

INDICE

CARATULA	I
DECLARACION DE RESPONSABILIDAD	II
AUTORIZACION	III
CERTIFICACION	IV
AGRADECIMIENTO	V
DEDICATORIA	VI

PRIMERA PARTE EL PROBLEMA DE INVESTIGACION

	PAG
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.2. FORMULACION DEL PROBLEMA	2
1.3. OBJETIVOS	3
1.3.1. OBJETIVO GENERAL	3
1.3.2. OBJETIVO ESPECIFICO	3
1.4. JUSTIFICACION E IMPORTANCIA	3
1.5. VARIABLES DE INVESTIGACION	5
1,6 MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	6

SEGUNDA PARTE MARCO TEORICO

CAPITULO I

2,1 LAS CAPACIDADES FÍSICAS	7
2.1.1. CONCEPTO	7
2.1.2. CLASIFICACION DE LAS CAPACIDADES FISICAS	7
2.1.2.1. CAPACIDADES CONDICIONALES	7
2.1.2.2. COPACIDADES COORDINATIVAS	7
2.1.2.2.1 ORGANIZACIÓN Y ESTRUCTURACION DE LAC CAPACIDADES	10
2.1.2.2.1.1 CÁPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES O BÁSICAS	10
2.1.2.2.1.2 CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES.	12
2.1.2.2.1.3 CAPACIDADES COORDINATIVAS COMPLEJAS	17
2.1.2.2.2. LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS, ETAPAS SENSIBLES PARA SU	18
2.1.2.3 FUNCIÓN DE LA COORDINACIÓN E INCIDENCIA EN EL DEPORTE	22
2.1.2.4. PERIODO ÓPTIMO DE DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES	22
2.1.2.5. LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS EN CONDUCCIÓN Y REGULACIÓN	23
2.1.2.6. LA CAPACIDAD DE COORDINACIÓN EN EL ACTO MOTRIZ	25
2.1.3 LA ORIENTACION COMO CAPACIDAD DE ESTUDIO.	25
2.1.3.1 ORIENTACIÓN TIEMPO	27
2.1.3.2. ORIENTACION ESPACIO	27
2.1.3.2.1 LA ADQUISICION DE LA NOCION DE ESPACIO	29
2.1.3.2.1.1 ESPACIO TOPOLOGICAMENTE	29

2.1.3.2.1.2	ESPACIO EUCLIDIANO	30
2.1.3.2.1.3	ESPACIO PROYECTIVO O RACIONAL	30
2.1.3.2.2.	LA RELACION DE ORIENTACION ESPACIAL	30
2.1.3.2.3	LA RELACION DE LOCALIZACION ESPACIAL	33

CAPITULO II

2.2.	LA FUNDAMENTACION TÉCNICA	35
2.2.1.	LA TÉCNICA DEPORTIVA	35
2.2.1.1	CONCEPTO	35
2.2.2	EL SIGNIFICADO DE LA TÉCNICA EN LOS DISTINTOS DEPORTES	36
2.2.3	ENTRENABILIDAD DE LA TECNICA	38
2.2.3.1	FASE DE INFORMACION Y APREHENSION	39
2.2.3.2	FASE DE CORDINACION RUSTICA	39
2.2.3.3	FASE DE COORDINACION FINA	39
2.2.3.4	FASE DE CONSOLIDACION, PERFECCIONAMEINTO Y DISPONIBILIDAD	39
2.2.4	ANALISIS DE LA HABILIDAD Y LA TÉCNICA	41
2.2.4.1	DESCRIPCIÓN DE LOS ASPECTOS ESPACIO- TEMPORALES EN EL	42
2.2.4.2	DESCRIPCIÓN DE ASPECTOS ESTRUCTURALES EN LA ASIMILACIÓN	44
2.2.5	EL FACTOR DE RENDIMIENTO COORDINACION / TECNICA	47
2.2.6.	ENTRENAMIENTO DE LA TECNICA	49
2.2.7	FASE PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA DEPORTIVA.	52
2.2.8	REGLAS PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA TÉCNICA.	54
2.2.9	LOS NIVELES DEL PROCESO DE APRENDIZAJE MOTOR O	57
2.2.9.1	NIVEL DE APROPIACION	58
2.2.9.2	NIVEL DE CORRECCION-FIJACION	59
2.2.9.3	NIVEL DE ESTABILIZACION	61
2.2.9.4.	NIVEL DE AUTOMATIZACION	62
2.2.10.	PRINCIPIOS METÓDICOS DE LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA A LARGO	64
2.2.11.	LAS FASES SENSIBLES EN LAS ETAPAS DE INICIACIÓN DEL FUTURO	65
2.2.12.	NIVEL DEL PROCESO DE LA ENSEÑANZA TÉCNICA.	68
2.2.13.	OBJETIVOS Y MEDIDAS METODOLÓGICAS EN EL ENTRENAMIENTO DE	69
2.2.14.	CORRECCION DE ERRORES MOTRICES DURANTE EL PROCESO	70
2.2.15.	TIPOS DE CORRECCIONES.	71
2.2.15.1	CORRECCION DIRECTA	71
2.2.15.2.	CORRECCION INDIRECTA	71
2.2.16.	PASOS DETERMINADOS QUE SE DEBE SEGUIR PARA CORREGIR	72
2.2.16.1	CAUSAS QUE PROVOCAN UN ERROR EN LA EJECUCION DEL GESTO	72
2.2.16.2	REGLAS PARA CORRECCION DE ERRORES MOTRICES	72
2.2.17	POSIBILIDADES PARA CORREGIR LOS ERRORES MOTORES	73

