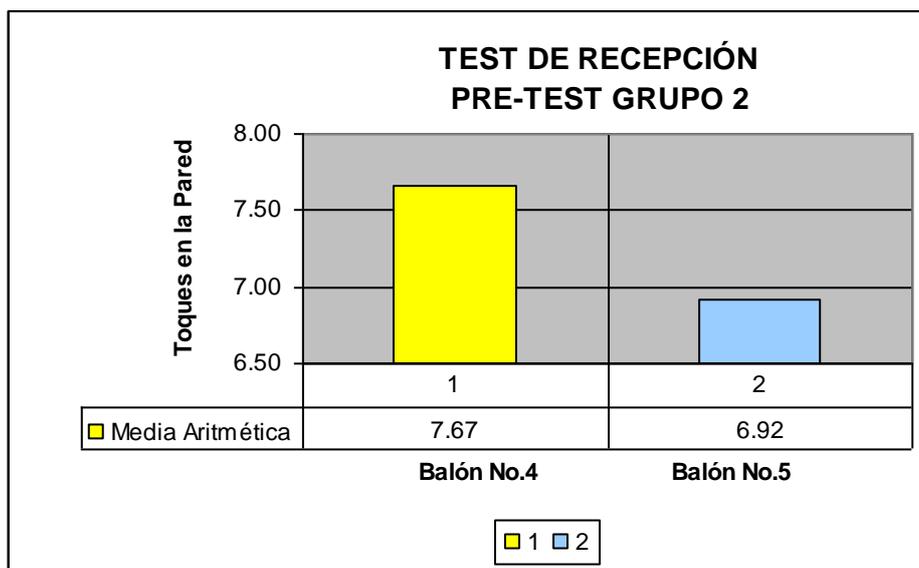
**Análisis:**

Luego de la aplicación del presente test encontramos como datos iniciales en este Grupo 1 que, tanto, con balón No. 4 y Balón 5 existe una Media Aritmética de 6.58 y 6.33 toques en la pared durante 30 segundos respectivamente. Lo que nos da a entender que el grupo maneja mejor la Técnica de Recepción utilizando el balón No. 4 en relación al balón No. 5.

En la grafica podemos observar el comportamiento de cada jugador en el test.

### 3.8.1.2 Test de Recepción Grupo 2

<b>TEST No. 1 TEST DE RECEPCION</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>6</b>	6
Bolaños Daniel	<b>8</b>	7
Coral Juan Pablo	<b>7</b>	7
Dent Pablo	<b>7</b>	4
Freile Federico	<b>9</b>	6
Flores Emilio	<b>9</b>	7
Maldonado Felipe	<b>9</b>	8
Pazmiño Juan Ignacio	<b>4</b>	7
Pérez Ricardo	<b>9</b>	8
Pere Santiago	<b>7</b>	9
Ugolotti Santiago	<b>9</b>	8
Vela Gabriel	<b>8</b>	6
Desvío Estándar	1.56	1.31
Moda	9.00	7.00
<b>Media Aritmética</b>	<b>7.67</b>	<b>6.92</b>
Mediana	8	7
Máximo	9	9
Mínimo	4	4
Rango	5	5
Promedio	7.67	6.92



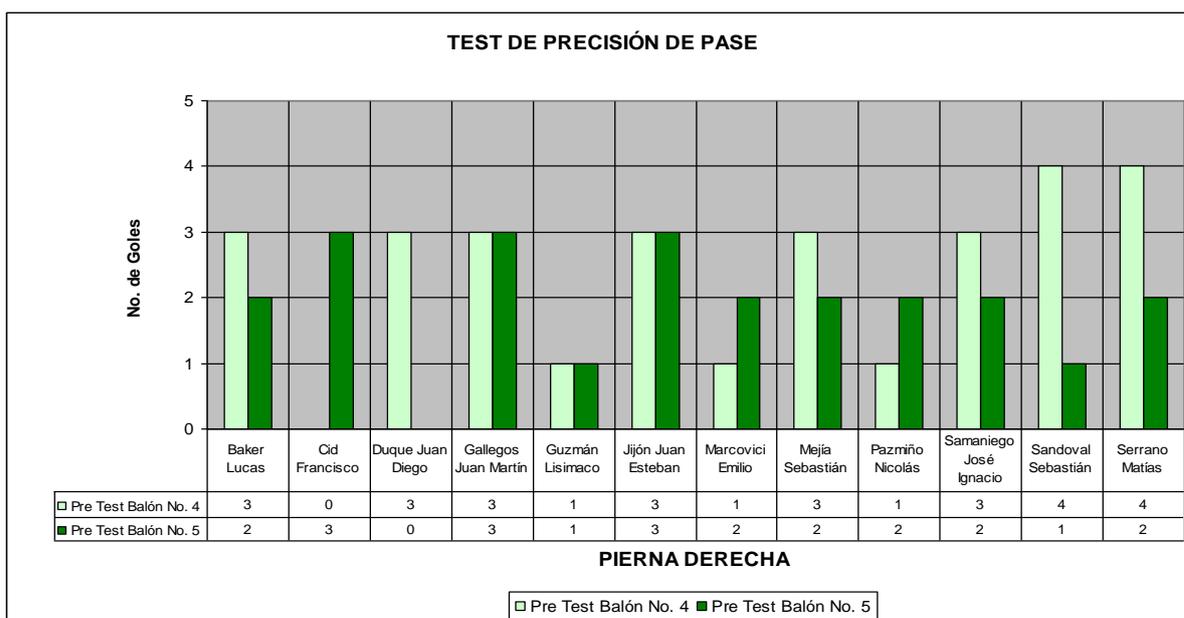
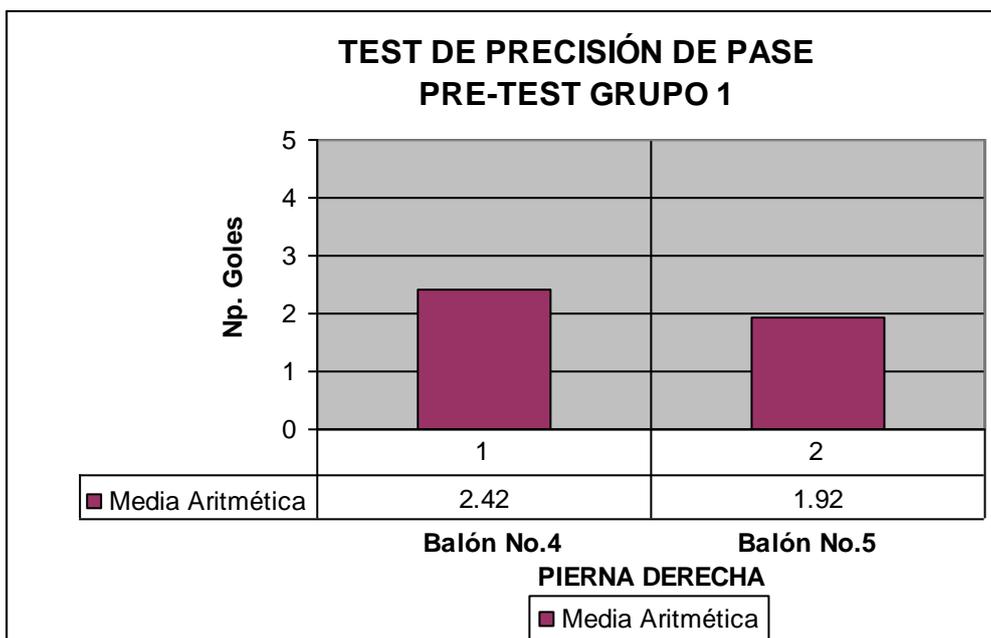
**Análisis:**

Luego de la aplicación del presente test encontramos como datos iniciales en este Grupo 2 , tanto, con balón No. 4 y Balón 5 existe una Media Aritmética de (7.67 y 6.92 toques en la Pared durante 30 segundos respectivamente. Lo que nos da a entender que este grupo maneja mejor la recepción, con balón No. 4, en relación al balón No. 5; y de igual forma en relación al Grupo No. 1.

En la grafica podemos observar el comportamiento de cada jugador en el test

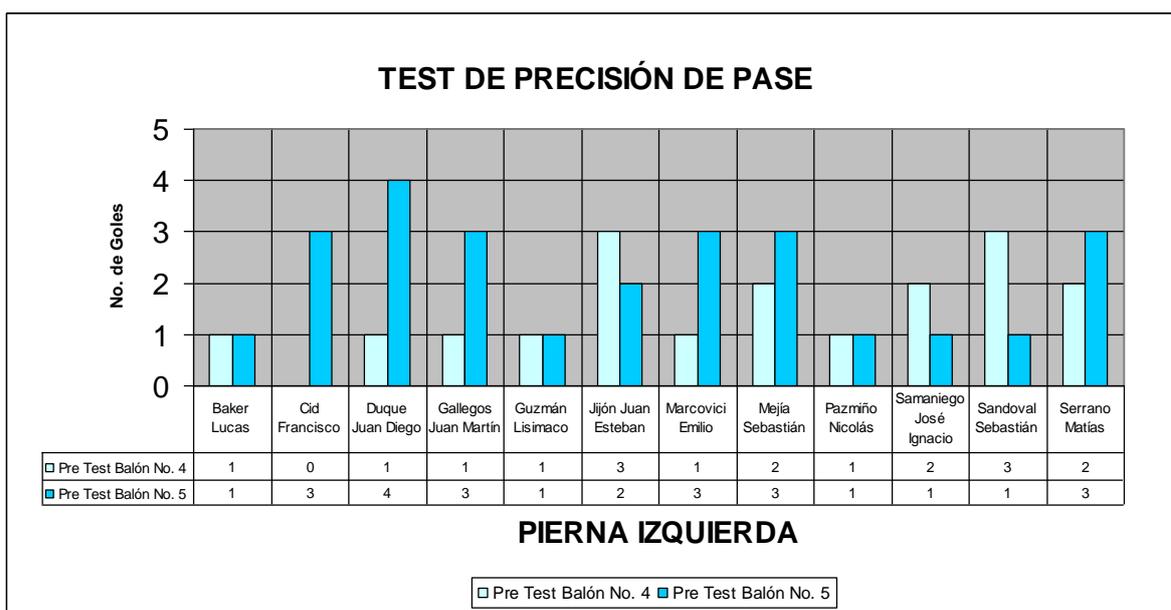
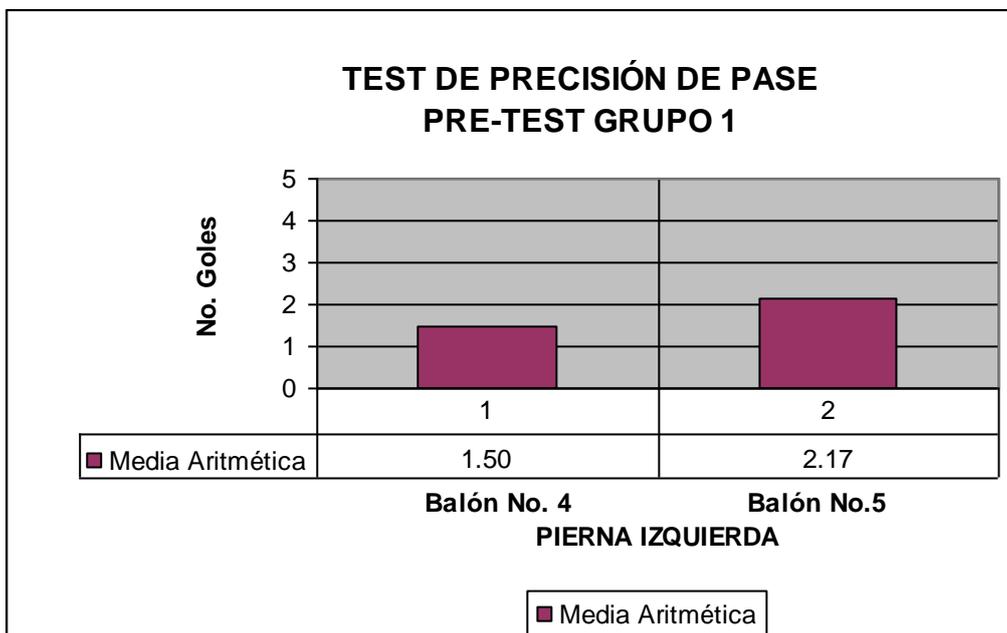
### 3.8.1.3 Test de Precisión de Pase Grupo 1

<b>TEST No. 2</b> <b>TEST DE PRECISIÓN DE PASE</b>				
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Cid Francisco	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>3</b>
Duque Juan Diego	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>4</b>
Gallegos Juan Martín	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
Guzmán Lisimaco	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Jijón Juan Esteban	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
Marcovici Emilio	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
Mejía Sebastián	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Pazmiño Nicolás	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Samaniego J. Ignacio	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Sandoval Sebastián	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>1</b>
Serrano Matías	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Desvío Estándar</b>	1.31	0.90	0.90	1.11
<b>Moda</b>	3	2	1	1
<b>Media Aritmética</b>	<b>2.42</b>	<b>1.92</b>	<b>1.50</b>	<b>2.17</b>
<b>Mediana</b>	3	2	1	2.5
<b>Máximo</b>	4	3	3	4
<b>Mínimo</b>	0	0	0	1
<b>Rango</b>	4	3	3	3
<b>Promedio</b>	2.417	1.917	1.500	2.167



**Análisis:**

Durante el desarrollo del Test en este Grupo 1 se pudo observar y constatar que con un balón de mayor diámetro los alumnos tuvieron menor precisión al momento de anotar los goles con una Media Aritmética de 2.42 en relación al balón con menos diámetro con una Media Aritmética de 1.92. Así podemos observar en la gráfica el comportamiento de los Test Iniciales con pierna derecha.

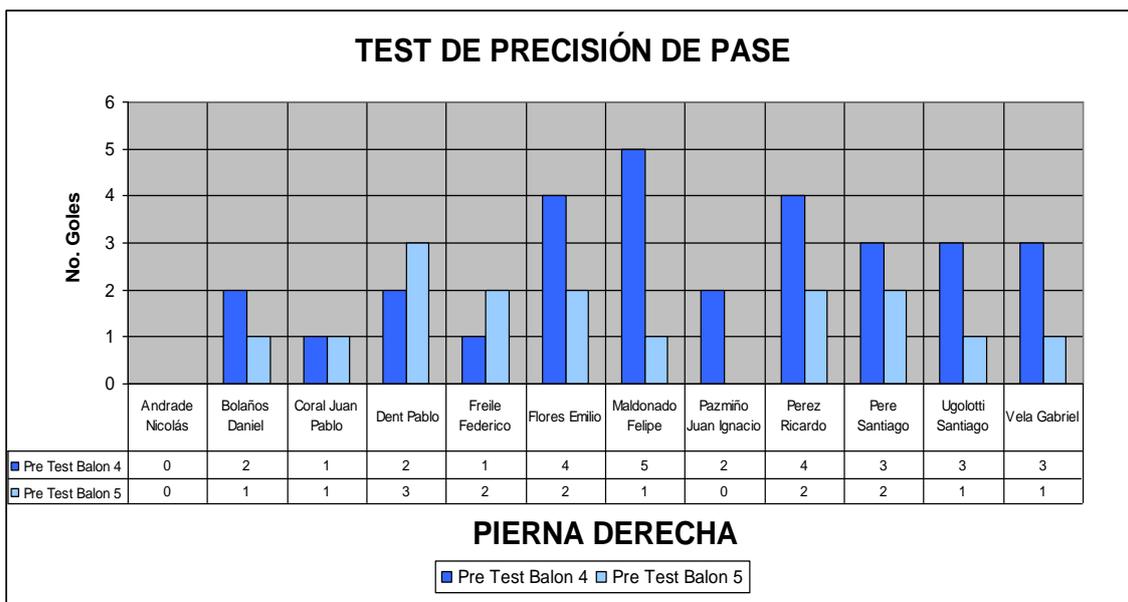
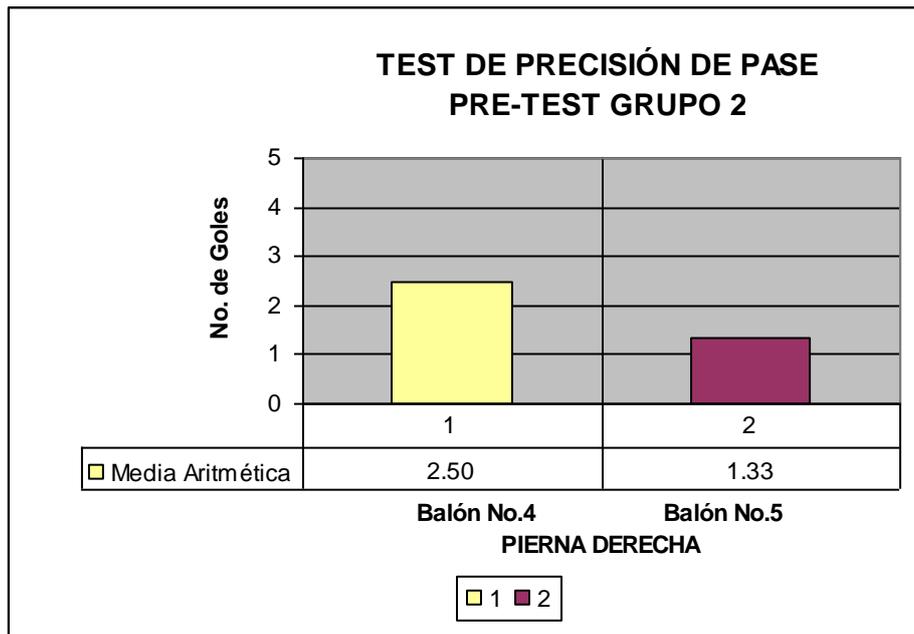


**Análisis:**

En el desarrollo del Test utilizando la pierna menos hábil para muchos del Grupo 1 se pudo observar que utilizando un balón con mayor diámetro tuvieron más oportunidad de anotar, la Media Aritmética con balón No. 5 fue de 2.17 en relación al balón No. 4 con 1.50.

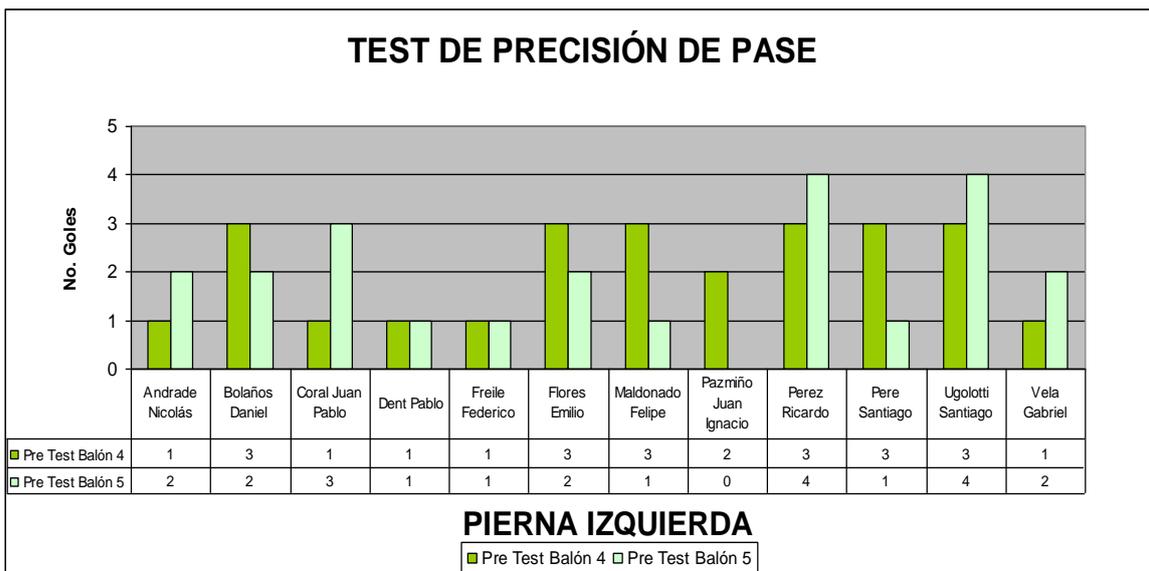
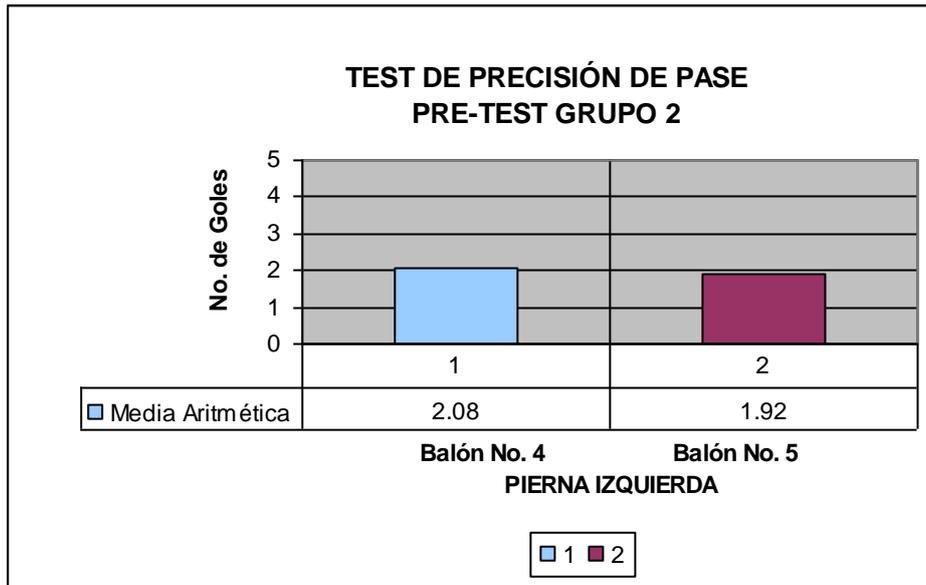
### 3.8.1.4 Test de Precisión de Pase Grupo 2

<b>TEST No. 2</b>				
<b>TEST DE PRECISI3N DE PASE</b>				
	P. DER		P. IZQ	
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>0</b>	0	<b>1</b>	2
Bolaños Daniel	<b>2</b>	1	<b>3</b>	2
Coral Juan Pablo	<b>1</b>	1	<b>1</b>	3
Dent Pablo	<b>2</b>	3	<b>1</b>	1
Freile Federico	<b>1</b>	2	<b>1</b>	1
Flores Emilio	<b>4</b>	2	<b>3</b>	2
Maldonado Felipe	<b>5</b>	1	<b>3</b>	1
Pazmiño Juan Ignacio	<b>2</b>	0	<b>2</b>	0
Pérez Ricardo	<b>4</b>	2	<b>3</b>	4
Pere Santiago	<b>3</b>	2	<b>3</b>	1
Ugolotti Santiago	<b>3</b>	1	<b>3</b>	4
Vela Gabriel	<b>3</b>	1	<b>1</b>	2
Desvío Estándar	1.45	0.89	1.00	1.24
Moda	2	1	3	2
<b>Media Aritmética</b>	<b>2.50</b>	<b>1.33</b>	<b>2.08</b>	<b>1.92</b>
Mediana	2.50	1.00	2.50	2.00
Máximo	5	3	3	4
Mínimo	0	0	1	0
Rango	5	3	2	4
Promedio	2.50	1.33	2.08	1.92



**Análisis:**

Los datos que proporciona el Grupo 2 con respecto al balón No. 4 encontramos una Media Aritmética de 2.50 superior al Pre Test con Balón No. 5 que proyecta una Media Aritmética de 1.33. Por lo tanto este grupo maneja a su vez mejor la precisión de pase con pierna derecha utilizando balón No. 4.

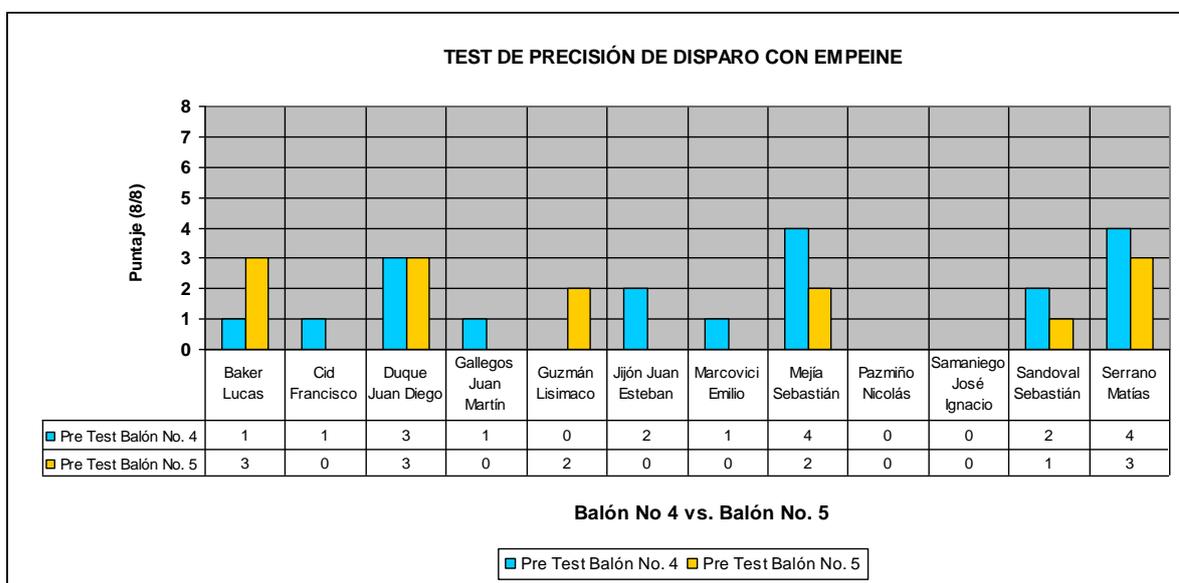
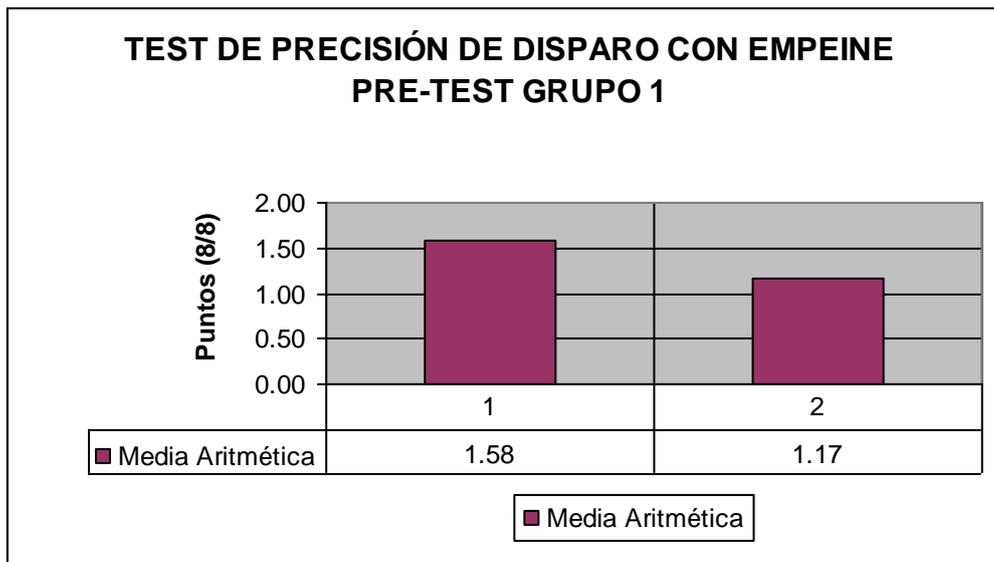


**Análisis:**

Con los datos obtenidos del Test de Precisión de Pase con pierna Izquierda el Grupo 2 arrojó una Media Aritmética de 2.08 con balón No. 4 en relación a 1.92 con balón No. 5, demostrando así su mejor manejo con balón No.

### 3.8.1.5 Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 1

<b>TEST No. 3 TEST DE PRECISION DE DISPARO CON EMPEINE</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	1	3
Cid Francisco	1	0
Duque Juan Diego	3	3
Gallegos Juan Martín	1	0
Guzmán Lisimaco	0	2
Jijón Juan Esteban	2	0
Marcovici Emilio	1	0
Mejía Sebastián	4	2
Pazmiño Nicolás	0	0
Samaniego José Ignacio	0	0
Sandoval Sebastián	2	1
Serrano Matías	4	3
Desvío Estándar	1.44	1.34
Moda	1	0
<b>Media Aritmética</b>	<b>1.58</b>	<b>1.17</b>
Mediana	1	0.5
Máximo	4	3
Mínimo	0	0
Rango	4	3
Promedio	1.583	1.167

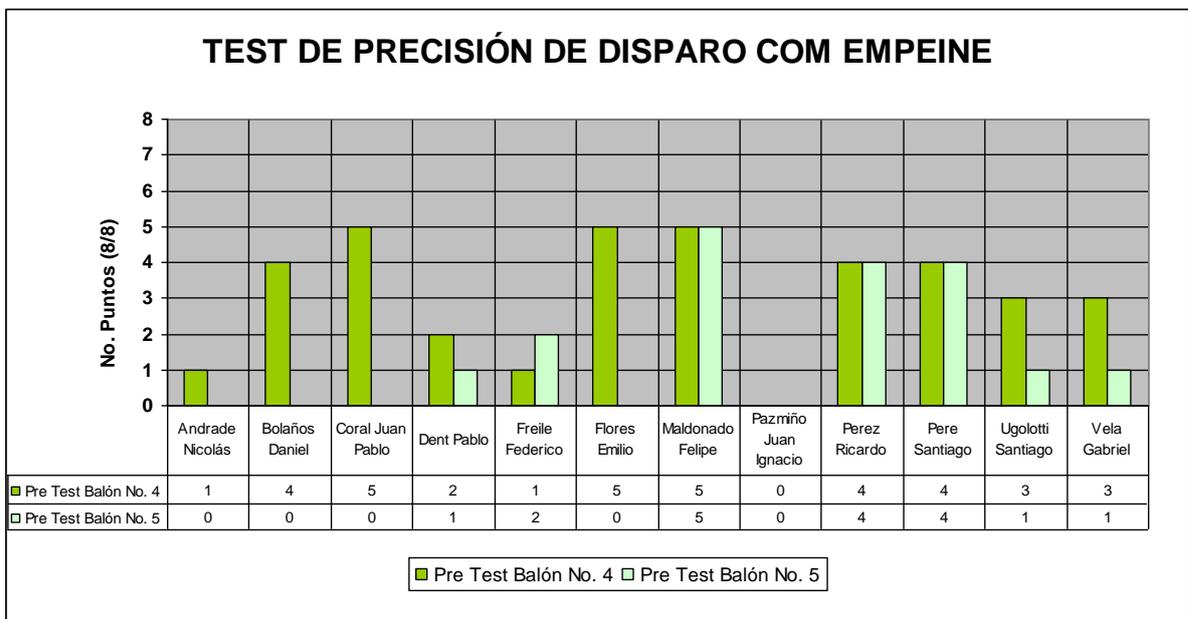
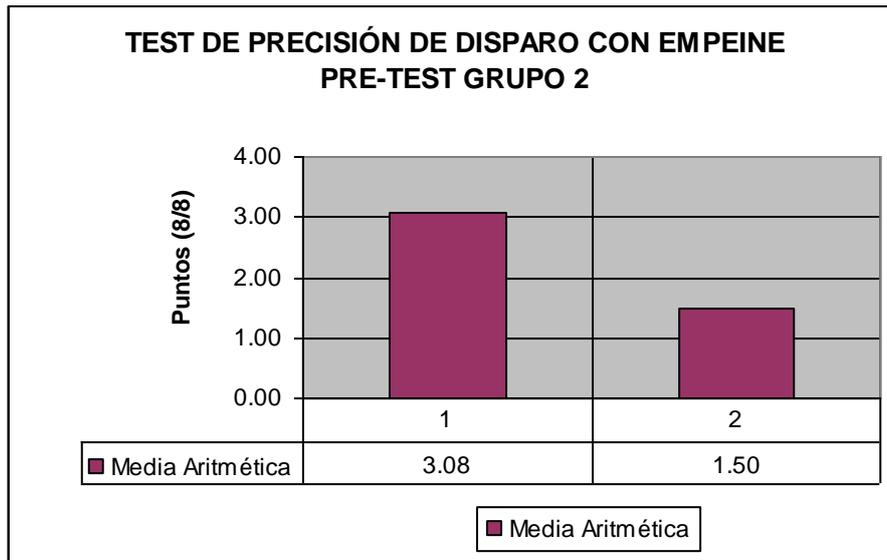


**Análisis:**

Según la gráfica podemos observar que el Grupo 1 no logro alcanzar el puntaje más alto dado para este test, teniendo como datos para el balón No. 4 una Media Aritmética de 1.58 y para el balón No. 5 se puede afirmar que el 50% de los jugadores lograron obtener por lo menos un punto sobre ocho, con una Media Aritmética de 1.17.

### 3.8.1.6 Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 2

<b>TEST No. 3 TEST DE PRECISION DE DISPARO CON EMPEINE</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	1	0
Bolaños Daniel	4	0
Coral Juan Pablo	5	0
Dent Pablo	2	1
Freile Federico	1	2
Flores Emilio	5	0
Maldonado Felipe	5	5
Pazmiño Juan Ignacio	0	0
Pérez Ricardo	4	4
Pere Santiago	4	4
Ugolotti Santiago	3	1
Vela Gabriel	3	1
Desvío Estándar	1.73	1.83
Moda	4	0
<b>Media Aritmética</b>	<b>3.08</b>	<b>1.50</b>
Mediana	3.5	1
Máximo	5	5
Mínimo	0	0
Rango	5	5
Promedio	3.08	1.50

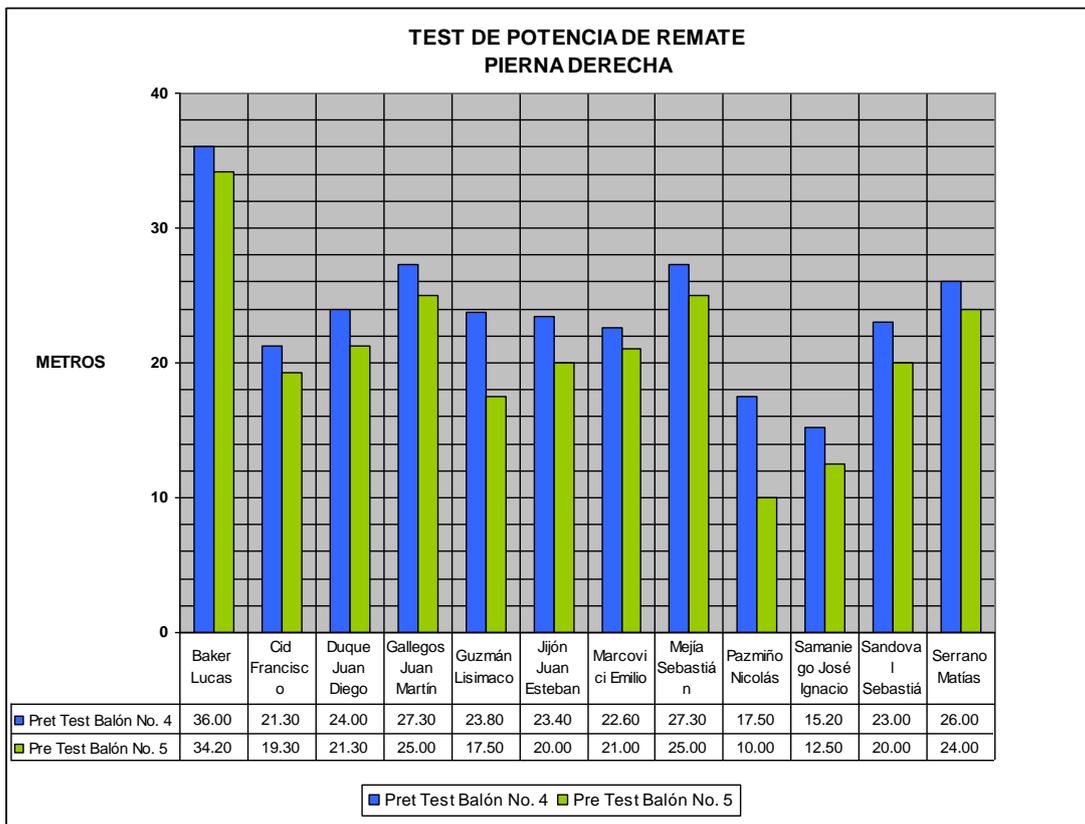
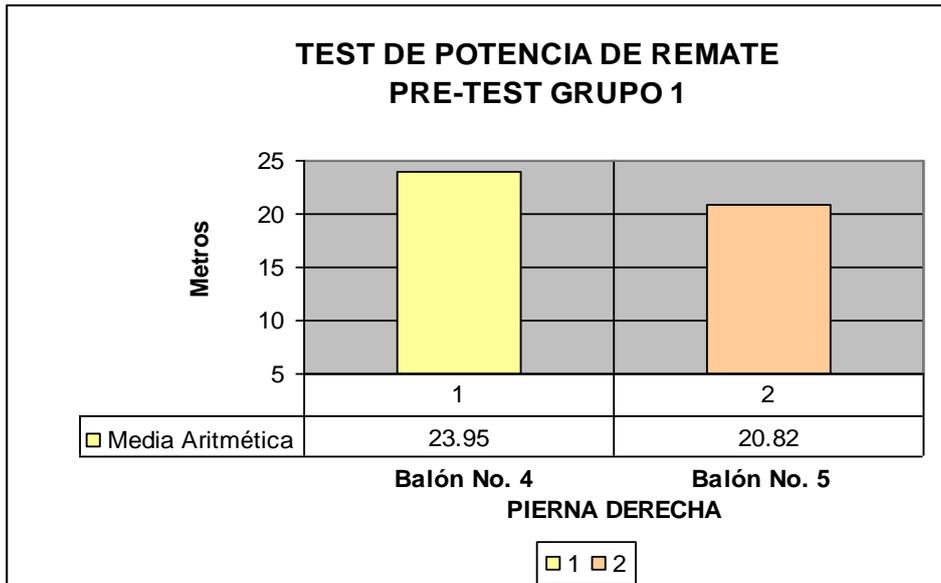


**Análisis:**

Los integrantes del Grupo 2, obtuvieron mejores resultados en el Pre Test con el balón No. 4 con una Media Aritmética de 3.08 en relación al balón No. 5 que arrojó una Media Aritmética de 1.50. Se puede afirmar que el tamaño del balón para este Test es un factor muy significativo.

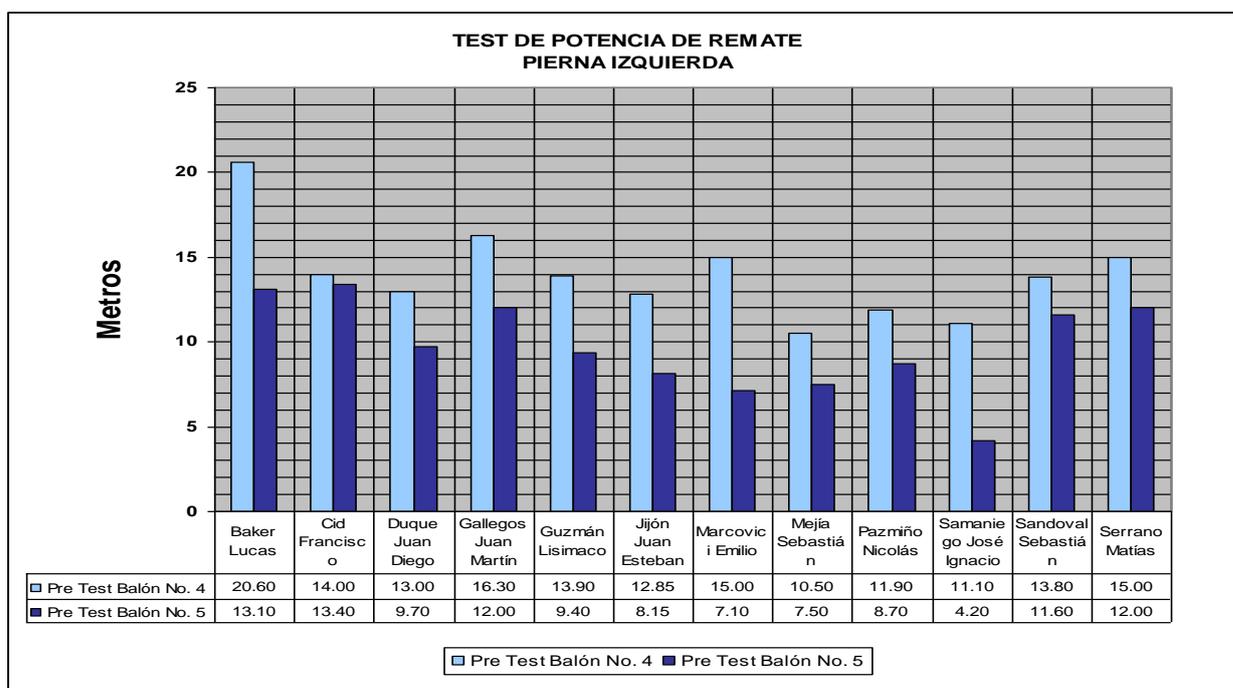
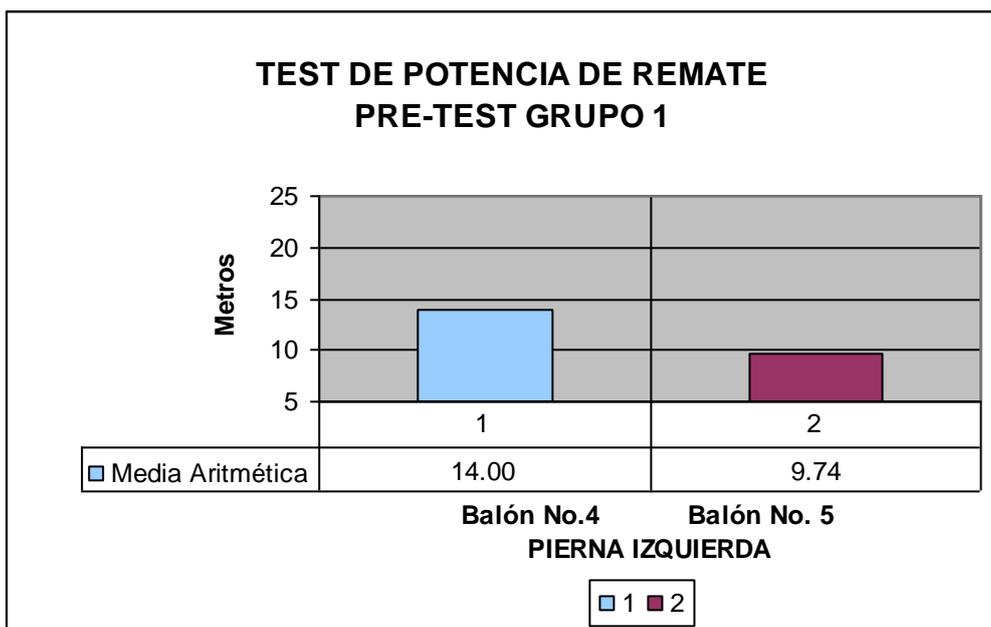
### 3.8.1.7 Test de Potencia de Remate Grupo 1

<b>TEST No. 4</b>				
<b>TEST DE POTENCIA DE REMATE</b>				
	P. DER		P. IZQ	
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	<b>36.00</b>	34.20	<b>20.60</b>	13.10
Cid Francisco	<b>21.30</b>	19.30	<b>14.00</b>	13.40
Duque Juan Diego	<b>24.00</b>	21.30	<b>13.00</b>	9.70
Gallegos Juan Martín	<b>27.30</b>	25.00	<b>16.30</b>	12.00
Guzmán Lisimaco	<b>23.80</b>	17.50	<b>13.90</b>	9.40
Jijón Juan Esteban	<b>23.40</b>	20.00	<b>12.85</b>	8.15
Marcovici Emilio	<b>22.60</b>	21.00	<b>15.00</b>	7.10
Mejía Sebastián	<b>27.30</b>	25.00	<b>10.50</b>	7.50
Pazmiño Nicolás	<b>17.50</b>	10.00	<b>11.90</b>	8.70
Samaniego José Ignacio	<b>15.20</b>	12.50	<b>11.10</b>	4.20
Sandoval Sebastián	<b>23.00</b>	20.00	<b>13.80</b>	11.60
Serrano Matías	<b>26.00</b>	24.00	<b>15.00</b>	12.00
Desvío Estándar	5.22	6.22	2.67	2.78
Moda	27.30	25.00	15.00	12.00
<b>Media Aritmética</b>	<b>23.95</b>	<b>20.82</b>	<b>14.00</b>	<b>9.74</b>
Mediana	23.60	20.50	13.85	9.55
Máximo	36.00	34.20	20.60	13.40
Mínimo	15.20	10.00	10.50	4.20
Rango	20.80	24.20	10.10	9.20
Promedio	23.950	20.817	13.996	9.738



**Análisis:**

El Grupo 1 alcanzó grandes distancias con Pierna Derecha en este Test; con Balón No. 4 una Media Aritmética de 23.95 metros y con balón No. 5 una Media Aritmética de 20.82 metros. Una vez más el balón No. 4 fue determinante y a su vez motivante para el Grupo 1.

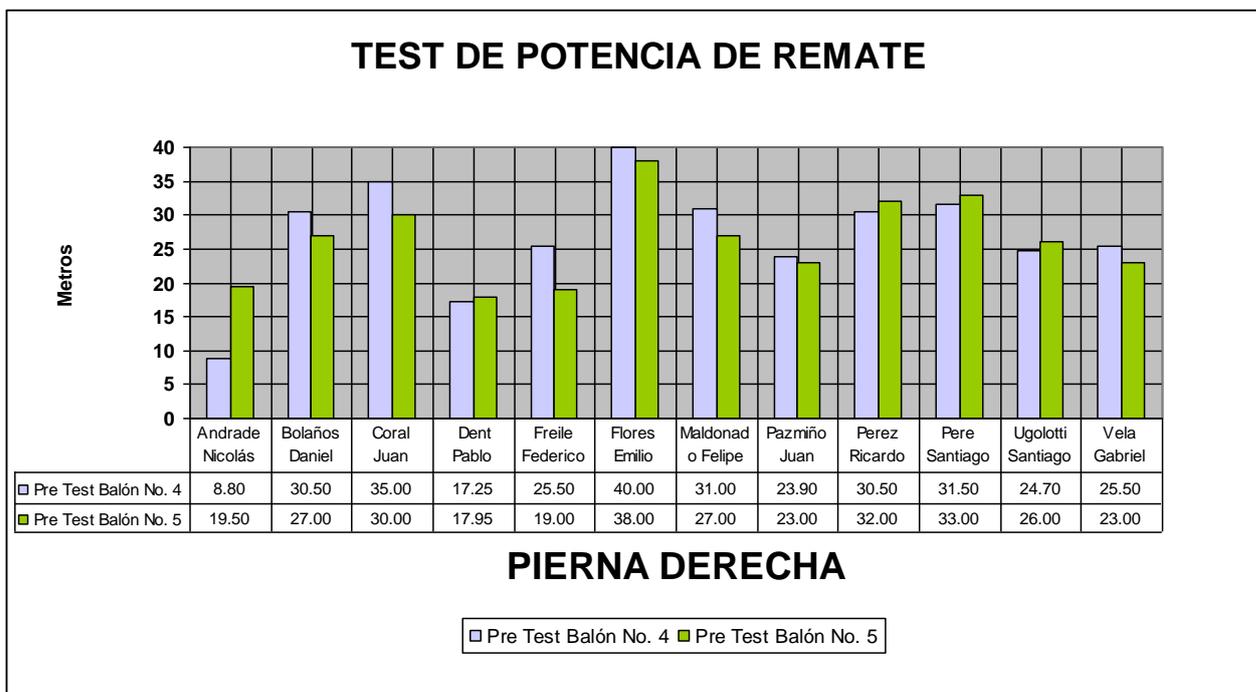
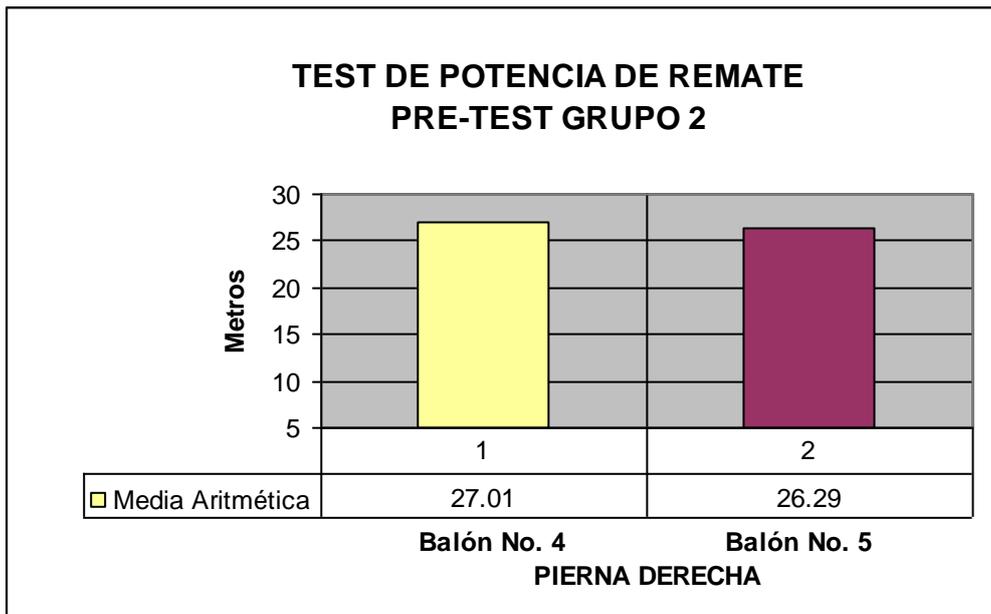


#### **Análisis:**

El Grupo 1 en este Test manifestó con su pierna izquierda una inadecuada técnica para patear el balón, a eso se sumó el tamaño y peso del Balón No. 5 que dio una Media Aritmética de 9.74 metros en relación al balón No. 4 con 14.00 metros.

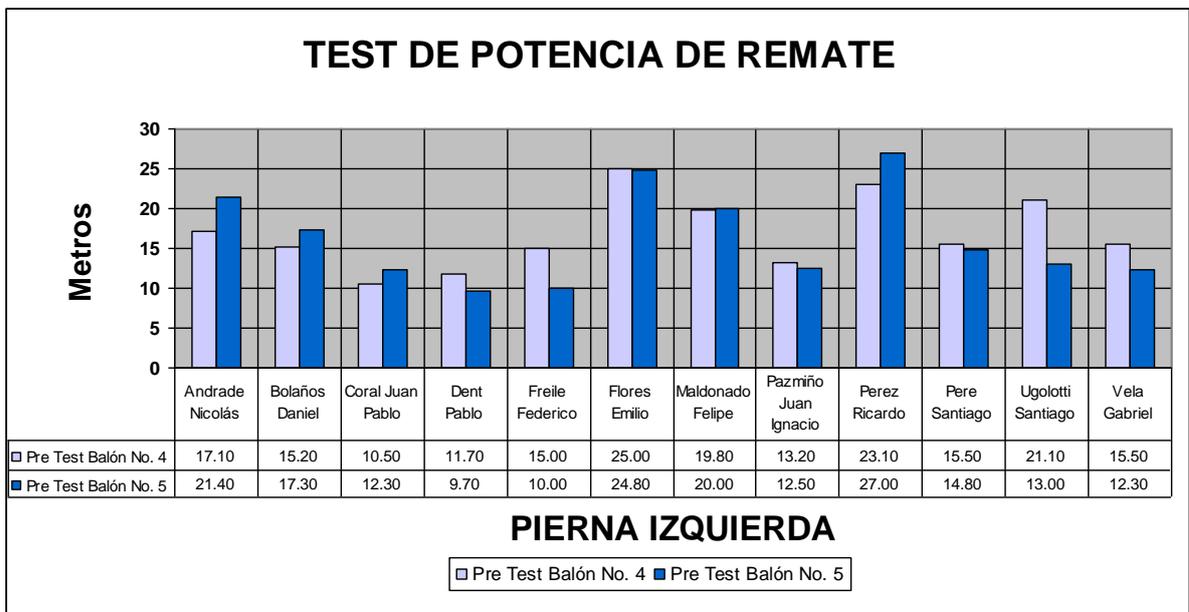
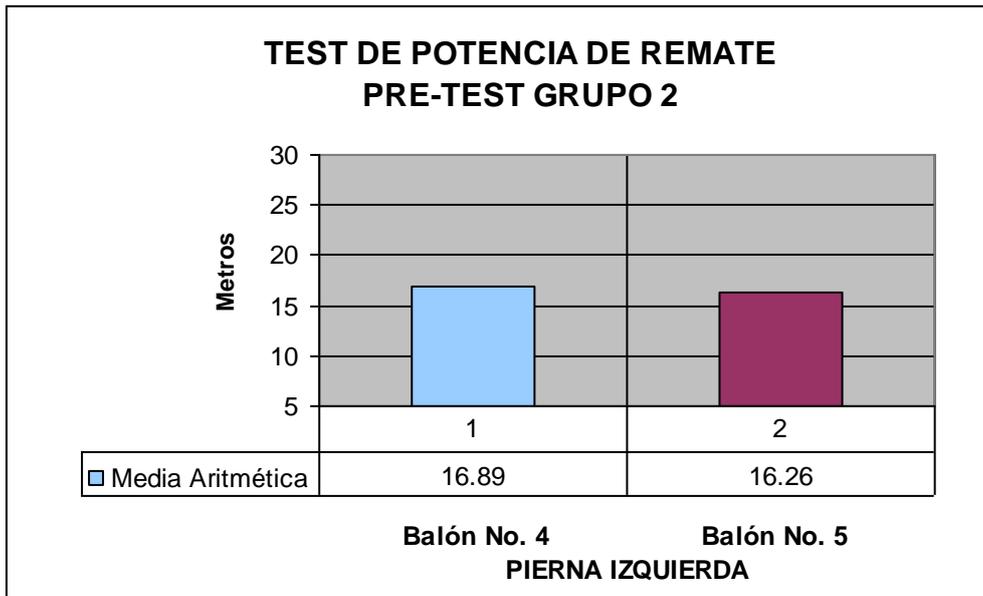
### 3.8.1.8 Test de Potencia de Remate Grupo 2

<b>TEST No. 4</b>				
<b>TEST DE POTENCIA DE REMATE</b>				
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>8.80</b>	19.50	<b>17.10</b>	21.40
Bolaños Daniel	<b>30.50</b>	27.00	<b>15.20</b>	17.30
Coral Juan Pablo	<b>35.00</b>	30.00	<b>10.50</b>	12.30
Dent Pablo	<b>17.25</b>	17.95	<b>11.70</b>	9.70
Freile Federico	<b>25.50</b>	19.00	<b>15.00</b>	10.00
Flores Emilio	<b>40.00</b>	38.00	<b>25.00</b>	24.80
Maldonado Felipe	<b>31.00</b>	27.00	<b>19.80</b>	20.00
Pazmiño Juan Ignacio	<b>23.90</b>	23.00	<b>13.20</b>	12.50
Pérez Ricardo	<b>30.50</b>	32.00	<b>23.10</b>	27.00
Pere Santiago	<b>31.50</b>	33.00	<b>15.50</b>	14.80
Ugolotti Santiago	<b>24.70</b>	26.00	<b>21.10</b>	13.00
Vela Gabriel	<b>25.50</b>	23.00	<b>15.50</b>	12.30
Desvío Estándar	8.20	6.18	4.49	5.80
Moda	30.50	27.00	15.5	12.30
<b>Media Aritmética</b>	<b>27.01</b>	<b>26.29</b>	<b>16.89</b>	<b>16.26</b>
Mediana	28.00	26.50	15.50	13.90
Máximo	40.00	38.00	25.00	27.00
Mínimo	8.80	17.95	10.50	9.70
Rango	31.20	20.05	14.50	17.30
Promedio	27.01	26.29	16.89	16.26



**Análisis:**

Como podemos apreciar en la grafica el grupo 2 obtuvo mejores resultados con pierna derecha, en comparación al grupo 1 logrando una Media Aritmética de 27.01 metros con balón 4 y con balón No. 5 26.29 metros.

