



**ESPE**  
UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS  
INNOVACIÓN PARA LA EXCELENCIA

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y  
SOCIALES**

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

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD  
FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.**

**TEMA:**

**INCIDENCIA DE LA CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN, EN  
LOS SAQUES DEL PORTERO, DE LA ESCUELA DE FUTBOL  
DEL CLUB EL NACIONAL, SEDE CALDERON, CATEGORÍA  
SUB 12**

**AUTOR: MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO**

**DIRECTOR: MSC. CARRASCO COCA, ORLANDO RODRIGO**

**SANGOLQUÍ  
2016**



## DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

### CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN

#### CERTIFICACIÓN

Certifico que el trabajo de titulación, **INCIDENCIA DE LA CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN, EN LOS SAQUES DEL PORTERO, DE LA ESCUELA DE FUTBOL DEL CLUB EL NACIONAL, SEDE CALDERON, CATEGORÍA SUB 12** , Realizado por el señor **MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO** ha sido revisado en su totalidad y analizado por el software anti-plagio, el mismo cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, por lo tanto me permito acreditarlo y autorizar al señor **MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO** para que lo sustente públicamente.

Sangolquí, 20 de Enero del 2016

-----  
MSC. ORLANDO CARRASCO

**DIRECTOR**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**  
**CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES Y**  
**RECREACIÓN**

**AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD**

Yo, **MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO**, con cédula de identidad N° 1205643545, declaro que este trabajo de titulación **INCIDENCIA DE LA CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN, EN LOS SAQUES DEL PORTERO, DE LA ESCUELA DE FUTBOL DEL CLUB EL NACIONAL, SEDE CALDERON, CATEGORÍA SUB 12** ha sido desarrollado considerando los métodos de investigación existentes, así como también se ha respetado los derechos intelectuales de terceros considerándose en las citas bibliográficas. Consecuentemente declaro que este trabajo es de mi autoría, en virtud de ello me declaro responsable del contenido, veracidad y alcance de la investigación mencionada.

Sangolquí, 20 de Enero del 2016

-----  
MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO  
C.C.1205643545



## DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

### CARRERA EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN

#### AUTORIZACIÓN

Yo, **MEJIA, SANTIAGO**, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar en la biblioteca Virtual de la institución el presente trabajo de titulación **INCIDENCIA DE LA CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN, EN LOS SAQUES DEL PORTERO, DE LA ESCUELA DE FUTBOL DEL CLUB EL NACIONAL, SEDE CALDERON, CATEGORÍA SUB 12**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi autoría y responsabilidad.

Sangolquí, 20 de Enero del 2016

-----  
MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO

C.C.1205643545

## **AGRADECIMIENTOS**

El presente trabajo de tesis primeramente me gustaría agradecer a Dios por bendecirme para llegar hasta donde he llegado, porque hiciste realidad este sueño anhelado.

A la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE por darme la oportunidad de estudiar y ser un profesional.

A mi director(a) de tesis, Msc. Orlando Carrasco por su apoyo en este momento de trascendencia en mi vida profesional un gran agradecimiento a todos quienes formaron parte de mi esfuerzo.

**MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO**

## **DEDICATORIA**

Esta tesis se la dedico a mi Dios y mis hijos que son la inspiración de mi vida, a mis padres quiénes supieron guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

**MEJIA LEMA, EDWIN SANTIAGO**

## INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN.....	ii
AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD .....	iii
AUTORIZACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTOS.....	v
DEDICATORIA .....	vi
INDICE DE CONTENIDOS.....	vii
INDICE DE TABLAS .....	x
INDICE DE FIGURAS.....	xi
RESUMEN.....	xii
SUMMARY .....	xiii
<b>CAPITULO I</b> .....	<b>1</b>
MARCO REFERENCIAL .....	1
1. Problema de investigación.....	1
1.1. Objeto de la investigación .....	1
1.2. Ubicación y contextualización de la problemática.....	1
1.3. Situación problemática.....	3
1.4. Problema de investigación.....	4
1.4.1. Subproblema de investigación .....	4
1.5. Justificación .....	4
1.6. Objetivos.....	6
1.6.1. Objetivo general.....	6
1.6.2. Objetivos específicos: .....	6
1.7. Formulación de hipótesis .....	6
1.7.1. Hipótesis de trabajo .....	6
1.7.2. Hipótesis operacional.....	6
1.7.3. Hipótesis nula .....	7
1.8 Variables de investigación .....	7
1.9. Operacionalización de variables .....	8
<b>CAPITULO II</b> .....	<b>9</b>
MARCO TEÓRICO .....	9
2.1. Definiciones conceptuales .....	9