CAPITULO II

2.3.	FUNDAMENTACION TÉCNICA DEL FÚTBOL	74
2.3.1	CONSIDERACIONES A TOMARSE ENCUENTA EN EL APRENDIZAJE	74
2.3.1.1.	EL NIÑO O JUGADOR EJECUTANTE.	74
2.3.1.2.	EL BALÓN	75
2.3.1.3	EL RITMO DE EJECUCION.	76

2.3.1.4.	LA OPOSICION.	77
2.3.2.	FUNDAMENTACION OFENSIVA	78
2.3.2.1	GOLPEOS CON EL PIE	78
2.3.2.2	GOLPEOS DE CABEZA	83
2.3.2.3.	CONTROLES (RECEPCIONES) DE BALÓN	84
2.3.2.4.	CONDUCCIONES DE BALÓN	89
2.3.2.5.	REGATES (DRIBLIN)	90
2.3.2.6	FINTAS	91
2.3.2.7.	TIROS	92
2.3.2.8.	SAQUES DE BANDA	93
2.3.3.	TÉCNICAS INDIVIDUALES DEFENSIVAS	93
2.3.3.1	ATAJE O CORTE	94
2.3.3.2	ENTRADAS	95
2.3.3.3.	DESVIOS (DESPEJES Y RECHASOS)	95
2.3.3.4	CARGAS	96
2.3.3.5	ANTICIPACIONES	96
2.3.3.6	ACOSOS	97
2.3.3.7	REPLIEGUE ANTE Oponente EN POSESION DEL BALÓN	97

CAPITULO IV

2.4.	LA DEFINICION A PORTERIA	98
2.4.1	DEFINICION COMO FUNDAMENTO TÉCNICO OFENSIVO	98
2.4.2.	LA DEFINICION COMO ACCIÓN TÉCNICA FINAL EN EL JUEGO	98
2.4.3.	LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE ORIENTACION Y SU INFLUENCIA EN	99
2.4.4.	INSIDENCIA DEL FACTOR PSICOLOGICO EN LA DEFINICION.	100
2.4.5.	EFFECTIVIDAD EN LA EJECUCION DEL TIRO A PORTERIA BAJO EL	104

TERCERA PARTE

3.1.	HIPOTESIS	109
3.1.1	HIPOTESIS DE TRABAJO.	109
3.1.2	HIPOTESIS ALTERNATIVA.	109
3.1.3.	HIPOTESIS NULA.	109

CUARTA PARTE

	METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION	110
4.1.	TIPO DE INVESTIGACION	110
4.2.	POBLACION Y MUESTRA	110
4.3	INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION	114
4.3.1	TEST FISICOS DE LA CAPACIDAD COORDINATIVA DE ORIENTACIÓN	114
4.3.2	TEST Y SU APLICABILIDAD	114
4.3.2.1.	TEST # 1	114
4.3.2.2.	TEST # 2	115

4.3.2.3.	TEST # 3	116
4.3.2.4.	TEST # 4	117
4.3.2.5.	TEST # 5	118
4.3.2.6.	TEST # 6	119
4,4	RECOLECCION DE DATOS	120
4.5.	ANALISIS DE DATOS	120

QUINTA PARTE

5,1	ANALISIS Y PRESENTACION DE RESULTADOS PRE TEST Y POST TEST	121
5.1.1	TEST # 1 FÍSICO COORDINATIVO DE ORIENTACION Y TECNICO	121
5.1.2	TEST # 2 FÍSICO COORDINATIVO DE ORIENTACION Y TECNICO	124
5.1.3.	TEST # 3 FÍSICO COORDINATIVO DE ORIENTACION Y TECNICO	127
5.1.4.	TEST # 4 TECNICO DE DEFINICION A PORTERIA	130
5.1.5.	TEST # 5 TECNICO DE DEFINICION A PORTERIA	133
5.1.6	TEST # 6 TECNICO DE DEFINICION A PORTERIA	136
5,2	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	139

ANEXOS		141
---------------	--	-----

SEXTA PARTE

6	PROPUESTA ALTERNATIVA	142
6,1	TITULO DE LA PROPUESTA.	142
6,3	OBJETIVOS	143
6.3.1	OBJETIVOS GENERALES	143
6.3.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS	143
6,4	FUNDAMENTACION DE LA PROPUESTA	143
6.4.1	EL CALENTAMIENTO	143
6.4.1.1	CALENTAMIENTO GENERAL	145
6.4.1.2	CALENTAMIENTO ESPECIAL	145
6,5	CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES	146
6.5.1	CAPACIDAD DE ORIENTACION	147
6,6	EL APRENDIZAJE MOTOR	147
6.6.1.	RECOMENDACIONES DE PROCESO DE ENSEÑANZA.	149
6,7	EJECUCION DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO	151
6.7.1.	PROGRAMAS DIARIOS DE ENTRENAMIENTO	153

BIBLIOGRAFIA