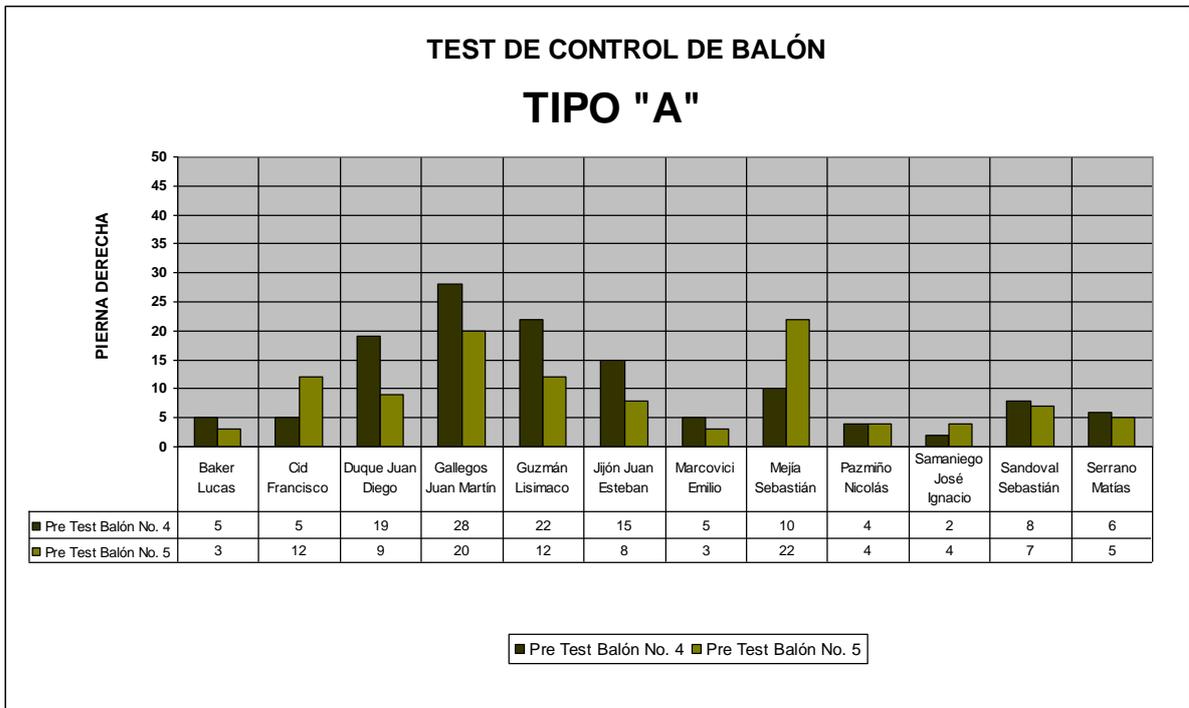
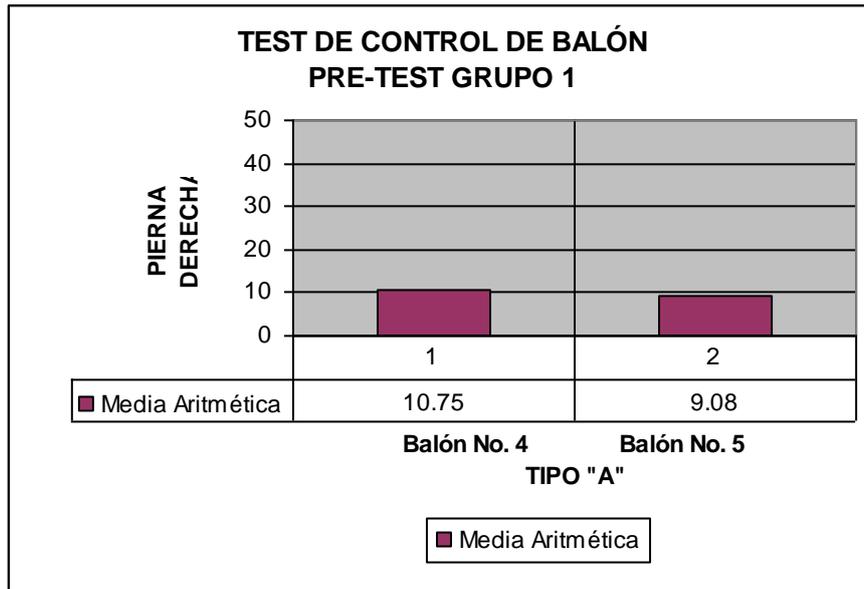


**Análisis:**

Su Media Aritmética para este Test con Pierna Izquierda con balón No.4 es de 16.89 metros y con balón No.5 de 16.26 metros

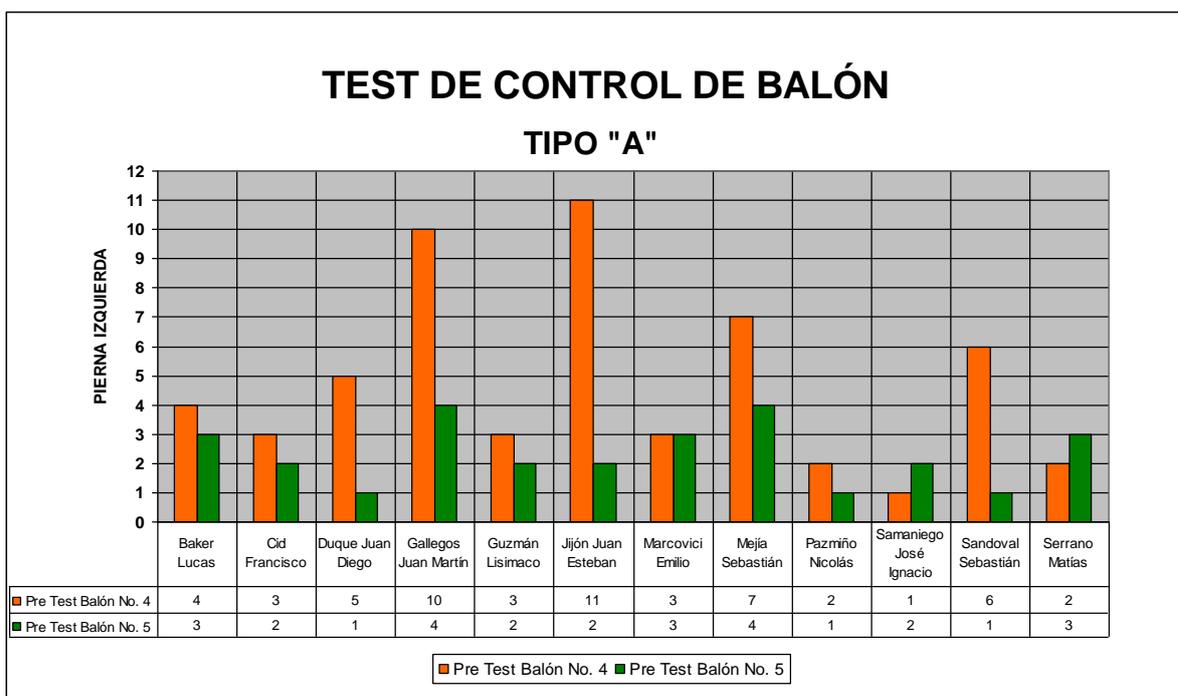
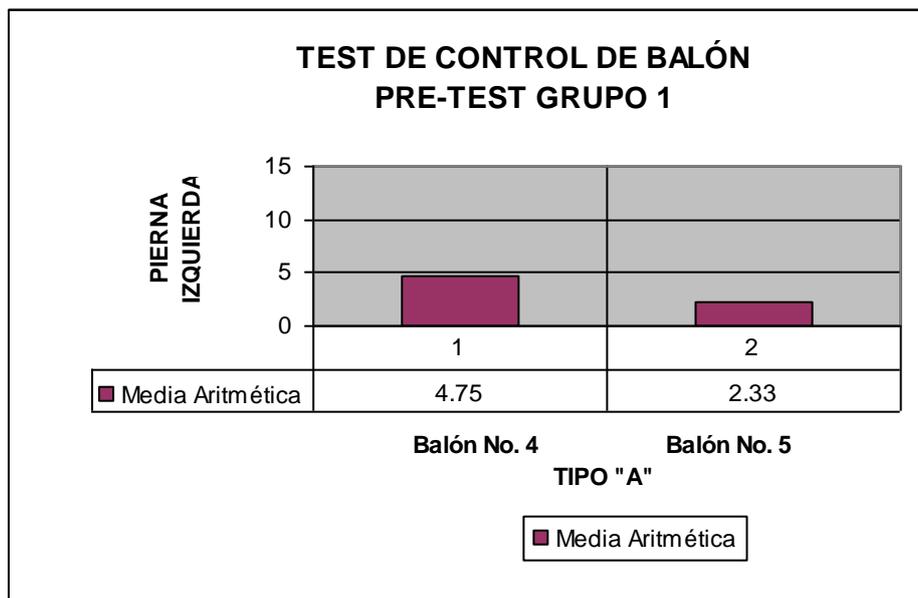
### 3.8.1.9 Test de Control de Balón Tipo "A" Grupo 1

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON</b>				
	<b>TIPO "A"</b>			
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	5	3	4	3
Cid Francisco	5	12	3	2
Duque Juan Diego	19	9	5	1
Gallegos Juan Martín	28	20	10	4
Guzmán Lisimaco	22	12	3	2
Jijón Juan Esteban	15	8	11	2
Marcovici Emilio	5	3	3	3
Mejía Sebastián	10	22	7	4
Pazmiño Nicolás	4	4	2	1
Samaniego José Ignacio	2	4	1	2
Sandoval Sebastián	8	7	6	1
Serrano Matías	6	5	2	3
Desvío Estándar	8.32	6.40	3.19	1.07
Moda	5	3	3	2
<b>Media Aritmética</b>	<b>10.75</b>	<b>9.08</b>	<b>4.75</b>	<b>2.33</b>
Mediana	7	7.5	3.5	2
Máximo	28	22	11	4
Mínimo	2	3	1	1
Rango	26	19	10	3
Promedio	10.750	9.083	4.750	2.333



**Análisis:**

El grupo demostró en este Test que no pudo llegar a los 50 toques sucesivos con pierna derecha, en la mayoría de jugadores esta pierna es la más hábil, tan solo un jugador logro realizar 28 toques. El grupo obtuvo una media de 10.75 con balón No.4 y de 9.08 con balón No. 5.

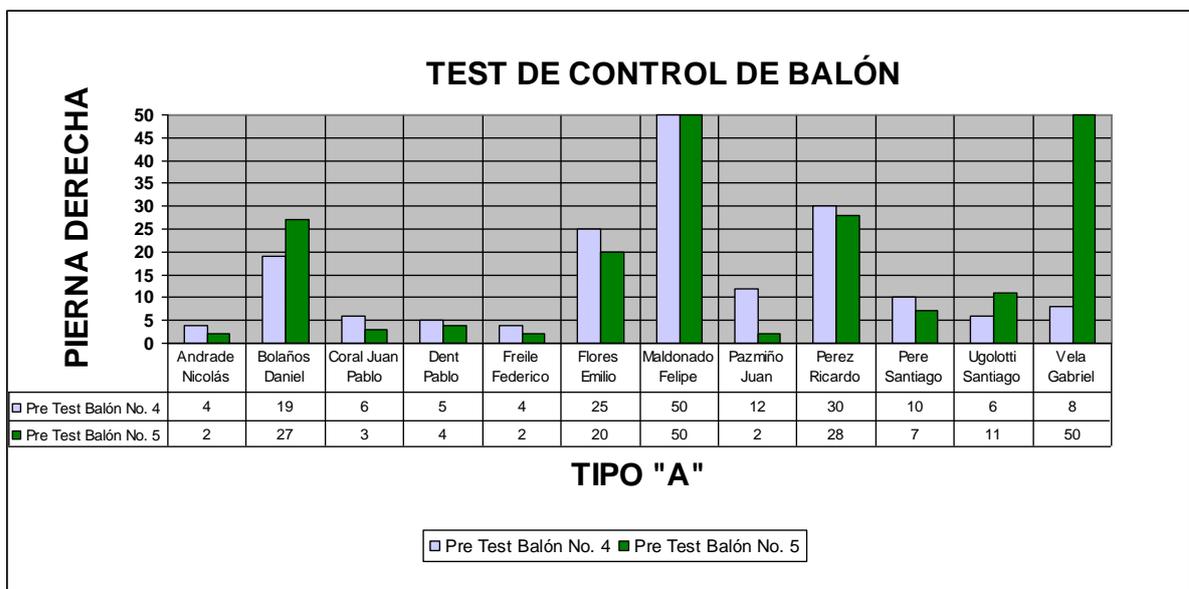
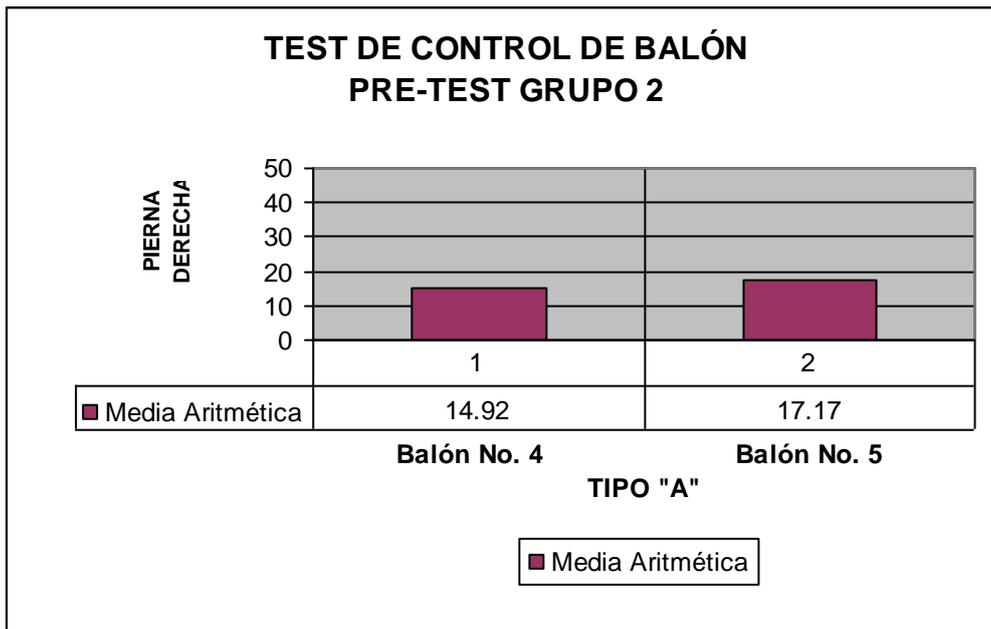


**Análisis:**

El déficit de dominio de balón se vio reflejado en el uso de la pierna inhábil, el máximo para este Test con pierna izquierda fue de 11 con balón 4 y de 4 con balón 5. Alcanzando una media con Balón No. 4 de 4.75 y con Balón No. 5 de 2.33 toques.

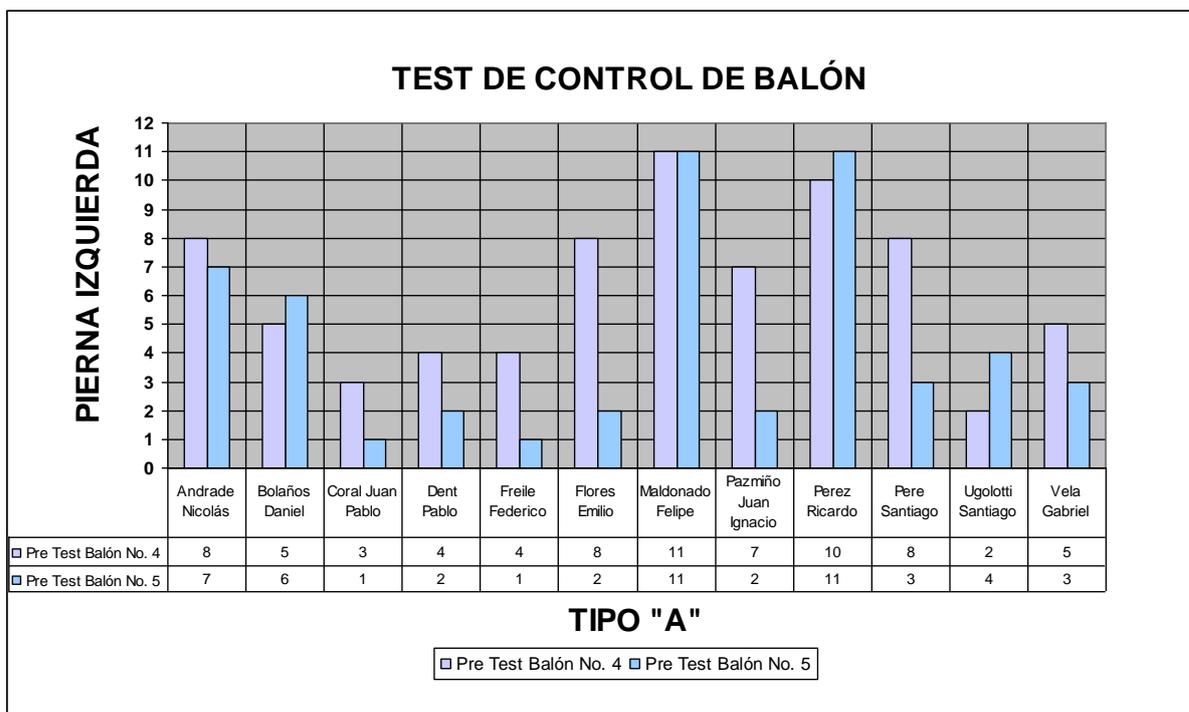
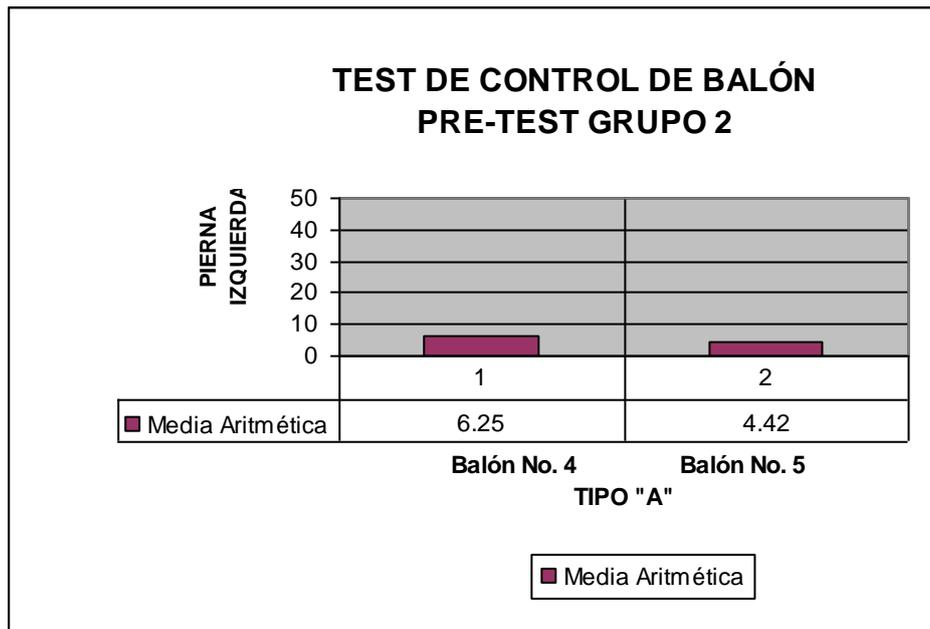
### 3.8.1.10 Test de Control de Balón Tipo "A" Grupo 2

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON</b>				
	<b>TIPO "A"</b>			
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	4	2	8	7
Bolaños Daniel	19	27	5	6
Coral Juan Pablo	6	3	3	1
Dent Pablo	5	4	4	2
Freile Federico	4	2	4	1
Flores Emilio	25	20	8	2
Maldonado Felipe	50	50	11	11
Pazmiño Juan Ignacio	12	2	7	2
Pérez Ricardo	30	28	10	11
Pere Santiago	10	7	8	3
Ugolotti Santiago	6	11	2	4
Vela Gabriel	8	50	5	3
Desvío Estándar	13.99	18.05	2.83	3.58
Moda	4	2	8	2
<b>Media Aritmética</b>	<b>14.92</b>	<b>17.17</b>	<b>6.25</b>	<b>4.42</b>
Mediana	9	9	6	3
Máximo	50	50	11	11
Mínimo	4	2	2	1
Rango	46	48	9	10
Promedio	14.917	17.167	6.250	4.417



**Análisis:**

El Grupo 2, mejoró sus registros iniciales en comparación al grupo 1, alcanzando una media con Balón No. 4 de 14.92 con un Máximo de 50, y con el Balón No. 5 una media de 17.17, y un Máximo de 50. El dominio con pierna derecha es mejor con Balón No.5.

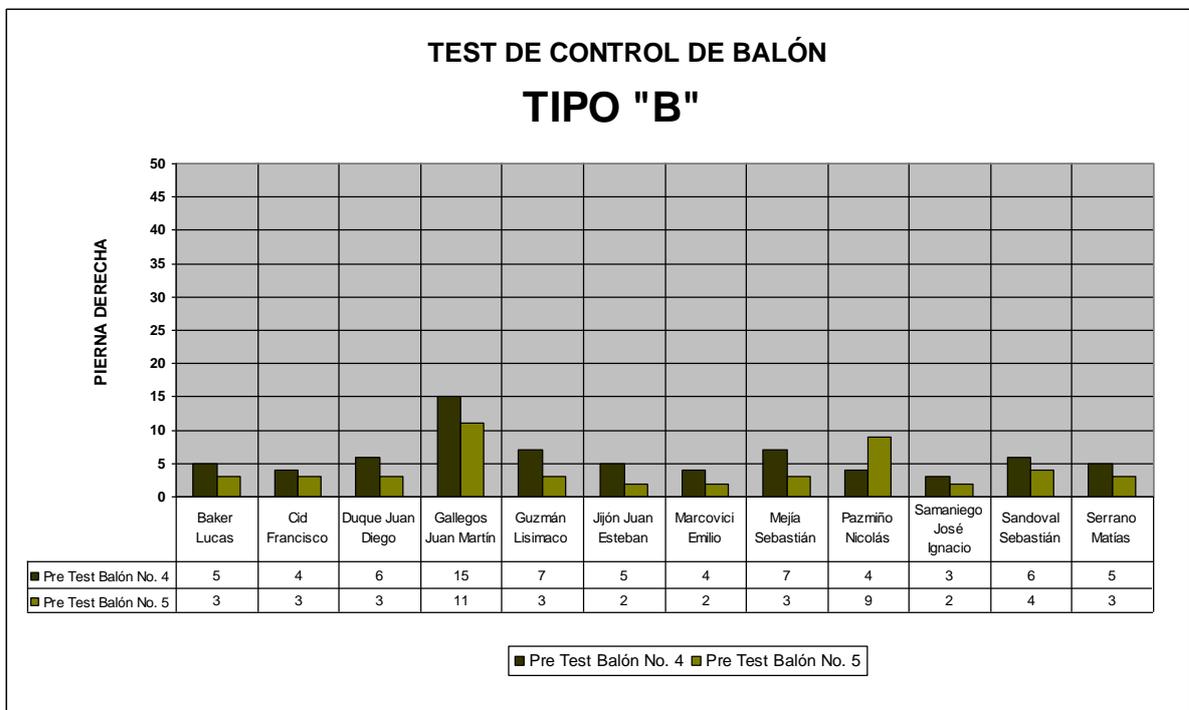
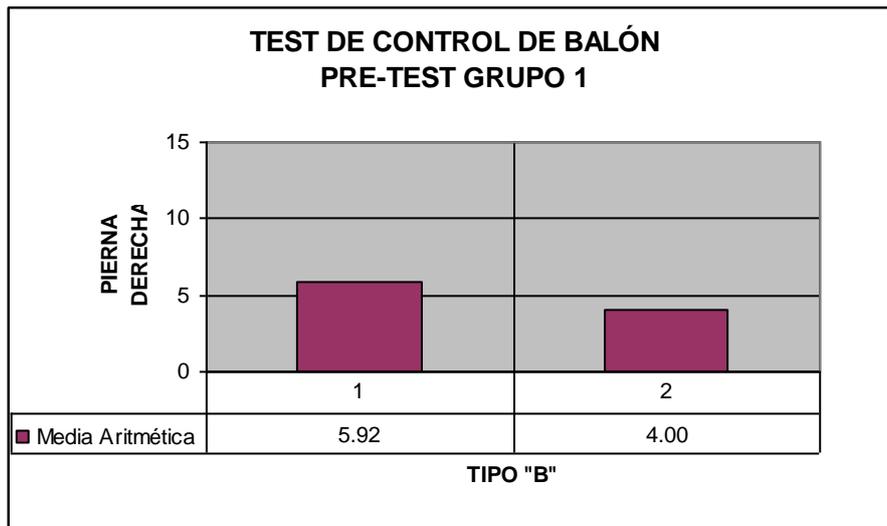


**Análisis:**

De igual forma los datos revelan que el Grupo 2 al igual que el 1 posee insuficiente técnica para dominar el balón con pierna izquierda, alcanzando un Máximo de 11 toques, una Media para el Balón No. 4 de 6.25 y para el Balón No. 5 de 4.42.

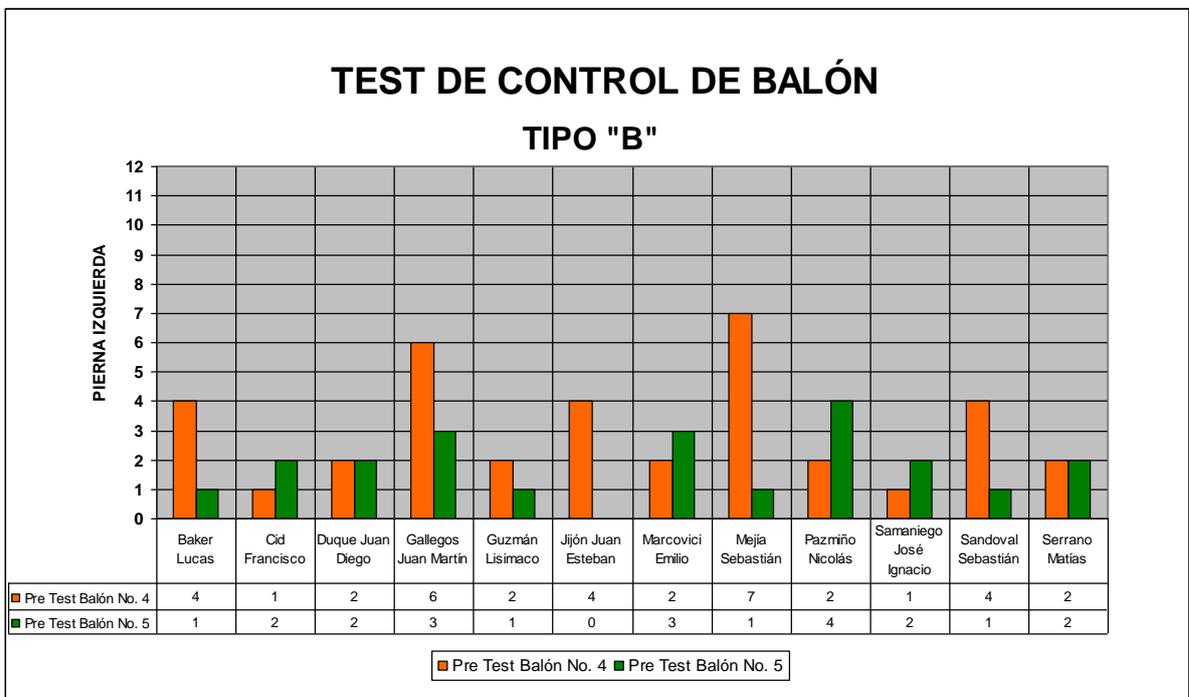
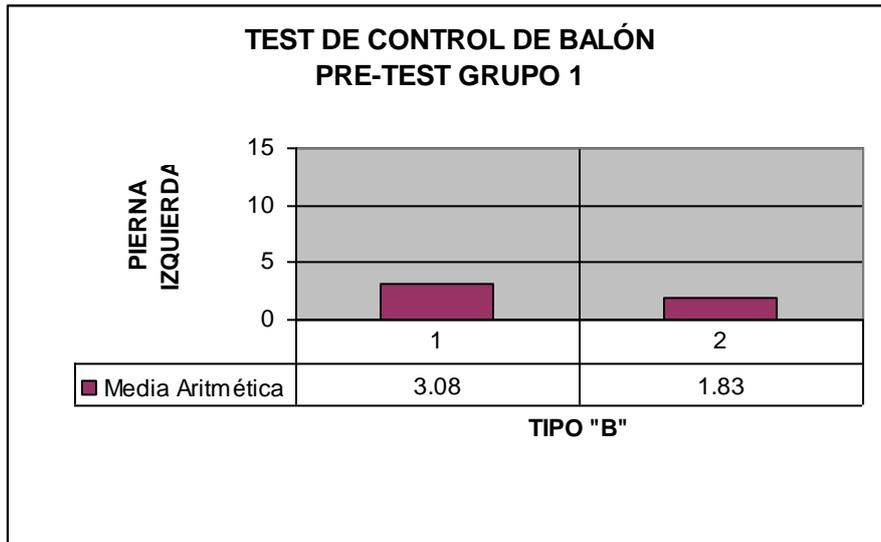
### 3.8.1.11 Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 1

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON</b>				
<b>TIPO "B"</b>				
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	5	3	4	1
Cid Francisco	4	3	1	2
Duque Juan Diego	6	3	2	2
Gallegos Juan Martín	15	11	6	3
Guzmán Lisimaco	7	3	2	1
Jijón Juan Esteban	5	2	4	0
Marcovici Emilio	4	2	2	3
Mejía Sebastián	7	3	7	1
Pazmiño Nicolás	4	9	2	4
Samaniego José Ignacio	3	2	1	2
Sandoval Sebastián	6	4	4	1
Serrano Matías	5	3	2	2
Desvío Estándar	3.12	2.89	1.93	1.11
Moda	5	3	2	1
<b>Media Aritmética</b>	<b>5.92</b>	<b>4.00</b>	<b>3.08</b>	<b>1.83</b>
Mediana	5	3	2	2
Máximo	15	11	7	4
Mínimo	3	2	1	0
Rango	12	9	6	4
Promedio	5.917	4.000	3.083	1.833



**Análisis:**

En desarrollo de este Test se vio además de una insuficiente Técnica para controlar el balón un grado de descoordinación muy significativa ya que el Test demanda mucha coordinación en lo que es pie-muslo-cabeza-pie. Para este grupo la Media con Balón 4 alcanzó 5.92 y con Balón No. 5 de 4.00 utilizando la pierna Derecha.

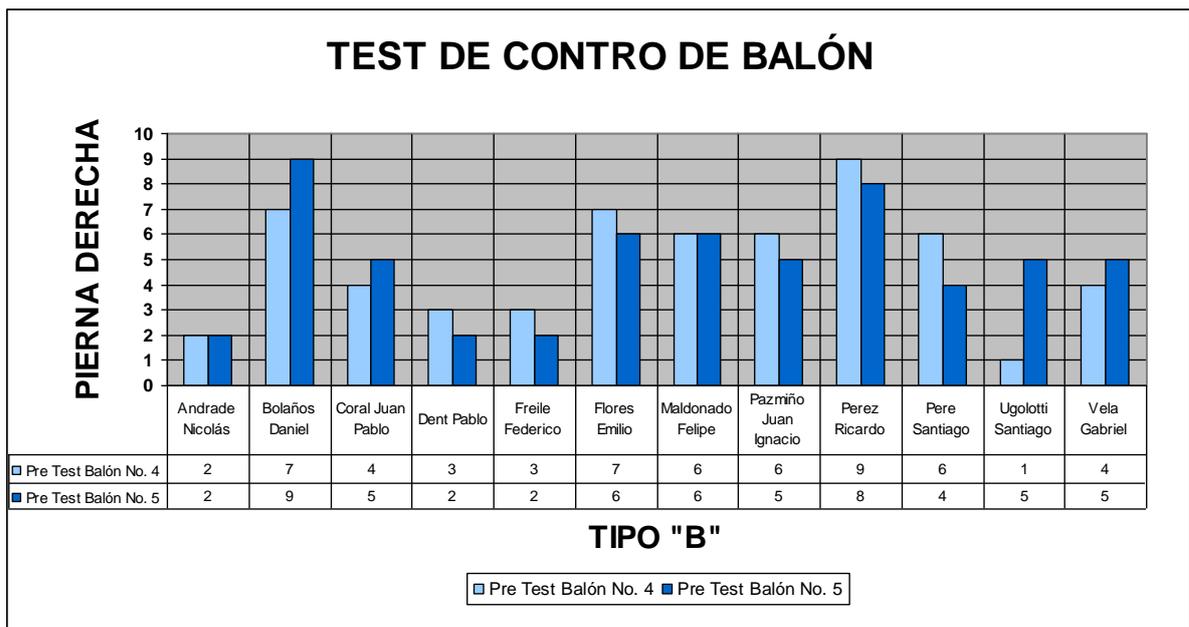
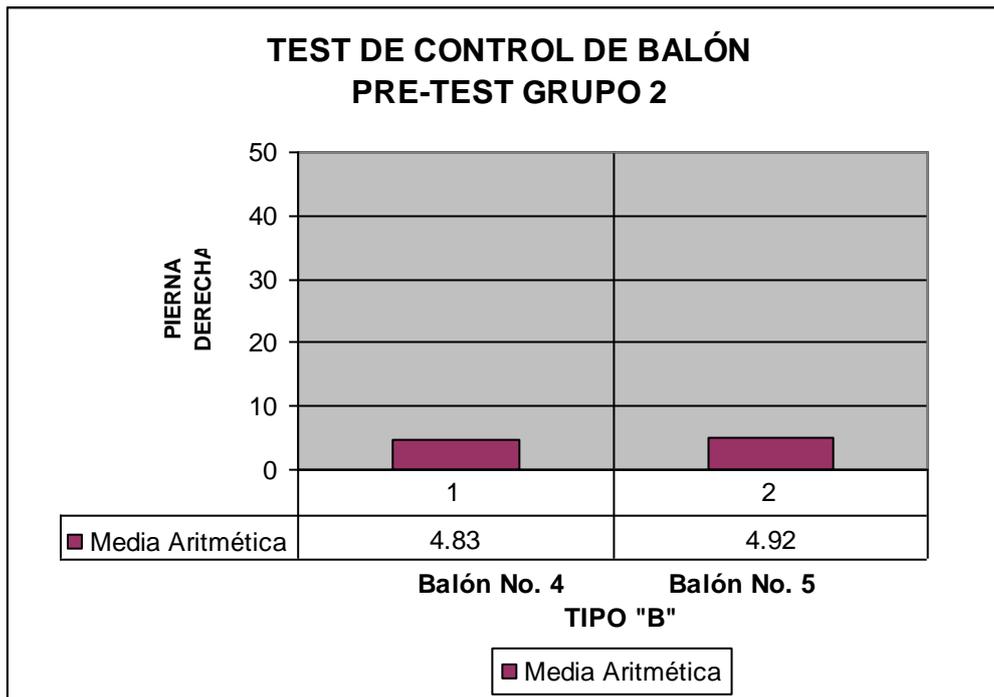


**Análisis:**

Es notable que el trabajo formativo en esta área sea insuficiente, alcanzando una media de 3.08 con Balón No.4 y de 1.83 con Balón No.5.

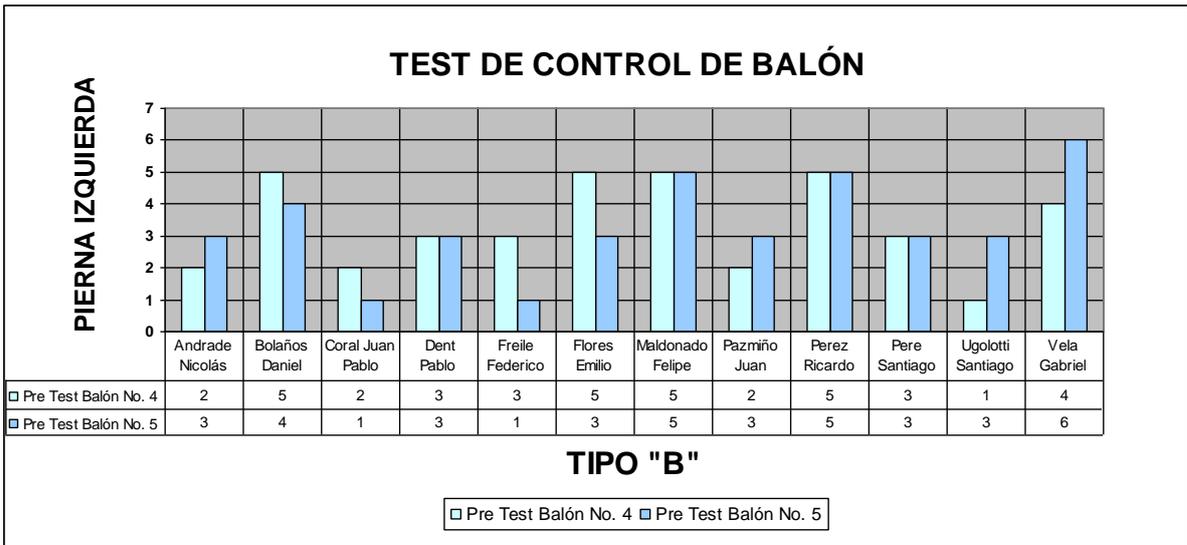
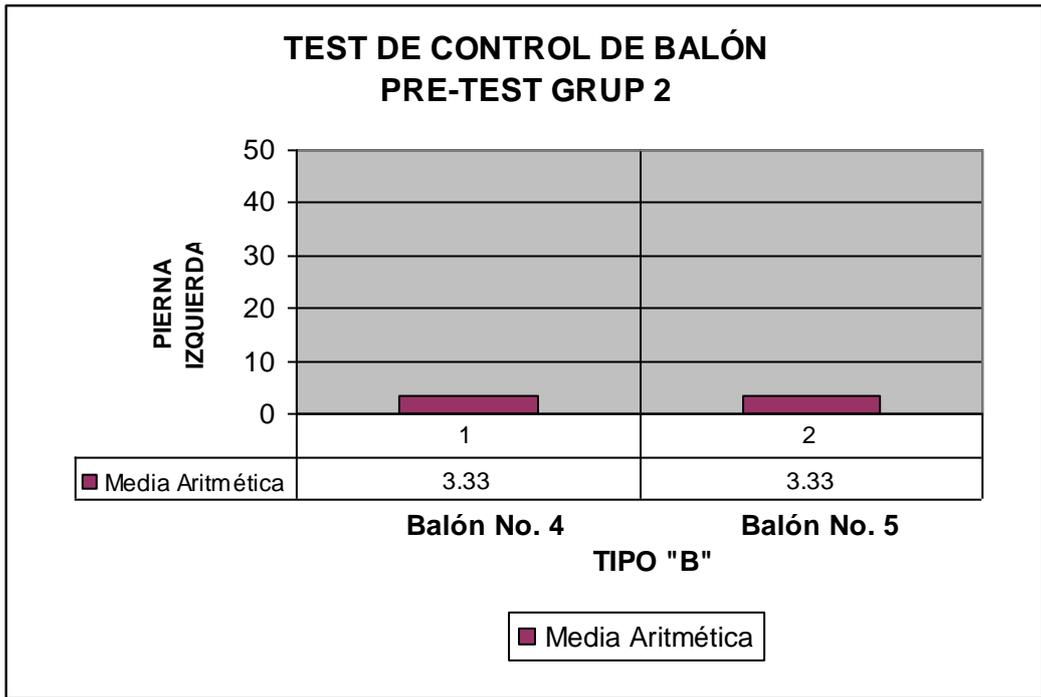
### 3.8.1.12 Test de Control de Balón Tipo “B” Grupo 2

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON</b>				
	<b>TIPO “B”</b>			
	<b>P. DER</b>		<b>P. IZQ</b>	
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	2	2	2	3
Bolaños Daniel	7	9	5	4
Coral Juan Pablo	4	5	2	1
Dent Pablo	3	2	3	3
Freile Federico	3	2	3	1
Flores Emilio	7	6	5	3
Maldonado Felipe	6	6	5	5
Pazmiño Juan Ignacio	6	5	2	3
Pérez Ricardo	9	8	5	5
Pere Santiago	6	4	3	3
Ugolotti Santiago	1	5	1	3
Vela Gabriel	4	5	4	6
Desvío Estándar	2.37	2.23	1.44	1.50
Moda	6	5	5	3
<b>Media Aritmética</b>	<b>4.83</b>	<b>4.92</b>	<b>3.33</b>	<b>3.33</b>
Mediana	5	5	3	3
Máximo	9	9	5	6
Mínimo	1	2	1	1
Rango	8	7	4	5
Promedio	4.833	4.917	3.333	3.333



**Análisis:**

Para este grupo el rango de Desviación no fue Notable tanto para el Balón No. 4 como para el No. 5, La media fue de 4.83 y 4.92 respectivamente. De igual forma se vio una insuficiente Técnica para controlar y coordinar el balón pese a que utilizamos la pierna hábil.

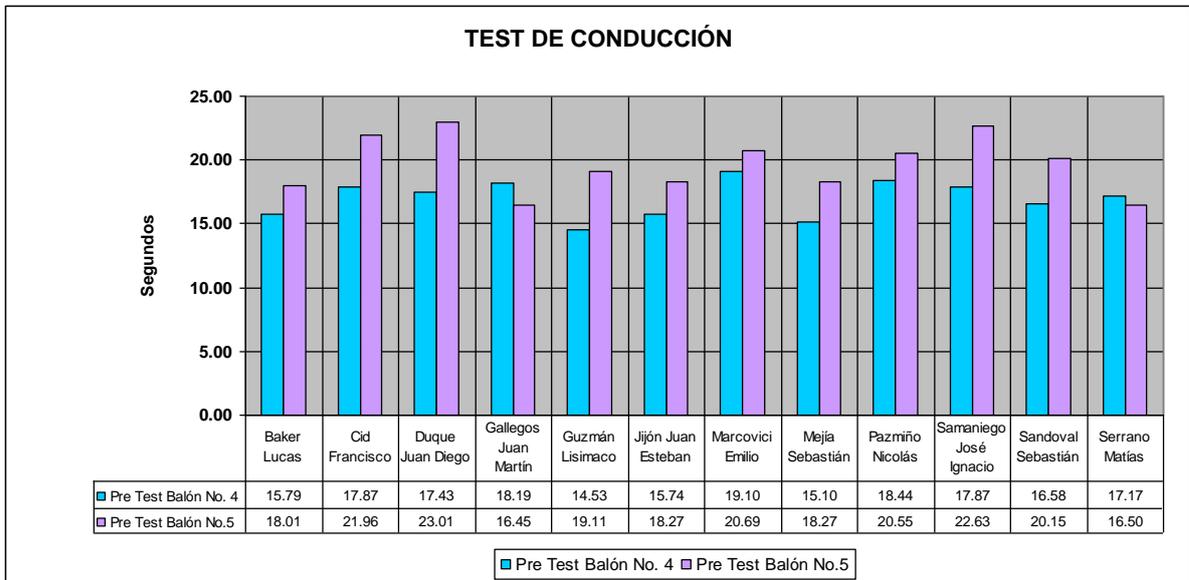
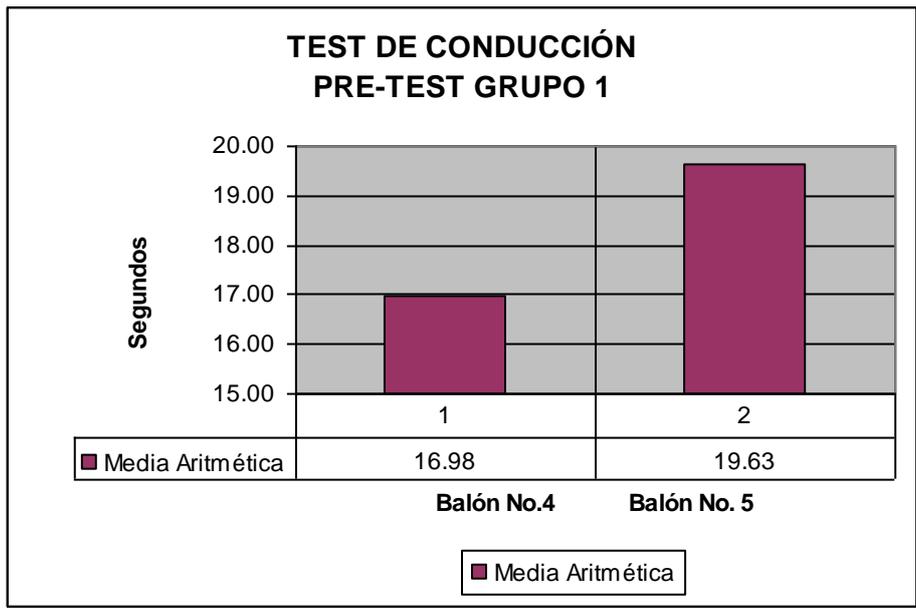


**Análisis:**

Los datos obtenidos reflejan un Máximo con Balón No. 4 de 5 en relación al Balón No. 5 de 6, y una media igual para ambos balones.

### 3.8.1.13 Test de Conducción Grupo 1

<b>TEST No. 6 TEST DE CONDUCCIÓN</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	15.79	18.01
Cid Francisco	17.87	21.96
Duque Juan Diego	17.43	23.01
Gallegos Juan Martín	18.19	16.45
Guzmán Lisimaco	14.53	19.11
Jijón Juan Esteban	15.74	18.27
Marcovici Emilio	19.10	20.69
Mejía Sebastián	15.10	18.27
Pazmiño Nicolás	18.44	20.55
Samaniego José Ignacio	17.87	22.63
Sandoval Sebastián	16.58	20.15
Serrano Matías	17.17	16.50
Desvío Estándar	1.43	2.23
Moda	17.87	18.27
<b>Media Aritmética</b>	<b>16.98</b>	<b>19.63</b>
Mediana	17.30	19.63
Máximo	19.10	23.01
Mínimo	14.53	16.45
Rango	4.57	6.56
Promedio	16.984	19.633

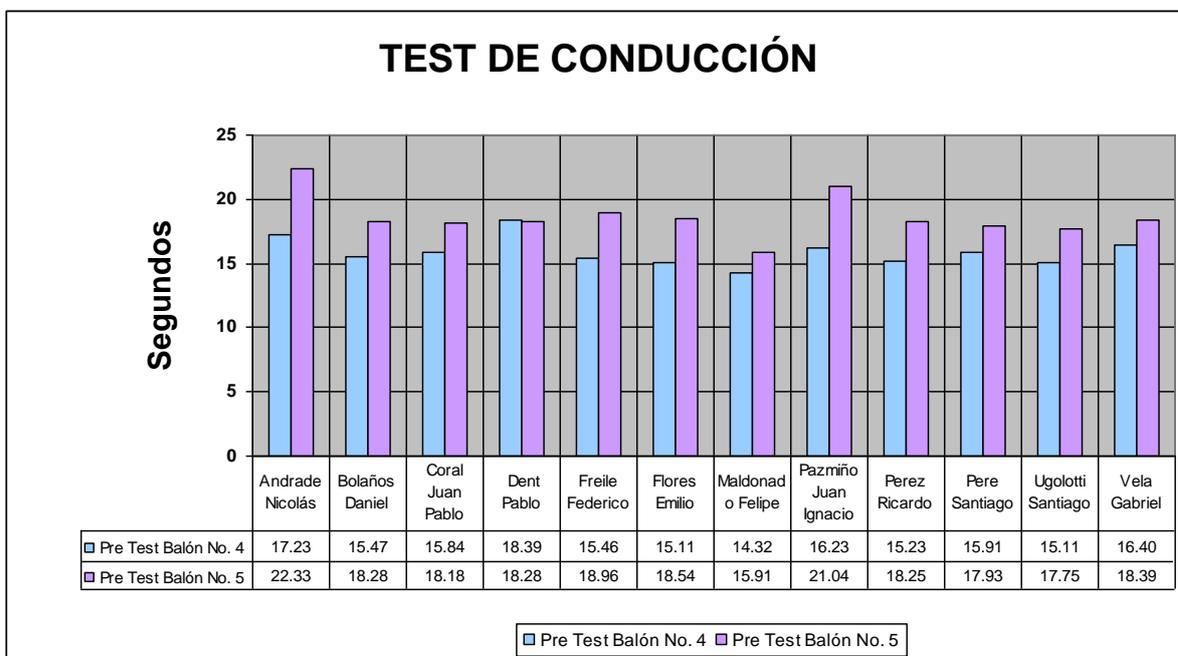
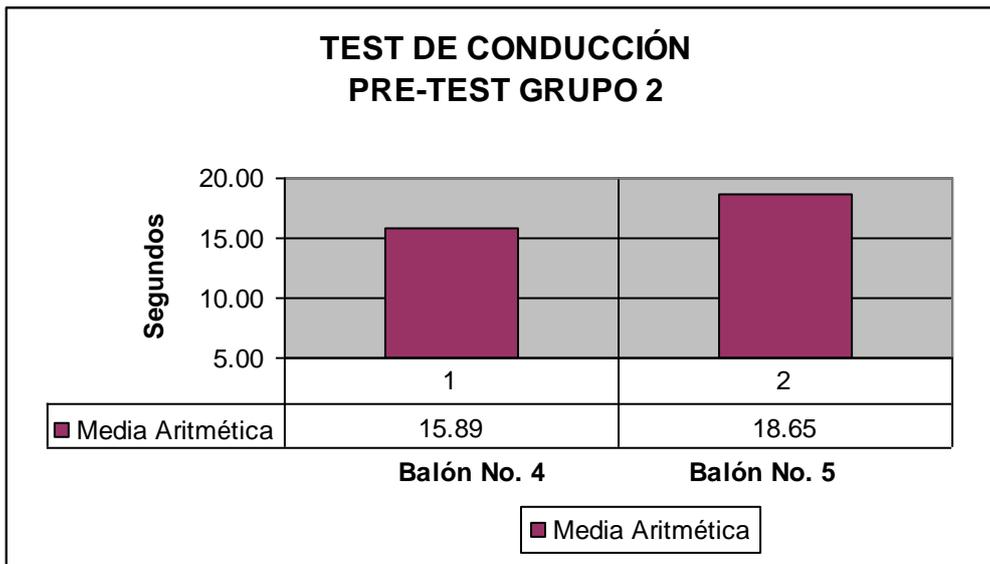


**Análisis:**

El Grupo en este Test con Balón No. 4 fue más ágil y rápido, con una Media de 16.98 segundos en comparación con el Balón No. 5 de 19.63 segundos.