2.1.1. Capacidades coordinativas .....	9
2.1.2. Capacidades coordinativas especiales. ....	11
2.2. Fundamentos técnicos .....	14
2.2.1. Fundamentos ofensivos y defensivos del portero .....	14
2.2.2. “El aguante” fundamentos técnico tácticos con y sin balón .....	17
2.2.3. Fundamentos técnico tácticos con y sin balón.....	20
2.2.4. Técnica del portero a la defensiva .....	20
2.2.4.1. Principios del portero a la defensiva .....	21
2.2.4.2. Acciones integrales de la técnica del portero en conjunto a la defensiva. ....	22
2.2.5. Técnica del portero a la ofensiva .....	22
2.2.5.1. Principios del portero a la ofensiva .....	24
2.2.5.2. Acciones integrales de la técnica del portero en conjunto a la ofensiva .....	24
2.2.6. Táctica ofensiva. ....	24
2.2.6.1. Fundamentos tácticos ofensivos.....	25
<b>CAPÍTULO III</b> .....	27
<b>METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	27
3. Tipo de la investigación .....	27
3.1. Descripción de actividades para la ejecución .....	27
3.1.1. Duración de la investigación .....	27
3.2. Población y muestra .....	27
3.2.1. Población. ....	27
3.2.2. Muestra.....	28
3.3. Técnicas de recolección de datos.....	28
3.3.1. Test coordinativo de diferenciación.....	29
3.3.1.1. Protocolo del Pase de corta distancia a ras de piso. ....	29
3.3.1.2. Protocolo del Pase de corta distancia a media altura .....	30
3.3.1.3. Protocolo del Pase de corta distancia en altura. ....	30
3.4. Test de saques de porteros .....	31
3.4.1. Saques de puerta con el pie a balón parado .....	31
3.4.2. Saques de volea dirigido.....	31

3.4.3. Saques con la mano .....	32
3.4.4. Medida .....	32
3.4.5. Tabulación .....	33
3.5. Análisis e interpretación de los datos.....	33
<b>CAPITULO IV</b> .....	<b>34</b>
<b>ANÁLISIS DE RESULTADOS</b> .....	<b>34</b>
4. Análisis de resultados de la incidencia de la capacidad de diferenciación, en los saques del portero.....	34
<b>CAPITULO V</b> .....	<b>43</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b> .....	<b>43</b>
5.1. Conclusiones .....	43
5.2. Recomendaciones .....	44
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>45</b>

**INDICE DE TABLAS**

Tabla 1. Capacidad coordinativa de diferenciación .....	8
Tabla 2. Metodología de la enseñanza de la técnica del portero.....	26
Tabla 3. Análisis en el saque de puerta con el pie a balón parado.....	34
Tabla 4. Test de pase a corta distancia a ras de piso.....	35
Tabla 5. Test de pase a corta distancia a ras de piso (segundos).....	36
Tabla 6. Pase de corta distancia a media altura .....	37
Tabla 7. Pase de corta distancia a media altura .....	38
Tabla 8. Pase de corta distancia a media altura .....	39
Tabla 9. Pase de corta distancia en altura.....	40
Tabla 10. Pase de corta distancia en altura.....	41
Tabla 11. Pase de corta distancia en altura.....	42

**INDICE DE FIGURAS**

Figura 1. Los rivales de zona inútil .....	16
Figura 2. La posición de caída lateral .....	19
Figura 3. Recuperarse rápido .....	20
Figura 4. El balón situado en el área de meta .....	31
Figura 5. Entrenamiento de saques de portero.....	32
Figura 6. Realizando 3 saques en largo a cada lado .....	32
Figura 7. Test de diferenciación del pase a corta distancia .....	34
Figura 8. Test de pase a corta distancia a ras de piso.....	35
Figura 9. Saques con la mano .....	36
Figura 10. Saque de puerta con el pie a balón parado .....	37
Figura 11. Saques de volea dirigido.....	38
Figura 12. Saques con la mano .....	39
Figura 13. Saques con la mano .....	40
Figura 14. Saque de puerta con el pie a balón parado .....	41
Figura 15. Saques de volea dirigido.....	42

