

Resumen

La investigación desarrolla la disciplina del fútbol adaptado para personas con discapacidad visual, integran a deportistas ciegos parciales o totales, de forma adquirida o congénita, el objetivo general planteado fue determinar la incidencia de actividades propioceptivas en la técnica de desplazamiento del balón, la cual consiste en transportar el balón con de una zona a otra del campo, utilizando diferentes partes del pie, realizando toques sucesivos y manteniendo el control del cuerpo y del balón simultáneamente. Para ello se planteó la utilización de ejercicios propioceptivos en un trabajo de micro-ciclos de entrenamiento, buscando mejorar del gesto motor y la técnica, además de proporcionar mayor seguridad al deportista en el desplazamiento. La muestra analizada del estudio fueron 50 jugadores masculinos entre los 18 y 45 años de edad, para la recolección y análisis se utilizó la metodología de carácter cualitativo, través de un ckeck list validado, conjuntamente se utilizó el método cuantitativo con el uso del Test conducción del balón en 15 m, utilizando valores de tiempo y velocidad, además cabe mencionar que se utilizó STATA 13 programa estadístico para el análisis de las variables. Posterior al pre test se aplicó un plan de entrenamiento propioceptivo, mediante la planificaron de actividades tres días por semana con una duración de 30 minutos, al finalizar el ciclo entrenamiento de 2 meses se realizó un post test para evaluar los resultados obtenidos, en el cual se observó una mejora en el gesto técnico, cambios significativos del tiempo y velocidad. Por ello la importancia de este tipo de investigaciones, pues existe insuficiente documentación que aporta a una base de entrenamiento específico para esta disciplina.

Palabras claves

- **FÚTBOL ADAPTADO**
- **CONDUCCIÓN DEL BALÓN,**
- **DISCAPACIDAD VISUAL.**

Abstract

The research develops the discipline of soccer adapted for people with visual disabilities, integrating partially or totally blind athletes, in an acquired or congenital way, the general objective proposed was to determine the incidence of proprioceptive activities in the technique of displacement of the ball, which consists in transporting the ball from one area to another of the field, using different parts of the foot, making successive touches and maintaining control of the body and the ball simultaneously. For this purpose, the use of proprioceptive exercises in a micro-training cycle was sought, seeking to improve motor gesture and technique, in addition to providing greater security to the athlete on the move. The analyzed sample of the study were 50 male players between 18 and 45 years of age, for the collection and analysis the qualitative methodology was used, through a validated ccheck list, together the quantitative method was used with the use of the Driving Test of the balloon in 15 m, using time and speed values, it is also worth mentioning that STATA 13 statistical program was used for the analysis of the variables. After the pre-test, a proprioceptive training plan was applied, by planning activities three days a week with a duration of 30 minutes, at the end of the 2-month training cycle, a post-test was carried out to evaluate the results obtained, in which An improvement was observed in the technical gesture, significant changes in time and speed. For this reason, the importance of this type of research, since there is insufficient documentation that contributes to a specific training base for this discipline.

Keywords

- **ADAPTED SOCCER**
- **DRIVING THE BALL**
- **VISUAL DISABILITY**