### 3.8.1.14 Test de Conducción Grupo 2

<b>TEST No. 6 TEST DE CONDUCCIÓN</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>17.23</b>	22.33
Bolaños Daniel	<b>15.47</b>	18.28
Coral Juan Pablo	<b>15.84</b>	18.18
Dent Pablo	<b>18.39</b>	18.28
Freile Federico	<b>15.46</b>	18.96
Flores Emilio	<b>15.11</b>	18.54
Maldonado Felipe	<b>14.32</b>	15.91
Pazmiño Juan Ignacio	<b>16.23</b>	21.04
Pérez Ricardo	<b>15.23</b>	18.25
Pere Santiago	<b>15.91</b>	17.93
Ugolotti Santiago	<b>15.11</b>	17.75
Vela Gabriel	<b>16.40</b>	18.39
Desvío Estándar	1.08	1.62
Moda	15.11	18.28
<b>Media Aritmética</b>	<b>15.89</b>	<b>18.65</b>
Mediana	15.66	18.28
Máximo	18.39	22.33
Mínimo	14.32	15.91
Rango	4.07	6.42
Promedio	15.89	18.65

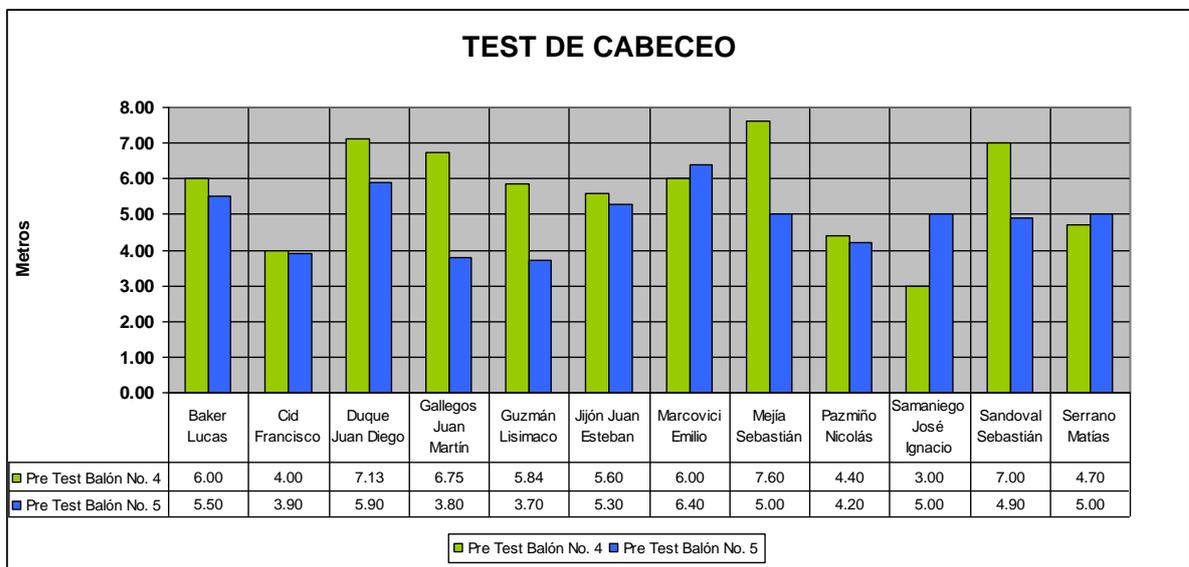
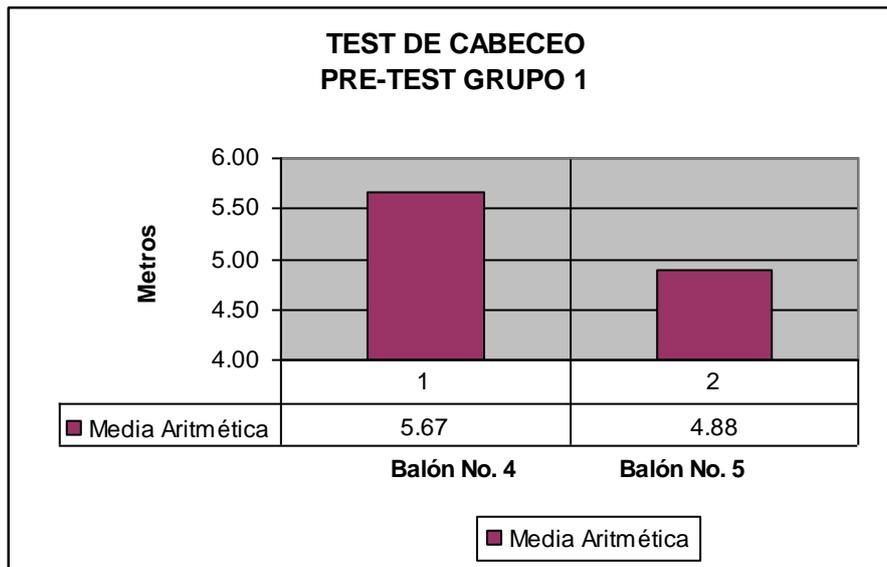


**Análisis:**

Los datos iniciales obtenidos en este Test para este Grupo demuestran que el manejo con el Balón No. 4 en contra del tiempo es de 15.89 en comparación al balón No. 5 de 18.65 segundos.

### 3.8.1.15 Test de Cabeceo Grupo 1

<b>TEST No. 7 TEST DE CABECEO</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	6.00	5.50
Cid Francisco	4.00	3.90
Duque Juan Diego	7.13	5.90
Gallegos Juan Martín	6.75	3.80
Guzmán Lisimaco	5.84	3.70
Jijón Juan Esteban	5.60	5.30
Marcovici Emilio	6.00	6.40
Mejía Sebastián	7.60	5.00
Pazmiño Nicolás	4.40	4.20
Samaniego José Ignacio	3.00	5.00
Sandoval Sebastián	7.00	4.90
Serrano Matías	4.70	5.00
Desvío Estándar	1.40	0.85
Moda	6.00	5.00
<b>Media Aritmética</b>	<b>5.67</b>	<b>4.88</b>
Mediana	5.92	5.00
Máximo	7.60	6.40
Mínimo	3.00	3.70
Rango	4.60	2.70
Promedio	5.668	4.883

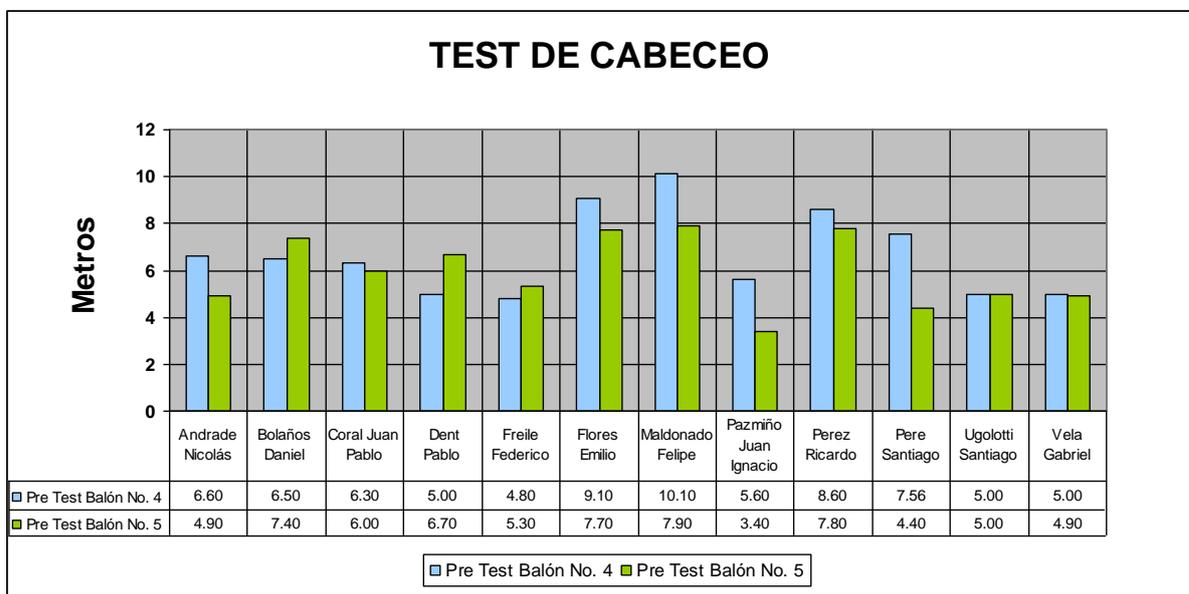
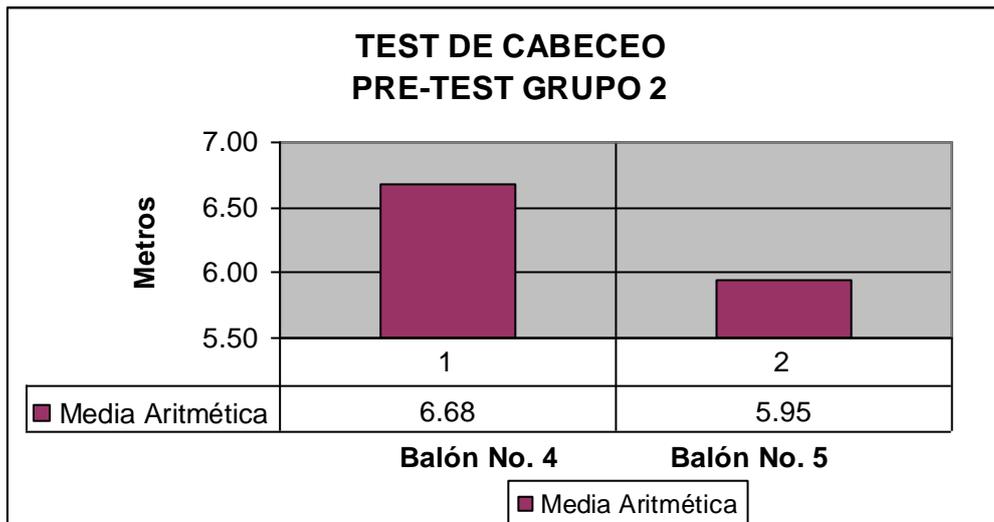


**Análisis:**

Este grupo arrojó datos iniciales muy favorables al balón No. 4 en relación al Balón No. 5, con una media de 5.67 metros y 4.88 respectivamente. Una de las razones principales para esta ventaja es el diámetro y peso del balón, pero se observó un déficit de coordinación al cabecear, pudo obtenerse mejores resultados.

### 3.8.1.16 Test de Cabeceo Grupo 2

<b>TEST No. 7 TEST DE CABECEO</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>6.60</b>	4.90
Bolaños Daniel	<b>6.50</b>	7.40
Coral Juan Pablo	<b>6.30</b>	6.00
Dent Pablo	<b>5.00</b>	6.70
Freile Federico	<b>4.80</b>	5.30
Flores Emilio	<b>9.10</b>	7.70
Maldonado Felipe	<b>10.10</b>	7.90
Pazmiño Juan Ignacio	<b>5.60</b>	3.40
Pérez Ricardo	<b>8.60</b>	7.80
Pere Santiago	<b>7.56</b>	4.40
Ugolotti Santiago	<b>5.00</b>	5.00
Vela Gabriel	<b>5.00</b>	4.90
Desvío Estándar	1.79	1.52
Moda	5	4.9
<b>Media Aritmética</b>	<b>6.68</b>	<b>5.95</b>
Mediana	6.40	5.65
Máximo	10.10	7.90
Mínimo	4.80	3.40
Rango	5.30	4.50
Promedio	6.68	5.95

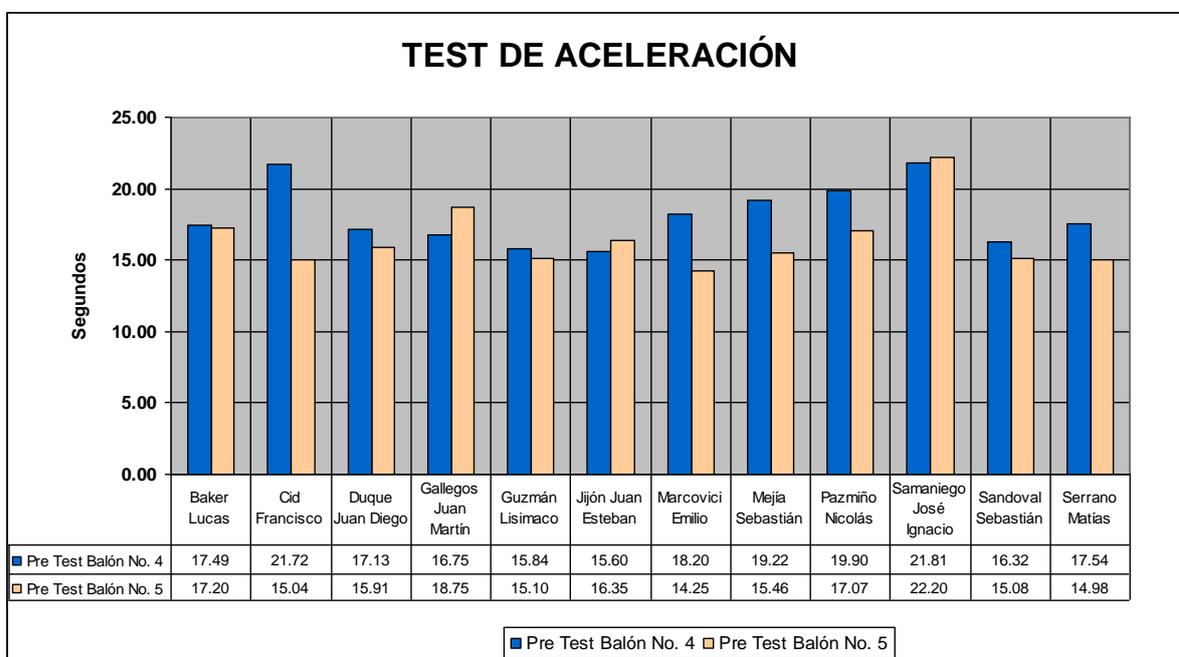
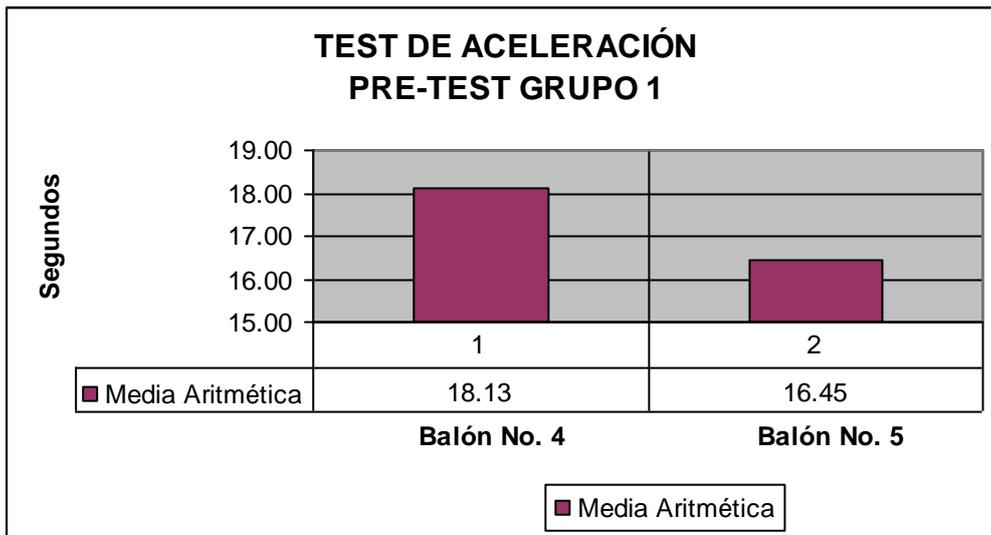


**Análisis:**

El grupo 2, como datos iniciales logró un Máximo de 10.10 metros para el balón No. 4, en relación al Balón No. 5 que tan solo alcanzó 7.90 metros. Además una media de 6.68 en relación a 5.95 respectivamente.

### 3.8.1.17 Test de Aceleración Grupo 1

<b>TEST No. 8 TEST DE ACELERACIÓN</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Baker Lucas	17.49	17.20
Cid Francisco	21.72	15.04
Duque Juan Diego	17.13	15.91
Gallegos Juan Martín	16.75	18.75
Guzmán Lisimaco	15.84	15.10
Jijón Juan Esteban	15.60	16.35
Marcovici Emilio	18.20	14.25
Mejía Sebastián	19.22	15.46
Pazmiño Nicolás	19.90	17.07
Samaniego José Ignacio	21.81	22.20
Sandoval Sebastián	16.32	15.08
Serrano Matías	17.54	14.98
Desvío Estándar	2.12	2.20
Moda	-	-
<b>Media Aritmética</b>	<b>18.13</b>	<b>16.45</b>
Mediana	17.52	15.69
Máximo	21.81	22.20
Mínimo	15.60	14.25
Rango	6.21	7.95
Promedio	18.127	16.449

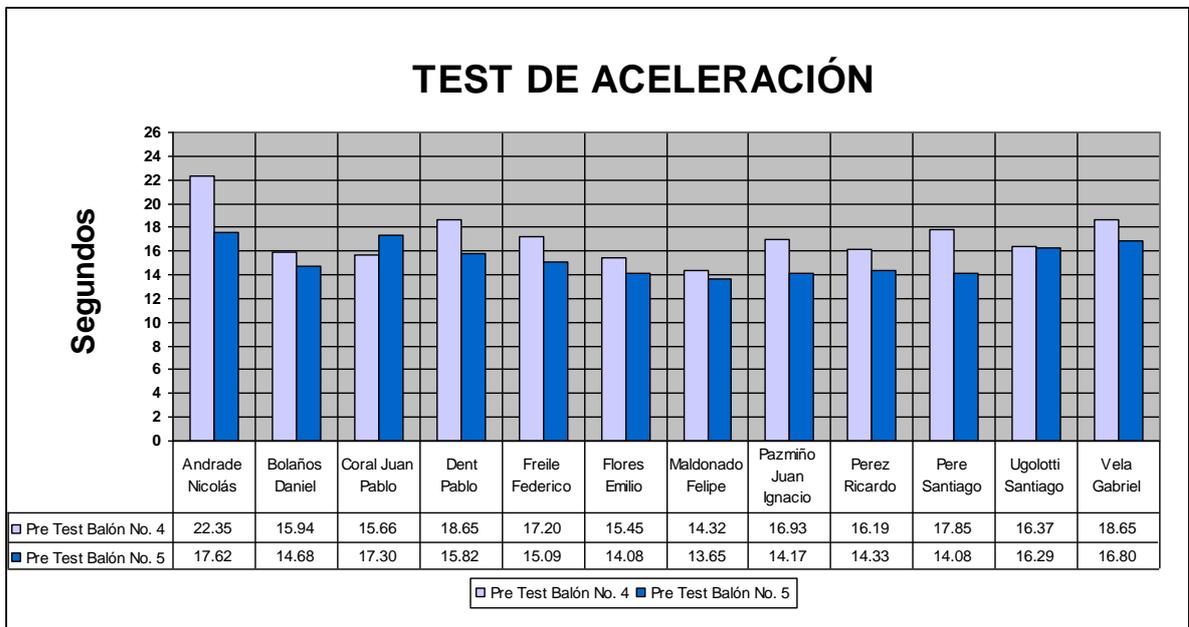
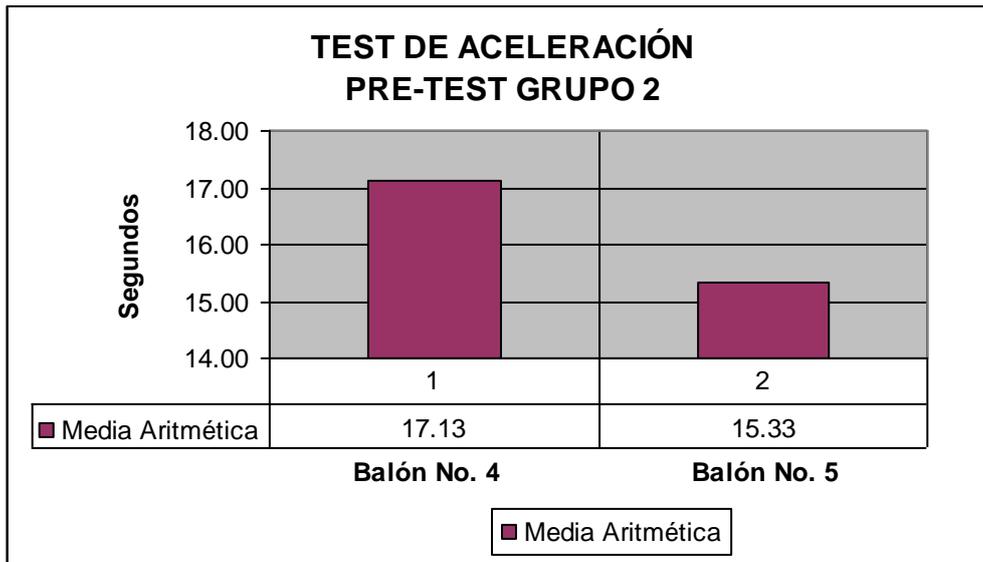


**Análisis:**

Los datos iniciales para este Test demuestran que este grupo 1 manejo su aceleración con balón No. 4 en una media de 18.13 segundos en relación al balón No. 5 que parcialmente su tiempo de 16.45 fue mejor.

### 3.8.1.18 Test de Aceleración Grupo 2

<b>TEST No. 8 TEST DE ACELERACIÓN</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Andrade Nicolás	<b>22.35</b>	17.62
Bolaños Daniel	<b>15.94</b>	14.68
Coral Juan Pablo	<b>15.66</b>	17.30
Dent Pablo	<b>18.65</b>	15.82
Freile Federico	<b>17.20</b>	15.09
Flores Emilio	<b>15.45</b>	14.08
Maldonado Felipe	<b>14.32</b>	13.65
Pazmiño Juan Ignacio	<b>16.93</b>	14.17
Pérez Ricardo	<b>16.19</b>	14.33
Pere Santiago	<b>17.85</b>	14.08
Ugolotti Santiago	<b>16.37</b>	16.29
Vela Gabriel	<b>18.65</b>	16.80
Desvío Estándar	2.09	1.39
Moda	18.65	14.08
<b>Media Aritmética</b>	<b>17.13</b>	<b>15.33</b>
Mediana	16.65	14.89
Máximo	22.35	17.62
Mínimo	14.32	13.65
Rango	8.03	3.97
Promedio	17.13	15.33

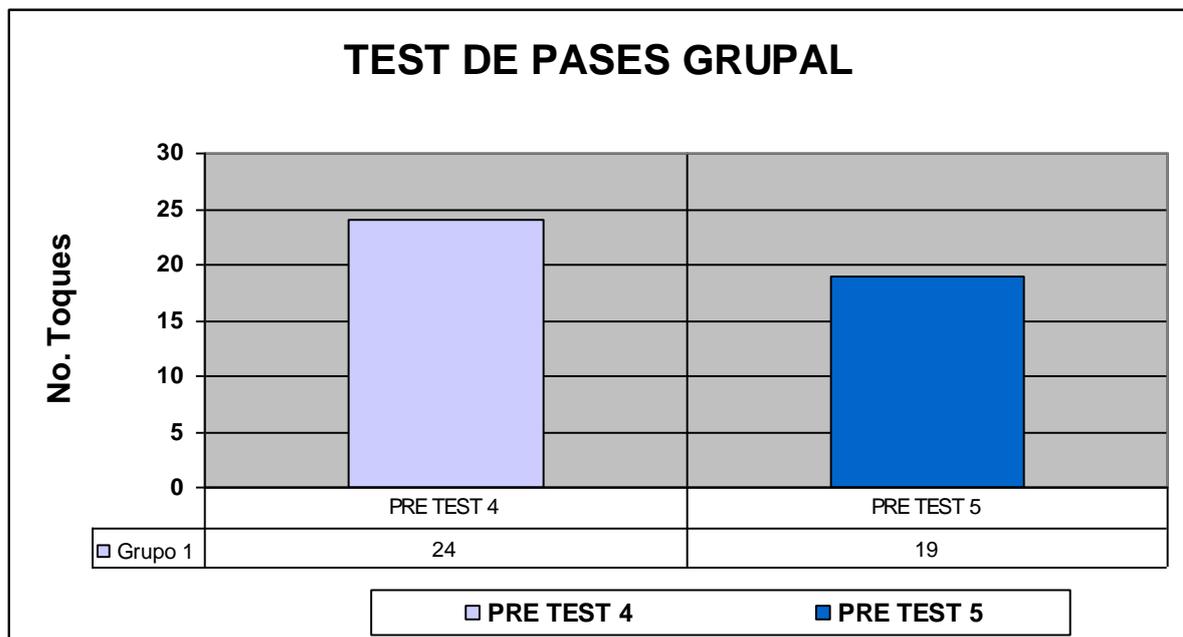


**Análisis:**

Al igual que el grupo anterior como tiempos iniciales la aceleración con balón No. 5 fue parcialmente mejor con una media de 15.33 en relación al balón No. 4 con una media de 17.13 segundos.

### 3.8.1.19 Test de Pases Grupal Grupo 1

<b>TEST No. 9 TEST DE PASES GRUPAL</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
Desvío Estándar	-	-
Moda	.	.
Media Aritmética	<b>24</b>	<b>19</b>
Mediana	.	.
Máximo	.	.
Mínimo	.	.
Rango	.	.
Promedio	24	19

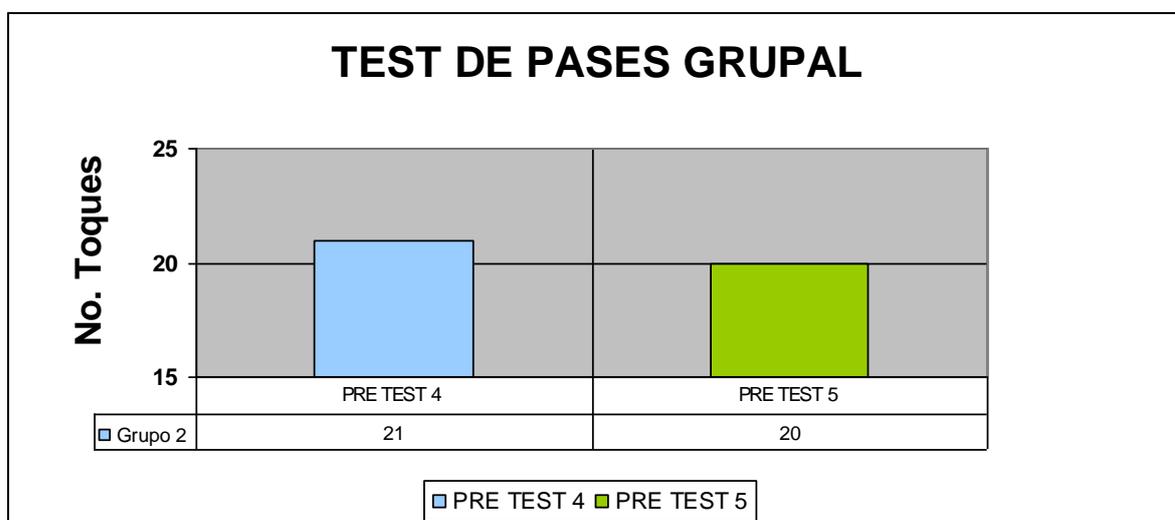


#### **Análisis:**

Luego de la aplicación de este Test encontramos que el Grupo 1 en 60 segundos alcanza una media de 24 pases para el Balón No. 4 y 19 pases para el Balón No. 5.

### 3.8.1.20 Test de Pases Grupal Grupo 2

<b>TEST No. 9 TEST DE PASES GRUPAL</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>
<b>Desvío Estándar</b>	.	.
<b>Moda</b>	.	.
<b>Media Aritmética</b>	<b>21</b>	<b>20</b>
<b>Mediana</b>	.	.
<b>Máximo</b>	.	.
<b>Mínimo</b>	.	.
<b>Rango</b>	.	.
<b>Promedio</b>	21	20



#### **Análisis:**

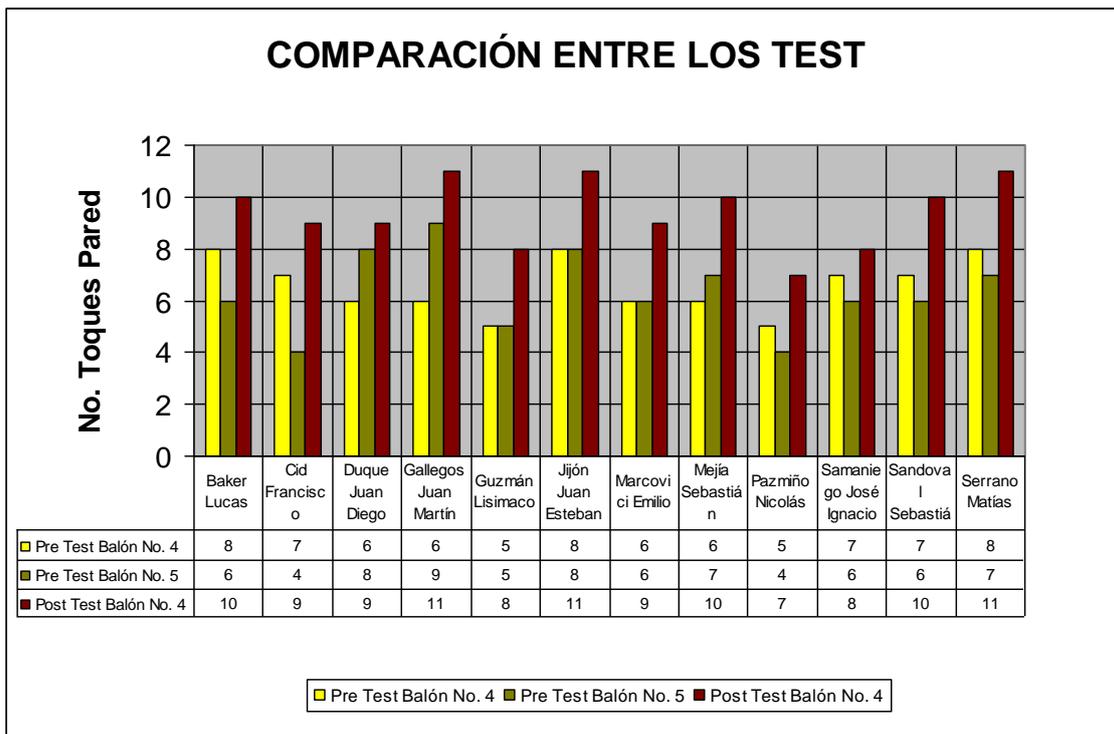
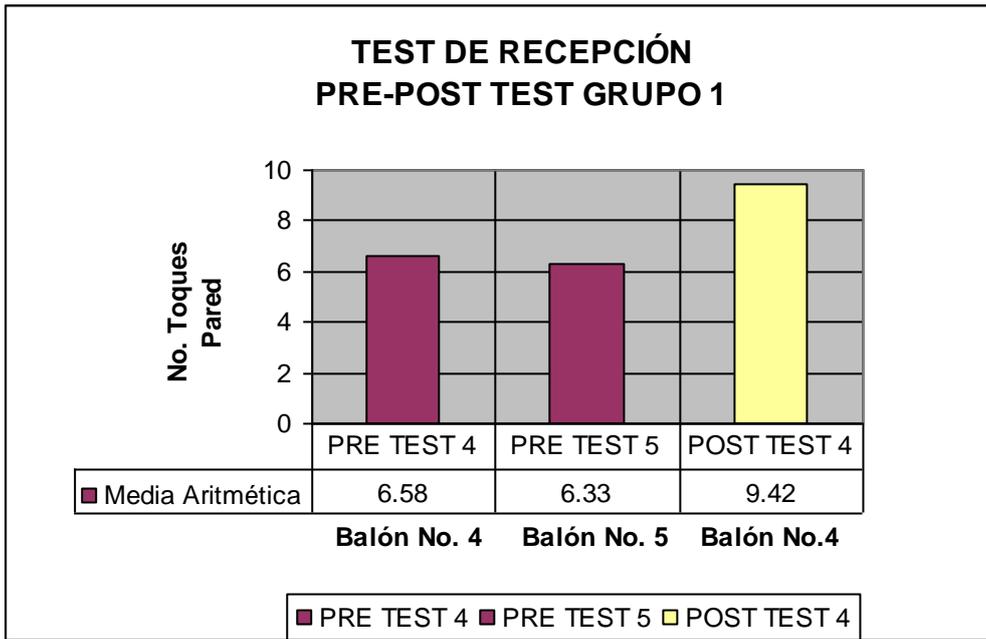
De igual forma luego de la aplicación inicial de este Test el Grupo 2 presento una media para el Balón No. 4 de 21 pases y para el Balón No. 5 de 20 pases durante 60 segundos.

### 3.8.2 Análisis de los Test Iniciales con Balón No. 4, Balón No. 5 y Test Finales con Balón No. 4

Transcurridos alrededor de 4 meses de intenso trabajo aplicando la Metodología de 150 ejercicios para desarrollar la técnica con balón de Ángel Santos (Eso), además de obtener el “**Vice-campeonato Copa Vall 2008**” obtuvimos para cada Test los siguientes datos:

#### 3.8.2.1 Test de Recepción Grupo 1

<b>TEST No. 1 TEST DE RECEPCION</b>			
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	<b>8</b>	6	<b>10</b>
Cid Francisco	<b>7</b>	4	<b>9</b>
Duque Juan Diego	<b>6</b>	8	<b>9</b>
Gallegos Juan Martín	<b>6</b>	9	<b>11</b>
Guzmán Lisimaco	<b>5</b>	5	<b>8</b>
Jijón Juan Esteban	<b>8</b>	8	<b>11</b>
Marcovici Emilio	<b>6</b>	6	<b>9</b>
Mejía Sebastián	<b>6</b>	7	<b>10</b>
Pazmiño Nicolás	<b>5</b>	4	<b>7</b>
Samaniego José Ignacio	<b>7</b>	6	<b>8</b>
Sandoval Sebastián	<b>7</b>	6	<b>10</b>
Serrano Matías	<b>8</b>	7	<b>11</b>
Desvío Estándar	1.08	1.56	<b>1.31</b>
Moda	6	6	<b>10</b>
<b>Media Aritmética</b>	<b>6.58</b>	<b>6.33</b>	<b>9.42</b>
Mediana	6.5	6	<b>9.5</b>
Máximo	8	9	<b>11</b>
Mínimo	5	4	<b>7</b>
Rango	3	5	<b>4</b>
Promedio	6.583	6.333	<b>9.417</b>

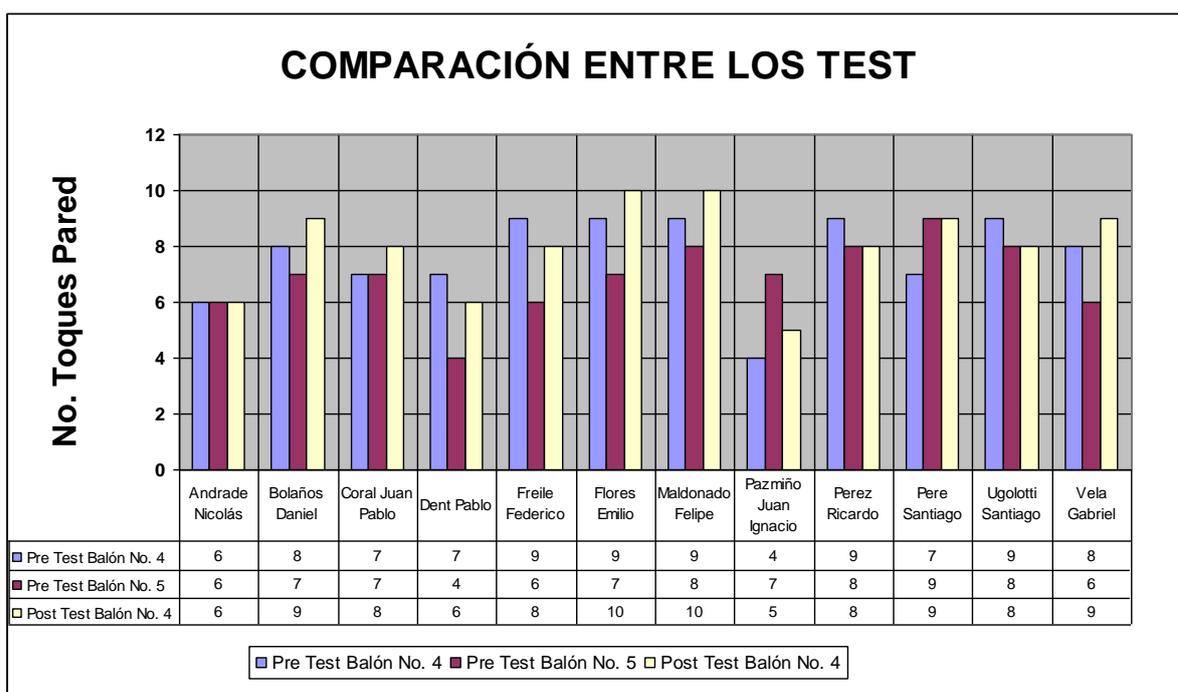
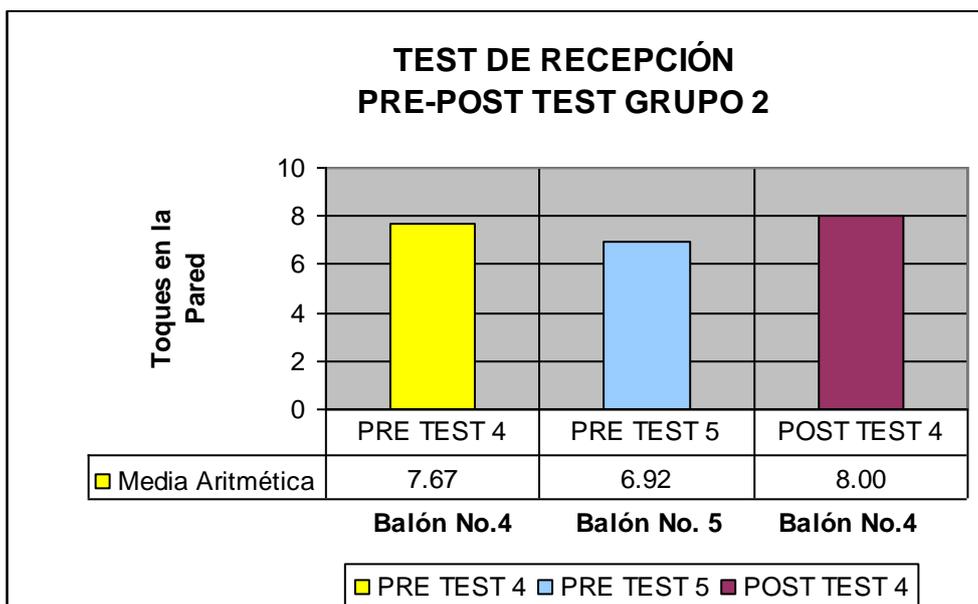


**Análisis:**

Se puede observar en los pre-test una media Aritmética de **6.58** y 6.33 con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología el grupo 1 mejora con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **9.42** toques en la pared durante 30 segundos.

### 3.8.2.2 Test de Recepción Grupo 2

<b>TEST No. 1 TEST DE RECEPCION</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	6	6	6
Bolaños Daniel	8	7	9
Coral Juan Pablo	7	7	8
Dent Pablo	7	4	6
Freile Federico	9	6	8
Flores Emilio	9	7	10
Maldonado Felipe	9	8	10
Pazmiño Juan Ignacio	4	7	5
Pérez Ricardo	9	8	8
Pere Santiago	7	9	9
Ugolotti Santiago	9	8	8
Vela Gabriel	8	6	9
Desvió Estándar	1.56	1.31	1.60
Moda	9.00	7.00	8.00
<b>Media Aritmética</b>	<b>7.67</b>	<b>6.92</b>	<b>8.00</b>
Mediana	8	7	8
Máximo	9	9	10
Mínimo	4	4	5
Rango	5	5	5
Promedio	7.67	6.92	8.00

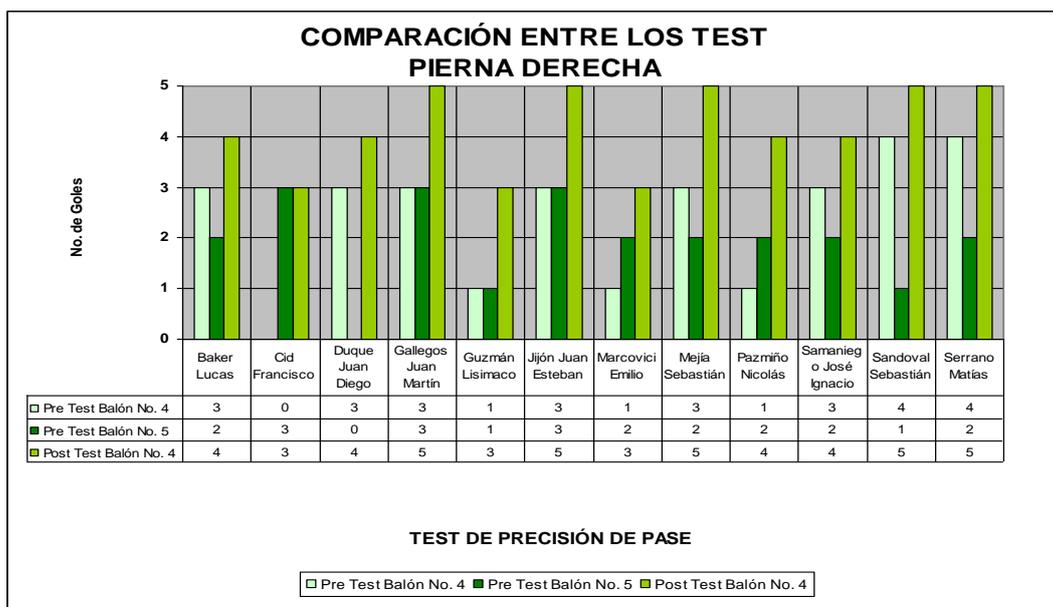
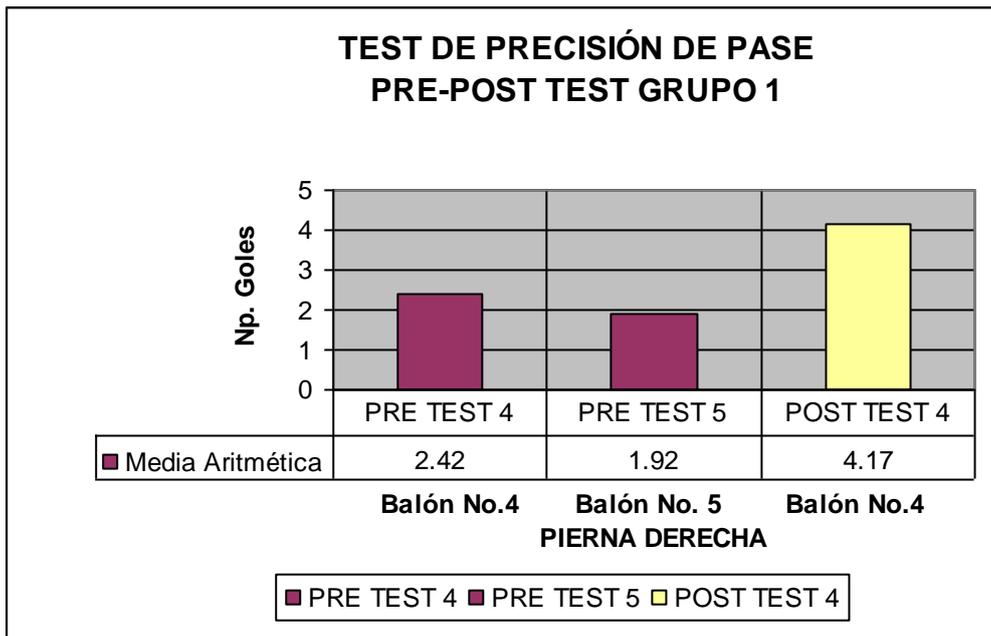


**Análisis:**

El grupo en los pre-test obtiene una media Aritmética de **7.67** y **6.92** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología el grupo no mejora notablemente con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **8.00** toques en la pared durante 30 segundos

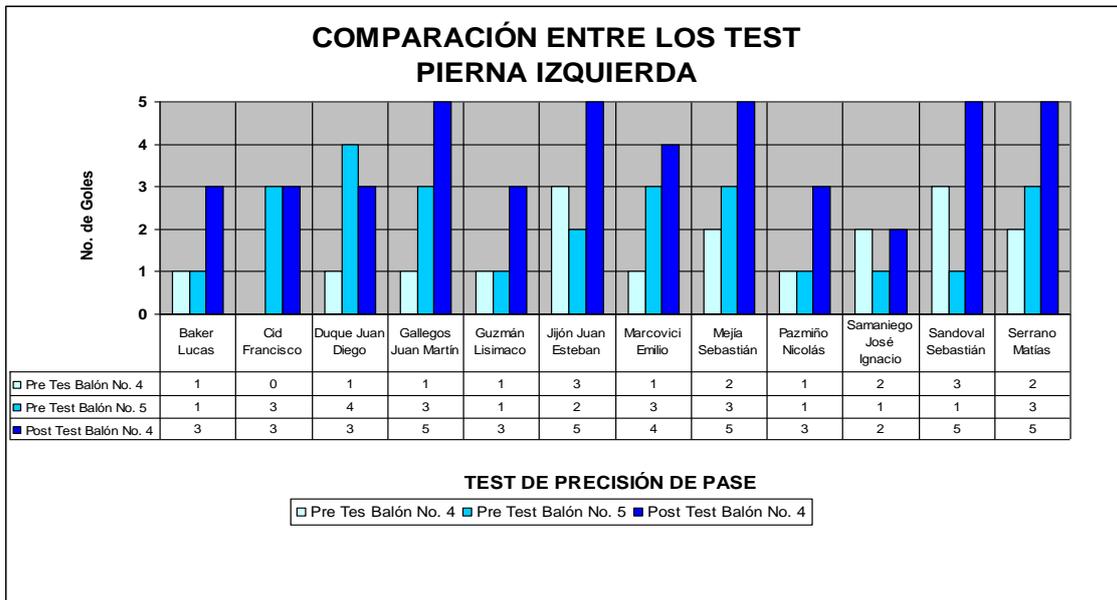
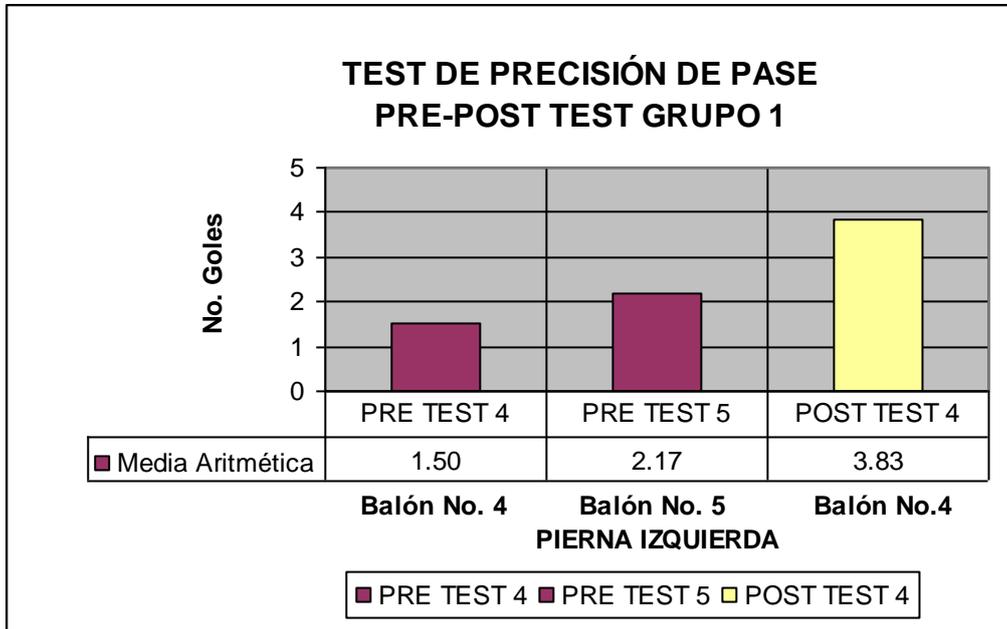
### 3.8.2.3 Test de Precisión de Pase Grupo 1

<b>TEST No. 2</b> <b>TEST DE PRECISI3N DE PASE</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	3	2	4	1	1	3
Cid Francisco	0	3	3	0	3	3
Duque Juan Diego	3	0	4	1	4	3
Gallegos Juan M.	3	3	5	1	3	5
Guzm3n Lisimaco	1	1	3	1	1	3
Jij3n Juan Esteban	3	3	5	3	2	5
Marcovici Emilio	1	2	3	1	3	4
Mej3a Sebasti3n	3	2	5	2	3	5
Pazmi3o Nicol3s	1	2	4	1	1	3
Samaniego Jos3 I.	3	2	4	2	1	2
Sandoval Sebasti3n	4	1	5	3	1	5
Serrano Mat3as	4	2	5	2	3	5
<b>Desv3o Est3ndar</b>	1.26	0.86	0.80	0.87	1.07	1.07
<b>Moda</b>	3	2	5	1	1	3
<b>Media Aritm3tica</b>	2.42	1.92	4.17	1.50	2.17	3.83
<b>Mediana</b>	3	2	4	1	2.5	3.5
<b>M3ximo</b>	4	3	5	3	4	5
<b>M3nimo</b>	0	0	3	0	1	2
<b>Rango</b>	4	3	2	3	3	3
<b>Promedio</b>	2.417	1.917	4.167	1.500	2.167	3.833



#### Análisis:

El grupo en los pre-test obtiene una media Aritmética de **2.42** y **1.92** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología el grupo 1 mejora notablemente con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **4.17** aciertos en los 5 arcos con pierna derecha durante 15 segundos

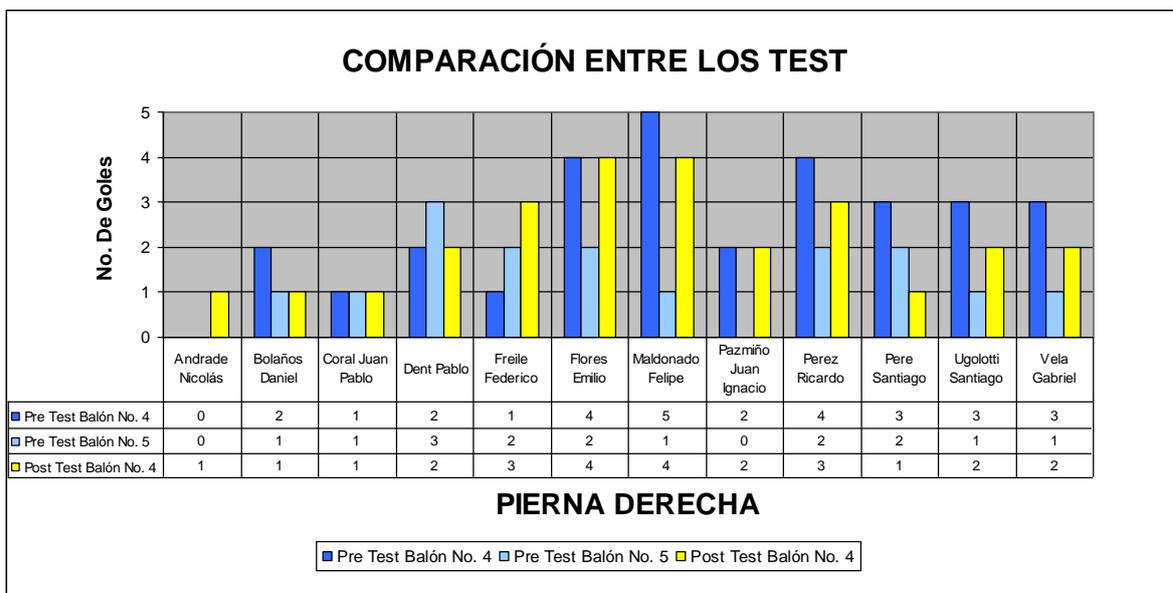
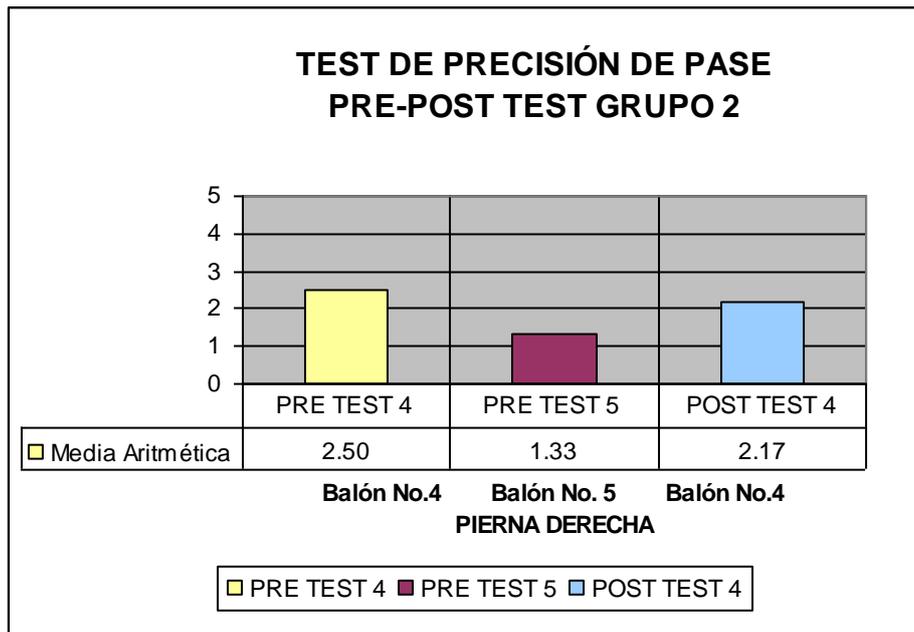


**Análisis:**

El grupo en los pre-test obtiene una media Aritmética de **1.50** y **2.17** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología el grupo 1 mejora notablemente con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **3.83** aciertos en los 5 arcos con pierna izquierda durante 15 segundos

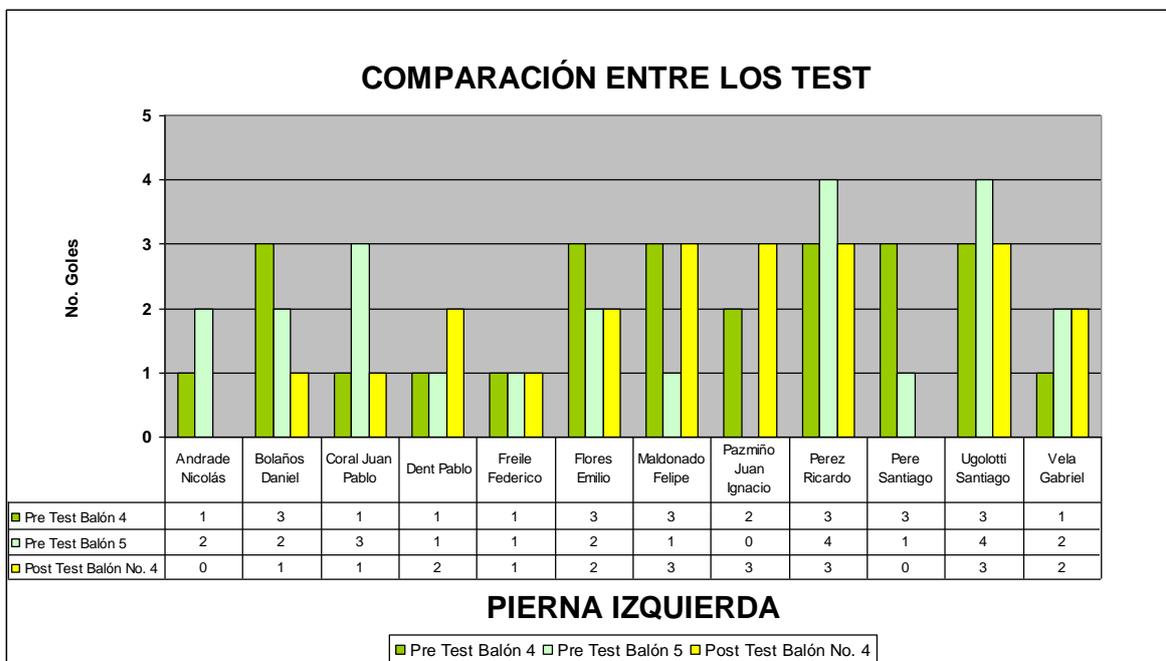
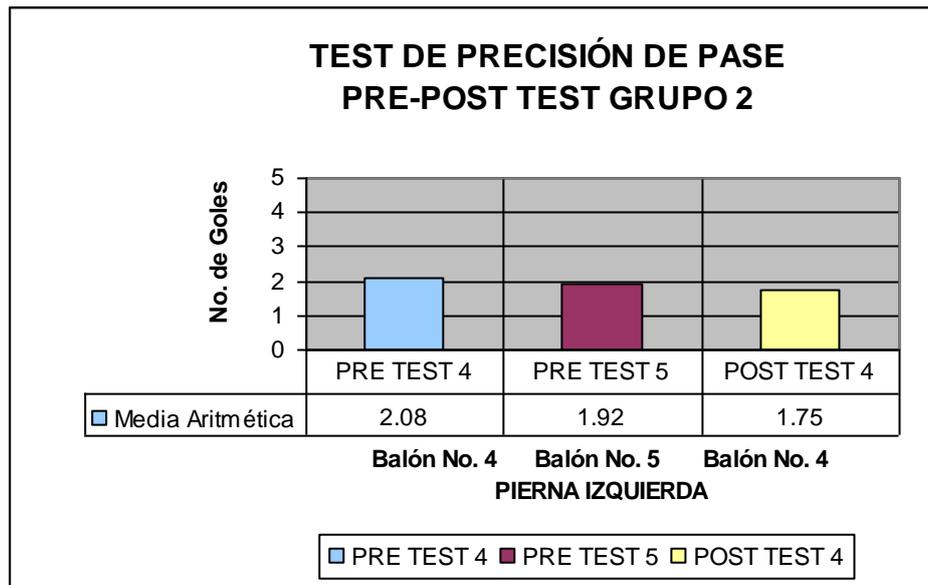
### 3.8.2.4 Test de Precisión de Pase Grupo 2