## RESUMEN

En el presente estudio se procedió a evaluar la incidencia de la capacidad de diferenciación, en los saques del portero, de la escuela de fútbol del club el nacional categoría sub 12, sede Calderón, ya que se detectó una serie de deficiencias técnicas en los jugadores de esta función. La escuela de Fútbol del Club El Nacional Sede Calderón se ha caracterizado porque a su plantilla de jugadores, se encuentran niños de diferentes extractos sociales y son todos aquellos que se forjan sin desvincular a ninguno de estos en su proceso de formación y tenemos como propósito el impulsar espacios recreativos para los niños del país, mediante la práctica del fútbol en la escuela de fútbol sede Calderón ya que cuenta con todas las condiciones para estas manifestaciones deportivas, donde se cultiva bajo los principios éticos y morales que estos demandan. También tenemos como propósito recuperar los valores morales y éticos en la juventud y niñez ecuatoriana, a corto, mediano y largo plazo tener jóvenes con excelentes fundamentos técnico-futbolísticos y, lo principal convertirlos en ciudadanos útiles a la sociedad para promover la práctica del deporte entre los niños, niñas y adolescentes, con un sentido prioritariamente lúdico, recreativo y formativo. Después de un largo proceso de enseñanza procederemos a evaluar los resultados obtenidos en el tiempo de aprendizaje a los 12 arqueros de “el club el nacional “

### **PALABRAS CLAVES**

- **ICIDENCIA**
- **CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN**
- **SAQUES DEL PORTERO**
- **ENSEÑAR**
- **EVALUAR**

## **SUMMARY**

In the present study it was evaluated the incidence of differentiation capacity in the serves goalkeeper, school football club national category under 12, based Calderon, and q a series of technical deficiencies were detected in players This function. School football club based national Calderon has characterized the return of children from different social players are extracts and are those that are forged without un link any of these in the process of formation and we intentional push recreational areas for children in the country through playing football, soccer school based Calderon has all the conditions for these sports events, where it is grown under the ethical and moral principles that they claim. We also intended to recover the moral and ethical values in youth and children in Ecuador, in the short, medium and long term have excellent youth football technical grounds and the main turning them into useful citizens to society. Promote the sport among children and adolescents, with priority playful, recreational and educational sense. After a long education process will proceed to evaluate the results of learning time at 12 archers of the "national club"

## **KEYWORDS**

- **ICIDENCE**
- **DIFFERENTIATION CAPACITY**
- **SERVES GOALKEEPER**
- **TEACH**
- **REFEREE**

## **CAPITULO I**

### **MARCO REFERENCIAL**

#### **1. Problema de investigación**

##### **1.1. Objeto de la investigación**

“La capacidad de diferenciación en los saques de portero”.

##### **1.2. Ubicación y contextualización de la problemática**

Las Escuelas de Fútbol del club “El Nacional”, se orienta a satisfacer una las necesidades de formación de la niñez y juventud ecuatoriana, desarrollando actividades metodológicas direccionadas al futbol, como sus procesos formativos de excelencia bajo el control y direcciona de profesionales altamente calificados, aportando con deportistas y ciudadanos útiles al país y con dimensión nacional e internacional.