<b>TEST No. 2 TEST DE PRECISIÓN DE PASE</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	0	0	1	1	2	0
Bolaños Daniel	2	1	1	3	2	1
Coral Juan Pablo	1	1	1	1	3	1
Dent Pablo	2	3	2	1	1	2
Freile Federico	1	2	3	1	1	1
Flores Emilio	4	2	4	3	2	2
Maldonado Felipe	5	1	4	3	1	3
Pazmiño Juan I.	2	0	2	2	0	3
Pérez Ricardo	4	2	3	3	4	3
Pere Santiago	3	2	1	3	1	0
Ugolotti Santiago	3	1	2	3	4	3
Vela Gabriel	3	1	2	1	2	2
Desvío Estándar	1.45	0.89	1.11	1.00	1.24	1.14
Moda	2	1	1	3	2	3
<b>Media Aritmética</b>	<b>2.50</b>	<b>1.33</b>	<b>2.17</b>	<b>2.08</b>	<b>1.92</b>	<b>1.75</b>
Mediana	2.50	1.00	2.00	2.50	2.00	2.00
Máximo	5	3	4	3	4	3
Mínimo	0	0	1	1	0	0
Rango	5	3	3	2	4	3
Promedio	2.50	1.33	2.17	2.08	1.92	1.75



**Análisis:**

El grupo en los pre-test obtiene una media Aritmética de **2.50** y **1.33** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología el grupo 2 mejora con respecto al balón No. 5, pero no respecto al Balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **2.17** aciertos en los 5 arcos con pierna derecha durante 15 segundos

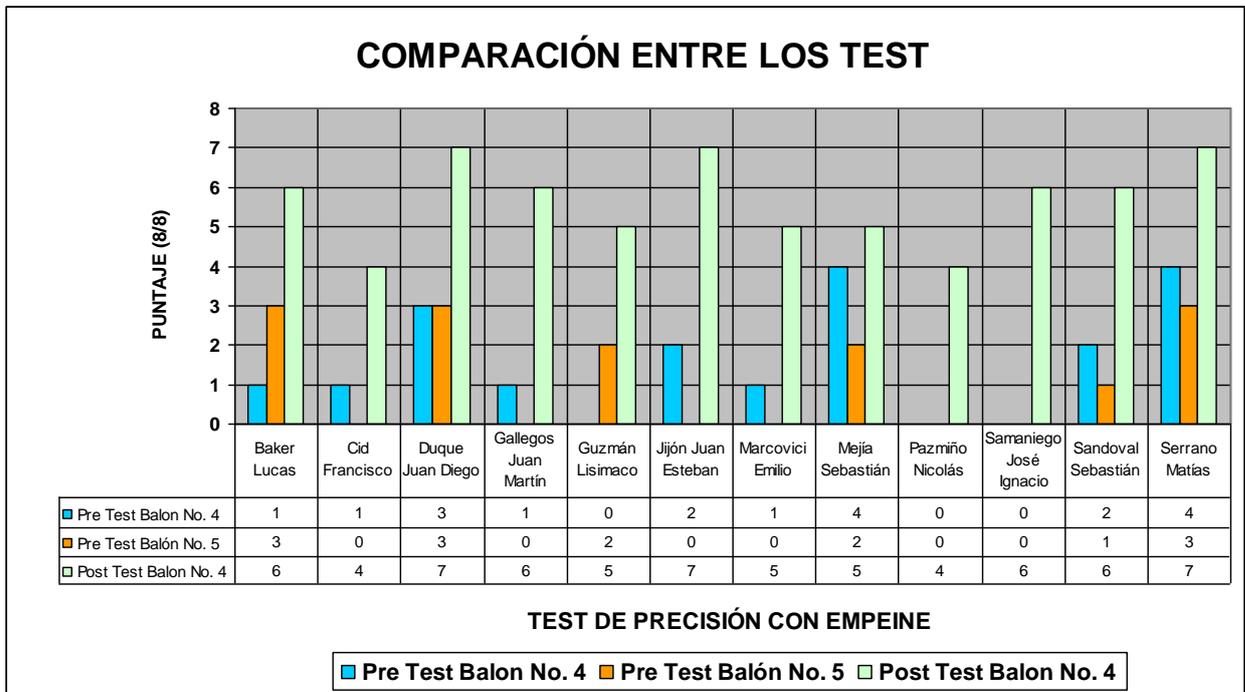
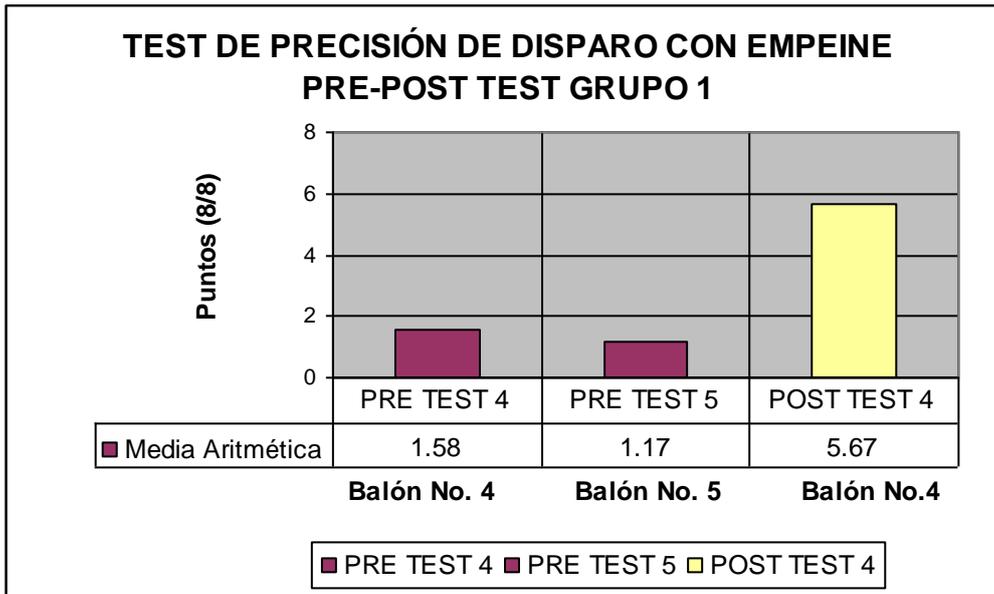


**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test obtiene una media Aritmética de **2.08** y 1.92 con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicaci3n de la metodologí a utilizando el balón No. 5 el grupo no mejora con balón No. 4 en los Test Finales y obtiene una Media Aritmética de **1.75** aciertos en los 5 arcos con pierna izquierda durante 15 segundos

### 3.8.2.5 Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 1.

<b>TEST No. 3 TEST DE PRECISION DE DISPARO CON EMPEINE</b>			
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	1	3	6
Cid Francisco	1	0	4
Duque Juan Diego	3	3	7
Gallegos Juan Martín	1	0	6
Guzmán Lisimaco	0	2	5
Jijón Juan Esteban	2	0	7
Marcovici Emilio	1	0	5
Mejía Sebastián	4	2	5
Pazmiño Nicolás	0	0	4
Samaniego José Ignacio	0	0	6
Sandoval Sebastián	2	1	6
Serrano Matías	4	3	7
Desvío Estándar	1.44	1.34	1.07
Moda	1	0	6
<b>Media Aritmética</b>	<b>1.58</b>	<b>1.17</b>	<b>5.67</b>
Mediana	1	0.5	6
Máximo	4	3	7
Mínimo	0	0	4
Rango	4	3	3
Promedio	1.583	1.167	5.667

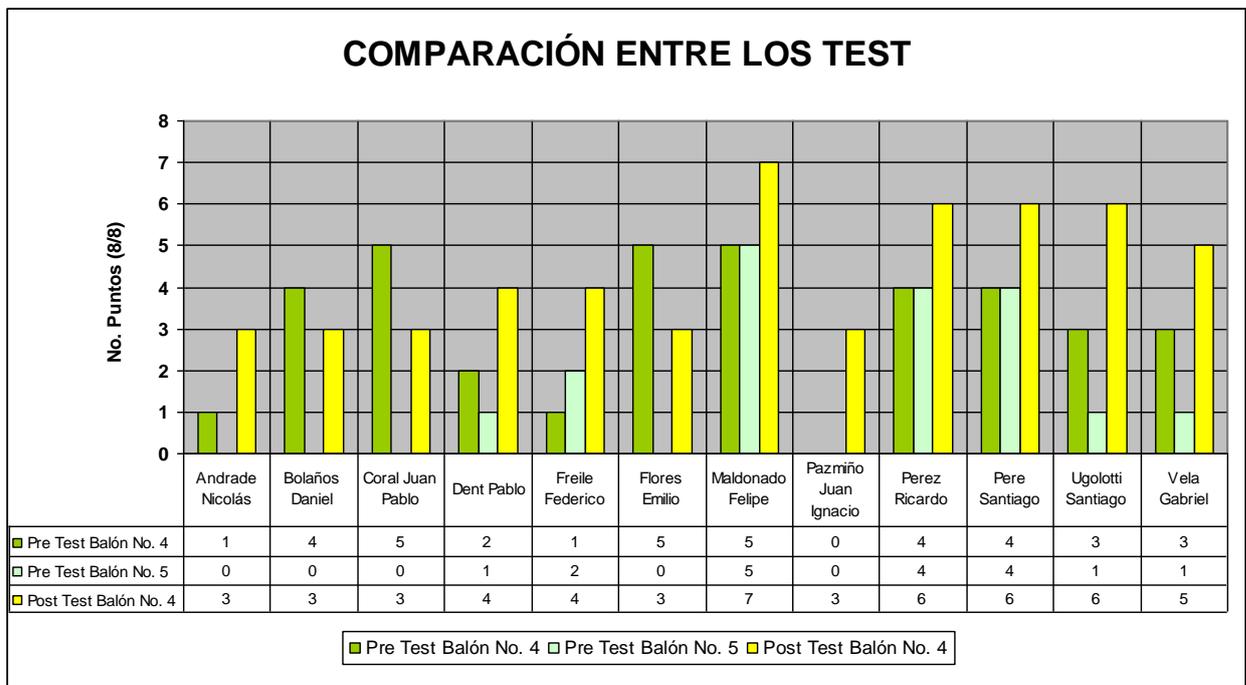
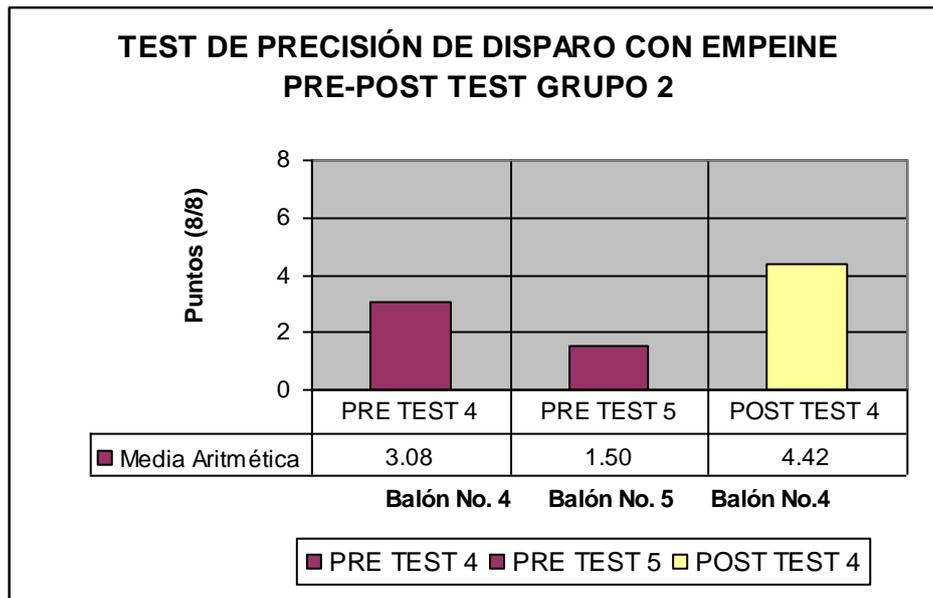


**Análisis:**

El grupo en los pre-test obtiene una media Aritmética de **1.58 y 1.17** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo 1 mejora notablemente en los Test Finales con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **5.67** puntos sobre 8, lo que representa una gran adelanto en la Técnica de disparo con empeine.

### 3.8.2.6 Test de Precisión de Disparo con Empeine Grupo 2

<b>TEST No. 3 TEST DE PRECISION DE DISPARO CON EMPEINE</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	1	0	3
Bolaños Daniel	4	0	3
Coral Juan Pablo	5	0	3
Dent Pablo	2	1	4
Freile Federico	1	2	4
Flores Emilio	5	0	3
Maldonado Felipe	5	5	7
Pazmiño Juan Ignacio	0	0	3
Pérez Ricardo	4	4	6
Pere Santiago	4	4	6
Ugolotti Santiago	3	1	6
Vela Gabriel	3	1	5
Desvío Estándar	1.73	1.83	1.51
Moda	4	0	3
<b>Media Aritmética</b>	<b>3.08</b>	<b>1.50</b>	<b>4.42</b>
Mediana	3.5	1	4
Máximo	5	5	7
Mínimo	0	0	3
Rango	5	5	4
Promedio	3.08	1.50	4.42

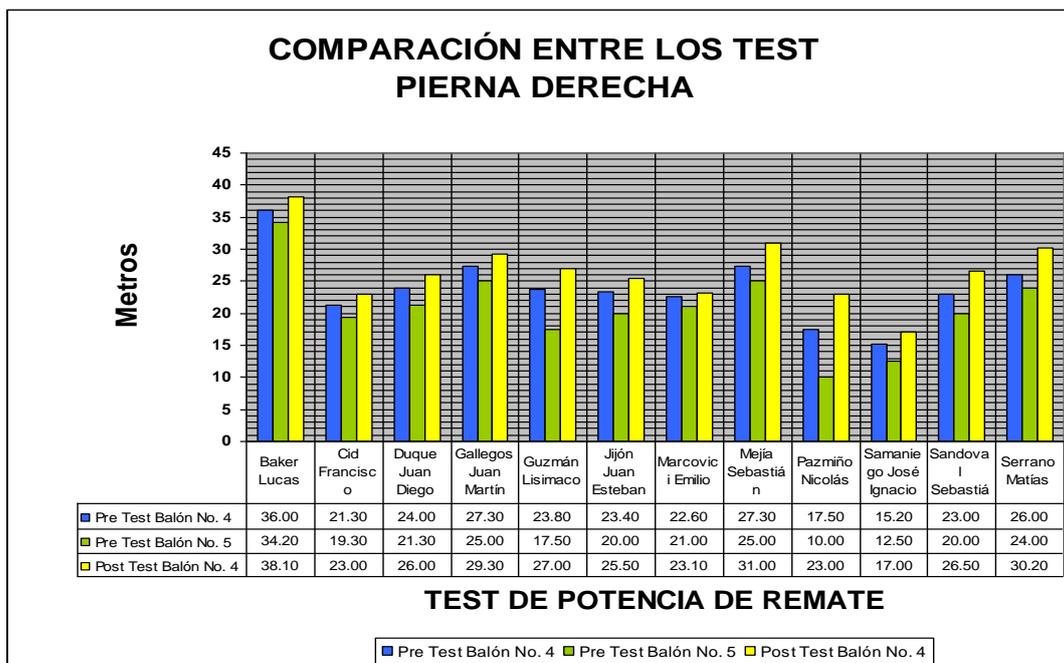
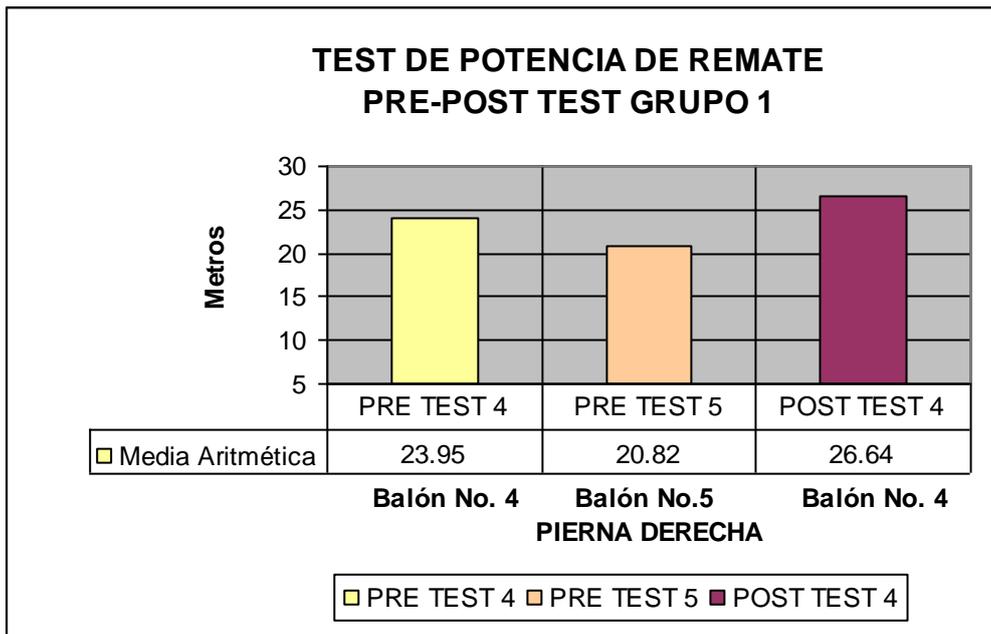


**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test obtiene una media Aritmética de **3.08 y 1.50** con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo 2 su progreso no es muy significativo en los Test Finales con balón No. 4 y obtiene una Media Aritmética de **4.42** puntos sobre 8.

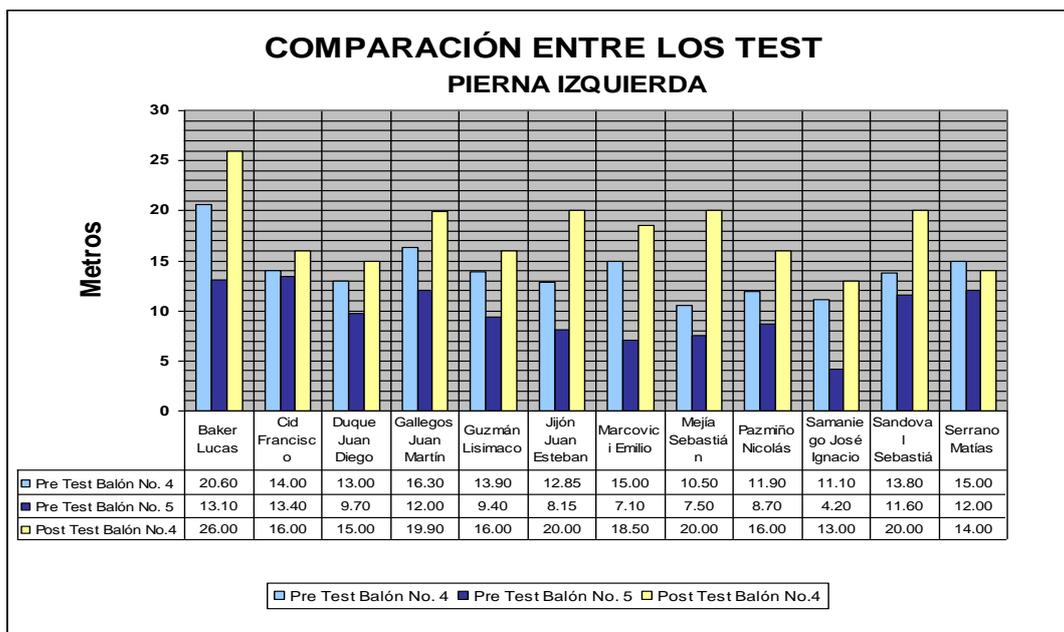
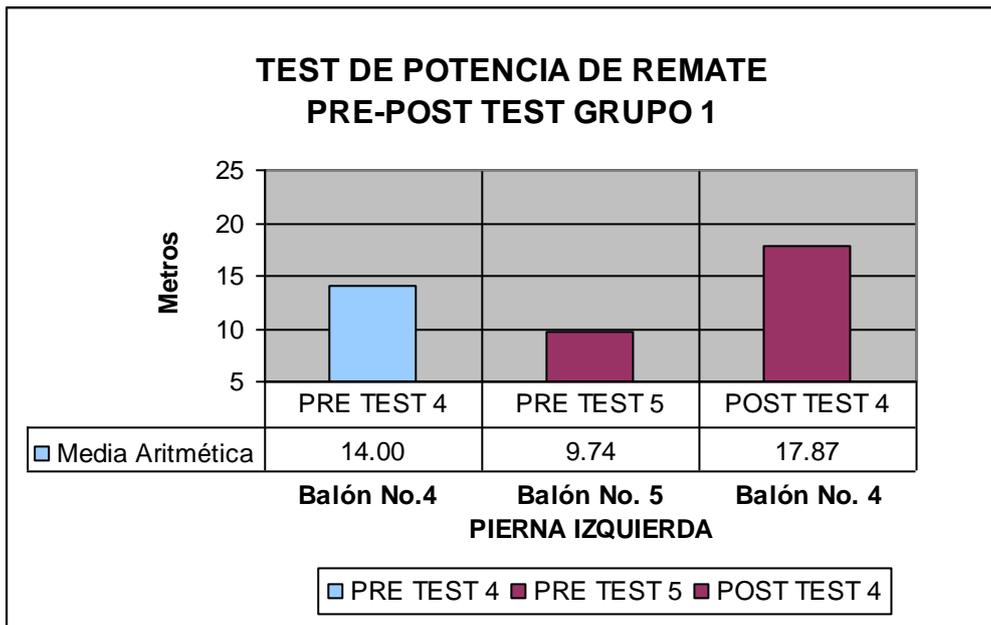
### 3.8.2.7 Test de Potencia de Remate Grupo 1

<b>TEST No. 4</b>						
<b>TEST DE POTENCIA DE REMATE</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	<b>36.00</b>	34.20	<b>38.10</b>	<b>20.60</b>	13.10	<b>26.00</b>
Cid Francisco	<b>21.30</b>	19.30	<b>23.00</b>	<b>14.00</b>	13.40	<b>16.00</b>
Duque Juan Diego	<b>24.00</b>	21.30	<b>26.00</b>	<b>13.00</b>	9.70	<b>15.00</b>
Gallegos Juan Martín	<b>27.30</b>	25.00	<b>29.30</b>	<b>16.30</b>	12.00	<b>19.90</b>
Guzmán Lisimaco	<b>23.80</b>	17.50	<b>27.00</b>	<b>13.90</b>	9.40	<b>16.00</b>
Jijón Juan Esteban	<b>23.40</b>	20.00	<b>25.50</b>	<b>12.85</b>	8.15	<b>20.00</b>
Marcovici Emilio	<b>22.60</b>	21.00	<b>23.10</b>	<b>15.00</b>	7.10	<b>18.50</b>
Mejía Sebastián	<b>27.30</b>	25.00	<b>31.00</b>	<b>10.50</b>	7.50	<b>20.00</b>
Pazmiño Nicolás	<b>17.50</b>	10.00	<b>23.00</b>	<b>11.90</b>	8.70	<b>16.00</b>
Samaniego José Ignacio	<b>15.20</b>	12.50	<b>17.00</b>	<b>11.10</b>	4.20	<b>13.00</b>
Sandoval Sebastián	<b>23.00</b>	20.00	<b>26.50</b>	<b>13.80</b>	11.60	<b>20.00</b>
Serrano Matías	<b>26.00</b>	24.00	<b>30.20</b>	<b>15.00</b>	12.00	<b>14.00</b>
Desvío Estándar	5.22	6.22	<b>5.26</b>	2.67	2.78	<b>3.59</b>
Moda	27.30	25.00	<b>23.00</b>	15.00	12.00	<b>16.00</b>
<b>Media Aritmética</b>	<b>23.95</b>	<b>20.82</b>	<b>26.64</b>	<b>14.00</b>	<b>9.74</b>	<b>17.87</b>
Mediana	23.60	20.50	<b>26.25</b>	13.85	9.55	<b>17.25</b>
Máximo	36.00	34.20	<b>38.10</b>	20.60	13.40	<b>26.00</b>
Mínimo	15.20	10.00	<b>17.00</b>	10.50	4.20	<b>13.00</b>
Rango	20.80	24.20	<b>21.10</b>	10.10	9.20	<b>13.00</b>
Promedio	23.950	20.817	<b>26.642</b>	13.996	9.738	<b>17.867</b>



**Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de potencia de remate con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **23.95** y 20.82 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo 1 incrementa favorablemente su desarrollo obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **26.64 metros**.

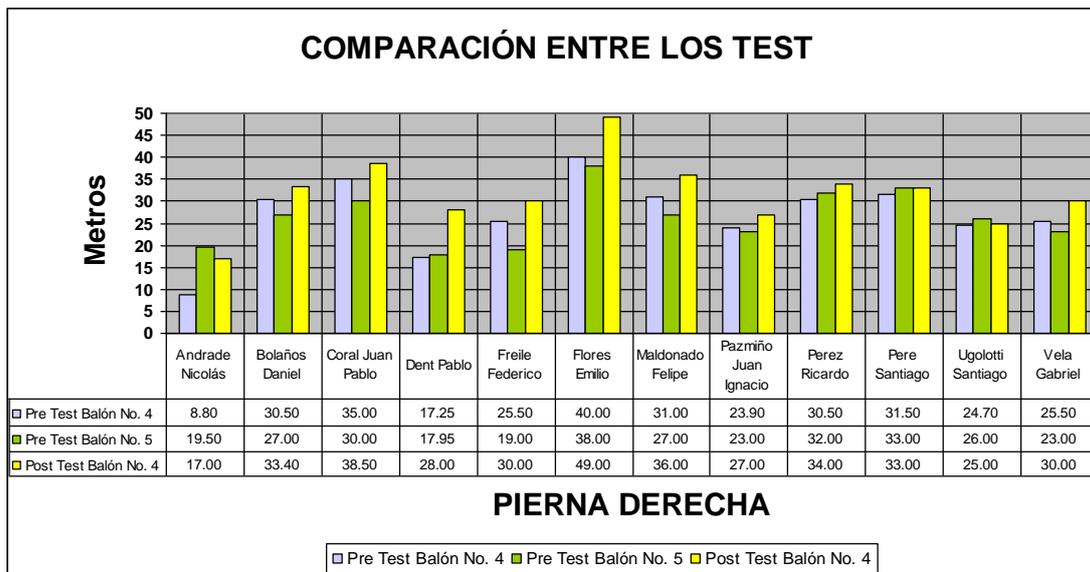
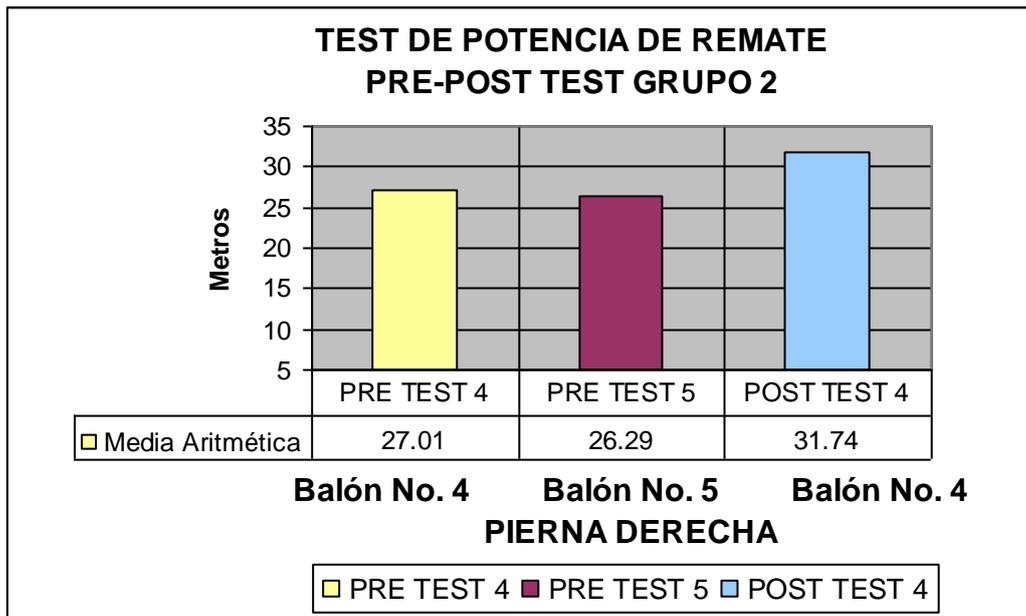


**Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de potencia de remate con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **14.00** y 9.74 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo 1 incrementa su desarrollo técnico obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **17.87 metros**.

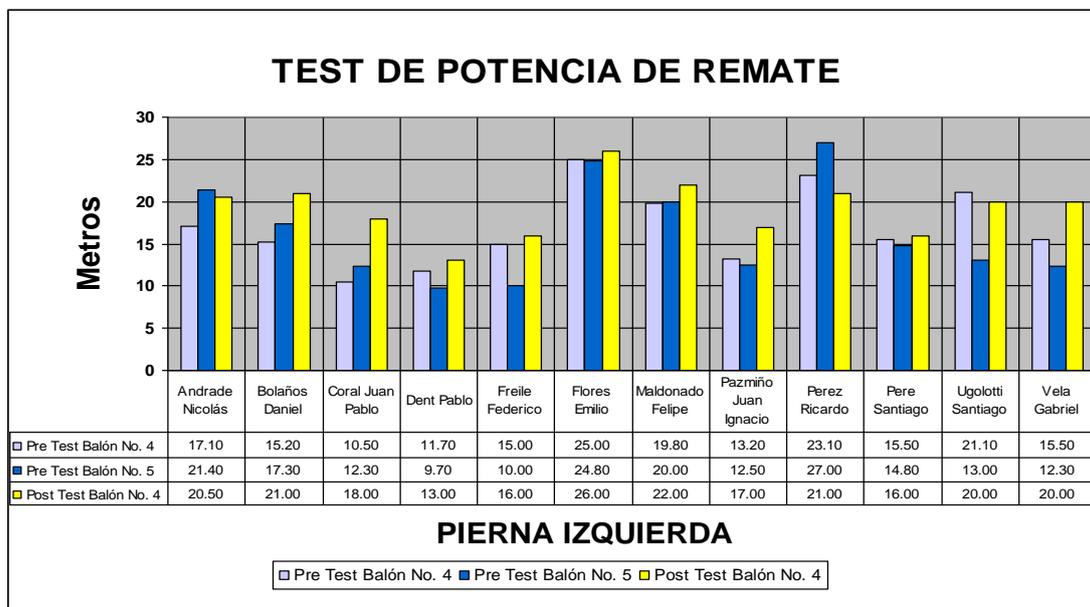
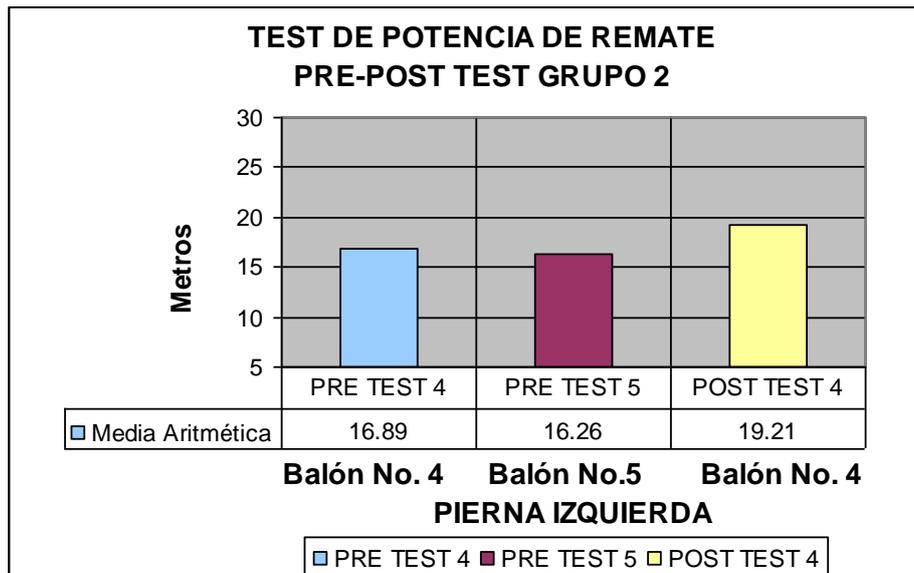
### 3.8.2.8 Test de Potencia de Remate Grupo 2

<b>TEST No. 4</b> <b>TEST DE POTENCIA DE REMATE</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	<b>8.80</b>	19.50	17.00	<b>17.10</b>	21.40	20.50
Bolaños Daniel	<b>30.50</b>	27.00	33.40	<b>15.20</b>	17.30	21.00
Coral Juan Pablo	<b>35.00</b>	30.00	38.50	<b>10.50</b>	12.30	18.00
Dent Pablo	<b>17.25</b>	17.95	28.00	<b>11.70</b>	9.70	13.00
Freile Federico	<b>25.50</b>	19.00	30.00	<b>15.00</b>	10.00	16.00
Flores Emilio	<b>40.00</b>	38.00	49.00	<b>25.00</b>	24.80	26.00
Maldonado Felipe	<b>31.00</b>	27.00	36.00	<b>19.80</b>	20.00	22.00
Pazmiño Juan I.	<b>23.90</b>	23.00	27.00	<b>13.20</b>	12.50	17.00
Pérez Ricardo	<b>30.50</b>	32.00	34.00	<b>23.10</b>	27.00	21.00
Pere Santiago	<b>31.50</b>	33.00	33.00	<b>15.50</b>	14.80	16.00
Ugolotti Santiago	<b>24.70</b>	26.00	25.00	<b>21.10</b>	13.00	20.00
Vela Gabriel	<b>25.50</b>	23.00	30.00	<b>15.50</b>	12.30	20.00
Desvío Estándar	8.20	6.18	7.84	4.49	5.80	3.42
Moda	30.50	27.00	30.00	15.5	12.30	21.00
<b>Media Aritmética</b>	<b>27.01</b>	<b>26.29</b>	<b>31.74</b>	<b>16.89</b>	<b>16.26</b>	<b>19.21</b>
Mediana	28.00	26.50	31.50	15.50	13.90	20.00
Máximo	40.00	38.00	49.00	25.00	27.00	26.00
Mínimo	8.80	17.95	17.00	10.50	9.70	13.00
Rango	31.20	20.05	32.00	14.50	17.30	13.00
Promedio	27.01	26.29	31.74	16.89	16.26	19.21



**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de potencia de remate con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **27.01** y 26.29 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico y obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **31.74 metros**. Como conclusión para este grupo y Test podemos asumir que el trabajo con un balón de mayor diámetro y peso aumenta la potencia de remate con balón No. 4. Pero hay que tener muy en cuenta las recomendaciones del uso del balón No. 4 y no el No.5

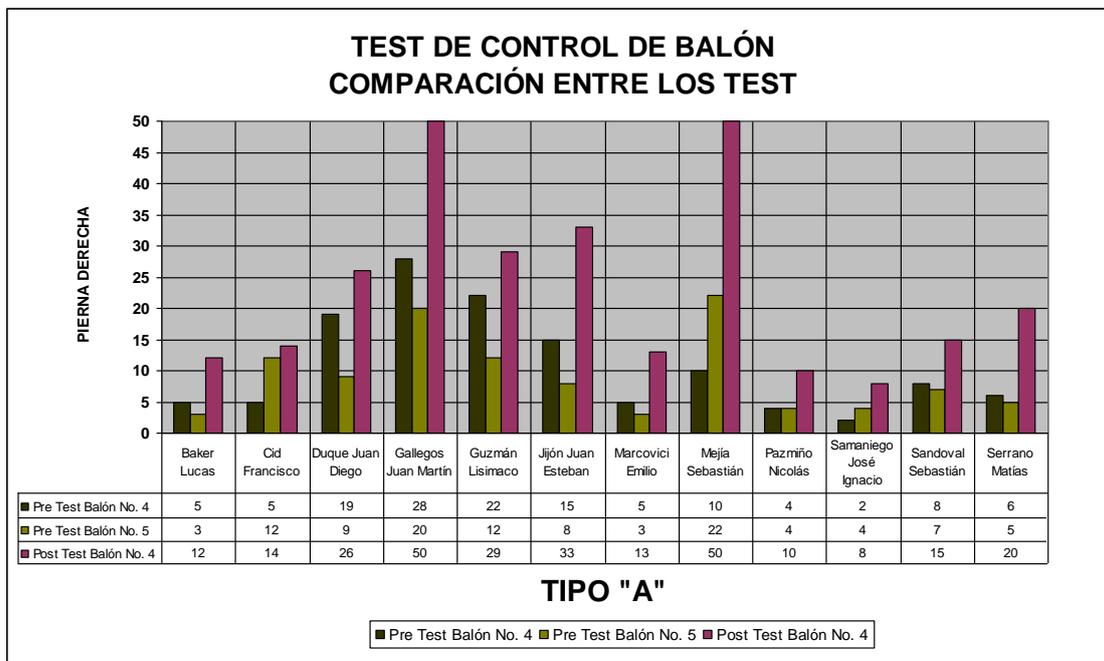
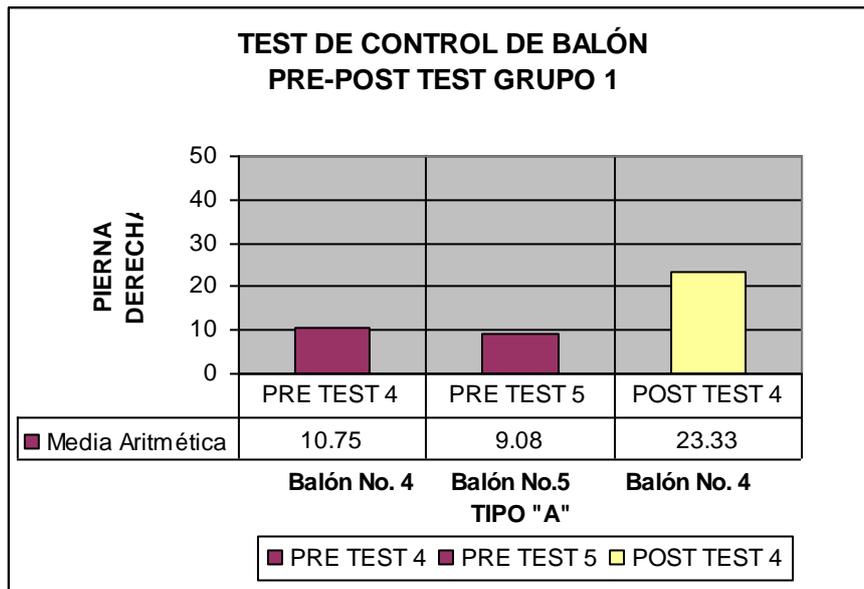


**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de potencia de remate con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **16.89** y 16.26 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico y obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **19.21 metros**. Como conclusión para este grupo y Test de igual forma podemos asumir que el trabajo con un balón de mayor diámetro y peso aumenta la potencia de remate con balón No. 4. Pero hay que tener muy en cuenta las recomendaciones del uso del balón No. 4 y no el No.5

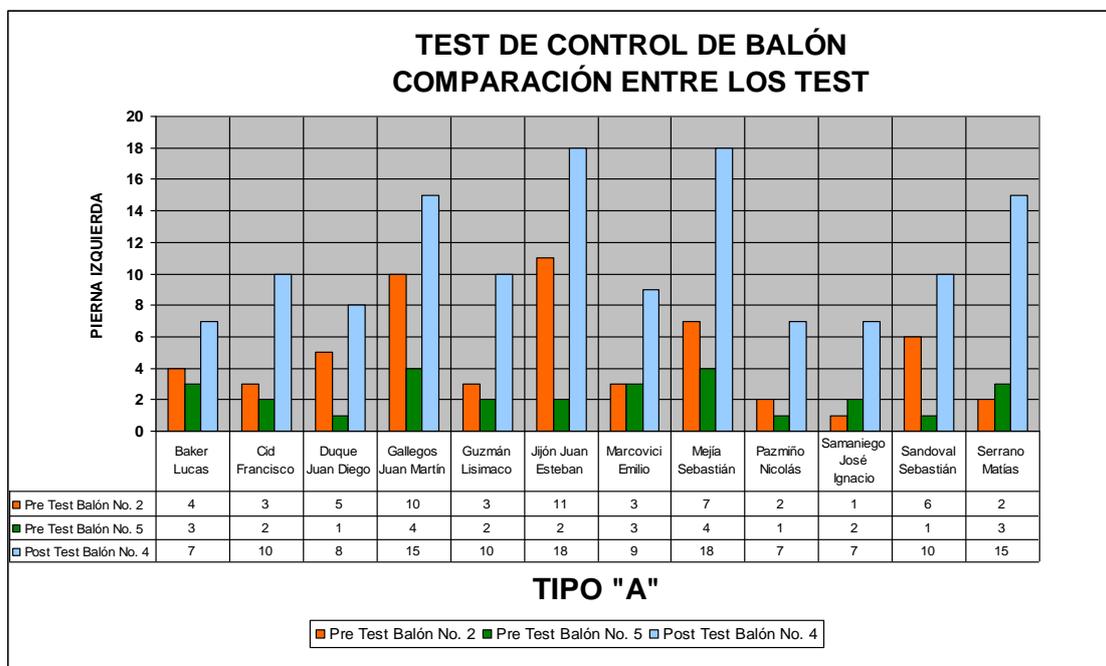
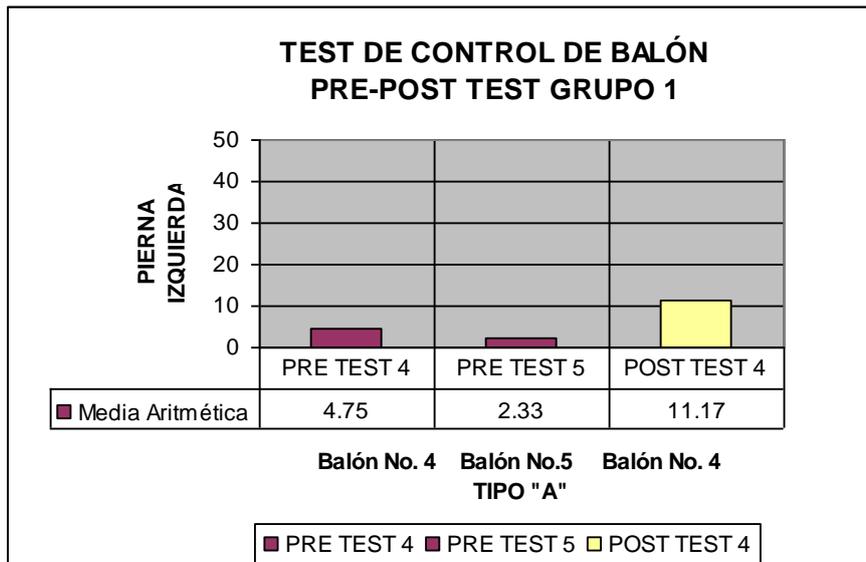
### 3.8.2.9 Test de Control de Balón Tipo "A" Grupo 1

<b>TEST No. 5</b> <b>TEST DE CONTROL DE BALON</b>						
<b>TIPO "A"</b>						
<b>GRUPO 1</b>	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	5	3	12	4	3	7
Cid Francisco	5	12	14	3	2	10
Duque Juan Diego	19	9	26	5	1	8
Gallegos Juan M.	28	20	50	10	4	15
Guzmán Lisimaco	22	12	29	3	2	10
Jijón Juan Esteban	15	8	33	11	2	18
Marcovici Emilio	5	3	13	3	3	9
Mejía Sebastián	10	22	50	7	4	18
Pazmiño Nicolás	4	4	10	2	1	7
Samaniego José I.	2	4	8	1	2	7
Sandoval Sebastián	8	7	15	6	1	10
Serrano Matías	6	5	20	2	3	15
Desvío Estándar	8.32	6.40	14.68	3.19	1.07	4.20
Moda	5	3	50	3	2	7
<b>Media Aritmética</b>	<b>10.75</b>	<b>9.08</b>	<b>23.33</b>	<b>4.75</b>	<b>2.33</b>	<b>11.17</b>
Mediana	7	7.5	17.5	3.5	2	10
Máximo	28	22	50	11	4	18
Mínimo	2	3	8	1	1	7
Rango	26	19	42	10	3	11
Promedio	10.750	9.083	23.333	4.750	2.333	11.167



#### **Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de control de Balón Tipo "A" con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **10.75** y 9.08 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo 1 incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **23.33 toques**. El grupo mejora muy significativamente.

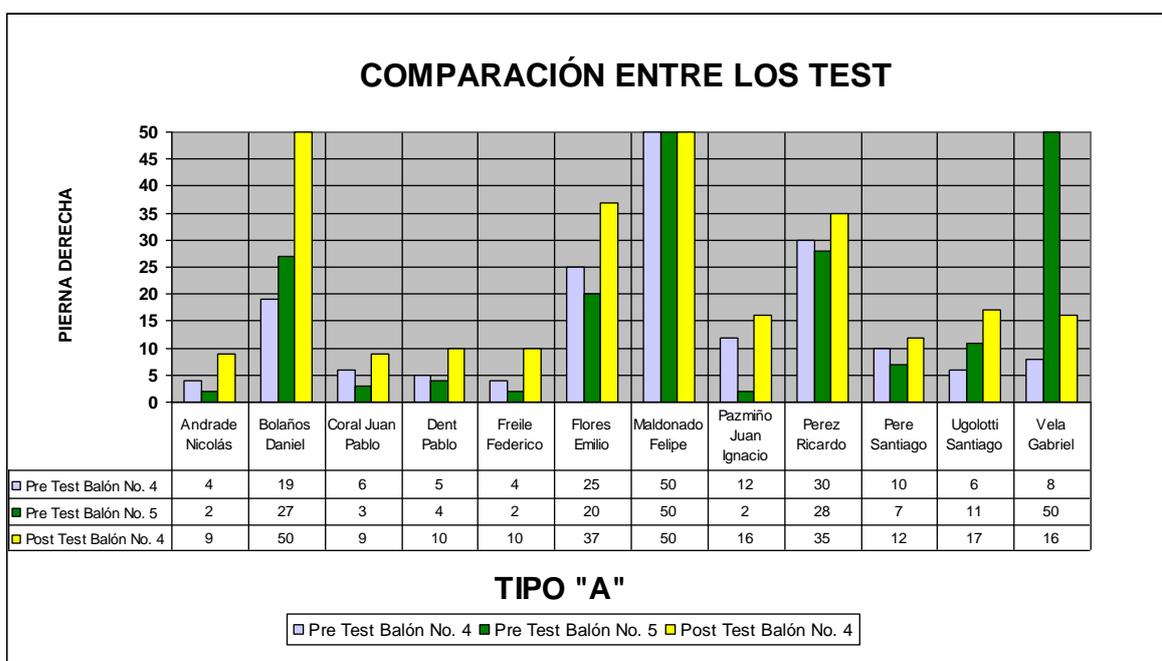
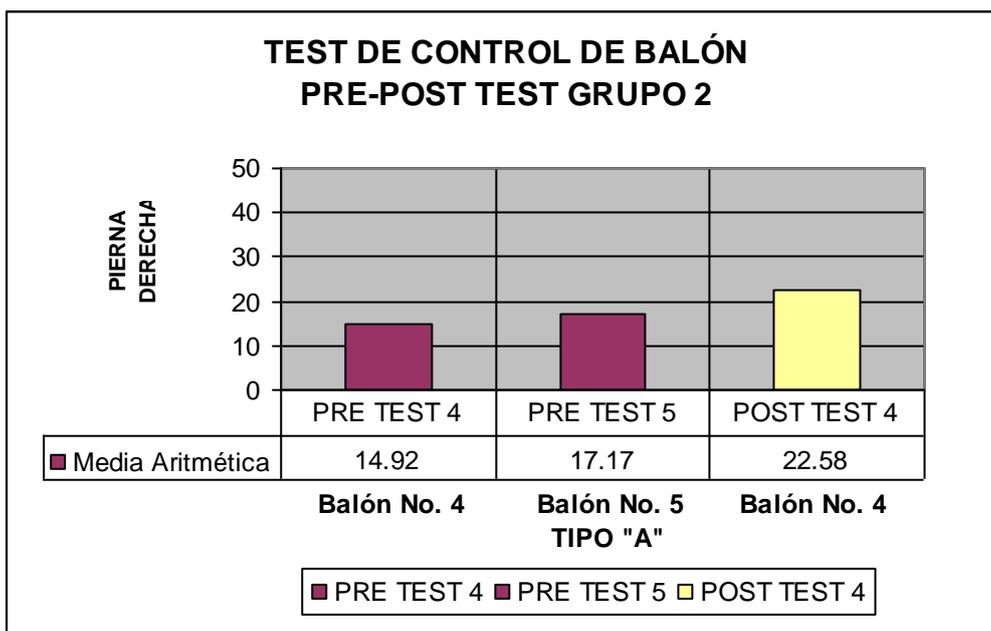


#### Análisis:

El grupo 1 en los pre-test de control de Balón Tipo "A" con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **4.75** y 2.33 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo 1 incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **11.17 toques**. El grupo mejora muy significativamente con la pierna inhábil para la mayoría de jugadores.