Con el propósito de impulsar espacios recreativos para los niños del país, mediante la práctica del fútbol, la escuela de futbol sede Calderón cuenta con todas las condiciones para estas manifestaciones deportivas, donde se cultiva bajo los principios éticos y morales que estos demandan. Este proyecto provee a la ciudadanía; padres de familias los más altos niveles de preparación en función de la niñez, que cuenta con cualidades y habilidad para el desarrollo de este sector y se contó con el apoyo de las autoridades seccionales y deportivas. El club “ El Nacional” impulsando la nueva generación de futbolistas, orgullosamente ecuatorianos y que busca desarrollar todas estas cualidades, la finalidad del club es Impulsar el aprendizaje del futbol, como contribución al desarrollo de capacidades motrices de los niños, niño y adolescente que se inscriban en la escuela. Desarrollar un trabajo planificado, sistemático y evaluado del fomento educativo, progreso técnico, físico y sicosocial del alumno, fomentando las capacidades relacionadas con el conocimiento del deporte, así como otras dirigidas al equilibrio personal, a la relación interpersonal y a la actuación e inserción social, con el fin de contribuir no sólo a la mejora de la motricidad, sino al desarrollo integral de la persona. Impulsar las capacidades físicas,

sociales, psicológicas desde la reflexión y la práctica, posibilitando un desarrollo personal y social que mejore su calidad de vida. Recuperar los valores morales y éticos en la juventud y niñez ecuatoriana, a corto, mediano y largo plazo tener jóvenes con excelentes fundamentos técnico-futbolísticos y, lo principal convertirlos en ciudadanos útiles a la sociedad. Promover la práctica del deporte entre los niños, niñas y adolescentes, con un sentido prioritariamente lúdico, recreativo y formativo.

La escuela de Fútbol del Club El Nacional Sede Calderón se ha caracterizado porque a su plantilla de jugadores, se encuentran niños de diferentes extractos sociales y son todos aquellos que se forjan sin desvincular a ninguno de estos en su proceso de formación.

La matriz de la escuela se encuentra en el moderno complejo deportivo El Sauce en el valle de Tumbaco -en las cercanías de Quito- provincia de Pichincha. De donde se dirige y proceden todas las escuelas y su estructura.

La escuela del Club el nacional ubicada en Calderón cuenta con 180 niños quienes trabajan mancomunadamente con las bases sólidas del club el Nacional y su proceso de formación infantil y formativo, quienes nos han llevado a ser promotores en el desarrollo de talentos deportivos y se a promocionando al fútbol formativo y así al profesional.

La escuela del club el nacional, esta ocupa las instalaciones del estadio de la liga de Calderón.

La escuela de fútbol de Calderón cuenta con 12 arqueros en procesos y son todos ellos que participan en la formación y la aplicabilidad de la metodología impartida, pero mucho de estos proceso de formación no tienen la base sólida de formación de las diferentes capacidades coordinativas como son el ritmo, el equilibrio, el acoplamiento y con muy singularidad la capacidad de diferenciación la cual es de gran utilidad en el proceso de formación y se ha podido considerar significativa en el proceso de

enseñanza y los fundamentos técnicos, la misma que permite solides , efectividad y eficacia.

La escuela de futbol cuento con un semillero extensivo de jugadores y sobre todo de porteros y son quienes hemos contribuido con arqueros de realce para el club y para futbol ecuatoriano, pero lamentablemente llegan al futbol profesional con problemas en la condición técnica y en conjunto con las capacidades coordinativas y sobre todo la capacidad coordinativa de diferenciación.

### **1.3. Situación problemática**

La escuela de Futbol del club el nacional sede Calderón desde su creación, se ha visto inmiscuido en los grandes logros que ha alcanzado en el futbol formativo, lo que ha sido merecedor de prestigio, pero a la vez de exigencia deportiva frente a otros clubes e instituciones deportivas,

Es así como en nuestro país buscamos ser competitivos en nuestra nivel de deportivo, permanentemente se han preocupado de tener unas categorías formativas al más alto nivel deportivo que aporten con nuevos talentos para el balompié infantil, juvenil y profesional, lo que se ha considerado un Talón de Aquiles la enseñanza de los fundamentos técnico ya que muchos de ellos tanto entrenadores como jugadores no se preocupara de esta esta aérea que es parte complementaria de la formación técnica.

- La falta de aplicación de la capacidad coordinativa de diferenciación en fundamentos técnicos ofensivos y defensivos de portero.
- El desconocimiento de los entrenadores en la aplicación adecuada de métodos y principios en la enseñanza de los fundamentos técnicos.
- Desconocimientos de las capacidades coordinativas y su aplicación en la enseñanza de los fundamentos técnicos de portero.
- Diferentes criterios de los entrenadores en la enseñanza de los fundamentos técnicos y las capacidades coordinativas de especificidad

#### **1.4. Problema de investigación.**

Una vez observado los niveles de desarrollo de las capacidades coordinativas de diferenciación y su aplicabilidad en la fundamentación técnica de saques de portería se considera.