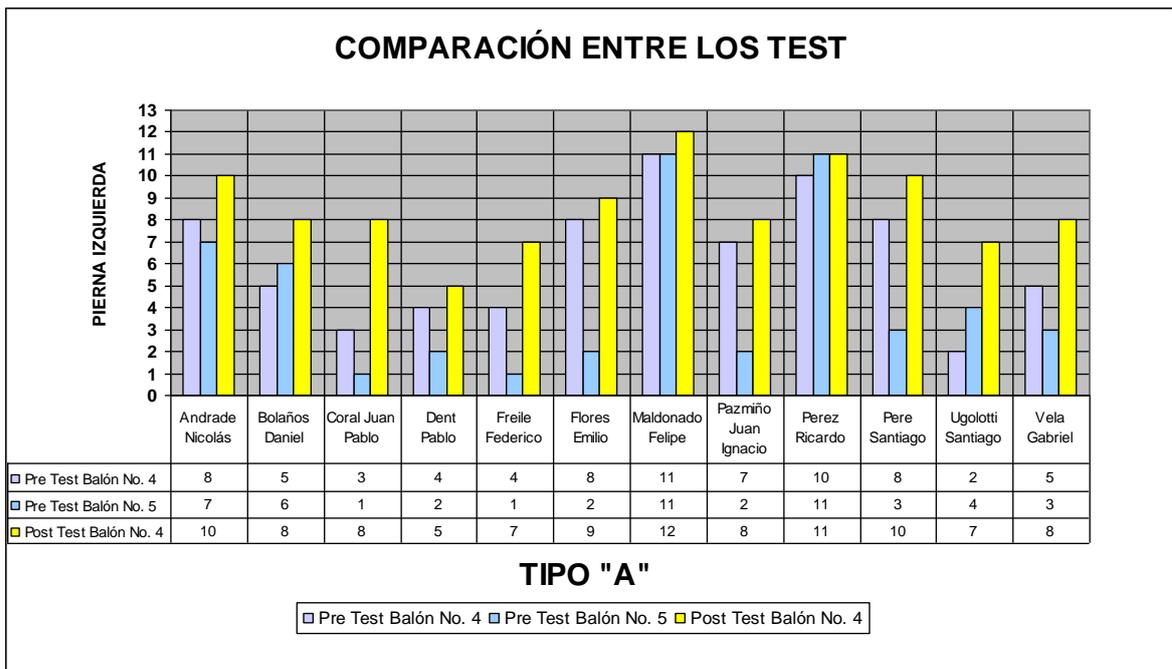
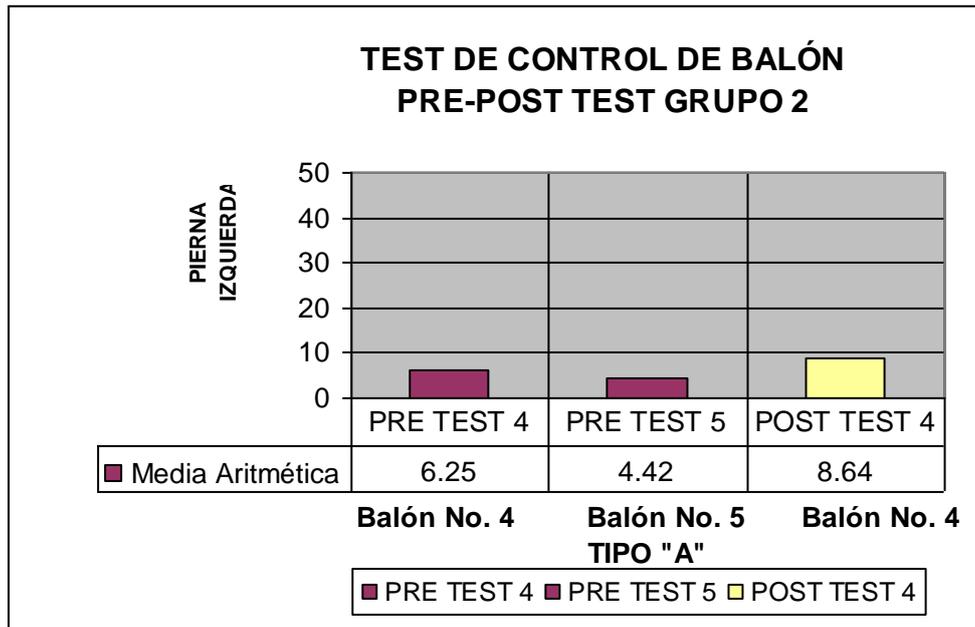
### 3.8.2.10 Test de Control de Balón Tipo "A" Grupo 2

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON TIPO "A"</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	4	2	9	8	7	10
Bolaños Daniel	19	27	50	5	6	8
Coral Juan Pablo	6	3	9	3	1	8
Dent Pablo	5	4	10	4	2	5
Freile Federico	4	2	10	4	1	7
Flores Emilio	25	20	37	8	2	9
Maldonado Felipe	50	50	50	11	11	12
Pazmiño Juan Ignacio	12	2	16	7	2	8
Pérez Ricardo	30	28	35	10	11	11
Pere Santiago	10	7	12	8	3	10
Ugolotti Santiago	6	11	17	2	4	7
Vela Gabriel	8	50	16	5	3	8
Desvío Estándar	13.99	18.05	15.90	2.83	3.58	1.93
Moda	4	2	9	8	2	8
<b>Media Aritmética</b>	<b>14.92</b>	<b>17.17</b>	<b>22.58</b>	<b>6.25</b>	<b>4.42</b>	<b>8.64</b>
Mediana	9	9	16	6	3	8
Máximo	50	50	50	11	11	12
Mínimo	4	2	9	2	1	5
Rango	46	48	41	9	10	7
Promedio	14.917	17.167	22.583	6.250	4.417	8.583



**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de control de Balón Tipo “A” con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **14.92** y 17.17 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **22.58 toques.**

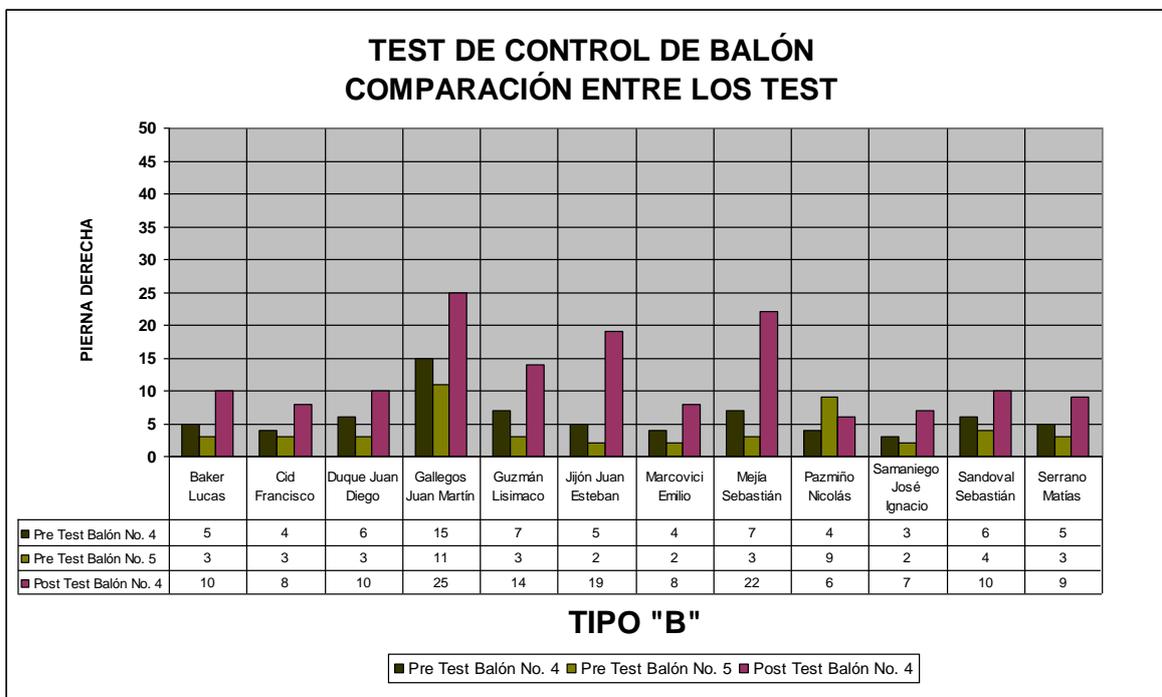
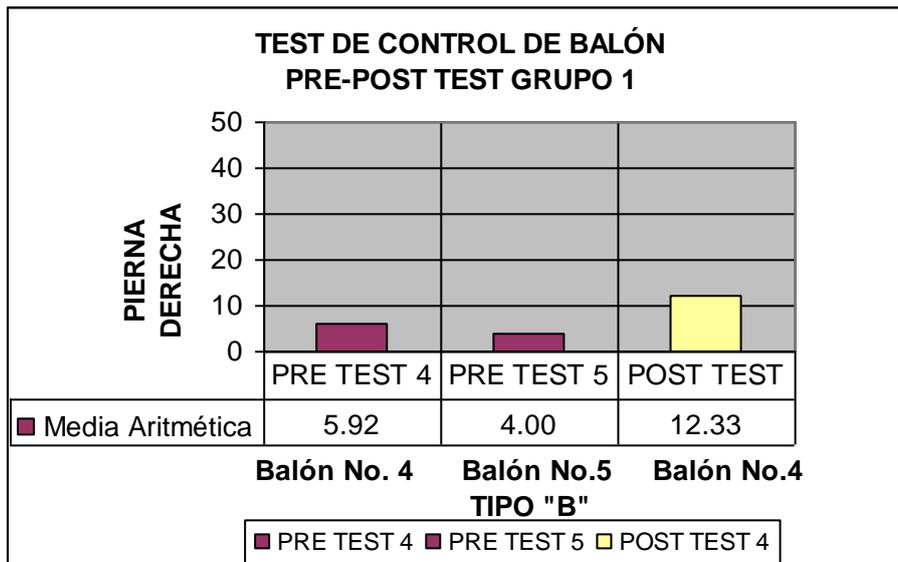


**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de control de Balón Tipo "A" con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **6.25** y 4.42 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **8.64 toques.**

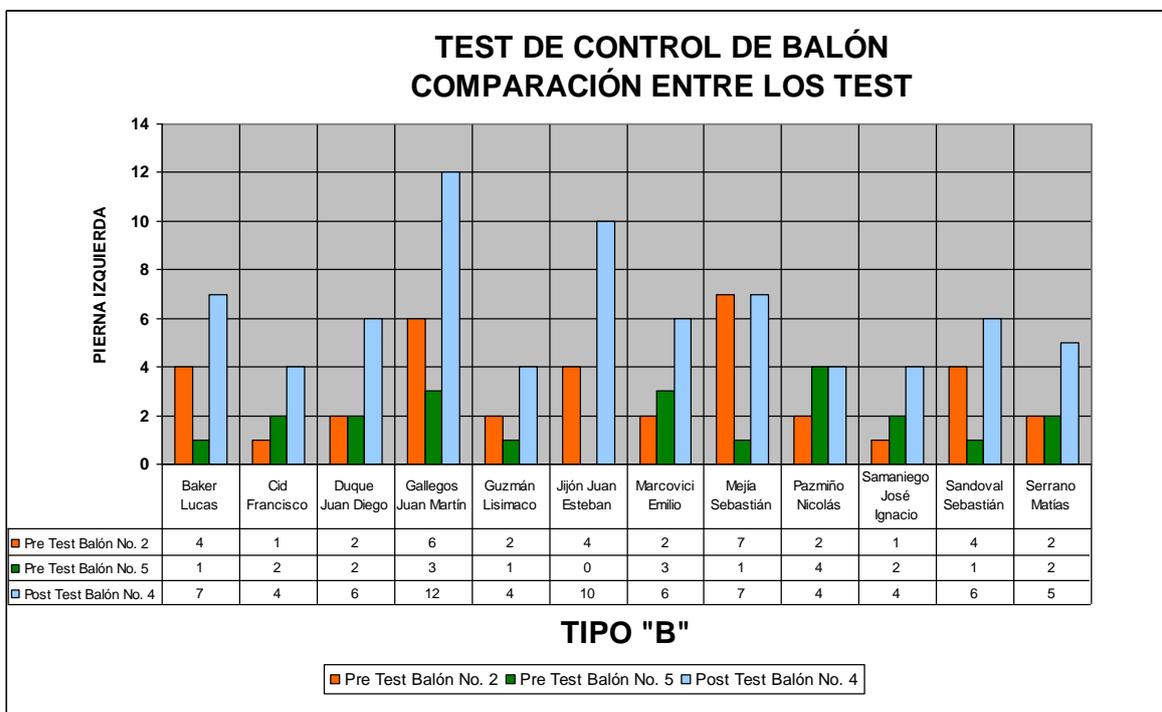
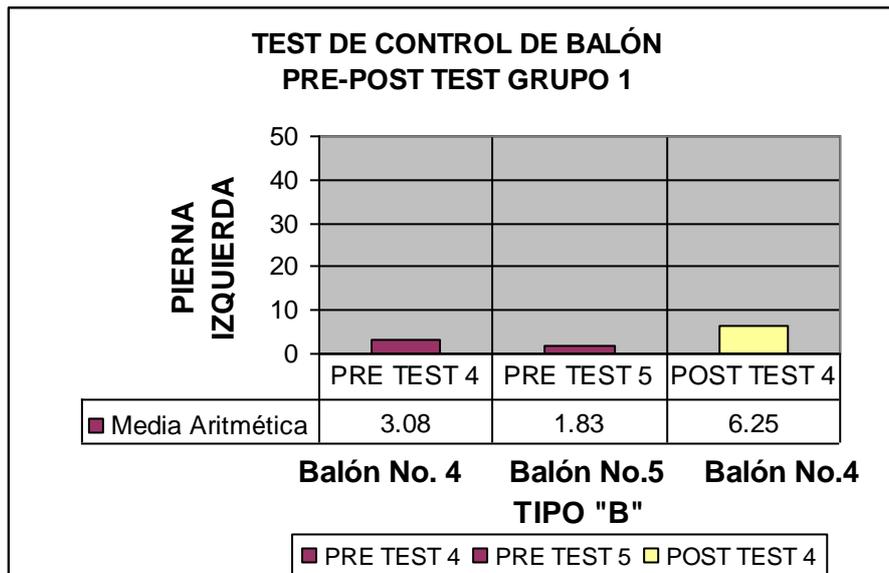
### 3.8.2.11 Test de Control de Balón Tipo "B" Grupo 1

<b>TEST No. 5 TEST DE CONTROL DE BALON TIPO "B"</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	5	3	10	4	1	7
Cid Francisco	4	3	8	1	2	4
Duque Juan Diego	6	3	10	2	2	6
Gallegos Juan Martín	15	11	25	6	3	12
Guzmán Lisimaco	7	3	14	2	1	4
Jijón Juan Esteban	5	2	19	4	0	10
Marcovici Emilio	4	2	8	2	3	6
Mejía Sebastián	7	3	22	7	1	7
Pazmiño Nicolás	4	9	6	2	4	4
Samaniego José Ignacio	3	2	7	1	2	4
Sandoval Sebastián	6	4	10	4	1	6
Serrano Matías	5	3	9	2	2	5
Desvío Estándar	3.12	2.89	6.29	1.93	1.11	2.53
Moda	5	3	10	2	1	4
<b>Media Aritmética</b>	<b>5.92</b>	<b>4.00</b>	<b>12.33</b>	<b>3.08</b>	<b>1.83</b>	<b>6.25</b>
Mediana	5	3	10	2	2	6
Máximo	15	11	25	7	4	12
Mínimo	3	2	6	1	0	4
Rango	12	9	19	6	4	8
Promedio	5.917	4.000	12.333	3.083	1.833	6.250



**Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de control de Balón Tipo “B” con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **5.92** y 4.00 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **12.33 toques.**

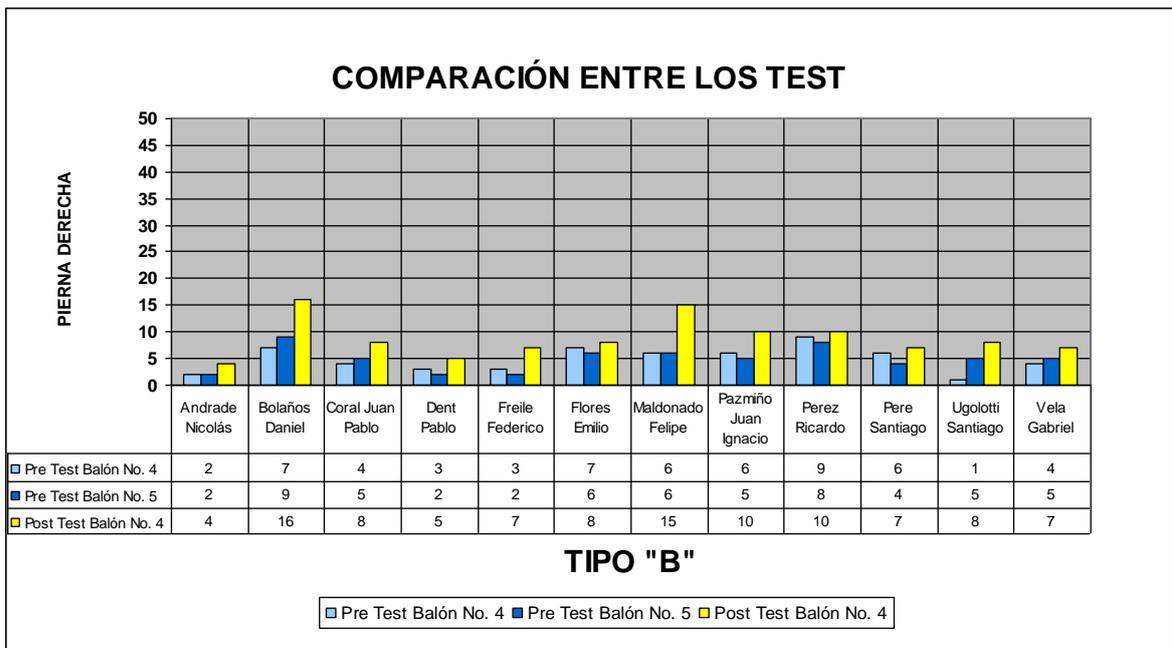
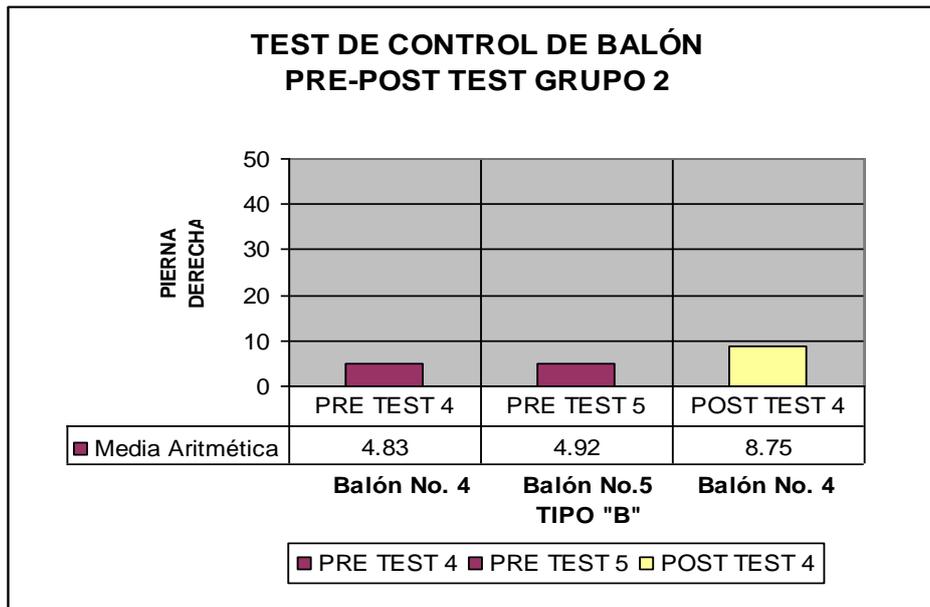


#### Análisis:

El grupo 1 en los pre-test de control de Balón Tipo “B” con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **3.08** y 1.83 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **6.25** toques.

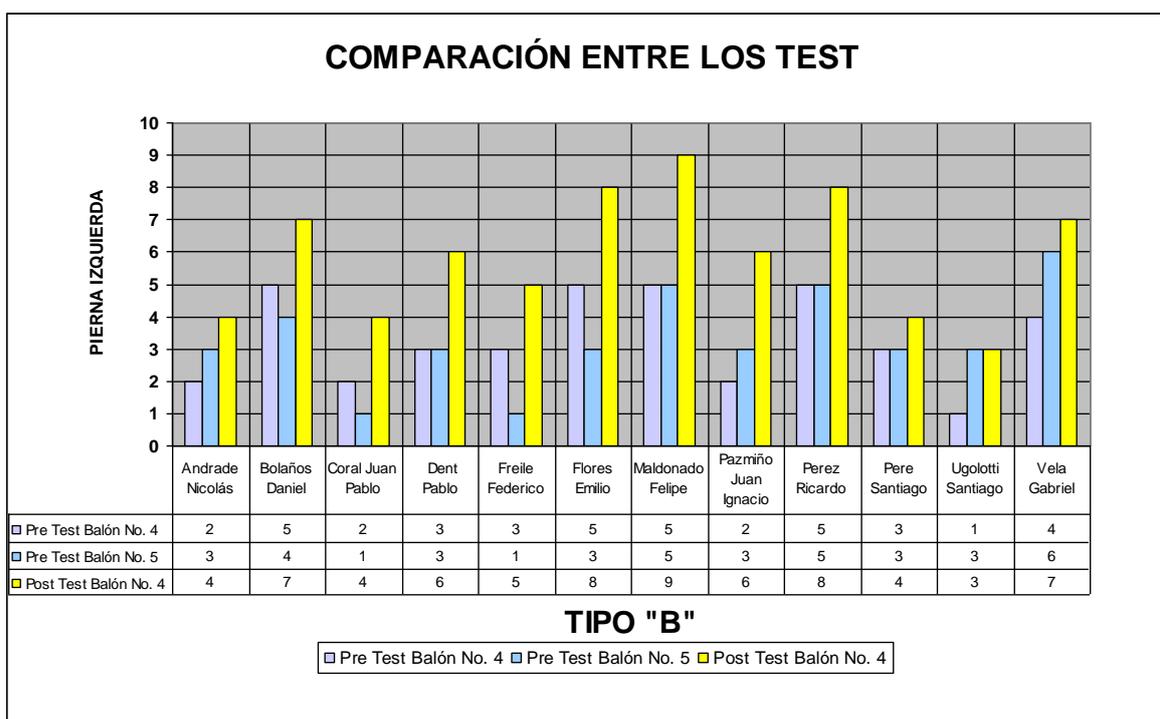
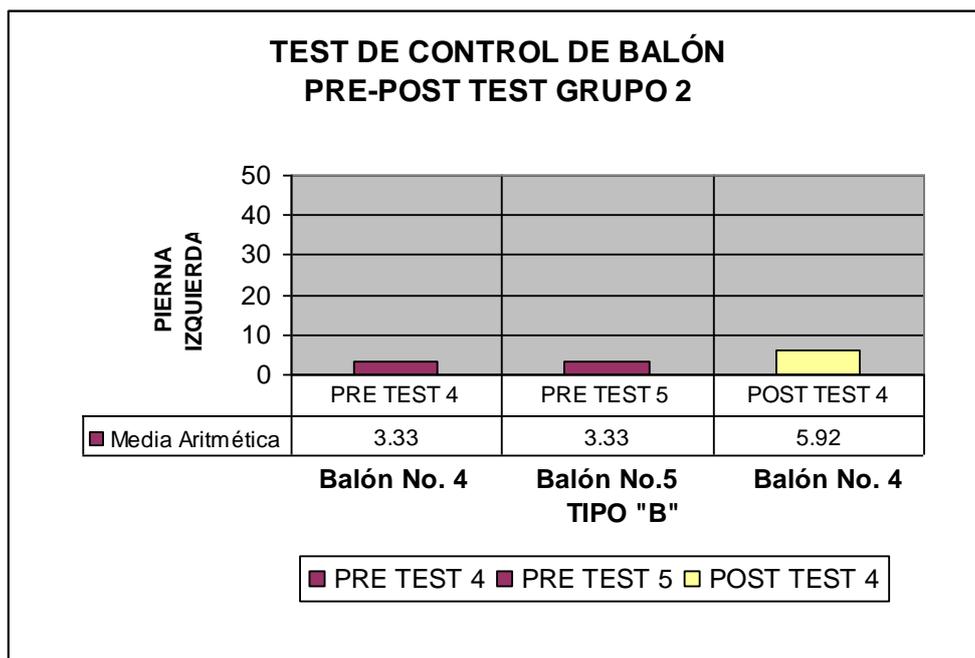
### 3.8.2.12 Test de Control de Balón Tipo "B" Grupo 2

<b>TEST No. 5</b> <b>TEST DE CONTROL DE BALON</b> <b>TIPO "B"</b>						
	<b>P. DER</b>			<b>P. IZQ</b>		
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolas	2	2	4	2	3	4
Bolaños Daniel	7	9	16	5	4	7
Coral Juan Pablo	4	5	8	2	1	4
Dent Pablo	3	2	5	3	3	6
Freile Federico	3	2	7	3	1	5
Flores Emilio	7	6	8	5	3	8
Maldonado Felipe	6	6	15	5	5	9
Pazmiño Juan Ignacio	6	5	10	2	3	6
Pérez Ricardo	9	8	10	5	5	8
Pere Santiago	6	4	7	3	3	4
Ugolotti Santiago	1	5	8	1	3	3
Vela Gabriel	4	5	7	4	6	7
Desvío Estándar	2.37	2.23	3.60	1.44	1.50	1.93
Moda	6	5	8	5	3	4
<b>Media Aritmética</b>	<b>4.83</b>	<b>4.92</b>	<b>8.75</b>	<b>3.33</b>	<b>3.33</b>	<b>5.92</b>
Mediana	5	5	8	3	3	6
Máximo	9	9	16	5	6	9
Mínimo	1	2	4	1	1	3
Rango	8	7	12	4	5	6
Promedio	4.833	4.917	8.750	3.333	3.333	5.917



**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de control de Balón Tipo “B” con pierna derecha obtiene una media Aritmética de **4.83** y 4.92 toques con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **8.75 toques**.

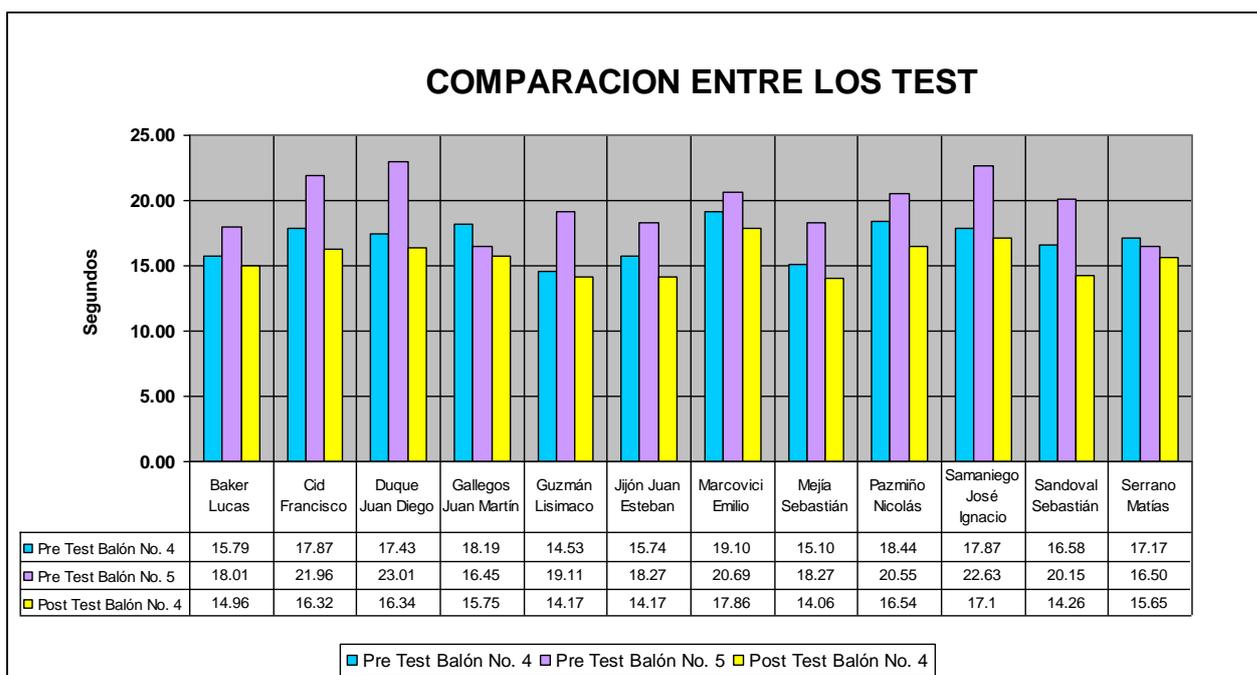
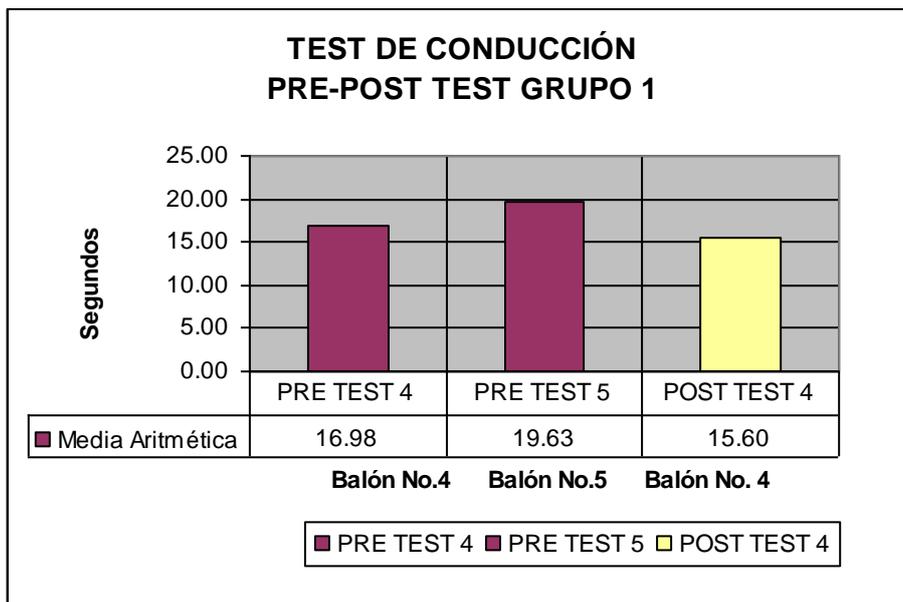


#### **Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de control de Balón Tipo "B" con pierna izquierda obtiene una media Aritmética de **3.33** toques con balón 4 y 5, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico para dominar el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **5.92 toques**.

### 3.8.2.13 Test de Conducción Grupo 1

<b>TEST No. 6</b> <b>TEST DE CONDUCCIÓN</b>			
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	15.79	18.01	<b>14.96</b>
Cid Francisco	17.87	21.96	<b>16.32</b>
Duque Juan Diego	17.43	23.01	<b>16.34</b>
Gallegos Juan Martín	18.19	16.45	<b>15.75</b>
Guzmán Lisimaco	14.53	19.11	<b>14.17</b>
Jijón Juan Esteban	15.74	18.27	<b>14.17</b>
Marcovici Emilio	19.10	20.69	<b>17.86</b>
Mejía Sebastián	15.10	18.27	<b>14.06</b>
Pazmiño Nicolás	18.44	20.55	<b>16.54</b>
Samaniego José Ignacio	17.87	22.63	<b>17.1</b>
Sandoval Sebastián	16.58	20.15	<b>14.26</b>
Serrano Matías	17.17	16.50	<b>15.65</b>
Desvío Estándar	1.43	2.23	<b>1.28</b>
Moda	17.87	18.27	<b>14.17</b>
<b>Media Aritmética</b>	<b>16.98</b>	<b>19.63</b>	<b>15.60</b>
Mediana	17.30	19.63	<b>15.70</b>
Máximo	19.10	23.01	<b>17.86</b>
Mínimo	14.53	16.45	<b>14.06</b>
Rango	4.57	6.56	<b>3.80</b>
Promedio	16.984	19.633	<b>15.598</b>

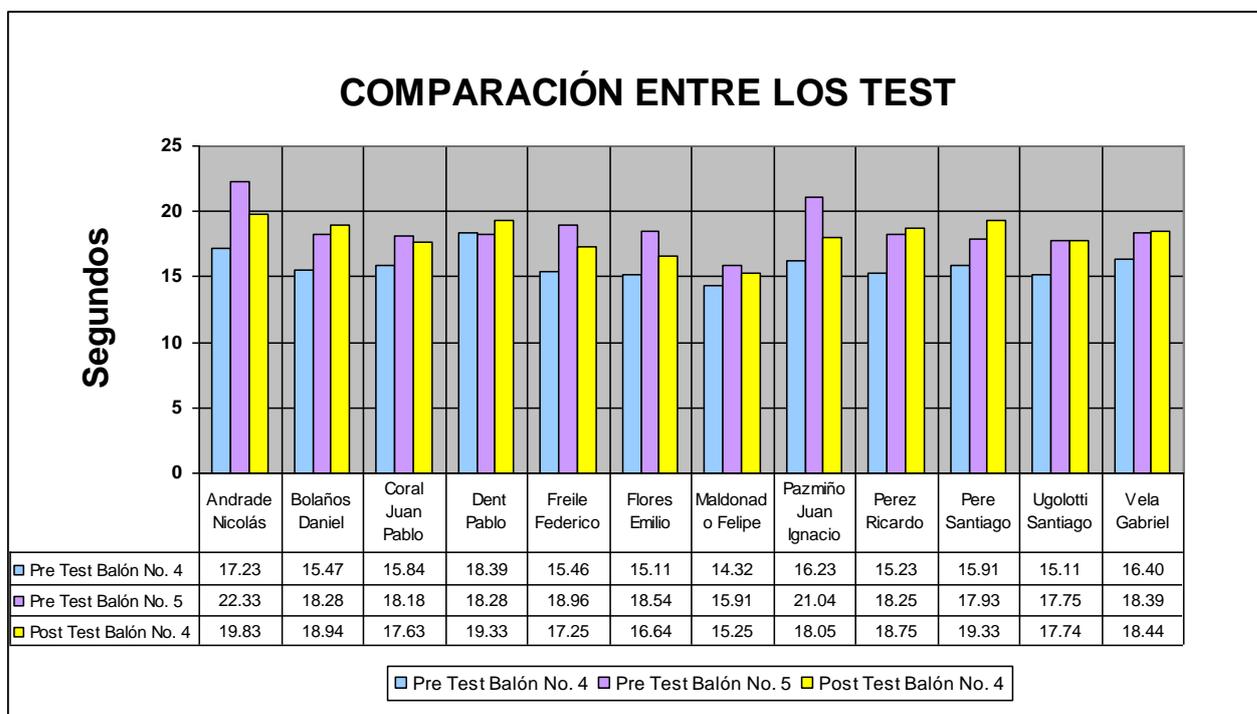
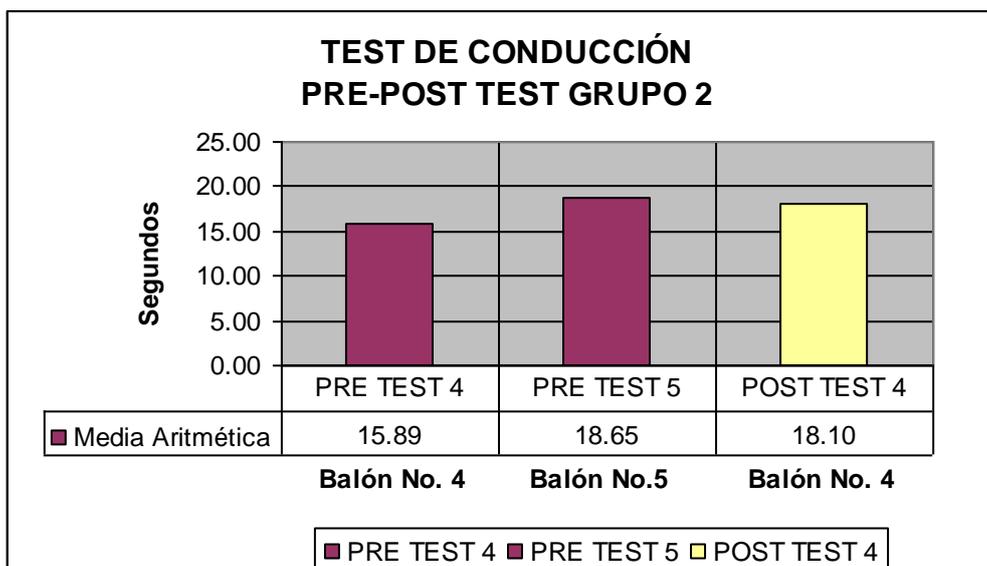


#### **Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de Conducción de Balón obtiene una media Aritmética de 16.98 y 19.63 segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo incrementa su desarrollo técnico para conducir el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **15.60 segundos**, mejorando 1.38 segundos.

### 3.8.2.14 Test de Conducción Grupo 2

<b>TEST No. 6 TEST DE CONDUCCIÓN</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	<b>17.23</b>	22.33	<b>19.83</b>
Bolaños Daniel	<b>15.47</b>	18.28	<b>18.94</b>
Coral Juan Pablo	<b>15.84</b>	18.18	<b>17.63</b>
Dent Pablo	<b>18.39</b>	18.28	<b>19.33</b>
Freile Federico	<b>15.46</b>	18.96	<b>17.25</b>
Flores Emilio	<b>15.11</b>	18.54	<b>16.64</b>
Maldonado Felipe	<b>14.32</b>	15.91	<b>15.25</b>
Pazmiño Juan Ignacio	<b>16.23</b>	21.04	<b>18.05</b>
Pérez Ricardo	<b>15.23</b>	18.25	<b>18.75</b>
Pere Santiago	<b>15.91</b>	17.93	<b>19.33</b>
Ugolotti Santiago	<b>15.11</b>	17.75	<b>17.74</b>
Vela Gabriel	<b>16.40</b>	18.39	<b>18.44</b>
Desvío Estándar	1.08	1.62	1.30
Moda	15.11	18.28	19.33
<b>Media Aritmética</b>	<b>15.89</b>	<b>18.65</b>	<b>18.10</b>
Mediana	15.66	18.28	18.25
Máximo	18.39	22.33	19.83
Mínimo	14.32	15.91	15.25
Rango	4.07	6.42	4.58
Promedio	15.89	18.65	18.10

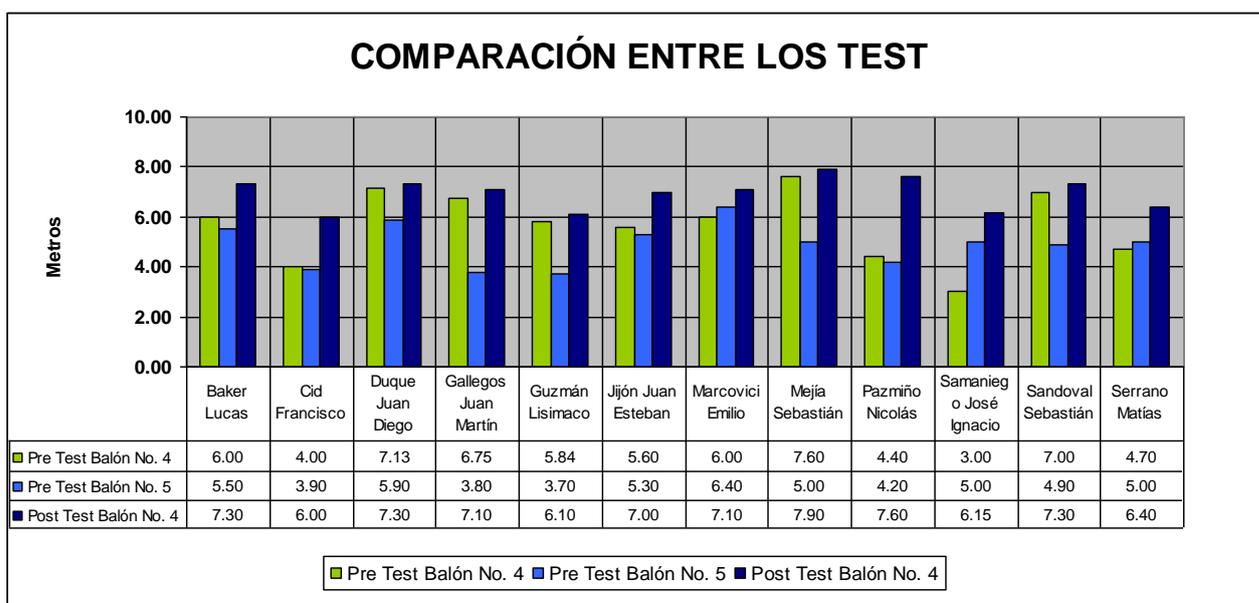
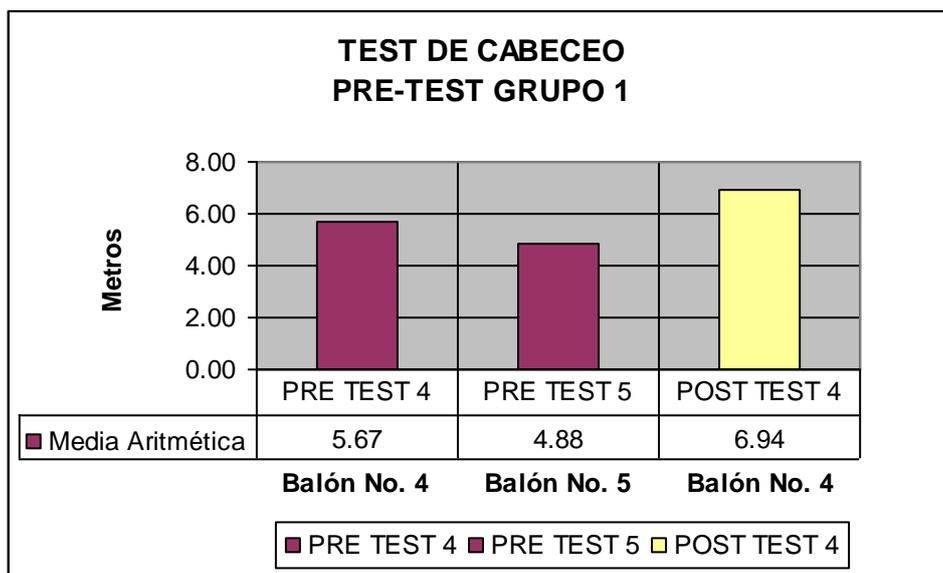


#### **Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de Conducción de Balón obtiene una media Aritmética de **15.89** y 18.65 segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **18.10 segundos**; el grupo no mejora su tiempo en relación al pre-test con balón 4 hay un aumento de 2.21 segundos.

### 3.8.2.15 Test de Cabeceo Grupo 1

<b>TEST No. 7 TEST DE CABECEO</b>			
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	6.00	5.50	<b>7.30</b>
Cid Francisco	4.00	3.90	<b>6.00</b>
Duque Juan Diego	7.13	5.90	<b>7.30</b>
Gallegos Juan Martín	6.75	3.80	<b>7.10</b>
Guzmán Lisimaco	5.84	3.70	<b>6.10</b>
Jijón Juan Esteban	5.60	5.30	<b>7.00</b>
Marcovici Emilio	6.00	6.40	<b>7.10</b>
Mejía Sebastián	7.60	5.00	<b>7.90</b>
Pazmiño Nicolás	4.40	4.20	<b>7.60</b>
Samaniego José Ignacio	3.00	5.00	<b>6.15</b>
Sandoval Sebastián	7.00	4.90	<b>7.30</b>
Serrano Matías	4.70	5.00	<b>6.40</b>
Desvío Estándar	1.40	0.85	<b>0.63</b>
Moda	6.00	5.00	<b>7.30</b>
<b>Media Aritmética</b>	<b>5.67</b>	<b>4.88</b>	<b>6.94</b>
Mediana	5.92	5.00	<b>7.10</b>
Máximo	7.60	6.40	<b>7.90</b>
Mínimo	3.00	3.70	<b>6.00</b>
Rango	4.60	2.70	<b>1.90</b>
Promedio	5.668	4.883	<b>6.938</b>

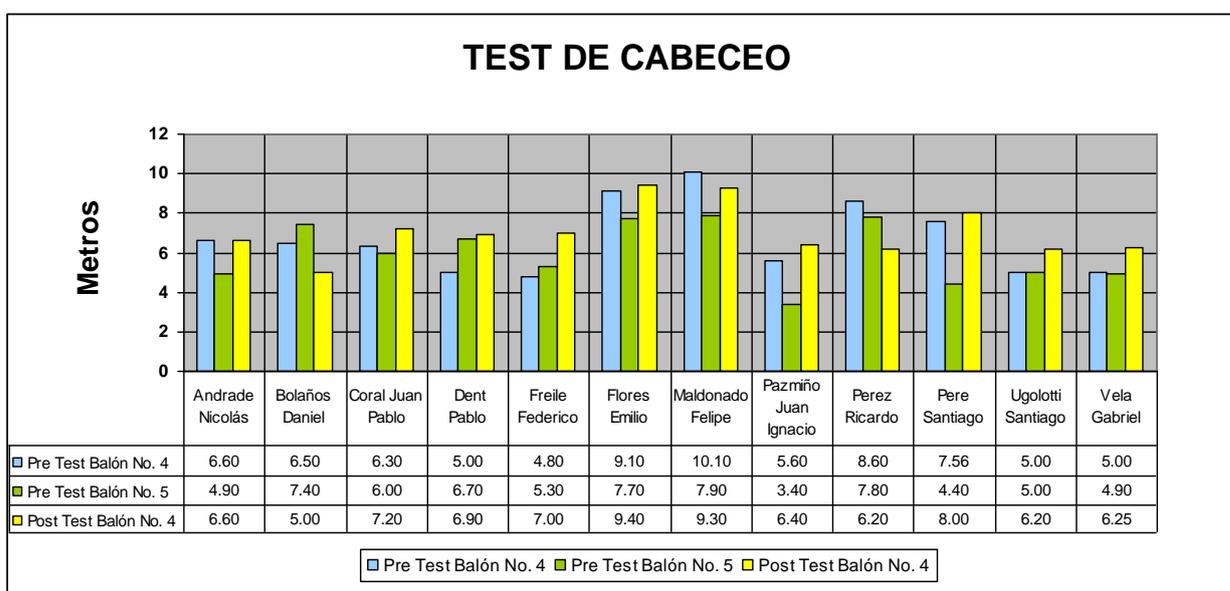
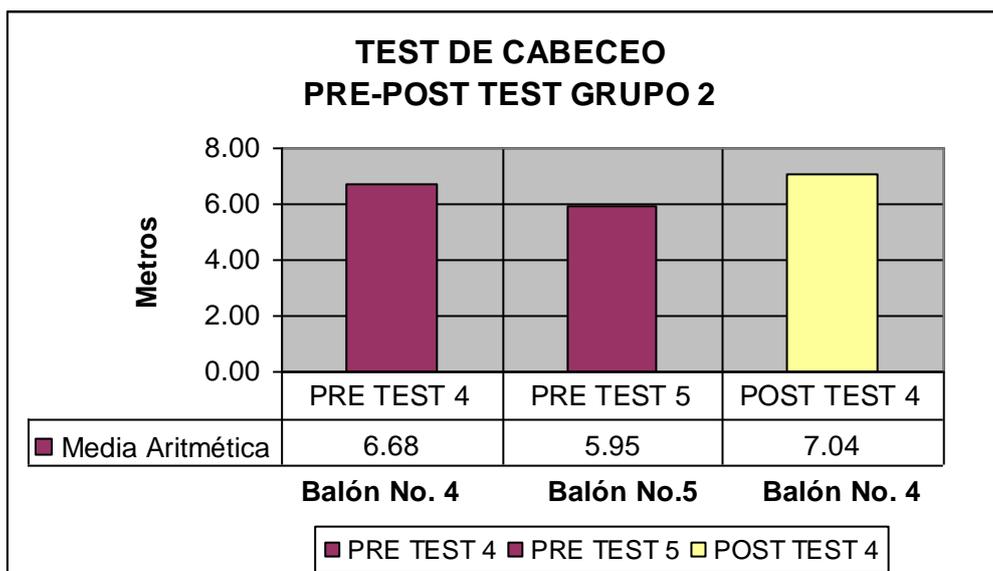


#### Análisis:

El grupo 1 en los pre-test de Cabeceo obtiene una media Aritmética de 5.67 y 4.88 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo incrementa su desarrollo técnico para cabecear el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **6.94 metros**, mejorando 1.27 metros.

### 3.8.2.16 Test de Cabeceo Grupo 2

<b>TEST No. 7 TEST DE CABECEO</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	<b>6.60</b>	4.90	<b>6.60</b>
Bolaños Daniel	<b>6.50</b>	7.40	<b>5.00</b>
Coral Juan Pablo	<b>6.30</b>	6.00	<b>7.20</b>
Dent Pablo	<b>5.00</b>	6.70	<b>6.90</b>
Freile Federico	<b>4.80</b>	5.30	<b>7.00</b>
Flores Emilio	<b>9.10</b>	7.70	<b>9.40</b>
Maldonado Felipe	<b>10.10</b>	7.90	<b>9.30</b>
Pazmiño Juan Ignacio	<b>5.60</b>	3.40	<b>6.40</b>
Pérez Ricardo	<b>8.60</b>	7.80	<b>6.20</b>
Pere Santiago	<b>7.56</b>	4.40	<b>8.00</b>
Ugolotti Santiago	<b>5.00</b>	5.00	<b>6.20</b>
Vela Gabriel	<b>5.00</b>	4.90	<b>6.25</b>
Desvío Estándar	1.79	1.52	1.29
Moda	5	4.9	6.2
<b>Media Aritmética</b>	<b>6.68</b>	<b>5.95</b>	<b>7.04</b>
Mediana	6.40	5.65	6.75
Máximo	10.10	7.90	9.40
Mínimo	4.80	3.40	5.00
Rango	5.30	4.50	4.40
Promedio	6.68	5.95	7.04

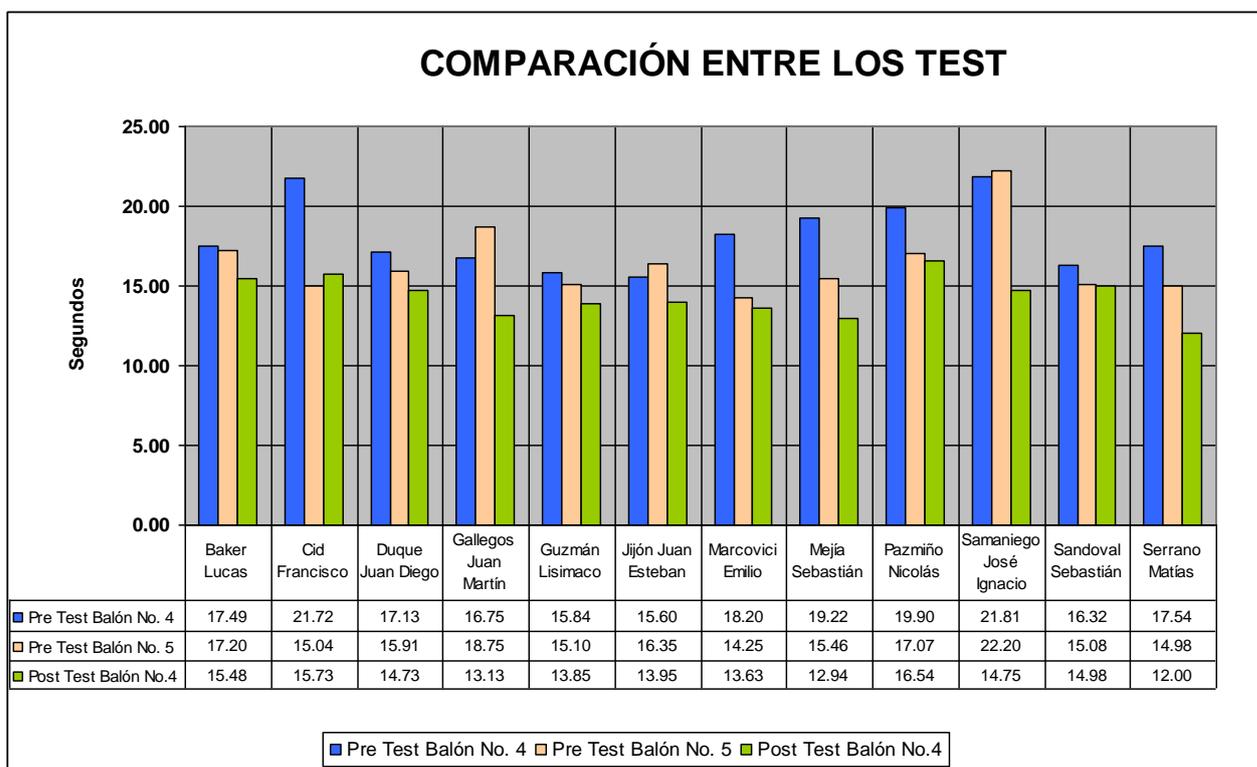
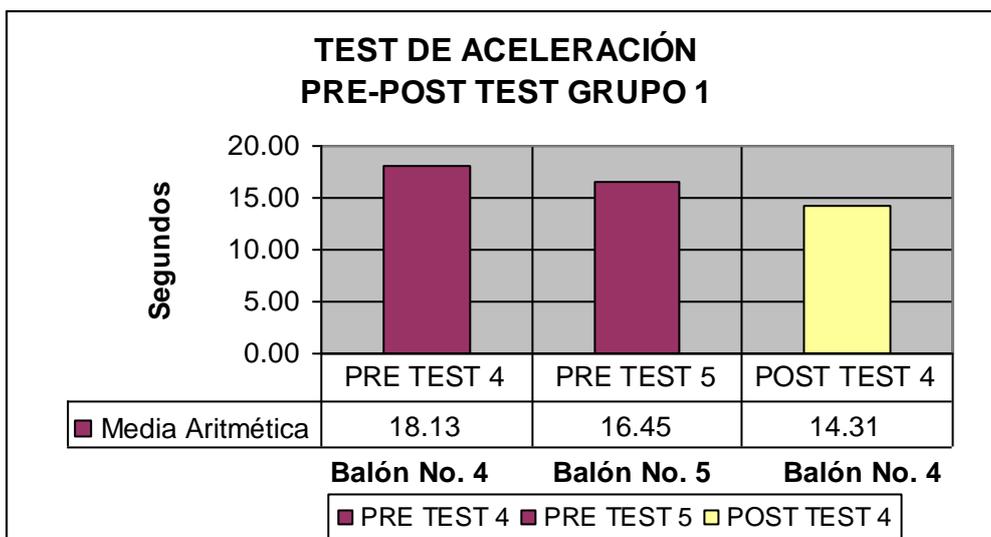


#### Análisis:

El grupo 2 en los pre-test de Cabeceo obtiene una media Aritmética de 6.68 y 5.95 metros con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo incrementa su desarrollo técnico para cabecear el balón, obteniendo en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **7.04 metros**, mejorando 0.36 metros.