#### **¿La incidencia de la capacidad coordinativa de diferenciación en los saques de portería?**

##### **1.4.1. Subproblema de investigación**

Después de realizar una evaluación diagnóstica se llega a determinar que los problemas que requieren mayor estudio y dedicación, y que son relevantes para el proyecto son los siguientes:

- Manejo empírico de los procesos de enseñanza de la capacidad coordinativa de diferenciación y los fundamentos técnicos.
- Su dimensión de las capacidades coordinativas en la enseñanza de la técnica de saque de portería
- Desconocimiento sobre la importancia de la enseñanza adecuada de los fundamentos técnicos por parte de los directivos los especialistas.

#### **1.5. Justificación**

La escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” sede Calderón requiere urgentemente trabajar en estas edades con mayor realce los fundamentos técnicos y también correlacionar con las capacidades coordinativa sin destacar las capacidades condicionales que son los pilares de la formación de todo deporte competitivo, para este trabajo se requiere considerar los aspectos experimentales y vivenciales de los especialistas que tratan sobre las condiciones efectivas de formación en esta etapa, logrando en ellos el mayor nivel de conocimiento para la formación efectiva.

El club de fútbol y sus escuelas requiere atender con suma urgencia esta falencia puesto que estas capacidades no son fáciles desarrollar en edades

superiores y dificulta su aprendizaje ya que cuentan con errores significativos en sus procesos de formación

Los dirigentes se han preocupado permanentemente de las categorías formativas del club, es así que en los cuatro últimos años se han realizado estudios socioeconómicos en las diferentes provincias del país y a la vez el estudio se ha profundizado a revisar las condiciones ideales de entrenamiento en etapa de formación y a la vez se ha enviado a especializarse en el exterior para mejorar la técnica con nuestro jugadores y sobre todo en porteros. (BLAZQUEZ, 1995)

La enseñanza de los fundamentos técnicos en la formación base de los deportistas sin importar la modalidad deportiva es fundamental, pero es esencial establecer un proceso lógico en el fútbol, que en la actualidad ha evolucionado a pasos agigantados, puesto que hay gran inversión económica y las exigencias de resultados es mal altas.

Es así que queremos considerar estos dos indicadores significativos como es la capacidad coordinativa de diferenciación y el elemento técnico de saque de portería y dejar un proceso adecuado del manejo y parámetros a seguir para el desarrollo efectivo de estas cualidades, esperando una pronta mejoría del factor técnico en lo porteros, puesto que es pieza fundamental dentro del campo de juego y la efectividad funcional para el logro de resultados deportivos (FLEMING & S., 1994).

Este trabajo investigativo y de estudio, está destinada a concientizar y determinar la importancia de seguir un proceso sistemático en la enseñanza de los fundamentos técnicos y desarrollo de capacidades coordinativas acorde a las necesidades de los porteros.

Para los entrenadores esta investigación ayudara a que sigan una planificación adecuada y una correcta utilización de los medios y métodos disponibles para realizar el entrenamiento de la técnica. Como utilidad práctica va a ayudar al perfeccionamiento de la técnica individual y que al

mismo tiempo va a mejorar la acción colectiva en función del equipo (ROVIRA, 1982).

Considerando estos aspectos físicos y técnicos, los integrantes de las de la escuela de futbol categoría sub 12 elevara sus niveles de trabajo coordinativo y técnico para una pronta respuesta deportiva.

## **1.6. Objetivos**

### **1.6.1. Objetivo general**

Determinar la incidencia de la capacidad coordinativa de diferenciación en los saques del portero, de la escuela de futbol del Club El Nacional, sede Calderón. Categoría sub 12.

### **1.6.2. Objetivos específicos:**

- Determinar los niveles de la capacidad coordinativa de diferenciación
- Diagnosticar los niveles técnicos de los saques de portería
- Diseñar una propuesta acoplando, las condiciones coordinativas y los saques de portería.