### 3.8.2.17 Test de Aceleración Grupo 1

<b>TEST No. 8 TEST DE ACELERACIÓN</b>			
<b>GRUPO 1</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Baker Lucas	17.49	17.20	<b>15.48</b>
Cid Francisco	21.72	15.04	<b>15.73</b>
Duque Juan Diego	17.13	15.91	<b>14.73</b>
Gallegos Juan Martín	16.75	18.75	<b>13.13</b>
Guzmán Lisimaco	15.84	15.10	<b>13.85</b>
Jijón Juan Esteban	15.60	16.35	<b>13.95</b>
Marcovici Emilio	18.20	14.25	<b>13.63</b>
Mejía Sebastián	19.22	15.46	<b>12.94</b>
Pazmiño Nicolás	19.90	17.07	<b>16.54</b>
Samaniego José Ignacio	21.81	22.20	<b>14.75</b>
Sandoval Sebastián	16.32	15.08	<b>14.98</b>
Serrano Matías	17.54	14.98	<b>12.00</b>
Desvío Estándar	2.12	2.20	<b>1.30</b>
Moda	-	-	-
<b>Media Aritmética</b>	<b>18.13</b>	<b>16.45</b>	<b>14.31</b>
Mediana	17.52	15.69	<b>14.34</b>
Máximo	21.81	22.20	<b>16.54</b>
Mínimo	15.60	14.25	<b>12.00</b>
Rango	6.21	7.95	<b>4.54</b>
Promedio	18.127	16.449	<b>14.309</b>

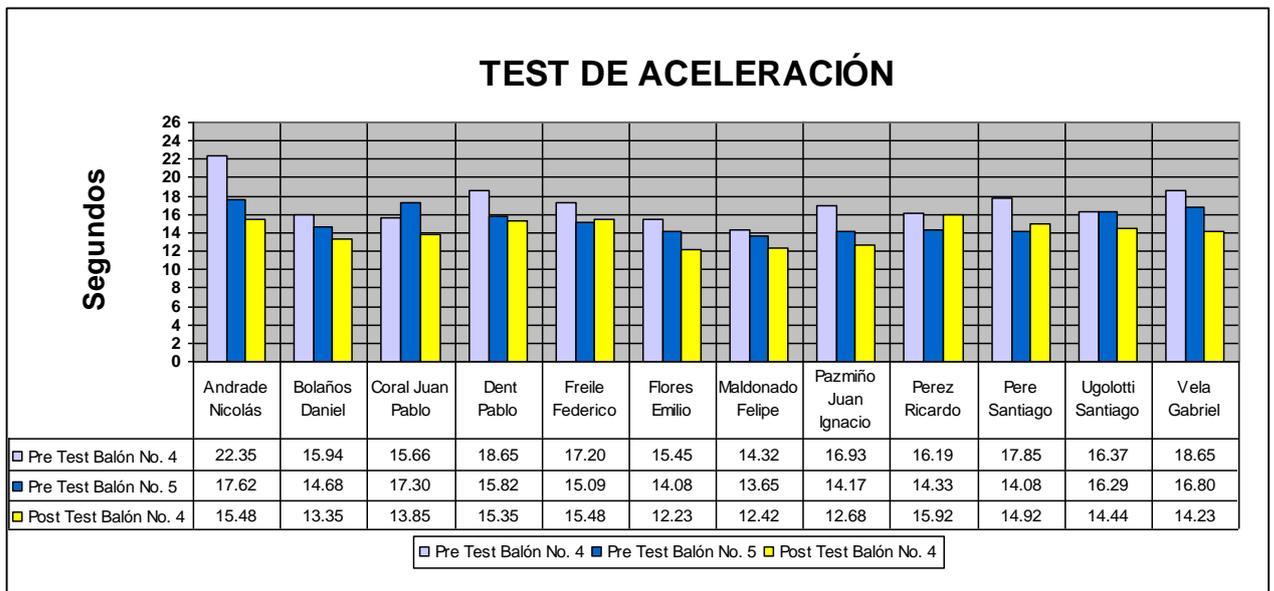
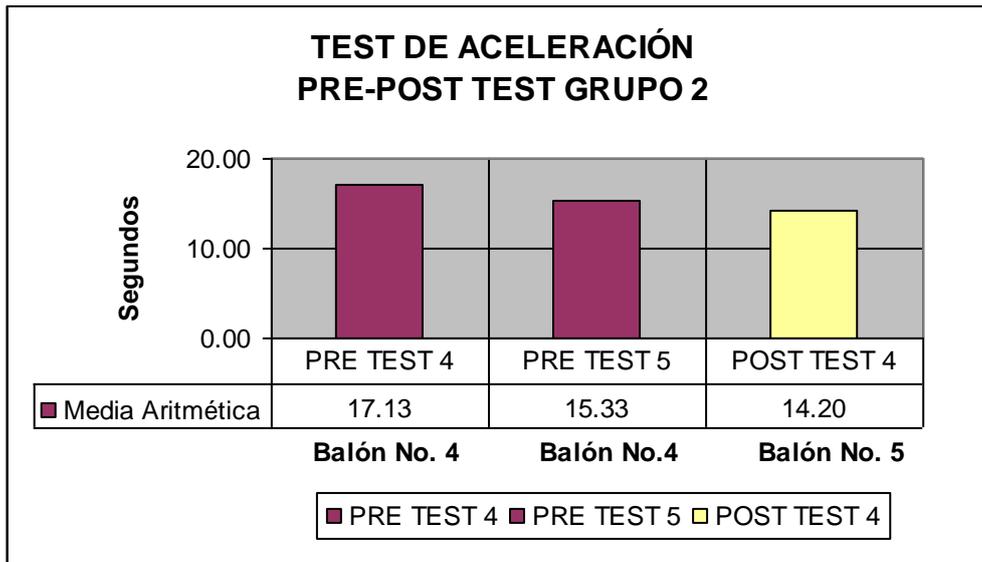


#### **Análisis:**

El grupo 1 en los pre-test de Aceleración obtiene una media Aritmética de **18.13** y 16.45 segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **14.31 segundos**; el grupo baja 3.82 segundos en relación al pre-test con balón 4.

### 3.8.2.18 Test de Aceleración Grupo 2

<b>TEST No. 8 TEST DE ACELERACIÓN</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
Andrade Nicolás	<b>22.35</b>	17.62	<b>15.48</b>
Bolaños Daniel	<b>15.94</b>	14.68	<b>13.35</b>
Coral Juan Pablo	<b>15.66</b>	17.30	<b>13.85</b>
Dent Pablo	<b>18.65</b>	15.82	<b>15.35</b>
Freile Federico	<b>17.20</b>	15.09	<b>15.48</b>
Flores Emilio	<b>15.45</b>	14.08	<b>12.23</b>
Maldonado Felipe	<b>14.32</b>	13.65	<b>12.42</b>
Pazmiño Juan Ignacio	<b>16.93</b>	14.17	<b>12.68</b>
Pérez Ricardo	<b>16.19</b>	14.33	<b>15.92</b>
Pere Santiago	<b>17.85</b>	14.08	<b>14.92</b>
Ugolotti Santiago	<b>16.37</b>	16.29	<b>14.44</b>
Vela Gabriel	<b>18.65</b>	16.80	<b>14.23</b>
Desvío Estándar	2.09	1.39	<b>1.29</b>
Moda	18.65	14.08	<b>15.48</b>
<b>Media Aritmética</b>	<b>17.13</b>	<b>15.33</b>	<b>14.20</b>
Mediana	16.65	14.89	<b>14.335</b>
Máximo	22.35	17.62	<b>15.92</b>
Mínimo	14.32	13.65	<b>12.23</b>
Rango	8.03	3.97	<b>3.69</b>
Promedio	17.13	15.33	<b>14.20</b>

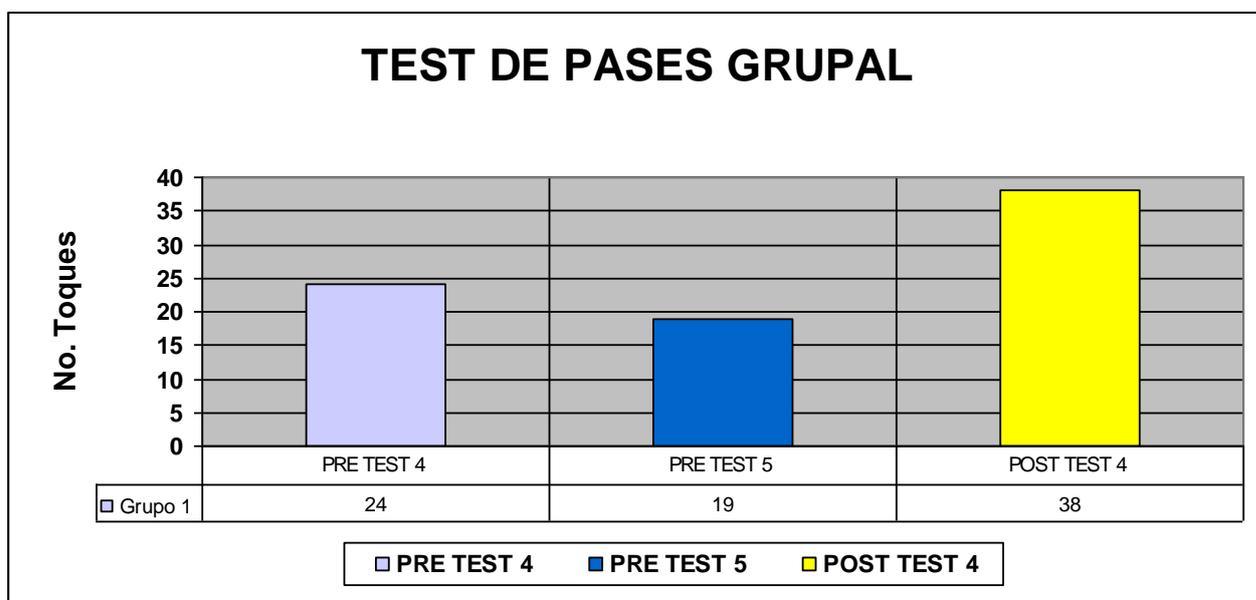


**Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de Aceleración obtiene una media Aritmética de **17.13** y **15.33** segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **14.20 segundos**; el grupo baja 2.93 segundos en relación al pre-test con balón 4.

### 3.8.2.19 Test de Pases Grupal Grupo 1

TEST No. 9 TEST DE PASES GRUPAL			
GRUPO 1	PRE TEST 4	PRE TEST 5	POST TEST 4
Desvío Estándar	.	.	.
Moda	.	.	.
Media Aritmética	24	19	38
Mediana	.	.	.
Máximo	.	.	.
Mínimo	.	.	.
Rango	.	.	.
Promedio	24	19	38

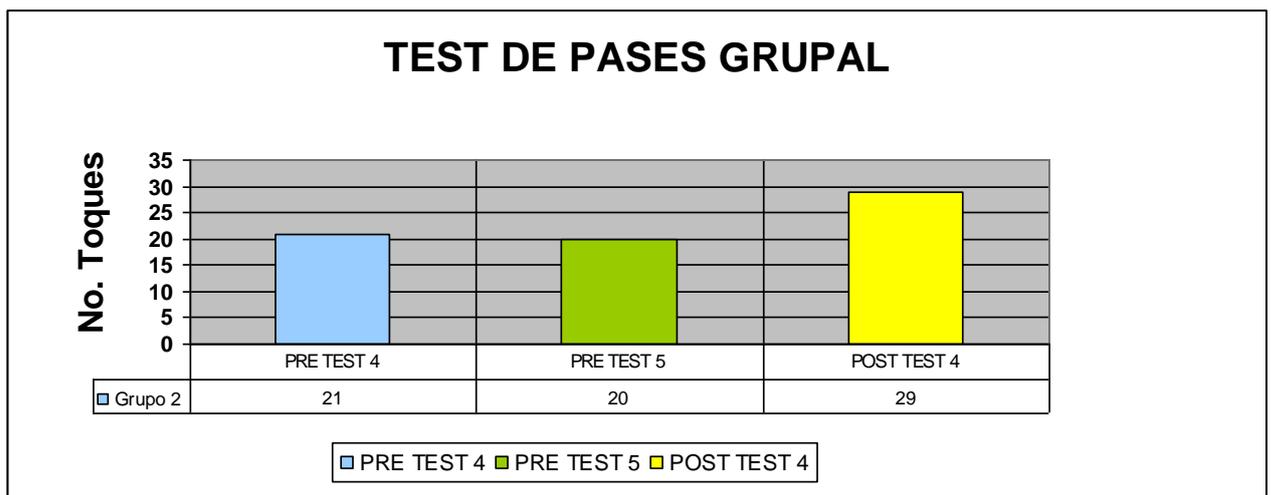


#### Análisis:

El grupo 1 en los pre-test de Pases Grupal obtiene una media Aritmética de **24** y 19 pases en 60 segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 4 el grupo obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **38 pases** lo que demuestra que la metodología de 150 ejercicios para mejorar la Técnica con Balón desarrolla la Técnica de Balón Colectiva.

### 3.8.2.20 Test de Pases Grupal Grupo 2

<b>TEST No. 9 TEST DE PASES GRUPAL</b>			
<b>GRUPO 2</b>	<b>PRE TEST 4</b>	<b>PRE TEST 5</b>	<b>POST TEST 4</b>
<b>Desvío Estándar</b>	.	.	.
<b>Moda</b>	.	.	.
<b>Media Aritmética</b>	21	20	29
<b>Mediana</b>	.	.	.
<b>Máximo</b>	.	.	.
<b>Mínimo</b>	.	.	.
<b>Rango</b>	.	.	.
<b>Promedio</b>	21	20	29



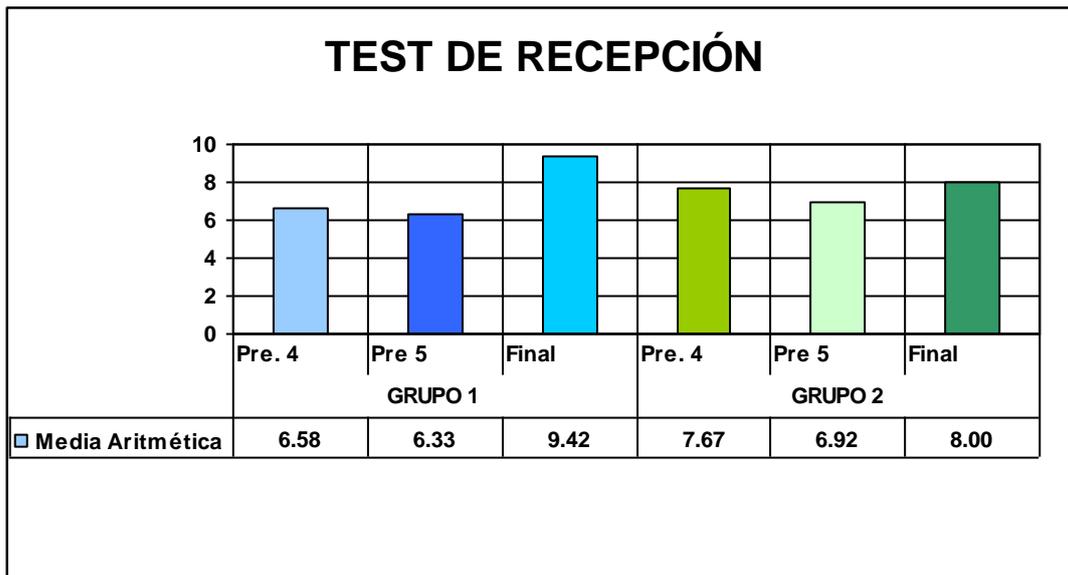
#### **Análisis:**

El grupo 2 en los pre-test de Pases Grupal obtiene una media Aritmética de **21** y 20 pases en 60 segundos con balón 4 y 5 respectivamente, luego de la aplicación de la metodología utilizando el balón No. 5 el grupo obtiene en los Test Finales con balón No. 4 una Media Aritmética de **29 pases** lo que demuestra que la metodología de 150 ejercicios para mejorar la Técnica con Balón desarrolla la Técnica de Balón Colectiva.

### 3.9 Conclusiones de los Test Iniciales y Finales en ambos Grupos

#### 3.9.1 Test de Recepción

Test de Recepción	GRUPO 1			GRUPO 2		
	Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
	6.58	6.33	9.42	7.67	6.92	8.00



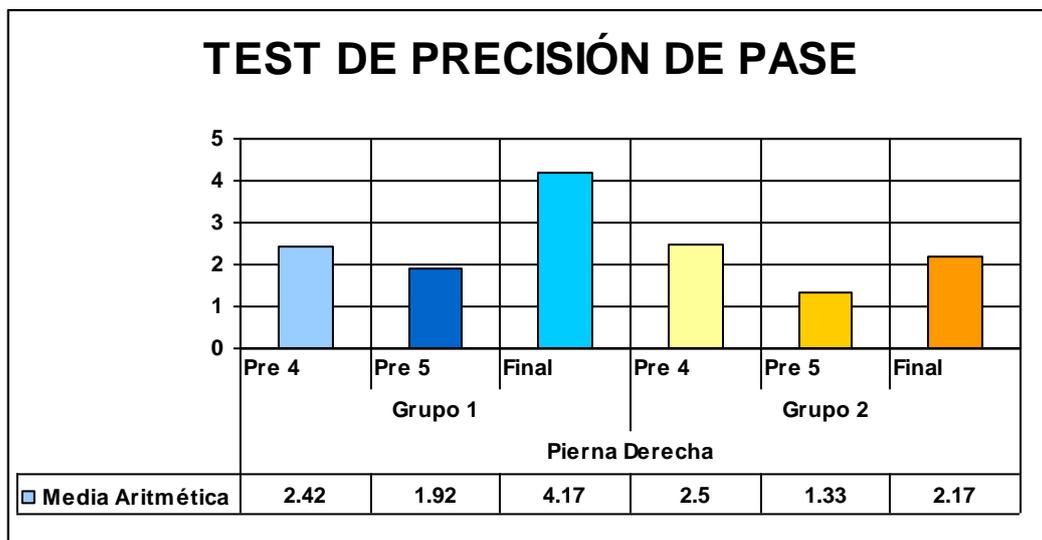
#### Conclusión:

El grupo 1 en el post-test obtiene una media Aritmética de **9.42 toques en la Pared en 30 segundos**, mejorando 3 toques en relación al Grupo 2 que también mejora, pero solo en 1 toque.

### 3.9.2 Test de Precisión de Pase

#### 3.9.2.1 Pierna Derecha

Test de Precisión de Pase	Pierna Derecha					
	Grupo 1			Grupo 2		
	Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
	2.42	1.92	4.17	2.5	1.33	2.17

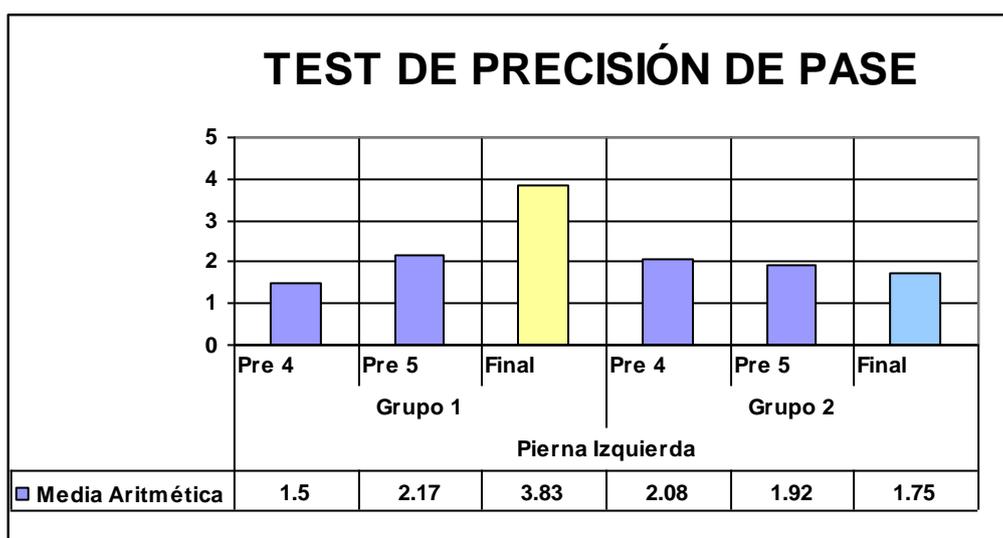


#### Conclusión:

El Grupo 1 al ser evaluado en los pre-test obtiene un deficiente promedio de precisión de pase con pierna derecha (2.42 y 1.92 aciertos) luego de aplicada la metodología mejora 2 aciertos en un promedio de 4.17 goles sobre 5 en relación al Grupo 2 que en la metodología trabajo con balón No. 5 y al ser evaluado con No. 4 por el tamaño y el peso del balón se observó que fueron muy imprecisos y no mejoran en relación al Pre-test con Balón No. 4 sino en relación al Balón No. 5 con un promedio de 2.17. El balón No. 4 mejoró la Técnica de precisión de Pase al Grupo 1.

### 3.9.2.2 Pierna Izquierda

Pierna Izquierda					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
1.5	2.17	3.83	2.08	1.92	1.75



#### Conclusi3n:

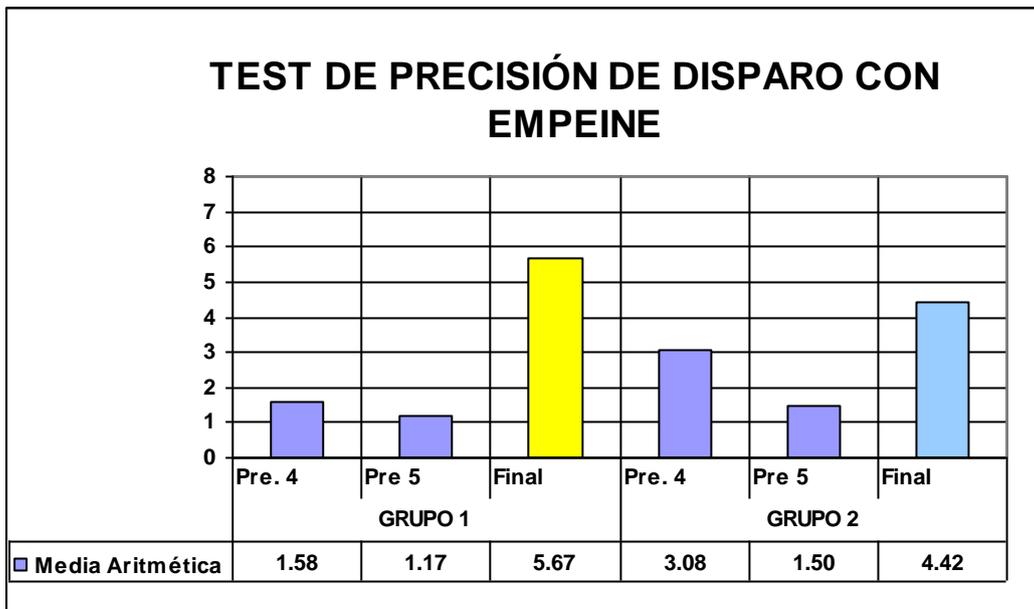
En ambos grupos se enfatiz3 el trabajo de la pierna inh3bil, pero al someterse los 2 grupos a la evaluaci3n final se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- El grupo 1 obtiene en el Pre-Test (4) 1.5 aciertos y mejora a **3.83**
- El Grupo 2 obtiene en el Pre- Test (4) 2.08 y no mejora en el Test Final con 1.75 de promedio.

Se deduce que el bal3n No. 4 mejora la precisi3n de pase con la pierna inh3bil.

### 3.9.3 Test de Precisión de Disparo con Empeine

Test de Precisión de Disparo con Empeine	GRUPO 1			GRUPO 2		
	Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
	1.58	1.17	5.67	3.08	1.50	4.42



#### Conclusión:

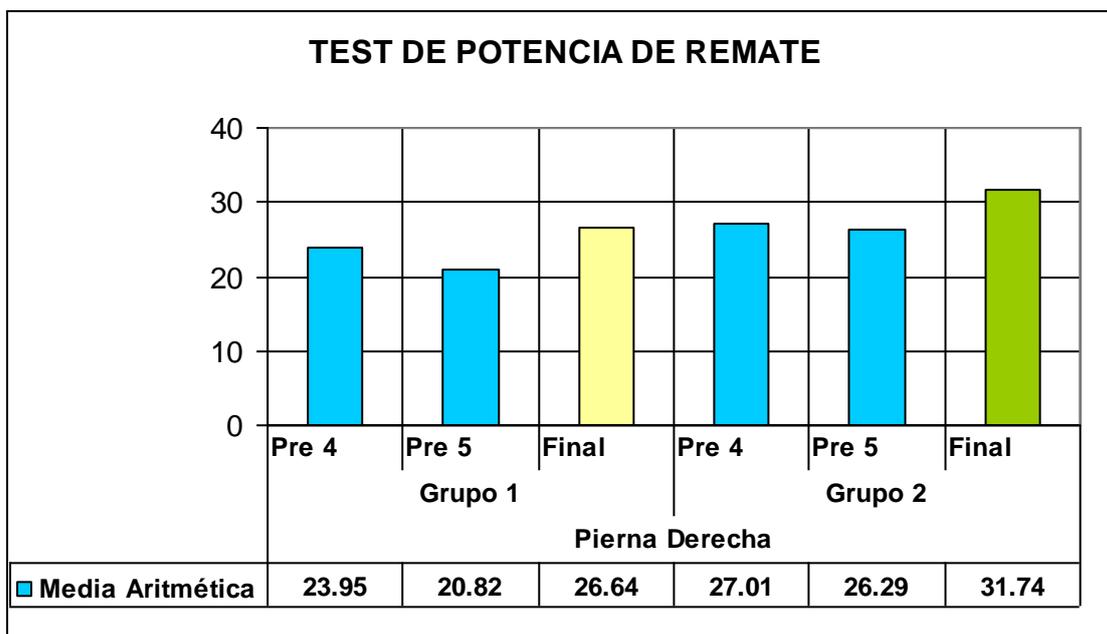
Como se observa en la Gráfica en el Pre-Test con Balón No. 4 el grupo 2 tuvo mejor precisión al momento de enviar los balones al arco, más cuando el Grupo 1 se sometió a la metodología mejoró de 1.58 a 5.67 sobre ocho puntos, en relación al grupo 2 que también mejoró pero en un mínimo puntaje de 3.08 a 4.42 puntos sobre 8.

El trabajo con Balón No. 4 mejoró la Precisión con empeine del Grupo 1.

### 3.9.4 Test de Potencia de Remate

#### 3.9.4.1. Pierna Derecha

Pierna Derecha					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
23.95	20.82	26.64	27.01	26.29	31.74



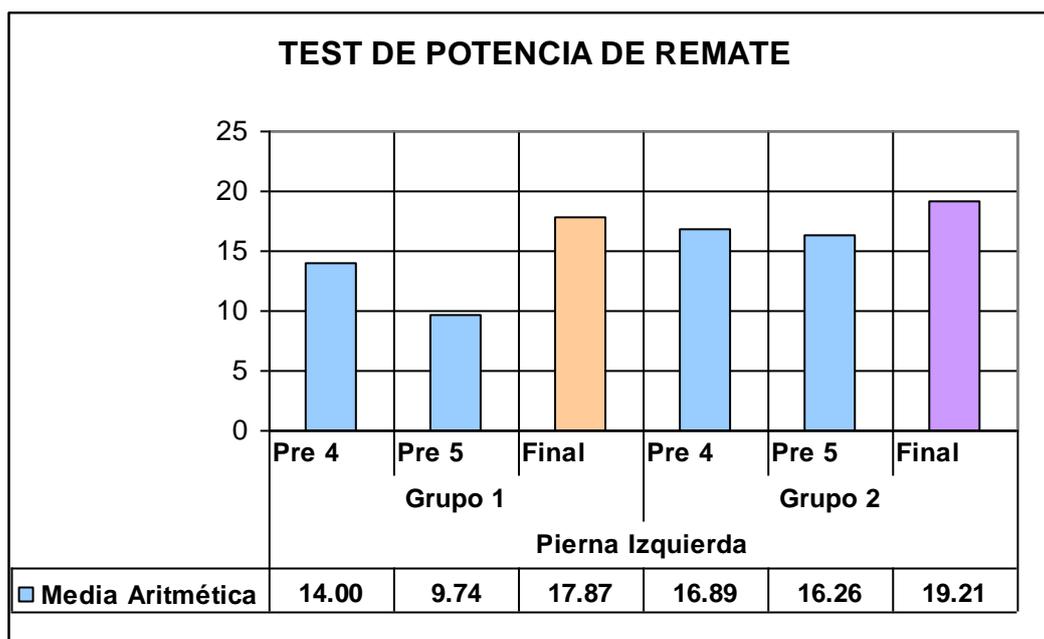
#### Conclusión:

En la gráfica se aprecia que el Grupo 2 con pierna derecha obtuvo mejor promedio en los dos Pre-Test, mejorando en el Test final 4.73 metros, (31.74 mts -27.01 mts), en cambio el Grupo 1 también mejoró su promedio, logrando 2.69 metros.

Lo que se deduce que el trabajo técnico con Balón No. 5 aumenta la potencia de remate, pero no debemos olvidar que el objetivo principal de estas edades es afianzar en un gran porcentaje su base técnica con balón, y no la predominancia de la potencia y fuerza teniendo en cuenta las recomendaciones metodológicas antes vistas en el Marco Teórico.

### 3.9.4.2. Pierna Izquierda

Pierna Izquierda					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
14.00	9.74	17.87	16.89	16.26	19.21



#### Conclusión:

En la gráfica se aprecia que el Grupo 2 con pierna izquierda obtuvo mejor promedio en los dos Pre-Test, y en el Test final obtuvo un promedio de 19.21 por lo cual el grupo mejora **2.32** metros, en cambio el Grupo 1 también mejoró su promedio final en 17.87 mejorando **3.87** metros.

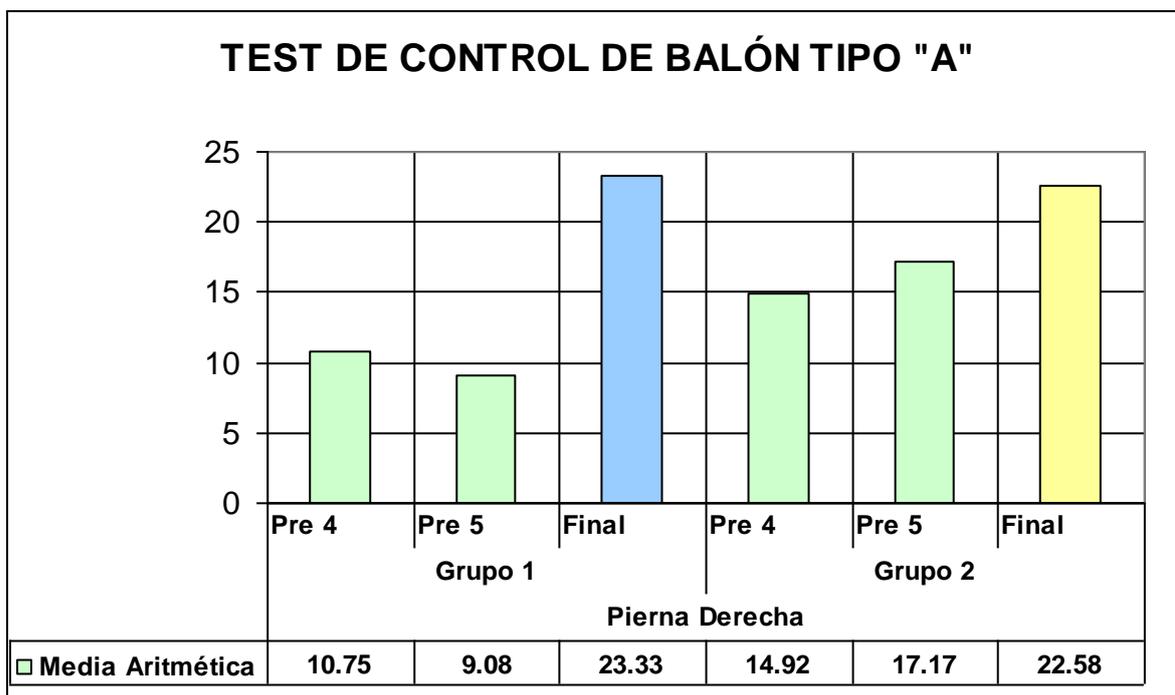
Lo que se deduce una vez más que el trabajo técnico con balón No. 4 mejora en mayor grado el progreso de la pierna inhábil

### 3.9.5 Test de Control de Balón

#### 3.9.5.1 Tipo "A"

##### 3.9.5.1.1 Pierna Derecha

Pierna Derecha					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
10.75	9.08	23.33	14.92	17.17	22.58

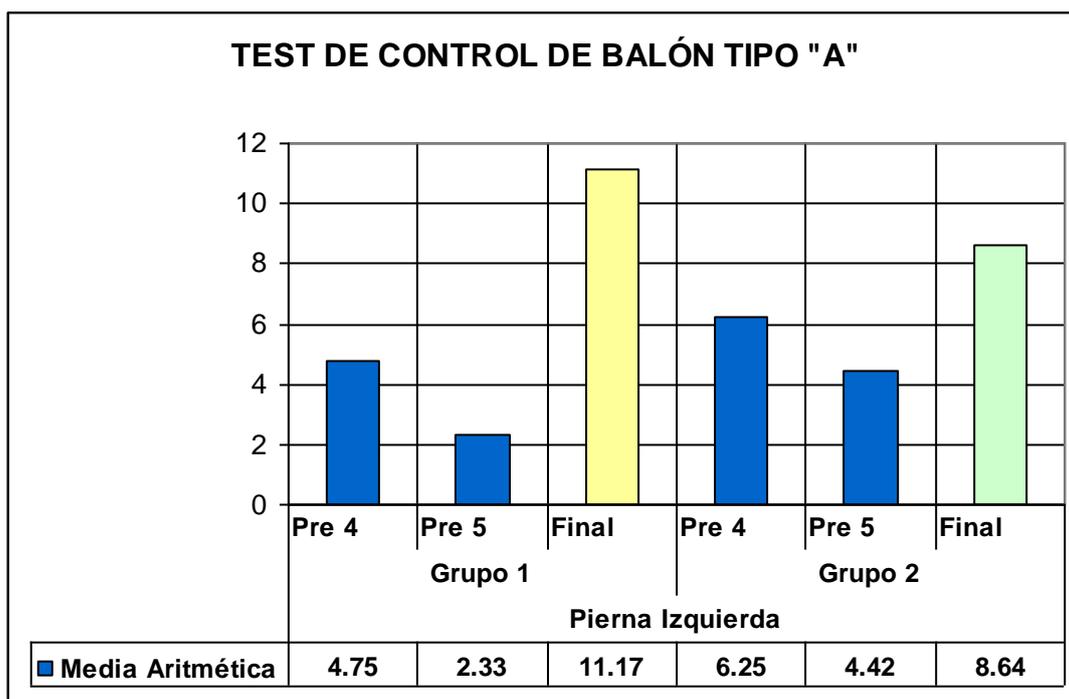


#### Conclusión:

Se observa en la gráfica que ambos grupos poseen un bajo nivel para controlar el balón, sin embargo después de un trabajo bien orientado ellos lograron mejorar este es el caso del Grupo 1 que mejoró 12.58 toques y el Grupo 2 también mejoró pero tan solo 7.66 toques con pierna derecha ambos grupos. Lo que significa que un entrenamiento bien dirigido y con balón No.4 mejora apreciablemente el control de Balón con pierna derecha.

### 3.9.5.1.2 Pierna Izquierda

Pierna Izquierda					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
4.75	2.33	11.17	6.25	4.42	8.64



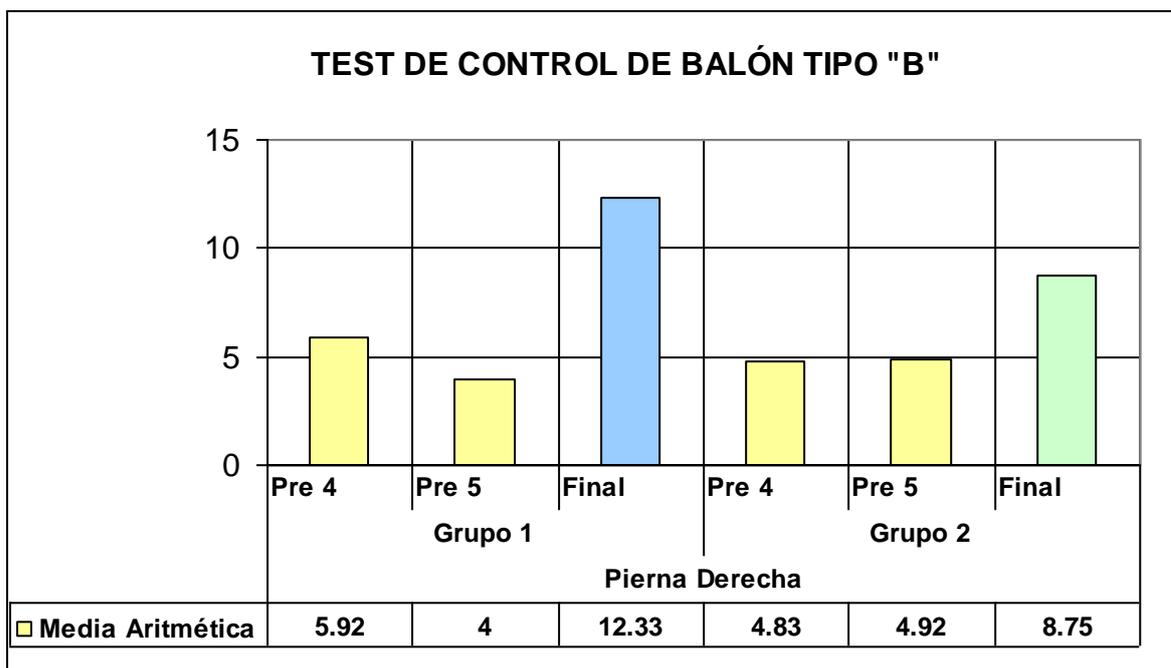
#### Conclusión:

Se pudo observar en el campo que ambos grupos poseían un alto grado de deficiencia para controlar el balón con pierna izquierda, más en la gráfica podemos observar su mejoría después de aplicada la metodología. El grupo 1 con balón No. 4 logro una Media Aritmética de 11.17, mejoro 6.42 toques, el Grupo 2 también mejoró pero tan solo 2.39 toques, con una Media Aritmética de 8.64 toques. Lo que significa que un entrenamiento bien dirigido y con balón No.4 mejora apreciablemente el control de Balón con pierna izquierda.

### 3.9.5.2 Tipo "B"

#### 3.9.5.2.1. Pierna Derecha

Pierna Derecha					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
5.92	4	12.33	4.83	4.92	8.75

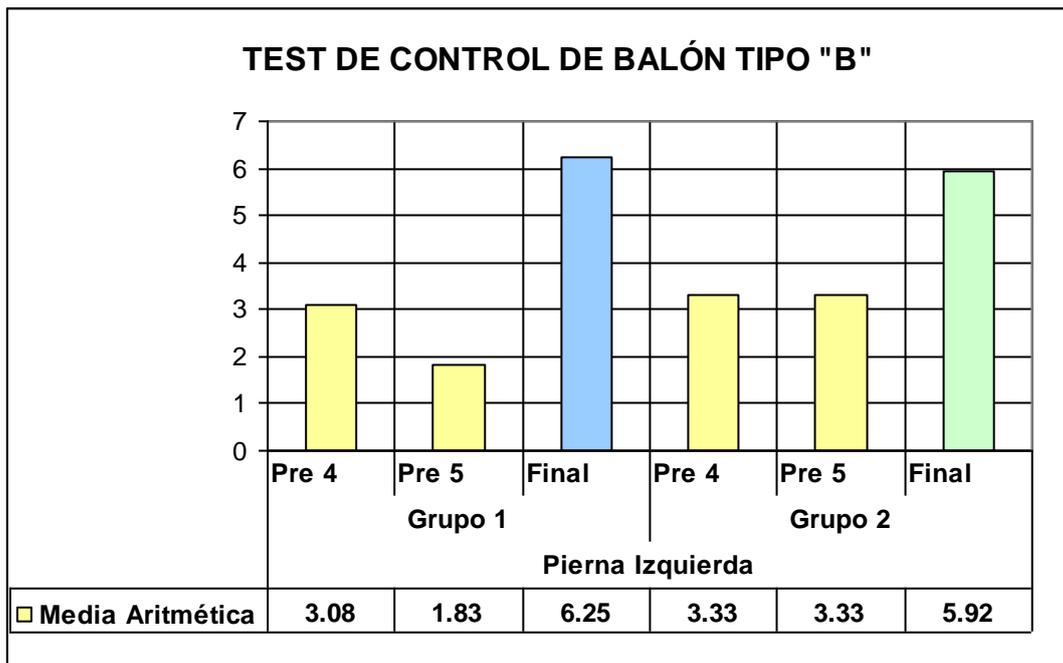


#### Conclusión:

Se observa en la gráfica que ambos grupos poseen un bajo nivel para controlar el balón, el Test demandó un grado de coordinación y control alto, sin embargo después de un trabajo bien orientado ellos lograron mejorar su promedio este es el caso del Grupo 1 que mejoró 6.41 toques y el Grupo 2 también mejoró pero tan solo 3.92 toques con pierna derecha-rodilla-cabeza en ambos grupos. Lo que significa que un entrenamiento bien dirigido y con balón No.4 mejora apreciablemente la coordinación y control de Balón con pierna derecha.

### 3.9.5.2.2. Pierna Izquierda

Pierna Izquierda					
Grupo 1			Grupo 2		
Pre 4	Pre 5	Final	Pre 4	Pre 5	Final
3.08	1.83	6.25	3.33	3.33	5.92

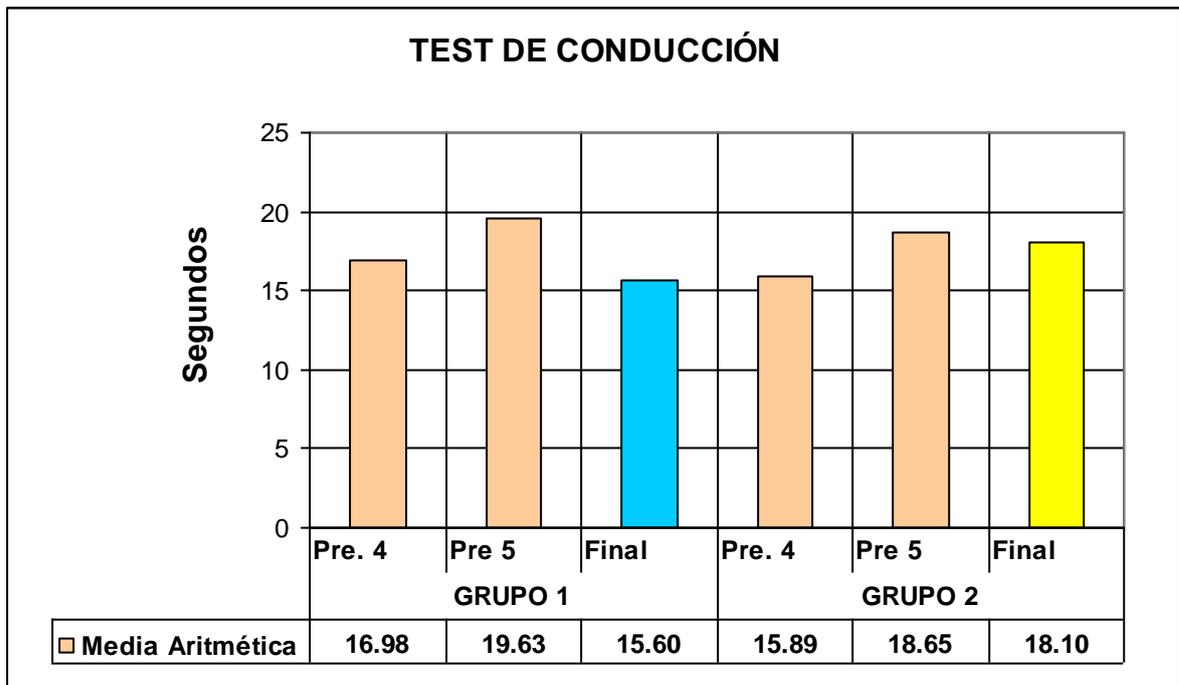


#### Conclusión:

Se pudo observar en el campo que ambos grupos poseían un alto grado de deficiencia para controlar el balón con pierna izquierda, especialmente en este test, más en la gráfica podemos observar su mejoría después de aplicada la metodología. El grupo 1 con balón No. 4 logró una Media Aritmética de 6.25, mejoró 3.17 toques, el Grupo 2 también mejoró pero tan solo 2.59 toques, con una Media Aritmética de 5.92 toques. Lo que significa que un entrenamiento bien dirigido y con balón No.4 mejora apreciablemente el control de Balón con pierna izquierda.

### 3.9.6 Test de Conducción

GRUPO 1			GRUPO 2		
Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
16.98	19.63	15.60	15.89	18.65	18.10

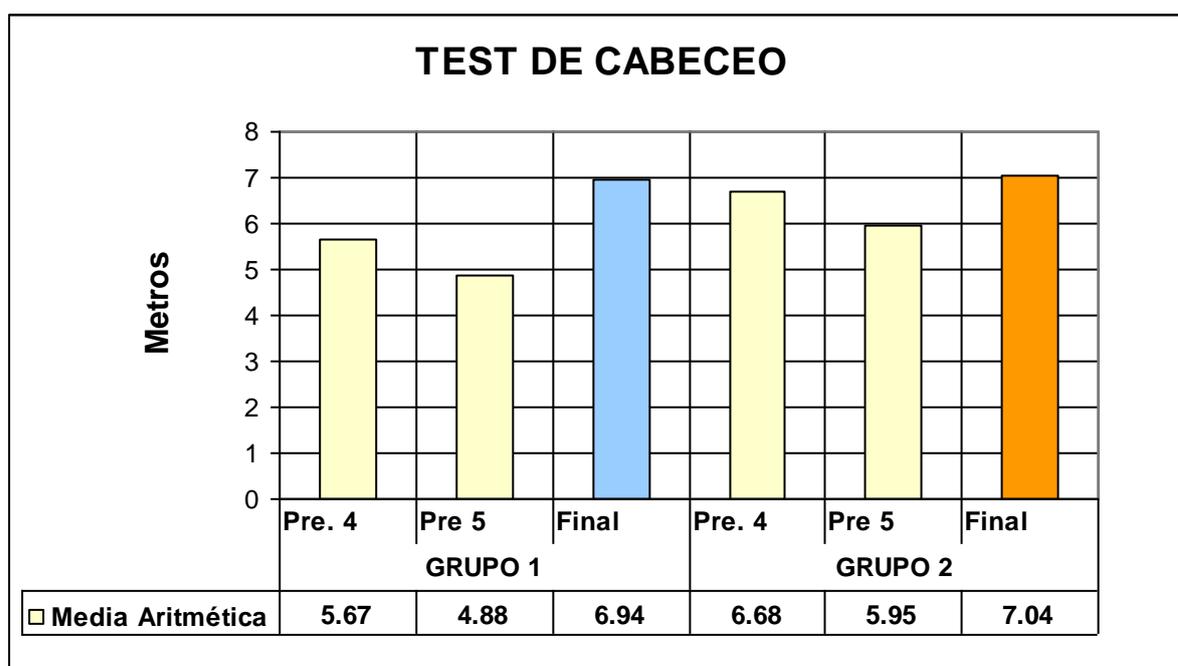


#### Conclusión:

El uso del balón No. 5 no desarrolla la Técnica de conducción, con balón No.4 como vemos en el gráfico el Grupo 2 en su Pre-Test 4 logra un promedio de 15.89 segundos que es buen tiempo, luego del entrenamiento su promedio aumenta a 18.10 segundos disipando 2.21 segundos. En relación al Grupo 1 que disminuye su tiempo en 1.38 segundos con respecto al primer Test con Balón No.4. Lo que se afirma que el balón No. 4 mejora la conducción de Balón en los deportistas de estas edades.

### 3.9.7 Test de Cabeceo

GRUPO 1			GRUPO 2		
Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
5.67	4.88	6.94	6.68	5.95	7.04



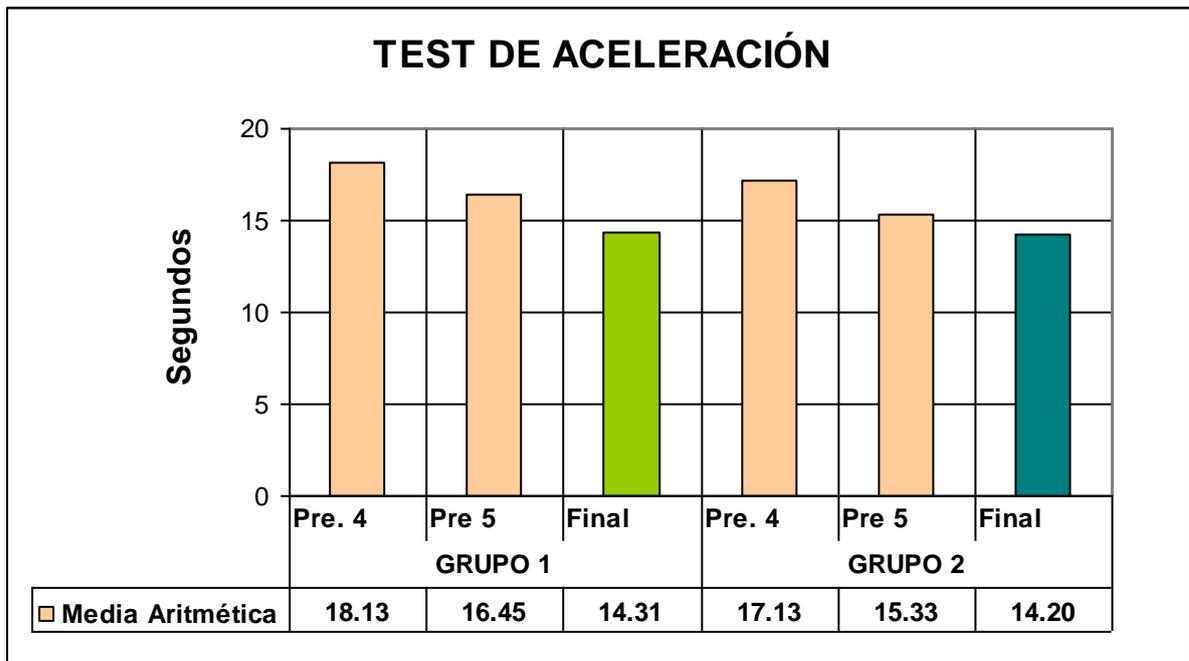
#### Conclusión:

En la Gráfica apreciamos el mejoramiento de ambos grupos, en Grupo 1 logra un promedio final de 6.94 metros, mejora 1.27 metros, el grupo 2 alcanza un promedio de 7.04, mejora 0.36 metros.

Se afirma que el Balón No. 4 mejora la Técnica del Cabeceo en relación al Balón No.5.

### 3.9.8 Test de Aceleración

GRUPO 1			GRUPO 2		
Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
18.13	16.45	14.31	17.13	15.33	14.20



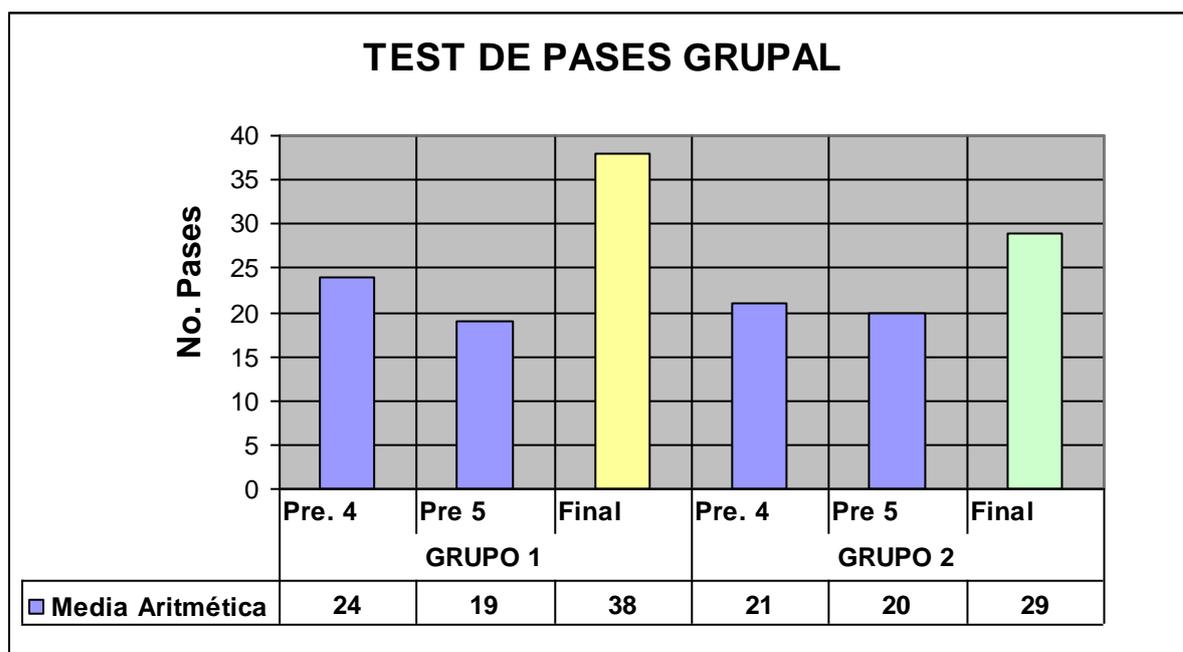
#### Conclusión:

Apreciamos en la Gráfica que ambos grupo poseen en el Pre-Test con Balón No.5 un promedio de tiempo bueno, más en el Post-Test mejoran. El primer Grupo mejora su promedio acortando 3.82 segundos a su tiempo inicial, en cambio el Grupo 2 también mejora su promedio acortando 2.93 segundos a su tiempo Inicial.

Lo que nos da a entender que el Grupo 1 mejoró 0.89 segundos en relación al Grupo 2.

### 3.9.9 Test de Pases Grupal

GRUPO 1			GRUPO 2		
Pre. 4	Pre 5	Final	Pre. 4	Pre 5	Final
24	19	38	21	20	29



#### Conclusión:

El grupo uno en el Pre-Test con Balón No.4 obtiene un promedio de 24 pases en 1 minuto, y en el Post-Test 38, mejora 14 pases, el Grupo 2 en cambio tan solo mejora 8 pases.

La técnica colectiva del Grupo 1 mejoró considerablemente con balón No.4 en relación al Grupo 2 con Balón No.5.

### **3.10 Comprobación de Hipótesis**

**Hi.** El uso del balón No. 4 mejora el nivel técnico con balón en relación al uso del balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito.

Luego de analizar los documentos y los resultados obtenidos en cada uno de los Test de ambos Grupos se puede determinar que existe un mejoramiento de la Técnica con Balón debido a la influencia de una Metodología adecuada y el uso del Balón tamaño No.4, por tal razón se puede decir que:

**LA HIPÓTESIS HA SIDO COMPROBADA**

## CAPITULO IV

### 4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 4.1. CONCLUSIONES

- La aplicación de la Investigación en los deportistas de la Categoría Sub. 12 del Colegio Menor San Francisco de Quito permitió un buen desarrollo de los elementos técnicos con balón, de esta manera se logró alcanzar el nivel necesario para la continuidad del proceso de enseñanza y desarrollo de las mismas.
- Los Test seleccionados para evaluar los elementos técnicos, cumplieron a cabalidad con el objetivo y la razón del estudio.
- Durante el desarrollo de los Pre-Test al Grupo de estudio, se aplicó la metodología a la categoría sub. 14, logrando también el desarrollo de los elementos Técnicos con Balón. Los resultados no se hicieron esperar y conseguimos el Título de CAPEONES COPA VALL 2008.
- Luego de aplicados los Pre-Test se desarrolló La Metodología de 150 ejercicios en un tiempo de 4 meses, con 3 sesiones semanales y una duración de 1 hora.
- Al aplicar una metodología congruente a la edad física y cronológica, la aceptación por parte de los grupos fue muy favorable, siendo este otro factor importante en el desarrollo de los elementos técnicos con balón.

- Los resultados obtenidos aportaron para comprobar que El balón No. 4 es de gran influencia para el aprendizaje y el desarrollo de los diferentes elementos técnicos en las edades comprendidas de 10-12 años, cuyo tamaño del pie se adapta mejor al peso y circunferencia del balón. No así con el balón No.5 que también ayudo a mejorar la técnica con balón pero en menor porcentaje.
- El grupo en estudio, mejoró increíblemente su nivel Técnico, táctico, psicológico y físico, según el Profesor Juan Pablo García, por tanto los resultados tampoco se hicieron esperar logrando el Vice-Campeonato Copa Vall 2008, este logro le dio mucha más importancia al estudio.
- Por lo anterior, la Hipótesis de comprueba plenamente al aseverar que:

Hi: El uso del balón No. 4 mejora el nivel técnico con balón en relación al uso del balón No. 5 en la categoría sub. 12 de fútbol del colegio Menor San Francisco de Quito

## 4.2. RECOMENDACIONES

En el presente estudio de tipo correlacional, se realiza las siguientes recomendaciones las cuales aportarán para el mejoramiento de la misma en futuros estudios:

- Aplicar los Test de Técnica individual y Colectiva siempre que se inicie un periodo formativo o temporada competitiva para conocer el nivel que se encuentran los deportistas.
- Se debe aplicar este tipo de estudio en los niños lo antes posible para que se pueda desarrollar el deficiente grado técnico con balón.
- Se debe en lo posible desarrollar los elementos técnicos del fútbol con balón No.4 en estas edades.
- Al haber obtenido un resultado muy significativo en la aplicación de los Post-Test, se recomienda dar un seguimiento anual en esta faja etárea.
- Se sugiere realizar estudios comparativos para tener mayor alcance en datos y referencias para la investigación sobre la técnica individual con balón No.4 y No.5.
- Se sumen alumnos que realicen tesis de tipo correlacional para afianzar los conocimientos y dar seguimiento al progreso de nuestros futuros futbolistas Ecuatorianos.

## BIBLIOGRAFÍA

### Fuentes Bibliográficas:

- BENEDEK, Endre, *Fútbol Infantil*, Segunda Edición, Barcelona, Editorial Paidotrivo, impreso en España.
- Cultural, S.A. *Manual de Educación Física deportes y recreación por edades*, Edición 2004, Madrid –España, Impreso en Colombia.
- EIBMANN, Hans-Jorg, Dr. (e.d.): *Fútbol Base. Programas de entrenamiento 12-13 años*. Primera Edición, Editorial Paidotrivo, Impreso en España.
- FRAILE ARANDA, Antonio (2003). *Metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo aplicada al fútbol*. Escuela Nacional de Entrenadores. Madrid.
- GARCÍA DOMÍNGUEZ, J.A. (2004-2005). *Apuntes de técnica del curso de entrenadores de fútbol Nivel 1*. Escuela de entrenadores de Castilla y León.
- Grupo Océano, *Manual de Educación Física y Deportes, técnicas y actividades prácticas*, Impreso en España.
- RODRÍGUEZ, Toninho G. *Fútbol, Iniciación, alto rendimiento, la preparación física*, primera edición, Editorial Magisterio 2000, impreso en Santa fé Bogota.
- STEFANO, d` Octavio, *El entrenamiento del joven futbolista*, Primera edición, Editorial Paidotrivo, impreso en España 1999.
- TORRELLES, Sans Alex, (e.d.): *Fútbol Base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación*, Primera Edición, Editorial Paidotrivo, Impreso en España.

### Fuentes Electrónicas

- [www.futbolbase.com/horst/25razones.php](http://www.futbolbase.com/horst/25razones.php)
- <http://es.fifa.com/aboutfifa/developing/pitchequipment/football/testcriteria.html>
- <http://www.escoladefutbol.com/beto/docs/propuest/propuest.htm>
- [www.indeportesantioquia.gov.co/contratacion/verdetadetaobserva.asp?dato=140&item=3](http://www.indeportesantioquia.gov.co/contratacion/verdetadetaobserva.asp?dato=140&item=3)
- <http://www.sapriisa.co.cr/escuelasf.htm>
- <http://anselmoraq.blogspot.com/2005/11/iniciacin-al-ftbol-analisis.html>
- <http://www.entrenadores.info/> (Apuntes de técnica Nivel 1)
- <http://www.entrenadores.info/> (Test de control técnico). Jorge Sánchez. Argentina

### **Tesis Consultadas**

- JAUREGUI Luis, ¿Cómo Incide La Coordinación en la Técnica con Balón en La Categoría Sub 12 del Club Deportivo “El Nacional” en El Período Octubre 2005 – Febrero 2006?, Director: Msc. Mario Vaca. Carrera en ciencias de la Actividad Física deportes y recreación. Año 2006

### **Otros documentos**

- Federation Internationale de Football Association. Historia de los balones de competición oficiales de la FIFA Info-Plus. Archivo Pdf.
- Solid Waste and Emergency Response.El ciclo de vida de los balones. Archivo pdf. Julio del 2006.

# **ANEXOS**

**ANEXO 1**

**COLEGIO MENOR CATEGORÍA SUB-12 VICE-CAMPEON COPA VALL  
2008**



**ANEXO 2**

**Grupo 1**



**Grupo 2**



**ANEXO 3**  
**Foto del Test de Precisión de Pase:**



**ANEXO 4**  
**Foto del Test de Potencia de Remate**



**ANEXO 5**  
**Fotos de Conducción de Balón**



Circuito del Test

**ANEXO 6**  
**Foto del Test de Cabeceo**



**ANEXO 7**  
**Foto del Test de Pases Grupal**



**ANEXO 8**  
**Categoría Sub. 14 Colegio Menor Campeón Copa Vall 2007-2008**



**CAPITULO V**  
**5. PROPUESTA ALTERNATIVA**

## **Aplicación de la Propuesta Metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la técnica con balón de Ángel Santos (Eso).**

### **1. Justificación e importancia**

“En la naturaleza cada cosa tiene su periodo de gestación. Lentamente la noche se transforma en un nuevo día, o una estación sigue a la otra, sin cambios bruscos, o con una programación imparables. Las plantas crecen de la semilla y cada ser humano- y así también el jugador de fútbol- debe pasar obligatoriamente a través de unas fases de formación hasta alcanzar, con el tiempo, la madurez. Todo esta programado en un orden natural y sin prisas, pues la naturaleza no da saltos”<sup>50</sup>

Haciendo una lectura crítica de los fundamentos de técnica individual, se puede observar una falta de estimulación a edades tempranas que dificulta el desenvolvimiento óptimo de la técnica colectiva, de la táctica y de la estrategia con precisión y velocidad.

Además, el fútbol exige una sucesión de esfuerzos de tal intensidad que hace que la condición física adquiera carácter primordial y, si no se pone énfasis en la realización de una preparación física multilateral, el mejor de los dotados técnicamente, si no es capaz de mantener un esfuerzo constante se hundirá en el anonimato.

Existe un debate sobre si debe proporcionarse enseñanza explícita (comprensiva), como Morcillo , Moreno y Jiménez (2003) con métodos activos de enseñanza, como plantean Garganta y Pinto (1997) ; Wein (1995) ; o si debe priorizarse la "incubación incidental" planteada por Kröger y Roth (2003), que "los niños aprendan a jugar, jugando" – Toral y otros

---

<sup>50</sup> Fútbol a la Medida del Niño. Horst Wein. Deporte Formativo

(2005) -y teniendo en cuenta al juego – Parlebas (1988)- o al "fútbol de la calle", referido por Brüggemann, y Albrecht (1996) ; Silveira (2005) como "principal maestro".

En el fútbol, se dice que..."el jugador nace, no se hace..." y que lejos se está de esa realidad; es lógico que habrá que disponer de la materia prima adecuada pero luego hay que prepararla, moldearla, es por eso que se arriba a la siguiente propuesta metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la Técnica con Balón por Ángel Santos.

## **2. Objetivos:**

### **2.1. General**

- Desarrollar metodológicamente la Técnica con Balón en los integrantes de la Categoría Sub. 12 de Fútbol del Colegio Menor San Francisco de Quito.

### **2.2. Específicos**

- Mejorar el nivel Técnico individual y colectivo de la Selección Sub. 12 del Colegio Menor San Francisco de Quito.
- Afianzar el conocimiento de elementos técnicos con balón.
- Corregir errores técnicos con balón.

## **3. Beneficiarios**

Los Beneficiarios directos de la aplicación de esta propuesta son los integrantes de la Categoría Sub. 12 del Colegio Menor San Francisco de Quito. A partir de estos, se pueden beneficiar estudios posteriores en la misma institución o en otra, siendo esta una de las más importantes.

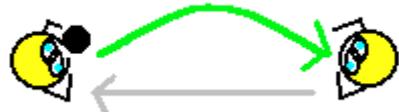
## 4. Descripción de la propuesta

### Propuesta Metodológica de 150 ejercicios para desarrollar la técnica con balón de Ángel Santos (Eso).

#### 4.1. El Control

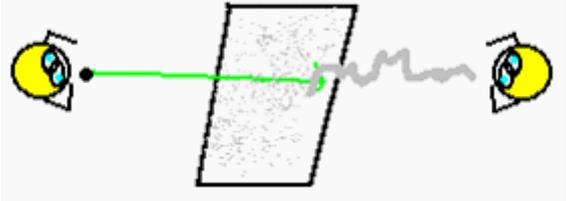
##### 4.1.1. Ejercicios para el dominio de las superficies de contacto

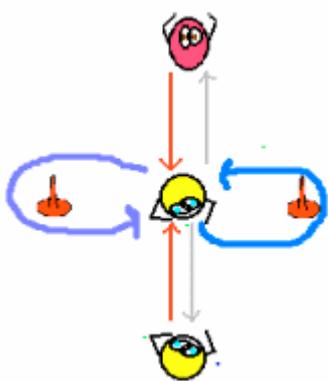
Este tipo de ejercicios se utiliza para que los jugadores aprendan como se realiza el gesto, como han de colocar el pie y para que el entrenador pueda corregir y explicar como se hace el control. Importante que el entrenador compruebe que los jugadores realizan correctamente el gesto técnico y que no controlen de cualquier forma porque en ese caso no sirve de nada el trabajo.

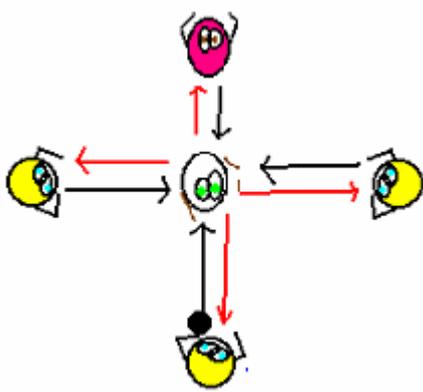
<p>1. Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón por pareja. El jugador A envía rasa la pelota a su compañero B, quien controlará la pelota según le hayamos propuesto. El jugador realiza la misma acción hacia su compañero.</p>	
<p>2. Siguiendo el mismo esquema de ejercicio anterior, el jugador A envía la pelota hacia su compañero B con las manos, para que éste controle utilizando la planta del pie justo en el momento que el balón toque el suelo.</p>	
<p>3. Individualmente, cada jugador con un balón, se lanza el balón hacia delante para controlar con el pecho, con el muslo, con la cabeza,... después de un bote. Después de conducir unos metros por el espacio se repite la misma acción. (los jugadores se reparten por el espacio de juego)</p>	
<p>4. Por parejas siguiendo la situación del ejercicio 1. el jugador a envía el balón a su compañero con las manos, haciendo que bote en el suelo y B controla con el pecho, con el muslo, con la cabeza, con el pie elevado, ... y le devuelve el balón a su compañero. Después de 5 intentos cambiamos de ejecutante.</p>	

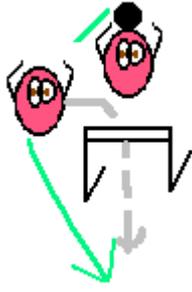
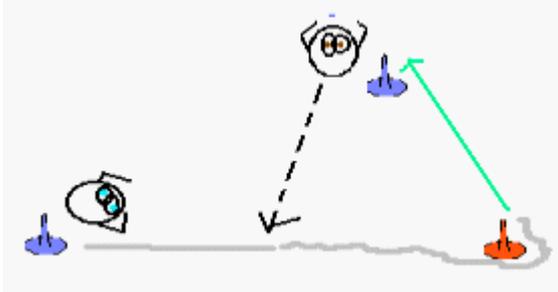
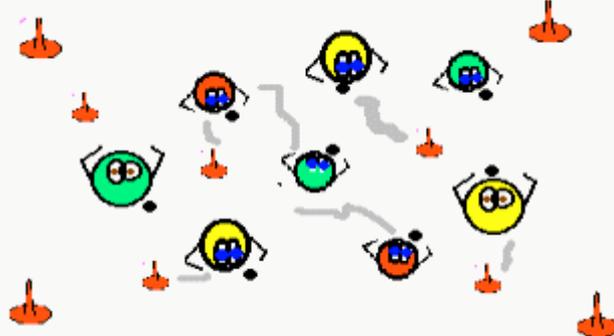
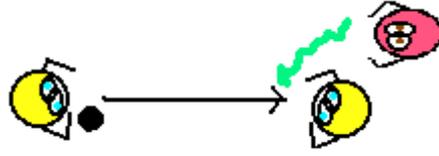
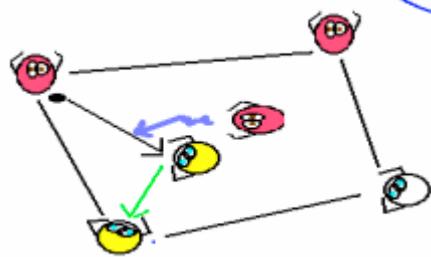
<p>5. Los jugadores individualmente con un balón, lo lanzan hacia atrás y rápidamente se giran y van a buscarlo para controlarlo y repetir el ejercicio. (Los jugadores se reparten por el terreno de juego)</p>	
--	---

**4.1.2. Ejercicios para trabajar los controles**

<p>6. Los jugadores colocados por parejas con un balón, realizan un pase hacia su compañero quien en lugar de esperar la llegada de la pelota, sale a su encuentro y controla dentro de una zona delimitada para tal efecto, tal como muestra el gráfico.</p>	
---	--

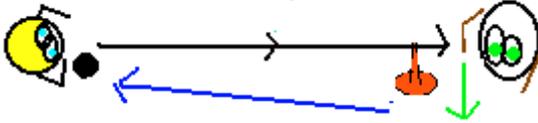
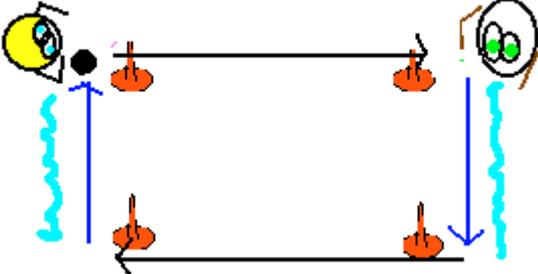
<p>7. Colocamos a los jugadores por grupos de tres y los distribuimos tal como nos indica el gráfico situado más abajo. El jugador B pasa el balón a su compañero A quien controla la pelota y devuelve el pase a su compañero B, corre a dar la vuelta a un cono situado a su izquierda para encararse hacia C y recibir el pase de éste, controla y devuelve el pase a C, da la vuelta al otro cono situado siempre a su izquierda y quedará orientado hacia B, con el que repetirá el mismo esquema realizado anteriormente. El ejercicio puede realizarse con balones que lleven diferentes trayectorias (rasos o aéreos). El tipo de control lo marca el entrenador en función de lo que pretendamos trabajar.</p>	
---	---

<p>8. Formamos grupos de 5 jugadores y los distribuimos según indica el gráfico adjunto, formando una estrella. El jugador A situado en el centro, recibe el balón de B, lo controla y lo devuelve, acto seguido gira hacia C con quien repetirá la misma acción y así sucesivamente con el resto de compañeros. Igual que el ejercicio anterior la pelota puede ser rasa o aérea. Y el tipo de control lo marcará el entrenador en función de lo que pretenda trabajar.</p>	
--	--

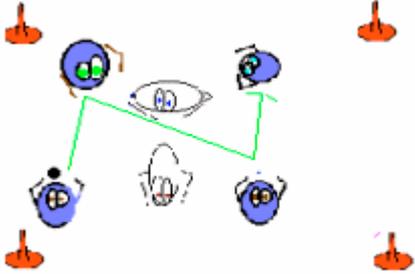
<p>9. Los jugadores por parejas se sitúan al lado de una valla. El jugador A lanza el balón por medio de un saque de banda por encima de la valla y su compañero B debe ir al encuentro de la pelota controlarla y volver al punto de inicio. La valla la utilizaremos para que el jugador que debe ir a controlar el balón pase por debajo, la rodee, la salte... cuando salga a buscar la pelota y también se puede utilizar para que una vez controlamos el balón devolver la pelota al compañero que saca de banda por debajo o por encima de la valla.</p>	
<p>10. Los jugadores colocados por parejas, se sitúan uno en cada cono azul y el balón en poder del jugador B. Este jugador envía el balón al espacio entre dos conos, para que su compañero A salga al encuentro del balón, lo controle conduzca a dar la vuelta a un cono y pase la pelota de nuevo a su compañero B para volver a iniciar el ejercicio.</p>	
<p>11. Individualmente con un balón, los jugadores conducen por el espacio que les hayamos delimitado, cuando se encuentren delante de un cono deben controlar la pelota (depende del control a trabajar y delimitando superficie de contacto) y reanudar la conducción por el terreno de juego.</p>	
<p>12. Por grupos de tres jugadores, el jugador A pasa el balón hacia su compañero B quien controlará la pelota mientras que el jugador C intenta dificultar ese control o interceptar la trayectoria de la pelota antes de que esta llegue a B.</p>	
<p>13. Los jugadores por grupos de 6 jugadores se colocan tal como muestra el gráfico adjunto. Los cuatro jugadores exteriores son encargados de realizar pases y los dos jugadores interiores de controlar y devolver el pase o de dificultarlo. El jugador A envía la pelota hacia B quien ante la oposición de C deberá controlar y</p>	

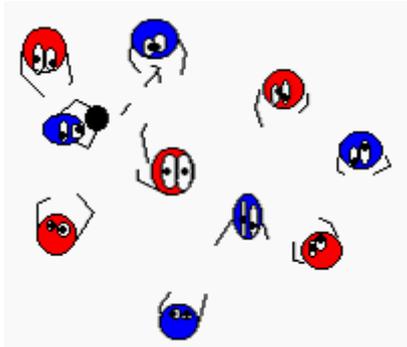
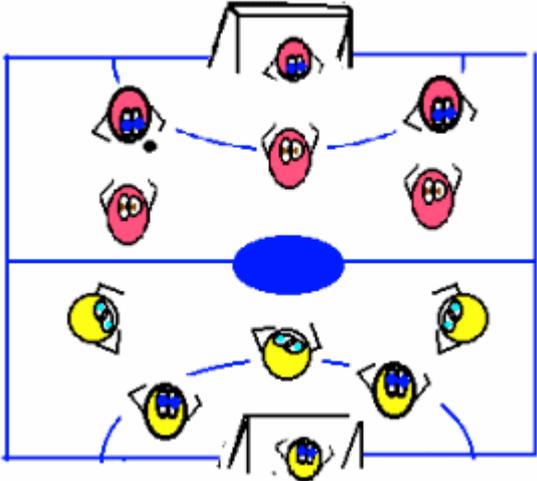
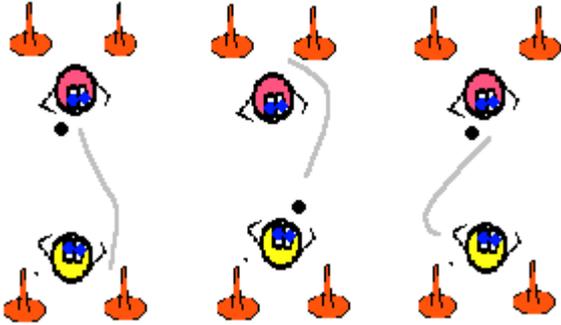
<p>pasar la pelota al siguiente jugador exterior que será D, el juego continua hasta que el balón vuelve hacia A y q todos los jugadores pasen por las distintas situaciones.</p>	
---	--

**4.1.3. Ejercicios para trabajar el control orientado**

<p>14. Individualmente, cada jugador con un balón lo lanza al aire o por el suelo y con un solo toque (según la superficie de contacto que marcamos) deben controlar el balón y seguir conduciendo.</p>	
<p>15. Por parejas el jugador A tiene el balón y su compañero b se sitúa al lado de un cono. A pasa el balón hacia B quien debe controlar la pelota y orientarla para superar el cono que tiene al lado. Luego envía el balón hacia A y repetimos el ejercicio.</p>	
<p>16. Similar al ejercicio anterior pero en esta ocasión en lugar de superar el cono, B debe orientar la pelota hacia el cono que el jugador tiene a su izquierda para allí pasar el balón a su compañero A. Cuando se realiza el pase el jugador se desplaza hasta el cono inicial para recibir el pase de vuelta.</p>	

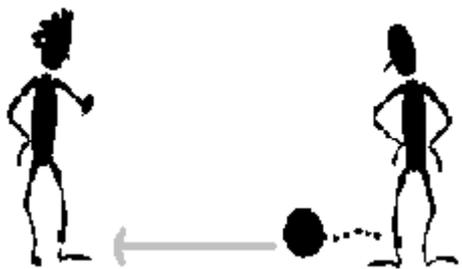
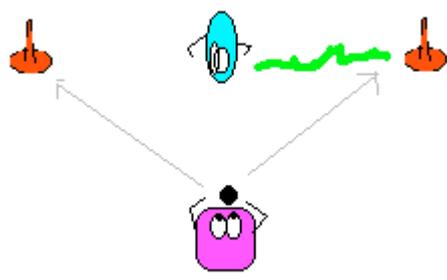
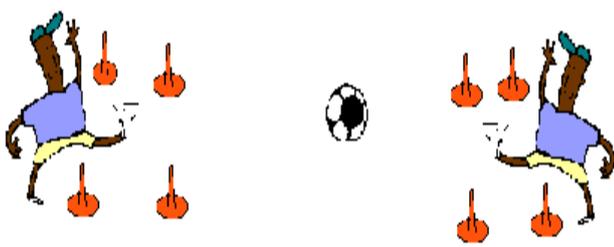
**4.1.4 Juegos para trabajar los controles**

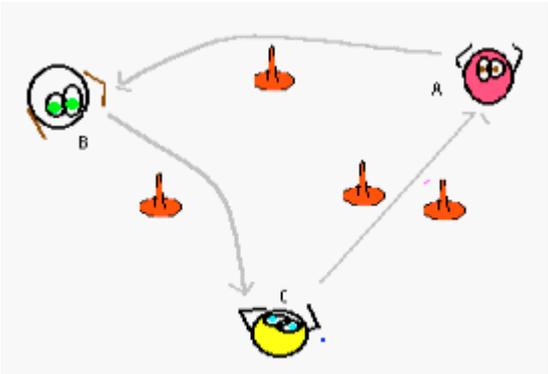
<p>17. Rondo El equipo poseedor del balón (4 jugadores) intenta conservar la pelota frente al equipo de dos defensores, quienes al recuperar la pelota cambian su posición con dos de los jugadores del equipo de cuatro. El grupo de atacantes deben realizar un control obligatorio antes de realizar el pase hacia algún otro compañero.</p>	
---	--

<p>18. Los 10 pases. Formaremos dos equipos de igual número de jugadores y delimitaremos un espacio donde se desarrollará el juego. El juego comienza mediante un lanzamiento al aire del entrenador. Un jugador controla el balón, a partir de ese momento el equipo que está en posesión del balón intenta realizar el mayor número de pases consecutivos, mientras el equipo contrario intenta interceptar el balón y hacerse con la función de atacante. El juego se desarrolla con control obligatorio antes de pase, es decir que no se puede jugar al primer toque. Los controles los delimitará el entrenador en cuanto a superficie de contacto y tipo. Adjudicaremos un punto al equipo que consiga realizar 10 pases seguidos sin que la pelota haya sido tocada por algún jugador del otro equipo o haya salido de los límites del terreno de juego.</p>	
<p>19. Realizaremos un partido 5 contra 5 (las dimensiones del campo dependen del trabajo a realizar) con control obligatorio antes de realizar el pase hacia un compañero (delimitaremos el tipo de control y la superficie de contacto a utilizar).</p>	
<p>20. El portero sin manos Los jugadores se colocan por parejas cada uno defendiendo una portería pequeña formada con conos y tienen una pelota por pareja. Los jugadores deben intentar batir la portería defendida por su oponente y el defensor debe parar la pelota sin utilizar las manos con lo que hará uso de los controles para hacerse con la pelota.</p>	

## 4.2 El golpeo con el pie

#### 4.2.1 Ejercicios para la mejora del golpeo con el pie

<p>21. Los jugadores individualmente con un balón se sitúan repartidos por el espacio que hayamos delimitado y practican el tipo de golpeo que haya propuesto el entrenador. Se trata de realizar un pequeño golpeo y que el balón avance 5 o 6 metros, lo recogemos y seguimos practicando.</p>	
<p>22. Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro. En jugador A se coloca a 3 metros de la pelota y su compañero B, retiene la pelota pisándola con la planta por la parte trasera del balón. EL jugador ha avanza hacia la pelota y realiza un golpeo (" sin potencia solo nos interesa la colocación del jugador. El gesto del pie y el punto de impacto con el balón") según el entrenador haya indicado.</p>	
<p>23. Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro encarados a unos 5 metros de distancia con un balón por pareja. El entrenador propondrá el tipo de golpeo y después de explicarlo, los jugadores se Irán pasando la pelota según el golpeo propuesto.</p>	
<p>24. Los jugadores se colocan por parejas uno se queda con el balón y el otro se sitúa como especie de portero entre una portería formada por conos de unos 7 metros de longitud. El jugador con el balón deberá intentar tocar los conos que formaban la portería y el jugador B intentar que no lo consiga sin utilizar, eso sí, las manos. Los tipos de golpes también serán propuestos por el entrenador.</p>	
<p>25. Los jugadores colocados por parejas se distribuyen por el espacio a una distancia de 15 metros y al lado de cada jugador se dibuja un cuadrado de conos. Los jugadores Se pasan el balón entre ellos, según la superficie de contacto practicada (empeines) intentando colocar el balón dentro</p>	

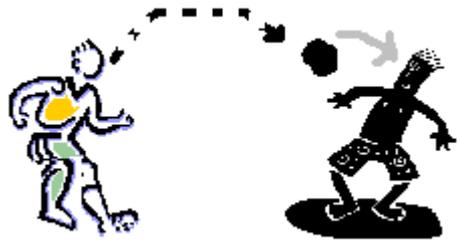
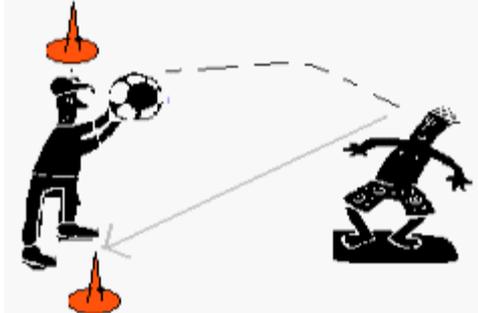
<p>del cuadrado del compañero. Cada vez que la pelota entre en el cuadrado sin realizar ningún bote previo valdrá 3 puntos, si realiza un bote previo valdrá 1 punto y si da más botes no tendrá valor.</p>	
<p>26. Los jugadores se colocan por grupos de tres, un grupo en cada espacio idéntico al gráfico adjunto. Los jugadores se van pasando el balón de forma que la pelota pase lo más cerca posible al cono que tienen entre uno y otro jugador. El jugador A pase la pelota con el empeine interior, el jugador B con el empeine exterior y el jugador C con el interior. El tipo de golpeo se puede variar en función de lo que pretendamos trabajar y también hacerlo sin obstáculos en forma de triángulo.</p>	

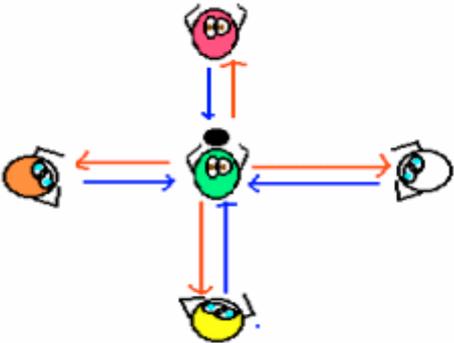
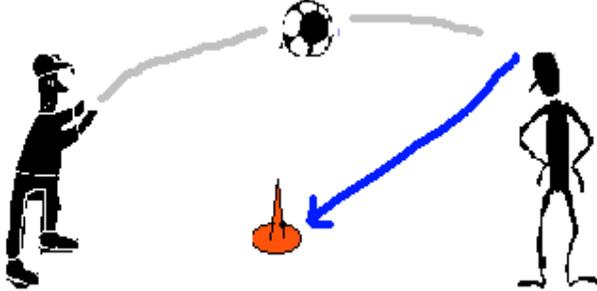
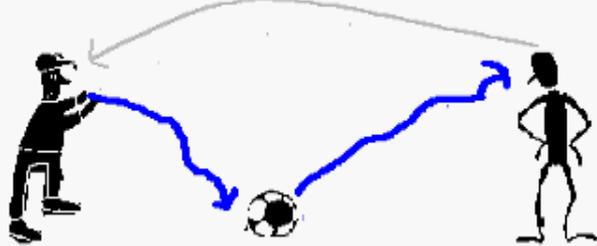
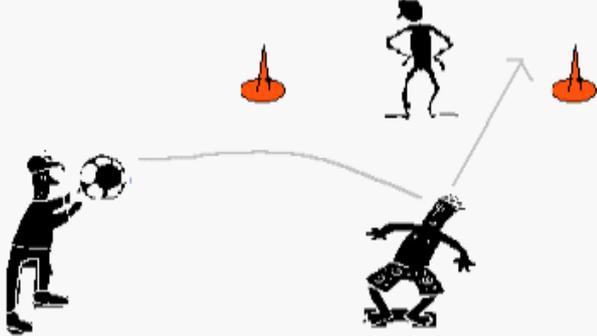
No colocamos más ejercicios específicos de trabajo de golpeo porque como hemos dicho antes, el golpeo según la intención con que lo realizamos se convertirá en un pase, un tiro, un control, un regate, de esta forma podremos encontrar más ejercicios en las diferentes secciones de este trabajo. Sólo debemos ser conscientes de que hay que realizar las correcciones cuando el jugador realiza el gesto si no lo hacemos no trabajará el golpeo correctamente y como vemos está presente en casi todas las acciones.

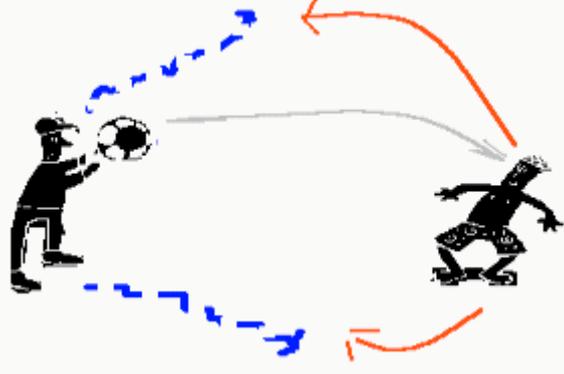
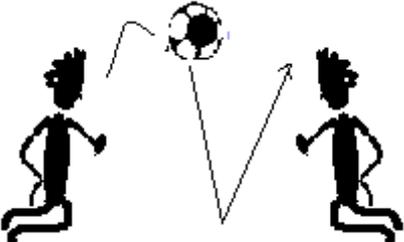
### 4.3 El golpeo de cabeza

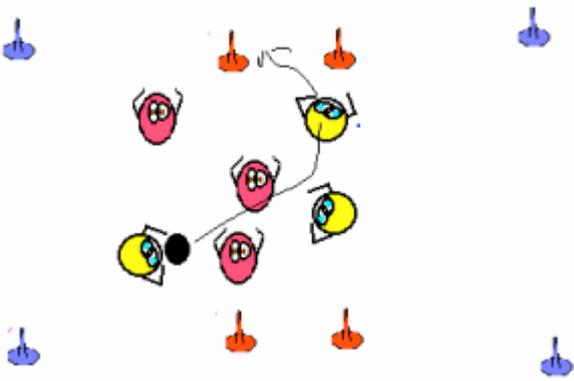
#### 4.3.1 Ejercicios para el aprendizaje del golpeo de cabeza

<p>27. El jugador individualmente con un balón, intenta mantenerlo en el aire mediante toques con la cabeza.</p>	
--	--

<p>28. Por parejas uno delante del otro a escasos metros, se pasan el balón con la cabeza intentando realizarlo el mayor número de veces posibles. En este ejercicio se puede hacer más difícil obligando a que antes de pasar el balón al compañero, el jugador tiene que haber dado un toque vertical el mismo.</p>	
<p>29. En la misma disposición anterior ahora los jugadores se siguen pasando la pelota, pero después el jugador debe sentarse en el suelo y volverse a levantar, mientras el otro jugador deberá mantener el balón el tiempo necesario mediante toques de cabeza.</p>	
<p>30. Siguiendo este esquema se pueden introducir variedades de ejercicios, que el jugador tenga que dar una vuelta sobre si mismo, saltar una valla,... O también se puede realizar por grupos de tres (con dos balones) tocando el balón al primer compañero, éste lo mantiene haciendo toques y primer jugador se gira a buscar el pase del tercer compañero y así sucesivamente.</p>	
<p>31. Por parejas, el jugador A sostiene el balón con sus manos, y su compañero B realiza el gesto de golpeo de cabeza. Aquí el entrenador puede explicar como se realiza y también hacer las oportunas correcciones. Se utiliza tanto para el golpeo sin salto como con salto previo.</p>	
<p>32. Por parejas el jugador A pasa el balón a su compañero y este le devuelve la pelota con la cabeza realizando el golpeo correctamente tal como le hemos explicado. Este mismo ejercicio se puede realizar formando dos porterías, el jugador que golpeo intenta hacer gol en la portería que defiende su compañero, el cual le pasó el balón.</p>	

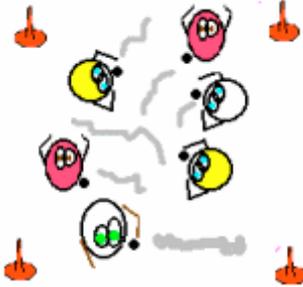
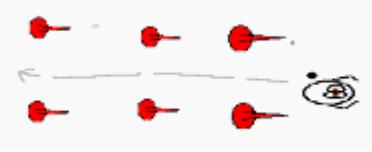
<p>33. Formamos grupos de 5 jugadores que colocan tal como muestra el gráfico adjunto a continuación. El jugador central le pasa el balón a sus compañeros y estos le devuelven de cabeza la pelota, cuando el balón llega al primer jugador se cambian los puestos.</p>	
<p>34. Por parejas el jugador A pasa el balón a su compañero mediante un saque de banda, y el jugador B golpea el balón intentando tocar un cono que está situado entre los dos compañeros.</p>	
<p>35. Colocamos a los jugadores por parejas con un balón, el jugador A lanza la pelota contra el suelo para que rebote y su compañero B vaya a cabecear la pelota devolviéndosela a A.</p>	
<p>36. Por parejas, el jugador B lanza un balón a su compañero A quien salta un pequeño espacio rectangular formado por conos en el suelo y golpea de cabeza.</p>	
<p>37. Los jugadores se colocan por grupos de tres. El jugador A actúa como portero, el jugador B remata de cabeza y el jugador C le pasa el balón para facilitar el golpeo. Los jugadores se colocan tal como muestra el gráfico, con lo que obligaremos a rematar con giro del cuello.</p>	

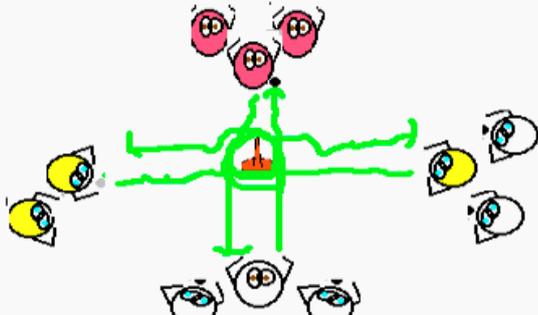
<p>38. El jugador B envía el balón hacia A para que éste le devuelva el balón hacia uno u otro lado según la dirección que haya tomado.</p>	
<p>39. Formamos grupos de tres jugadores de forma que el jugador A pasa el balón a b quien de espaldas cabecea hacia atrás enviando la pelota a C.</p>	
<p>40. Igual que el ejercicio anterior pero ahora con grupos de 5 jugadores, de forma que el primer jugador pasa el balón a b quien lo pasa hacia atrás a C, quien golpeará hacia atrás a D y así sucesivamente, cuando golpean la pelota se colocan los últimos de la fila para intentar no parar el ejercicio.</p>	
<p>41. Por grupos de tres jugadores, el jugador A pasa el balón hacia B quien le devolverá el envío con la cabeza. Mientras c se coloca entre ellos para dificultar el lanzamiento sin moverse, sólo B deberá saltar por detrás suyo para contactar el balón.</p>	
<p>42. Los jugadores se colocan por parejas uno enfrente del otro a poca distancia y de rodillas. Los jugadores se pasan el balón con la cabeza haciendo que la pelota golpee el suelo antes de llegar a su compañero.</p>	
<p>43. El jugador A se coloca de pie con el balón y su compañero b de rodillas a unos metros de él. A lanza la pelota y b se la devuelve de rodillas golpeando con la cabeza. Seguimos con el mismo ejercicio pero la progresión nos lleva a situar al jugador b de cuclillas para golpear la pelota.</p>	

<p>44. Los jugadores se dividen en dos equipos de 3 jugadores para hacer un mini partido sin porteros en un campo de 20 por 20 metros. El juego se desarrolla con las manos, de forma que los jugadores no pueden desplazarse con la pelota en las manos más de 2 pasos, con lo que los demás componentes del equipo deberán colocarse para recibir el balón. Los defensores no pueden tocar al jugador que tenga la pelota en sus manos y solo pueden interceptarla si va por el aire o por el suelo. Los goles se consiguen únicamente con un golpeo de cabeza.</p>	
<p>45. Partido normal de fútbol en el que se premian los goles con la cabeza con mayor valor que los conseguidos con otra parte del cuerpo.</p>	

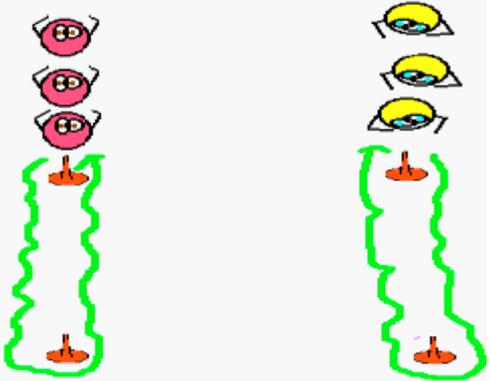
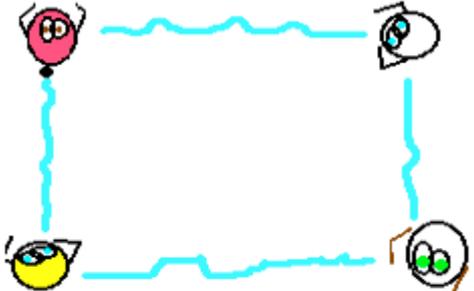
## 4.4 La Conducción

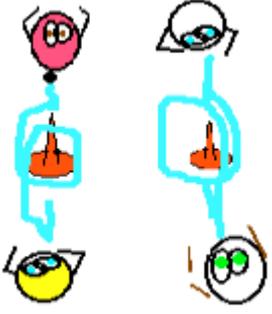
### 4.4.1 Ejercicios para el dominio de las superficies de contacto

<p>46. Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado ("más o menos el ares") utilizando las superficies de contacto que hemos determinado y intentando no chocar con los compañeros.</p>	
<p>47. los jugadores individualmente conducen la pelota por un pasillo que hemos delimitado en el terreno de juego, cuando llegan a colocarse entre dos conos, paran el balón con la planta del pie y reanudan la conducción.</p>	

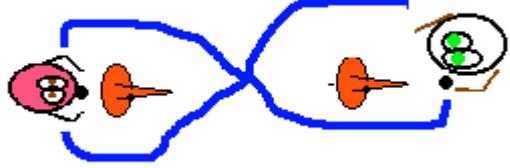
<p>48. Conducción entre conos según las superficies de contacto que hemos marcado. Cuando utilizemos la planta del pie también les haremos conducir hacia atrás.</p>	
<p>49. Los jugadores colocados por dos grupos uno delante del otro. El primer jugador conduce el balón hasta la otra fila y ocupa el último lugar de dicha fila, se realiza el ejercicio con todos los jugadores y cambiando de superficies de contacto al comenzar el primero nuevamente.</p>	
<p>50. los jugadores se distribuyen tal como muestra el gráfico y el primer jugador de cada fila conduce hacia delante, gira en el cono central y vuelve a su fila entregándole el balón a su compañero.</p>	

#### 4.4.2 Ejercicios de conducción con trayectoria rectilínea

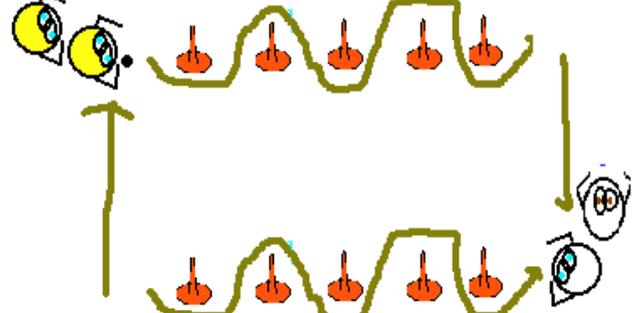
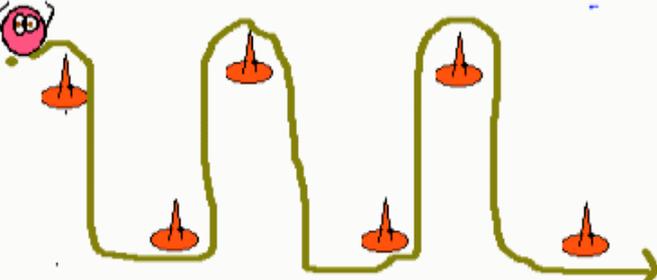
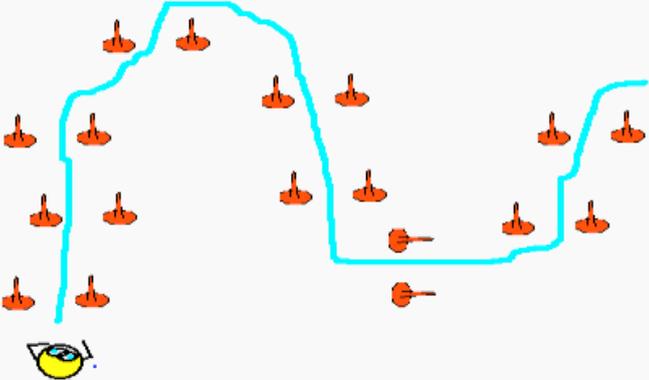
<p>51. Carrera de relevos, los jugadores colocados en dos grupos realizan una conducción de 15 metros hasta un cono, giran en ese lugar y entregan el balón a su segundo compañero y así sucesivamente.</p>	
<p>52. Los jugadores se distribuyen en grupos de cuatro formando un cuadrado. El primer jugador conduce hasta el segundo le entrega el balón y se queda en dicha situación. El segundo corre hasta el tercero y realiza la misma operación. Se sigue el ejercicio siguiendo los condicionantes propuestos por el entrenador.</p>	

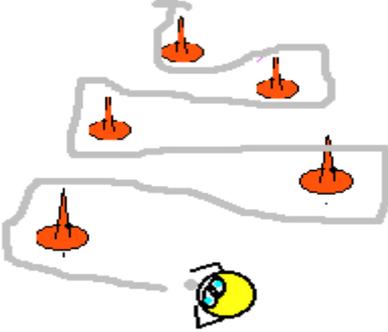
<p>53. Los jugadores se colocan por parejas uno en cada cono del final como muestra el gráfico adjunto. El primer jugador conducirá el balón hasta su compañero, dando una vuelta a un cono central que se encontrará por el camino. Al finalizar el recorrido entrega el balón a su compañero quien repetirá el mismo ejercicio. Incidir en las superficies de contacto a trabajar.</p>	
<p>54. Los jugadores cada uno con una pelota se sitúan por parejas. El primer jugador conduce por el espacio y su compañero debe intentar seguirle.</p>	
<p>55. Los jugadores conducen por el terreno de juego siguiendo las líneas del campo sin salirse de ellas, siempre por encima.</p>	

#### 4.4.3 Ejercicios de conducción con trayectoria curva

<p>56. Los jugadores conducen la pelota hasta llegar a la otra línea y realizando un giro completo con el balón a cada cono que se encuentran a su paso.</p>	
<p>57. Los jugadores conducen la pelota pasando entre los conos intentando dibujar un ocho en la trayectoria.</p>	
<p>58. Formamos un círculo con los conos y los jugadores deben realizar la conducción alrededor del círculo sin tocar los conos y con la pierna más alejada de los conos. Alternar los dos sentidos de conducción. A derecha e izquierda.</p>	

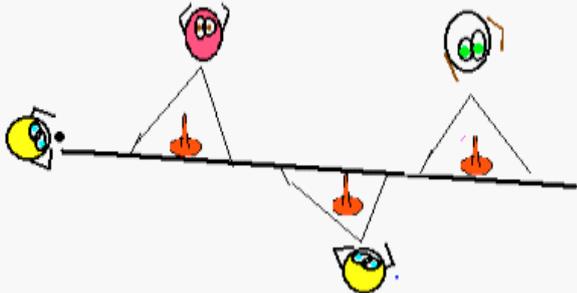
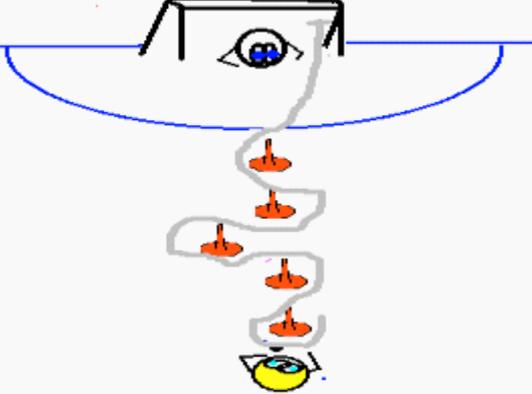
#### 4.4.4 Ejercicios de conducción en zig-zag

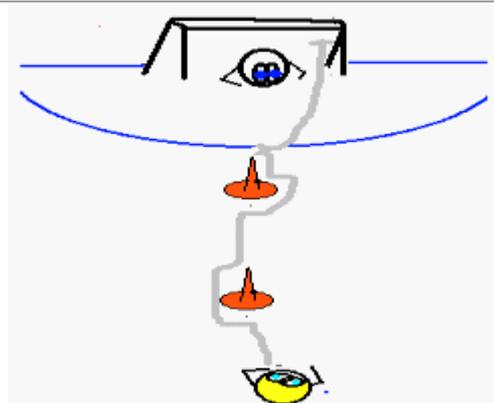
<p>59. Los jugadores conducen el balón entre los conos al llegar al otro grupo le entregan la pelota al siguiente jugador y se esperan al nuevo turno. Delimitar la superficie de contacto a trabajar y el paso entre conos utilizando ambas piernas.</p>	
<p>60. Ejercicio similar al anterior pero introduciendo un pase al final para dar mayor dinamismo al juego.</p>	
<p>61. El jugador realiza un slalom largo.</p>	
<p>62. Los jugadores con un balón conducen por el recorrido propuesto pasando por entre las puertas (conos) que les hemos colocado por el terreno de juego.</p>	
<p>63. Cada jugador con un balón. Los colocamos en fila uno detrás de otro y todos conduciendo a poca velocidad en línea recta, el ultimo jugador sale de la fila y realiza slalom entre sus compañeros o se coloca el primero avanzando por fuera.</p>	

<p>64. El jugador realiza un slalom con variación de espacio entre los conos.</p>	
---	--

#### 4.4.5 Ejercicios de conducción con otros gestos técnicos

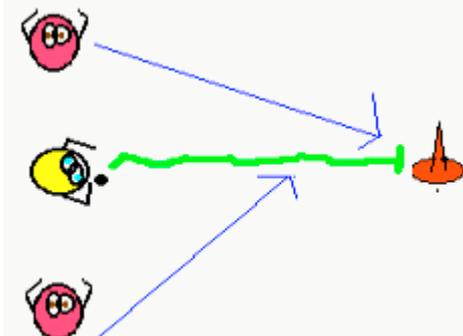
Es fácil construir ejercicios de conducción donde aparezcan otras situaciones por este motivo sólo exponemos uno de cada para que sirva de orientación.

<p>65. Los jugadores se colocan por grupos de 4 tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador A conduce la pelota al llegar al primer cono realiza una pared con su compañero B, continúa la conducción y al llegar al siguiente cono realiza otra pared con su compañero C y al llegar al último cono realiza la misma acción con su compañero D. Después de cada vuelta cambiamos las posiciones.</p>	
<p>66. El jugador realiza un slalom entre conos y al llegar a la frontal de área realiza un tiro a portería. (“ para estos ejercicios jugar con la variedad de posibilidades que nos ofrece la colocación de los conos, para trabajar más o menos intenso”)</p>	

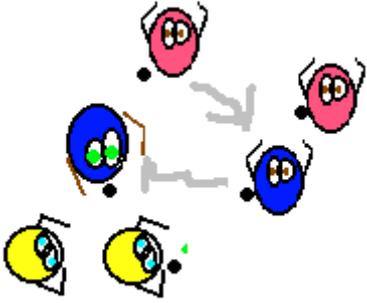
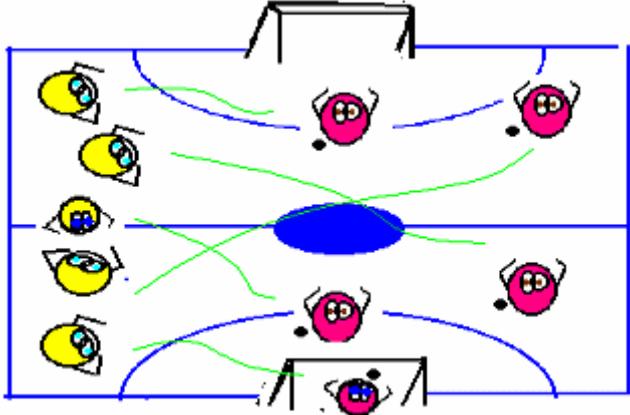
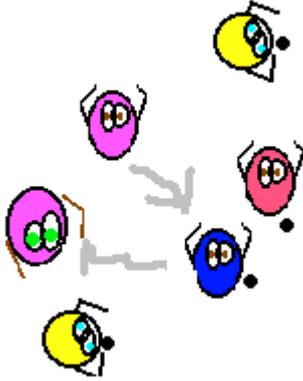
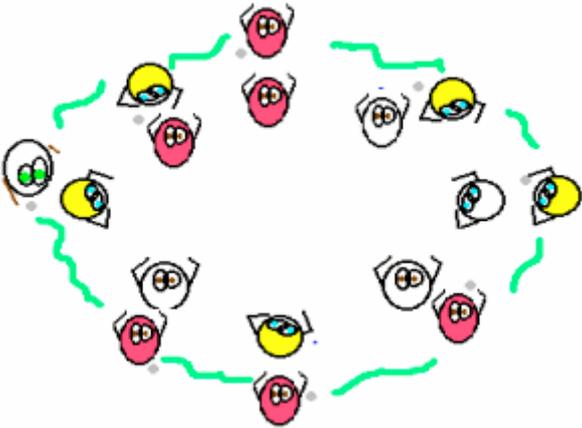
<p>67. El jugador conduce el balón y al llegar a los conos que se encuentra por el camino realiza un regate libre sin tocar el cono.</p>	
--	--

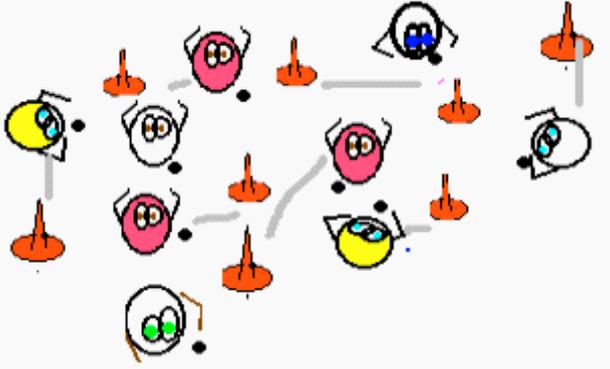
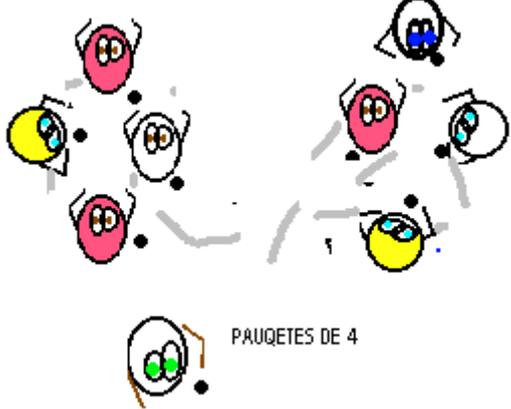
Como ves son muy sencillos de colocar y en los diferentes apartados de cada contenido técnico observaremos más archivos con mezcla de conducción.

#### 4.4.6 Ejercicios con contrarios que dificulten la conducción

<p>68. El jugador A intenta conducir hasta llegar al cono situado delante de él. En el momento que empiece la conducción, dos oponentes saldrán a intentar robarle el balón, con lo que el jugador deberá protegerlo de sus adversarios.</p>	
<p>69. Un jugador conduce por el terreno de juego y su compañero intenta arrebatarle la pelota si lo consigue cambian de posición.</p>	

#### 4.4.7 Juegos para la conducción

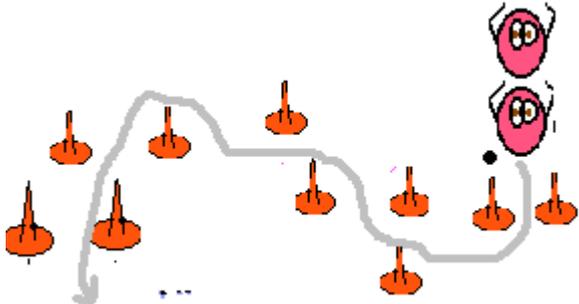
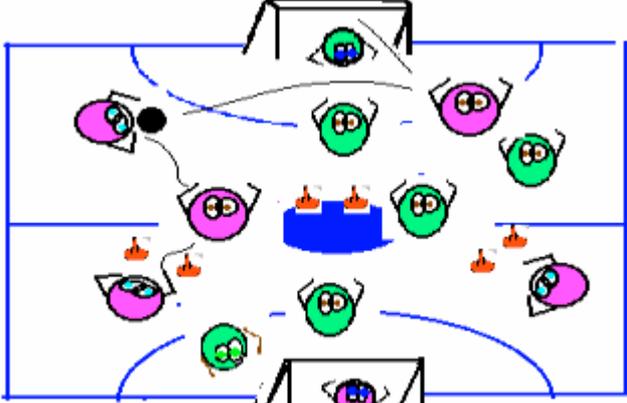
<p>70. Los jugadores se colocan por parejas y cada uno escoge un número 1 o 2. A la señal del entrenador el número dicho debe intentar atrapar a su compañero. Los dos conduciendo su balón.</p>	
<p>71. Colocamos a los jugadores en dos equipos uno con balón y el otro sin él. A la señal del entrenador el equipo sin balón intenta recuperar todos los balones posibles en el menor tiempo. Gana el equipo que termine antes de recuperar todos los balones.</p>	
<p>72. Tocar y para con balón. Los jugadores que paran van sin balón y los que escapan llevan una pelota conduciendo. En el momento que atrapen a un jugador cambian su posición con él.</p>	
<p>73. Conejos a la madriguera. Colocamos a los jugadores por parejas y si sitúan en círculo uno delante del otro. El jugador exterior con balón. A la señal del entrenador los jugadores con balón comienzan a conducir dando vueltas a la redonda que forman sus compañeros. Cuando el entrenador diga ¡YA! Deberán correr hasta pasar por debajo de las piernas de su compañero para salvarse.</p>	

<p>74. Las sillas. Colocamos conos por el espacio de juego de forma que hay para todos los jugadores menos uno, así siempre se quedará un jugador sin sitio. Los jugadores conducen por el espacio y cuando el entrenador diga ¿YA! Deben ir hasta un cono el que se quede sin, pues...</p>	
<p>75. Los paquetes con balón. Los jugadores conducen por el terreno de juego. El entrenador dirá PAQUETES DE... en ese momento los jugadores deben agruparse en grupitos del número que haya dicho el entrenador. Todo esto con balón.</p>	

#### 4.4.8 Circuitos

Además de los ejercicios sueltos también debemos realizar circuitos o recorridos en los que trabajaremos la conducción de forma rápida y con mucha actividad por parte de los jugadores. Una vez al mes cada equipo en función del día que le toque trabajar la conducción según su planificación deberá organizar un circuito, aquí ofrecemos algún ejemplo pero con juntar algunos ejercicios que proponemos para la conducción y otras situaciones que se invente el entrenador es fácil su organización.



<p>77. Siguiendo el mismo objetivo (que el jugador sin balón dificulte la conducción de su compañero, realizaremos un pequeño circuito conduciendo la pelota</p>	
<p>78. El jugador con balón realiza una conducción hasta un cono situado a 10 metros de él, al llegar a esa zona su compañero intentará quitarle el balón en el camino de vuelta al punto de inicio del ejercicio.</p>	
<p>79. Partido a medio campo en el que además de la portería colocaremos unas mini porterías formadas por conos en las que los jugadores pueden conseguir tantos si consiguen pasar por entre medio de ellas con un defensor enganchado a sus espaldas.</p>	

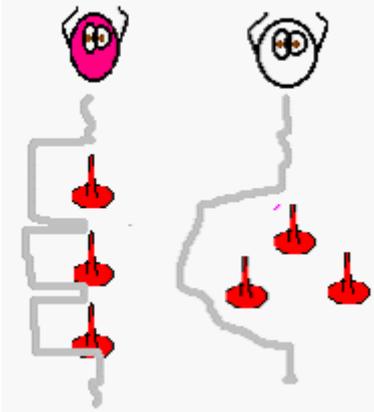
## 4.6 El Regate

### 4.6.1 Ejercicios para el aprendizaje del regate

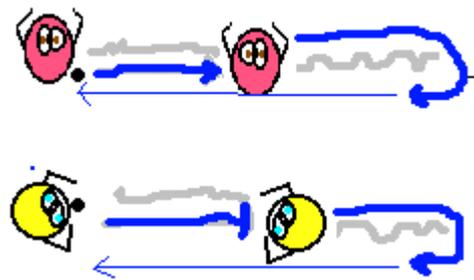
80. Los jugadores se colocan delante de un cono ("para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono más grande o una pica) y el entrenador explica el tipo de regate que vamos a realizar, cuando se haya entendido los jugadores individualmente practican el regate con el cono, mientras el entrenador corrige las dificultades. Una vez dominado el tema del regate al cono se realizará el mismo tipo de ejercicio pero en lugar de conos situaremos jugadores estáticos y sin intentar defender.



81. Cada vez que introduzcamos un nuevo tipo de regate haremos pasar a los jugadores por el ejercicio anterior únicamente con la oposición de los conos. Para variar este ejercicio sólo debemos introducir variedad de obstáculos, ya sea en forma de conos, zonas por donde no se puede pasar por ejemplo un triangulo de conos, un cuadrado, poner varios conos juntos realizar más de un regate....

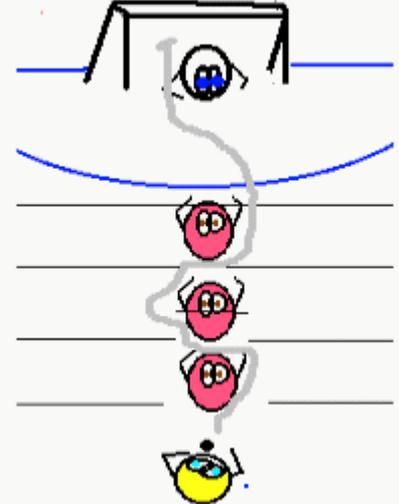
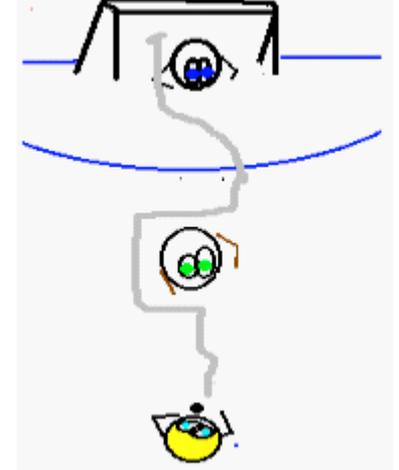
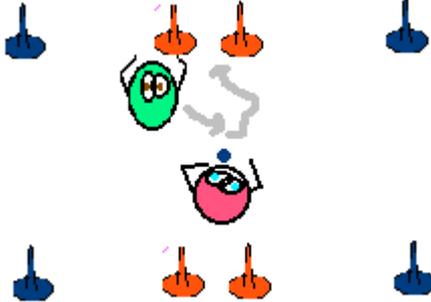


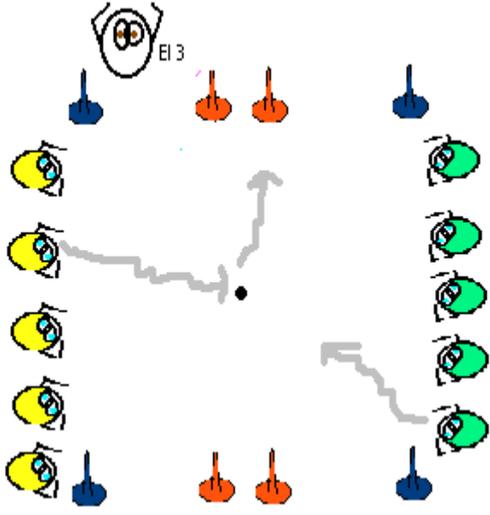
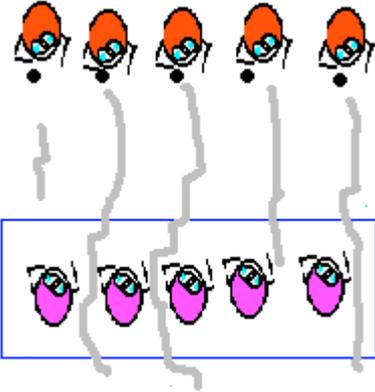
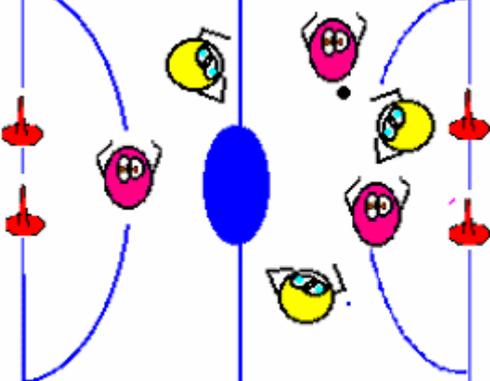
82. Los jugadores se sitúan por parejas, el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa a 5 metros de A. Con el inicio del ejercicio, el jugador A sale en dirección a B quien viene a su encuentro y realiza el regate que hayamos propuesto, cuando haya superado a su compañero, gira y le envía un pase a B y cambian sus funciones. El ejercicio sigue cambiando de función con cada regate. La oposición de B comienza siendo nula (solo saliendo al encuentro de A para con la progresión del aprendizaje convertirse en un rival que intenta hacerse con la pelota)



83. Los jugadores se colocan en grupos de tres uno en cada cono, exceptuando el cono central. Con el inicio del ejercicio cada jugador con su balón, encara el cono central realiza el regate al llegar a él y se dirige al cono de su derecha, al llegar allí vuelva a realizar el ejercicio y así sucesivamente.



<p>84. Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador A debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al segundo jugador y si lo consigue al tercero. Si logra salir airoso de todos los defensores podrá tirar a portería. Los defensores en el momento que son superados dejan de luchar por el balón, ya que no podrán salir de una zona asignada a cada defensor de unos 5 metros de longitud.</p>	 <p>Este diagrama ilustra un ejercicio de fútbol. En la parte superior se muestra una portería con un portero azul. Debajo de ella, tres defensores rosados están alineados verticalmente. Un jugador atacante amarillo está en la parte inferior, con una línea de trayectoria que muestra un regate para superar a cada defensor uno por uno. Las líneas horizontales representan zonas de 5 metros asignadas a cada defensor.</p>
<p>85. Situación 1 contra 1. Un jugador actúa como atacante y el otro como defensor, de forma que el atacante debe encarar a su adversario para intentar tirar a portería.</p>	 <p>Este diagrama muestra una situación de 1 contra 1. Un jugador atacante amarillo está en la parte inferior, encarando a un defensor verde que está más cerca de la portería. Una línea de trayectoria indica que el atacante debe superar al defensor para intentar tirar a portería.</p>
<p>86. Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo de divisiones tal como se explica en la parte de juegos de este trabajo.</p>	 <p>Este diagrama muestra un partido de fútbol en un espacio reducido. Hay dos porterías pequeñas, una a la izquierda y una a la derecha, cada una con un portero azul. En el centro del campo, un jugador atacante verde y un jugador defensor rosado están enfrentados. Hay tres conos naranjas que delimitan el espacio de juego.</p>

<p>87. El pañuelo con balón. Los jugadores se dividen en dos equipos y se numeran del 1 al x. El entrenador dirá un número y los dos jugadores con dicho número saldrán a disputar el balón e intentar conseguir gol en una la portería del equipo contrario.</p>	
<p>88. La muralla con balón. Los jugadores se dividen en dos equipos. El equipo 1 se coloca como defensor a lo largo de una franja del terreno de juego, tal como indica el gráfico adjunto. El equipo dos se coloca, cada jugador con un balón, al inicio del terreno de juego. A la señal del entrenador el equipo con balón intentará superar la franja del terreno de juego defendida por el equipo contrario, mientras el equipo 1 intenta recuperar tantos balones como sea posible. Cada jugador que logre pasar con su balón recibe un punto.</p>	
<p>89. Partido de regates. Se realiza un partido en espacio reducido con 3 o 4 jugadores en el cual para poder conseguir gol es necesario haber realizado un regate previo. También se pueden premiar los regates con una serie de puntos en función del regate realizado o poner picas repartidas por el terreno de juego y otorgar puntos si se efectúa un regate a alguna de las picas.</p>	

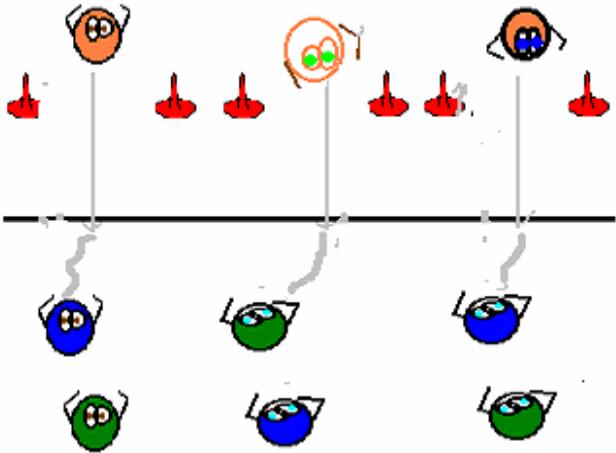
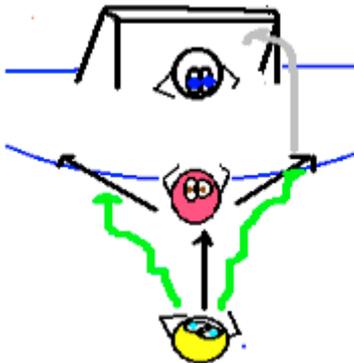
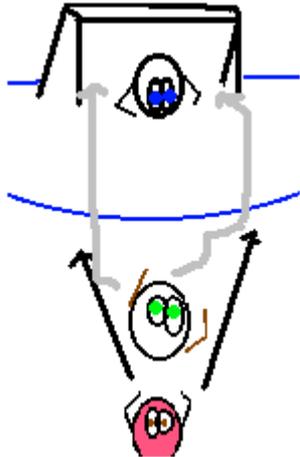
## 4.7 El tiro

### 4.7.1 Ejercicios para el aprendizaje del tiro

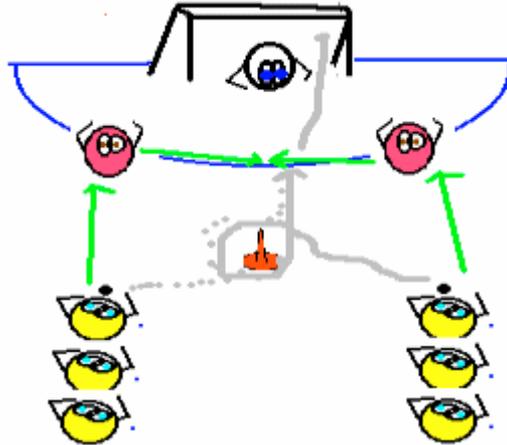
Es importante que relacionemos el aprendizaje del golpeo con el del Tiro, ya que la realización del gesto técnico es idéntica para uno como para otro y también se pueden utilizar algunos ejercicios de golpeo para el aprendizaje

del tiro. Como puede ser el número 22 de este trabajo. En cada ejercicio que realicemos será el entrenador quien decida que tipo de lanzamiento vamos a realizar en función de la superficie de contacto que toque trabajar.

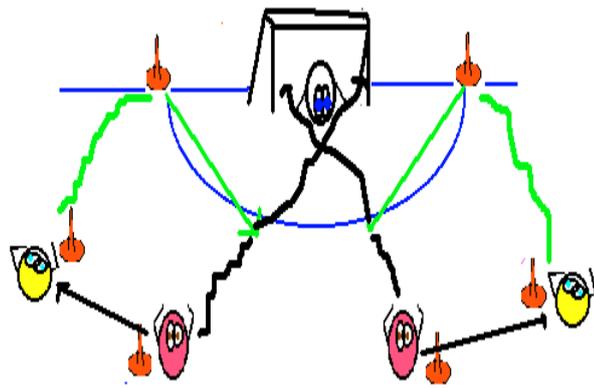
<p>90. Los jugadores se colocan por parejas tal como indica el gráfico que colocamos a continuación y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El entrenador delimitará el tipo de lanzamiento a realizar y es necesario que realice las correcciones oportunas con sus jugadores.</p>	
<p>91. Siguiendo el esquema anterior ahora los jugadores se colocan con una portería formada de conos para cada uno y intentar conseguir gol en la portería contraria y defender la suya.</p>	
<p>92. Formamos tres grupos de jugadores y los colocamos tal como muestra el dibujo adjunto. Un jugador de cada grupo se coloca detrás de la portería de conos de su equipo y el primer jugador del grupo se sitúa con un balón. El ejercicio se inicia con el tiro a puerta del jugador que después de conducir unos metros intenta conseguir gol en la portería. Después del lanzamiento el jugador de detrás de la puerta recoge el balón y vuelve a la fila y su puesto es ocupado por el lanzador.</p>	

<p>93. Siguiendo el mismo esquema del ejercicio anterior con los jugadores en las mismas posiciones, el jugador de detrás de la portería es quien pasa la pelota al que realizará el tiro quien sin controlar la pelota lanzará a portería.</p>	
<p>94. Colocamos un jugador en el borde del área y el resto del equipo situado a unos 15 metros de la frontal con un balón. El primer jugador pasa a su compañero quien le devolverá a derecha o izquierda y éste realizará el tiro a puerta. Cuando acaba el tiro ocupa la posición del jugador que realiza el pase y el pasador recoge la pelota y vuelve a la fila.</p>	
<p>95. Los jugadores se colocan por parejas los dos mirando hacia la portería. El primer jugador se sitúa sin balón y su compañero que está detrás de él con una pelota. El jugador con balón pasa a su compañero a derecha o izquierda para que cuando él vea la pelota salga a tirar a portería. Si el pase va a la derecha se remata con la derecha y si va hacia la izquierda con la pierna izquierda.</p>	
<p>96. Colocamos a los jugadores en la frontal del área tal como muestra el gráfico adjunto. Los jugadores de la parte A deben lanzar hacia el palo contrario y los de la parte B del mismo modo ("hay que cruzar el balón de sitio"). Para que sepan como hay que realizar la trayectoria colocamos los conos, de forma que el balón debe coger efecto para alojarse en el lado de la portería que hemos delimitado.</p>	

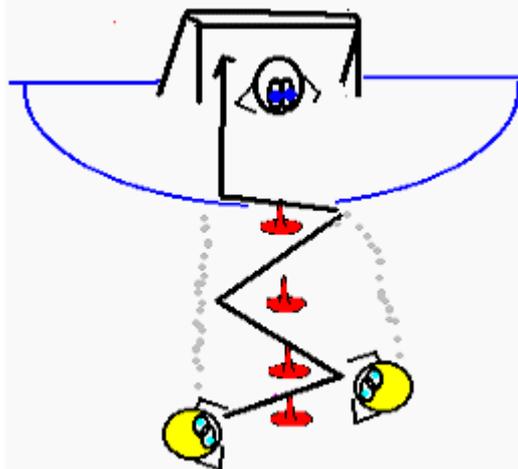
97. Colocamos a los jugadores en dos grupos situados unos 15 metros de la frontal de área. Un jugador de cada grupo se situará en la frontal para recibir el pase de sus compañeros. El primer jugador de cada grupo, realiza un pase al compañero que está en la frontal y corre a dar una vuelta a un cono central situado en el camino, para acto seguido recibir el pase de su compañero y rematar a portería.

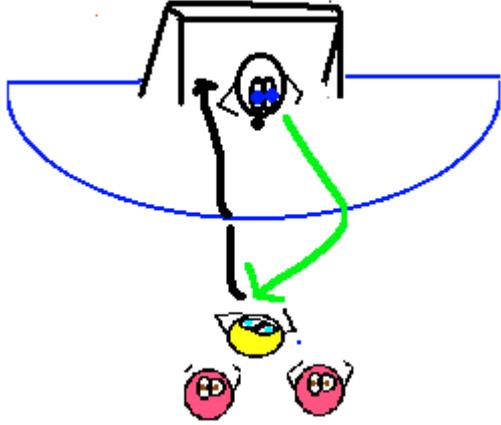
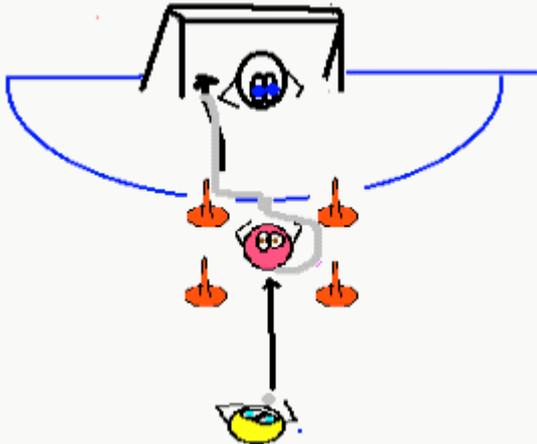
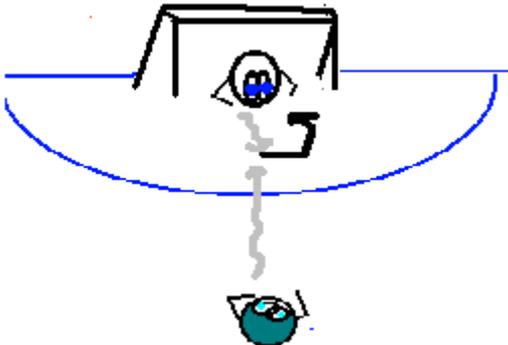


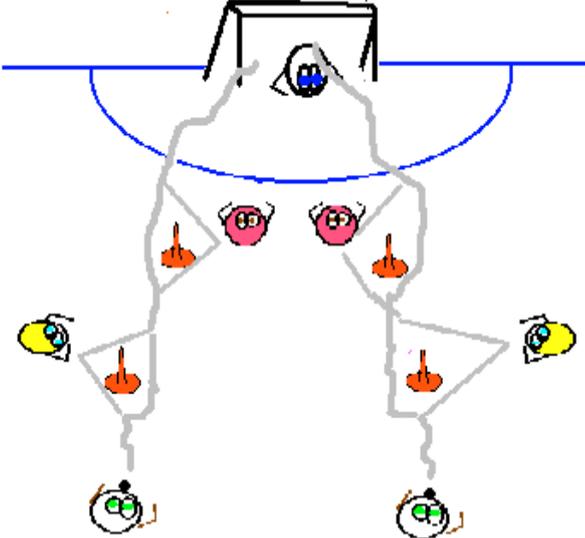
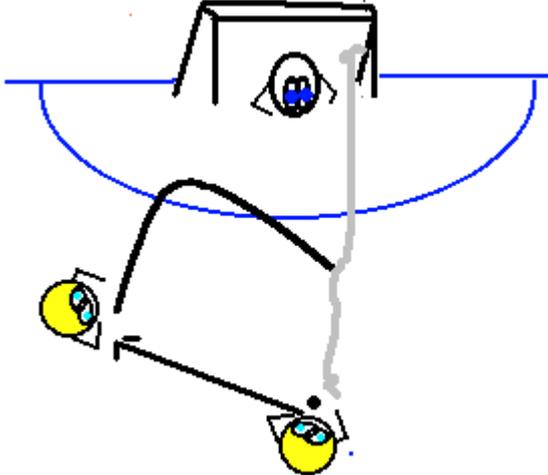
98. Los jugadores se distribuyen por parejas y se colocan uno de cada pareja en los diferentes conos situados a 10 metros de la frontal del área, de forma que forman dos partes unos a derecha y otros a izquierda de la portería. El jugador A de cada grupo pasa el balón a B quien conduce el balón hasta la línea de fondo y le pasará la pelota hacia A para que remate a puerta. Cada vez cambiamos las posiciones de las parejas y después de unos minutos las posiciones de los dos grupos.



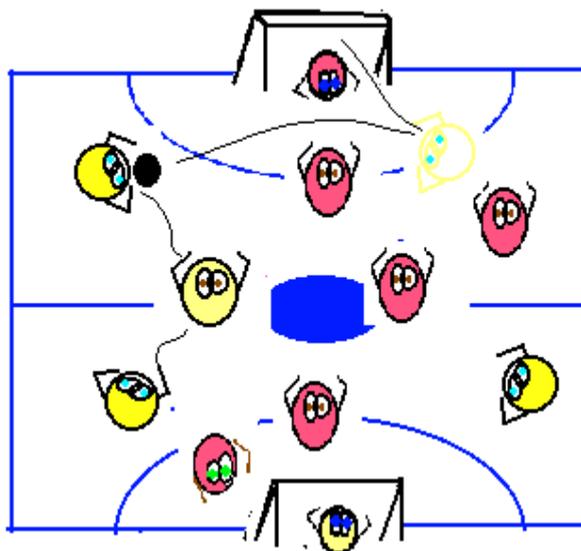
99. Paredes. Los jugadores avanzan realizando paredes al primer toque hacia la portería haciendo para la pelota entre los conos colocados de forma rectilínea en el terreno de juego. En cada ocasión tira a portería el jugador de la izquierda.



<p>100. Los jugadores se colocan a 15 metros de la frontal del área sin balón. Es el portero quien inicia el ejercicio realizando un saque de portería con la mano o con el pie hacia el jugador que le toque intervenir. Este jugador debe controlar la pelota, conducirla tres toques y lanzar a puerta sin atravesar la línea de conos que tenemos delimitada en el espacio.</p>	
<p>101. Los jugadores se colocan por parejas, uno situado en el interior de un cuadrado situado en la frontal del área y el otro colocado a 10 metros de él. El Jugador más alejado de la portería realiza un pase hacia su compañero, quien controlará se girará hacia la portería y rematará a puerta.</p>	
<p>102. Los jugadores con un balón para cada uno realizan 1 contra el portero de forma que hay que lanzar antes de llegar a una zona delimitada o regatear al portero.</p>	

<p>103. Los jugadores se distribuyen por grupos de tres y actúan uno en cada lado del medio campo para después de unos minutos intercambiar el grupo su lugar. El jugador A conduce el balón hacia la portería, al llegar al primer cono realiza una pared con su compañero B y continúa la conducción para buscar una segunda pared con C y tirar a puerta sin controlar la pelota.</p>	
<p>104. El portero lanza el balón a los jugadores sacando de portería con la mano. El jugador debe rematar a portería después de 2 botes de la pelota en el suelo, tirando de bolea.</p>	
<p>105. Los jugadores colocados por parejas tal como muestra el dibujo. El jugador A pasa el balón a su compañero quien lo recoge con las manos y lo tira al aire para que B remate a portería después de dos botes del balón contra el suelo.</p>	

106. Partido de Tiros. Los jugadores divididos en dos equipos realizan un partido a dos porterías. Deben intentar tirar a puerta en menos de cuatro toques entre todos los miembros del equipo, es decir, que al tercer jugador que toque el balón en cada jugada se tiene que tirar a puerta, si se realiza un cuarto toque la pelota pasa al equipo contrario.



## 4.8 La Habilidad

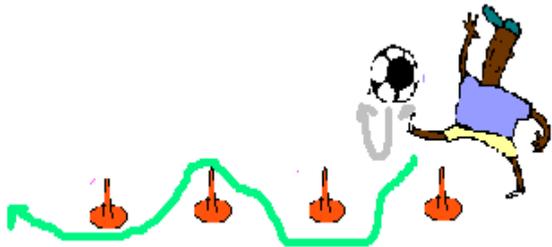
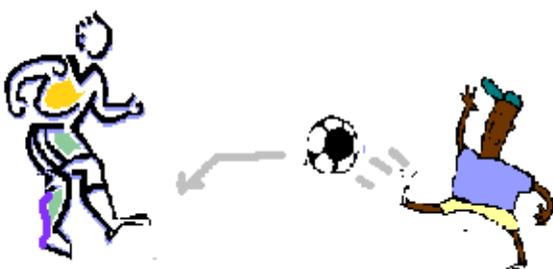
### 4.8.1 Ejercicios para trabajar la agilidad

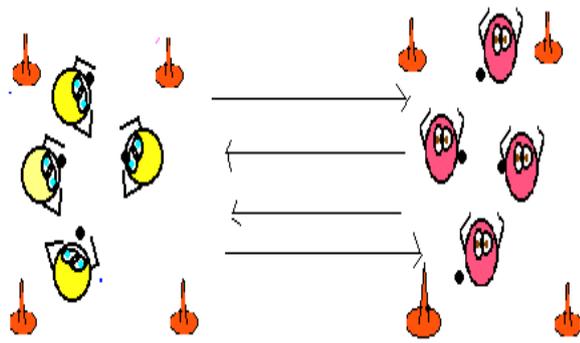
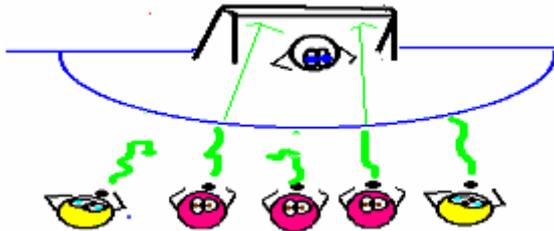
107. La primera situación que proponemos, no es considerada habilidad propiamente, pero nos sirve para iniciar a los jugadores más jóvenes. Se trata de que realicen un toque con el pie y luego dejen botar la pelota en el suelo, para después volver a hacer otro toque al balón y dejarla botar, y así sucesivamente.



108. Cuando se tiene un cierto dominio de la habilidad con el pie se comienzan a introducir otras superficies de contacto, de forma que los jugadores realicen toques con el muslo, con la cabeza y combinado superficies de contacto entre si.

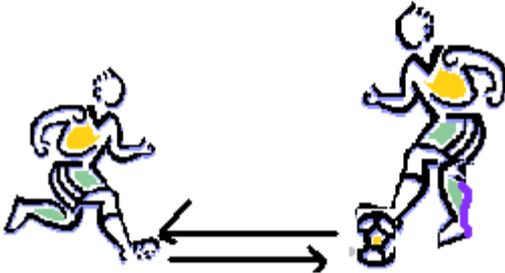
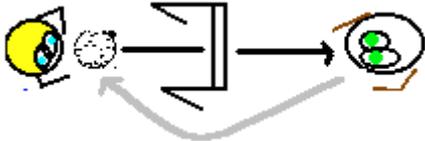


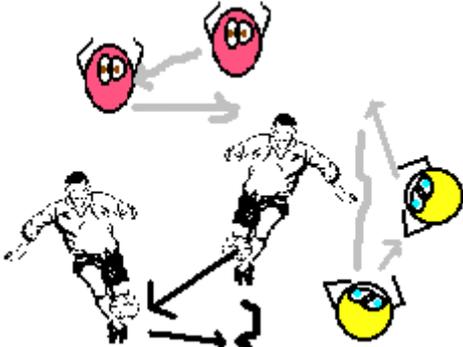
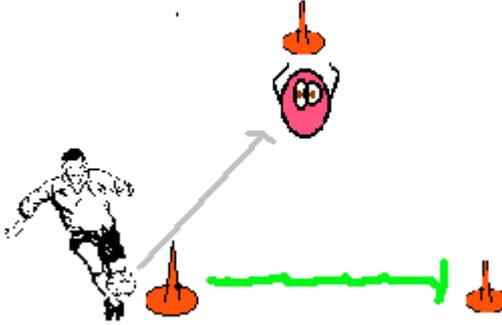
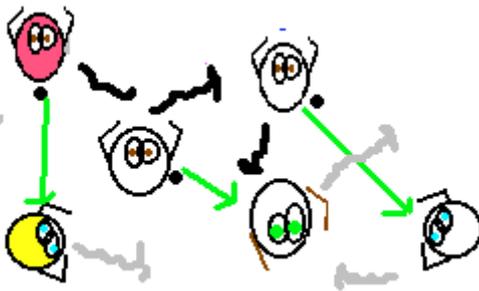
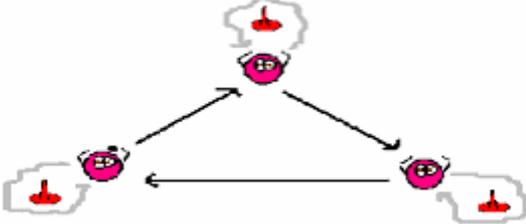
<p>109. Relacionado con este ejercicio, introducimos uno ya propio de la habilidad, consiste en realizar un toque al balón y dejar que bote en el suelo, dos toques al balón y un bote en el suelo, tres toques y uno bote y así sucesivamente hasta el número de toques que pretendamos realizar.</p>	
<p>110. El puente. Se trata de que lo jugadores realicen la habilidad comenzando por un toque con el pie, un toque con el muslo, otro con la cabeza, y luego bajemos por la cama contraria enganchando después del toque con la cabeza uno con el muslo de la cama menos hábil y otro con el pie. Al principio basta con esto pero a medida que lo dominan se les pide que enganchen dos o tres puentes seguidos sin que la pelota toque el suelo.</p>	
<p>111. Hacer toques libres pero introduciendo algún tipo de distracción como dar un giro de 360 grados antes que el balón caiga al suelo, sentarse en el suelo, tocar le suelo con las manos,...</p>	
<p>112. Realizar habilidad dinámica desplazándose por el terreno de juego libremente sin que el balón caiga al suelo.</p>	
<p>113. Realizar un recorrido entre conos realizando habilidad dinámica introduciendo las superficies de contacto a trabajar.</p>	
<p>114. Aunque no es considerada habilidad porque no se dan más de dos toques por cada jugador también podemos hacer toques por parejas, con el pie o con la cabeza, de forma que cada jugador de un toque alternativamente al balón y entre los dos impidan que éste caiga al suelo. Cuando esto se domine pasamos a que realicen más de dos toques cada uno antes de pasarse la pelota.</p>	

<p>115. Colocamos a los jugadores en dos grupos todos con un balón con el que harán toques. Los dos equipos se encuentran situados en un cuadrado separados entre si por 10 metros, a la señal del entrenador los equipos deben intercambiar de cuadrado haciendo habilidad, si el balón cae al suelo deben levantarlo y continuar hasta que lleguen al cuadrado. Ganará el equipo que llegue completo antes al otro cuadrado.</p>	
<p>116. Los jugadores se colocan con un balón listos para hacer habilidad a unos 10 metros del área. Deben llegar a la frontal del área haciendo habilidad y tirar a portería sin que el balón se les caiga, si cae al suelo vuelven a comenzar.</p>	
<p>117. Para los muy aventajados, los colocamos por parejas de forma que un jugador realiza habilidad con cualquier superficie de contacto y su compañero intenta quitarle la pelota.</p>	

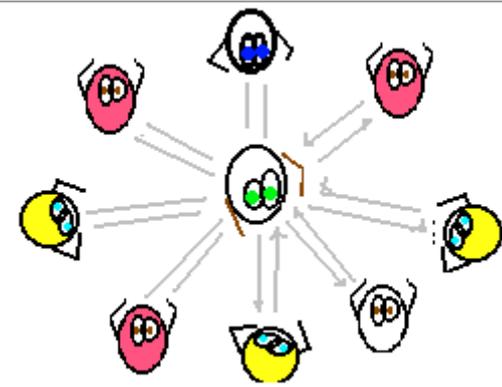
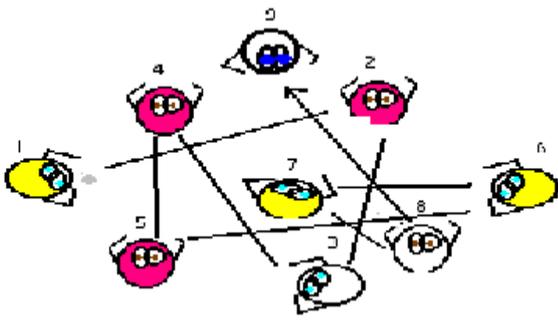
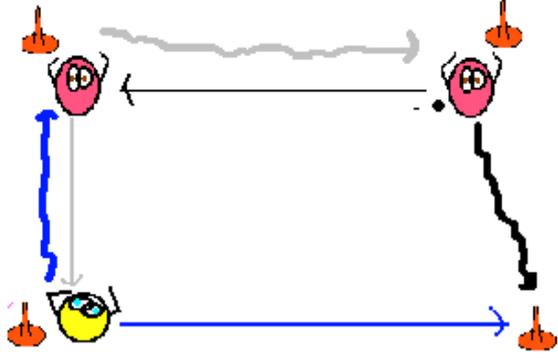
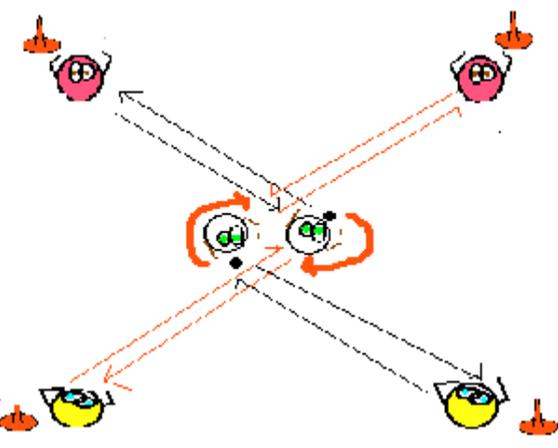
## 4.9 El Pase

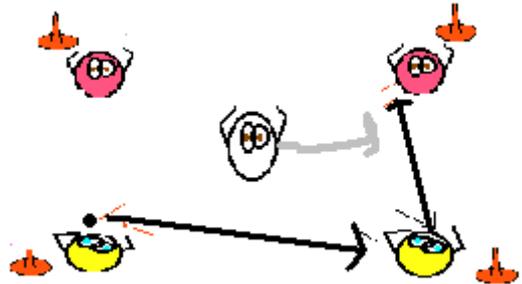
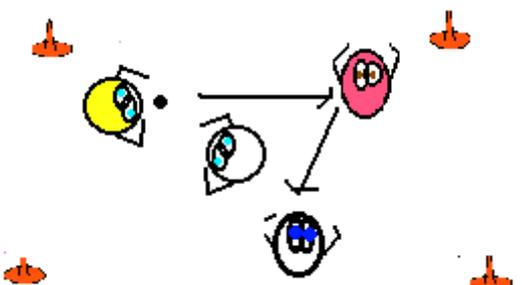
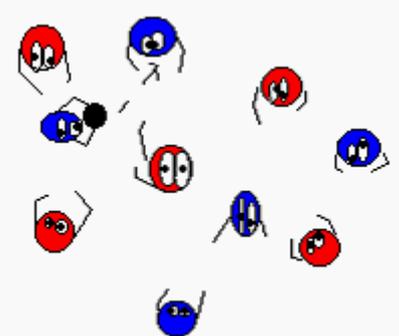
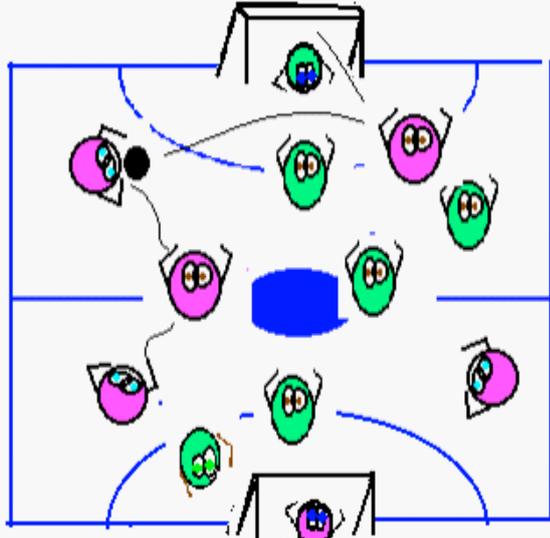
### 4.9.1 Ejercicios para el aprendizaje del pase

<p>118. Comenzamos por lo más clásico, colocando a los jugadores por parejas uno delante del otro a unos metros de distancia y realizan pases tal como el entrenador explique. Importante las correcciones en esta serie de ejercicios ya que es fácil controlar a los jugadores con esta disposición de ejercicio.</p>	
<p>119. Colocamos a los jugadores por parejas con un balón y uno a cada lado de una valla a 3 o 4 metros de distancia. Un jugador realiza el pase por debajo de la valla y el otro le devuelve la pelota por encima de la valla. También se realiza con el pase por los lados de la valla, cada jugador por un costado.</p>	

<p>120. Los jugadores puestos por parejas se desplazan por el terreno de juego realizando paredes al primer toque o también controlando la pelota.</p>	
<p>121. Los jugadores se colocan por parejas con un balón en dos conos tal como muestra el gráfico, dejando un tercer cono libre. El jugador con balón le pasa la pelota a su compañero y se dirige a ocupar el cono que está libre, su compañero controla y le devuelve el pase, ahora el segundo pasador marcha a ocupar el cono libre. El ejercicio se desarrollo de igual forma ocupando el cono libre cada jugador después de cada pase.</p>	
<p>122. Por parejas, los jugadores se desplazan por el terreno de juego realizando pases. Cada jugador al recibir el pase controla la pelota, conduce tres o cuatro toques, realiza el pase y busca otro espacio para recibir el siguiente pase de su compañero.</p>	
<p>123. En grupos de tres formando un triangulo los jugadores se van pasando la pelota tal como haya indicado el entrenador. Después de cada pase deben girar y dar la vuelta a un cono que tiene cada jugador a su espalda, volviendo rápido para recibir el nuevo pase.</p>	
<p>124. Los jugadores se sitúan tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador que está situado entre los dos conos recibe los pases de sus compañeros de forma que el pase de A corre al cono de la derecha y devuelve el pase hacia A, luego se va al cono contrario a recibir el pase de B.</p>	

<p>125. Los jugadores se colocan en grupos de tres formando un cuadrado con todos los jugadores del equipo. El jugador con balón realiza un pase a su derecha y corre a ocupar la fila hacia donde realizó el pase. Cuando llega el balón al siguiente grupo se realiza el ejercicio de igual forma. (“pase a la derecha y a ocupar la fila a donde se hizo el pase”)</p>	
<p>126. Los jugadores se colocan en grupos de cuatro con dos balones. Con el inicio del ejercicio el balón debe circular entre los miembros del grupo sin que un balón atrape al otro.</p>	
<p>127. Los jugadores colocados en grupos de cuatro tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador B inicia el ejercicio pasando al jugador central quien le devolverá el pase a B, cuando B vuelve a tener el balón se lo pase a C por el exterior del triángulo. Cuando C tiene la pelota vuelve a pasar el balón hacia A quien le devuelve y entonces C realiza un pase hacia D quien repetirá la misma acción. Cada dos vueltas cambiamos el jugador centro.</p>	
<p>128. Los jugadores se colocan en grupos de 4 y se van pasando el balón entre ellos intentando que la pelota no toque ninguno de los conos que tenemos distribuidos por el terreno de juego tal como muestra aquí abajo el dibujo.</p>	
<p>129. Los jugadores se colocan en dos grupos y se sitúan uno delante del otro. El jugador que empieza el juego realiza un pase hacia la otra fila y corre a ocupar el último lugar de la fila hacia donde realizó el pase. También puede hacerse que el jugador ocupe la última posición de la fila propia.</p>	

<p>130. Formamos un círculo con todos los jugadores menos uno que se situará en el centro del círculo. Este jugador realiza pases sucesivos con sus compañeros ("pase hacia A quien le devuelve, pase hacia B...") El ejercicio se puede hacer siguiendo un orden o dejando que el jugador centro pase a quien quiera.</p>	
<p>131. A cada jugador le asignamos un número y los distribuimos libremente por el terreno de juego, a la señal del entrenador los jugadores deben pasar la pelota el compañero que tenga el número siguiente al suyo, es decir. El jugador que empiece conduciendo cuando escuche la señal deberá buscar al dos para pasarle, éste cuando reciba pasará al tres y así sucesivamente hasta que el balón vuela al 1.</p>	
<p>132. Los jugadores se sitúan en grupos de 3 y realizan pases siempre hacia la derecha. Después de cada pase cada jugador deberá ir a ocupar el cono contrario hacia donde realizó el pase.</p>	
<p>133. Los jugadores se colocan en grupos de 6 y se distribuyen de forma que haya un jugador en cada cono exterior y dos jugadores en los conos centrales. El juego se realiza con dos balones que situaremos uno en cada parte del campo tal como muestra el gráfico adjunto. El jugador A y B realizan un pase hacia C y D respectivamente, quien controla y le devuelve el pase (esta acción se realiza al mismo tiempo en las dos mitades del grupo), cuando los jugadores centrales vuelven a tener el balón, giran sobre si mismo y se orientan hacia el campo contrario donde hicieron el primer pase, para realizar un pase al jugador E y F respectivamente. El juego continúa durante unos minutos y luego cambiamos las posiciones.</p>	

<p>134. Realizaremos un rondo con cuatro jugadores exteriores y un jugador que intenta recuperar la pelota. Podemos variar el número de toques posibles por parte de los jugadores exteriores según el nivel de los jugadores.</p>	 <p>The diagram shows a rondo exercise. A central player (white) is surrounded by four other players (two yellow, two pink) who are positioned around four orange cones. Arrows indicate the ball's path: from the central player to the top-left yellow player, then to the top-right pink player, then to the bottom-right yellow player, and finally back to the central player.</p>
<p>135. Rondo en movimiento 3 contra 1 de forma que en un cuadrado de 20 por 20 los jugadores pueden moverse libremente unos para conservar la pelota y el otro para intentar recuperarla.</p>	 <p>The diagram shows a 3 vs 1 rondo in a square. Three players (two yellow, one blue) are on the left side, and one player (pink) is on the right side. Arrows show the ball being passed between the three players on the left. Four orange cones are placed at the corners of the square.</p>
<p>136. Los diez pases. Formamos dos equipos que intentaran conseguir realizar diez pases seguidos entre los jugadores del mismo equipo sin que el equipo contrario consiga recuperar la pelota. Cada vez que lleguen a 10 reciben un punto.</p>	 <p>The diagram illustrates the 'Ten Passes' exercise. It shows two teams of players: one team in red and one team in blue. The players are scattered across the field, and arrows indicate the ball being passed between members of the same team.</p>
<p>137. Partido normal o de reducidas dimensiones en los que los jugadores están obligados a jugar en dos toques como máximo.</p>	 <p>The diagram shows a soccer field with a goal at each end. A central blue circle represents the ball. Several players are positioned on the field: pink players on the left and green players on the right. Blue arrows indicate the ball's path from the center to the top-left pink player, then to the top-right pink player, then to the top-right green player, and finally to the bottom-right pink player.</p>

## 2.2.10 La Técnica defensiva

### 2.2.10.1 Ejercicios para trabajar la técnica defensiva

Otro aspecto que debemos trabajar en cuanto a la técnica defensiva es la situación del defensor cuando se enfrenta directamente en uno contra uno con el atacante. En estas acciones debemos explicar al jugador como debe colocarse para ofrecer al atacante su lado menos bueno (“es decir, si el atacante conduce con la pierna derecha debemos ofrecerle el lado izquierdo para que si tira a portería o intenta regatearnos lo haga con dificultad). También debe aprender el jugador a conducir a su atacante a posiciones poco favorables para él y beneficiosas para nuestro equipo (“ quiere decir que debemos proteger nuestra portería y nunca dejarle esta pasillo libre, debemos conducirlo hacia las bandas o el corner que son lugares menos peligrosos )

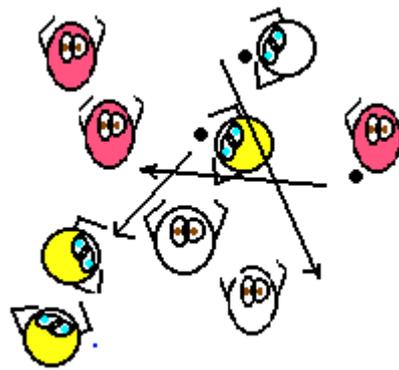
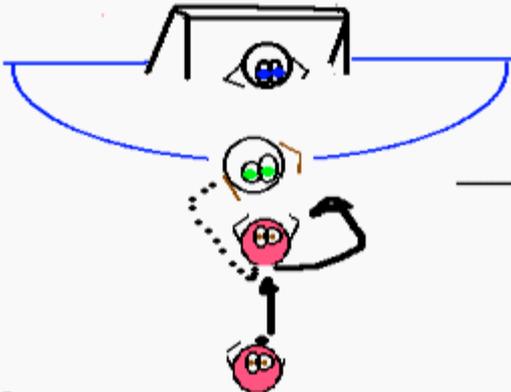
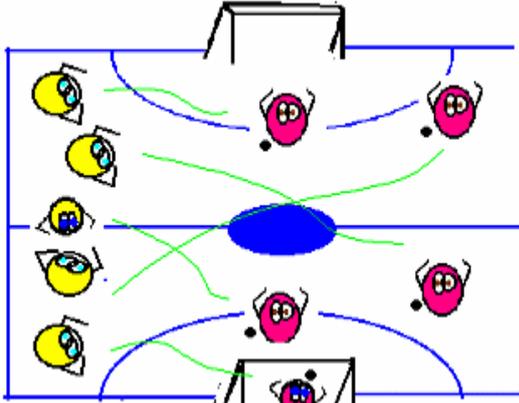
Todas estas situaciones se trabajaran a partir de la progresión táctica.

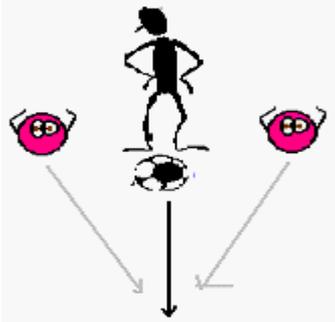
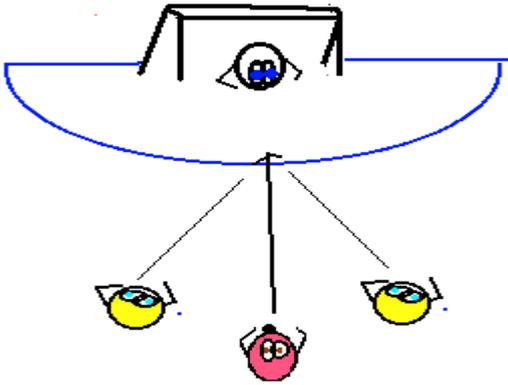
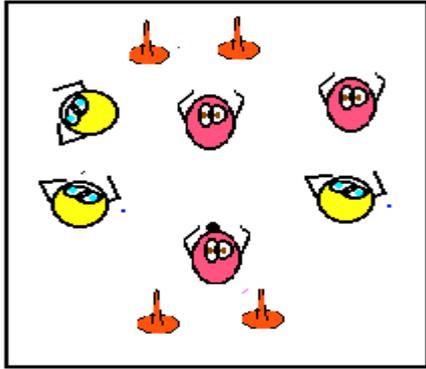
138. Situaciones de ataque y defensa: 1 atacante contra el portero	
139. Situaciones de ataque y defensa: 1 atacante contra 1 defensor	

<p>140. Situaciones de ataque y defensa: 2 atacantes contra 1 defensor</p>	 <p>Diagrama que muestra una situación de ataque y defensa con 2 atacantes (rojo y azul) y 1 defensor (amarillo) en un campo de fútbol. El defensor está en el centro, y los atacantes están a los lados. Hay un balón en el centro.</p>
<p>141. Situaciones de ataque y defensa: 2 atacantes contra 2 defensores</p>	 <p>Diagrama que muestra una situación de ataque y defensa con 2 atacantes (rojo y azul) y 2 defensores (amarillo) en un campo de fútbol. Los defensores están en el centro, y los atacantes están a los lados. Hay un balón en el centro.</p>
<p>142. Situaciones de ataque y defensa: 3 atacantes contra 2 defensores</p>	 <p>Diagrama que muestra una situación de ataque y defensa con 3 atacantes (rojo y azul) y 2 defensores (amarillo) en un campo de fútbol. Los defensores están en el centro, y los atacantes están a los lados. Hay un balón en el centro.</p>

En estas situaciones es donde explicaremos y demostraremos este trabajo de técnica defensiva

<p>143. Colocamos a los jugadores por grupos de tres de forma como indica el gráfico. El jugador A pasa el balón hacia B y C que se encontraba detrás de B sale en busca del balón y lo intercepta. Primero el jugador que actúe en el lugar de b se quede inmóvil para poco a poco en función del entrenamiento vaya adquiriendo protagonismo y acabe aportando su oposición.</p>	 <p>Diagrama que muestra una situación de ataque y defensa con 3 jugadores (A, B, C) y un balón. El jugador A está en la parte superior, B y C están en la parte inferior. El balón está en el centro. Una flecha indica el movimiento del balón desde A hacia B y C.</p>
--	--

<p>144. Colocamos a los jugadores por grupos de forma que el jugador a de cada equipo conduce el balón libremente por el terreno de juego, mientras los otros dos jugadores también se desplazan por el espacio (un jugador será compañero del que lleva el balón y el otro actúa como adversario marcándolo por la espalda). A la señal del entrenador el jugador con balón deberá pasar el balón a uno de sus compañeros mientras que el otro jugador intentará interceptar la pelota.</p>	
<p>145. Siguiendo la misma situación del ejercicio 139, colocamos a los jugadores en situación de marcar a portería. El jugador A intenta pasar hacia B, mientras el jugador C intentará evitar que le llegue el balón a B. Si B consigue la pelota deberá deshacerse de C para tirar a portería.</p>	
<p>146. Los jugadores se sitúan por parejas con un balón. El jugador A conduce por el terreno de juego, a la señal del entrenador, los jugadores B intentarán quitarle el balón a su compañero mediante entradas sin lanzarse al suelo.</p>	
<p>147. Un jugador protege el balón mediante cobertura con la planta del pie mientras su compañero intenta quitarle la pelota con entradas, si se hace con la pelota cambian los puestos.</p>	

<p>148. los jugadores se colocan por parejas uno a cada lado del entrenador. Éste enviará la pelota hacia delante, cuando los jugadores vean el balón deben salir al encuentro de éste y tratar de hacerse con el. Recibe un punto el jugador que controle el balón.</p>	
<p>149. Siguiendo el esquema del ejercicio anterior, el entrenador lanzará pelota en dirección a la portería y los dos jugadores lucharán por la posesión del balón utilizando la carga. El que consiga hacerse con la pelota tirará a portería y el otro intentará impedirlo.</p>	
<p>150. Realizaremos un partido en espacio reducido 20 por 20 en el que premiaremos con puntos la recuperación o interceptación de la pelota.</p>	

## **5. Sugerencias metodológicas para aplicar la propuesta**

- Asegurar diversión y aprendizaje.
- Planificar los ejercicios de acuerdo al tiempo de clase.
- Es recomendable no cambiar frecuentemente el lugar de entrenamiento ni el formador que imparte las clases.
- Los entrenamientos deben realizarse en instalaciones deportivas seguras.
- El esfuerzo de los deportistas debe ser reconocido por los entrenadores. Mantener su motivación.
- Fomentar el deseo por la responsabilidad.
- Disponer de suficientes balones para aprovechar su comportamiento egocéntrico. Se debe promover el juego limpio.
- Demostrar varias veces cómo hacerlo y presentar modelos apropiados para su edad.
- Asegurar que su vestimenta sea la más adecuada
- Asegurar el orden y la disciplina de la clase.