## **1.7. Formulación de hipótesis**

### **1.7.1. Hipótesis de trabajo**

Determinar la incidencia de la capacidad coordinativa de diferenciación en los saques del portero, de la escuela de futbol del Club El Nacional, sede Calderón, categoría sub 12.

### **1.7.2. Hipótesis operacional**

La capacidad coordinativa de diferenciación **si** incide en los saques del portero, de la escuela de futbol del Club El Nacional, sede Calderón, categoría sub 12.

### **1.7.3. Hipótesis nula**

La capacidad coordinativa de diferenciación **no** incide en los saques del portero, de la escuela de fútbol del Club El Nacional, sede Calderón, categoría sub 12.

### **1.8 Variables de investigación**

#### **Variable independiente**

Capacidad coordinativa

#### **Variable dependiente**

Saques del portero

## 1.9. Operacionalización de variables

Tabla 1.

Capacidad coordinativa de diferenciación

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES O CATEGORÍAS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
VD <b>CAPACIDAD COORDINATIVA DE DIFERENCIACIÓN</b>	Es la capacidad de lograr una coordinación muy fina de fases motoras y movimientos parciales individuales,	Exactitud  Economía del esfuerzo.	Efectividad  Eficiencia  Tiempo	Test físico de diferenciación.
VD <b>SAQUES DEL PORTERO</b>	Es la capacidad técnica individual de reiniciar el juego mediante el uso de diferentes segmentos del cuerpo y bajo las consideraciones reglamentadas establecidas	En pelota fija  En movimiento o juego	Efectividad  Eficiencia	Test técnico Test de saque de portería en pelota fija  Test de saque de portería en juego.

## CAPITULO II MARCO TEÓRICO

### 2.1. Definiciones conceptuales

#### 2.1.1. Capacidades coordinativas

Durante décadas, los entrenadores fijaron su atención en las capacidades condicionales: la fuerza, la resistencia y la velocidad. Con el tiempo y frente a un escenario cada vez más competitivo, los investigadores ampliaron su horizonte hacia otras capacidades íntimamente relacionadas con el sistema nervioso. Estas cualidades, conocidas hoy como *capacidades coordinativas*, permiten al deportista realizar los movimientos con precisión, economía y eficacia.

(Pedro, 1997) Asume tres funciones básicas de las capacidades coordinativas:

Como elemento que condiciona la vida en general

Como elemento que condiciona el aprendizaje motor

Como elemento que condiciona el alto rendimiento deportivo

Las capacidades coordinativas son sin duda un elemento importantísimo a la hora de planificar el entrenamiento tanto en los deportes individuales como de conjunto, ya que si bien algunas de ellas no parecen jugar un papel decisivo en los deportes de equipo, otras en cambio pueden llegar a ser de capital importancia, como veremos a continuación.

Actualmente, la clasificación más aceptada comprende seis capacidades. Ustedes van a encontrarse con siete, ya que considero a la relajación como una capacidad coordinativa. Saquen ustedes sus propias conclusiones. La lista es la siguiente:

En la etapa infantil se hace imposible separar los elementos que la componen, ya que todos y cada uno de los aspectos del desarrollo están estrechamente ligados.

La relación del niño con el mundo externo pasa primero a través de la relación consigo mismo. Para lo cual es necesario comenzar con conocer su propio cuerpo, sus características y posibilidades, esta exploración tiene por objeto el acto motriz.

Dentro del trabajo motriz se puede hablar de motricidad fina; aquellas realizadas por los segmentos distales, y gruesa la que reúne las actividades globales del cuerpo más proximales al eje central.

Al pasar la etapa de la niñez, llegamos a la adolescencia en la cual el movimiento es aún indispensable para poder desenvolverse, desarrollarse e interrelacionar en el medio.

Todas estas actividades presentan una serie de atributos comunes y ciertas maneras de realizarlas y todas estas condiciones se encuentran influidas en el fenómeno del ritmo implícito, especialmente en la coordinación del movimiento.

Y es precisamente el concepto de Coordinación quien presenta el papel central en esta investigación, tanto para niños como para adolescentes, en el cual se presenta la implicancia en el desarrollo motor de ambos grupos y como mediante el instrumento de medición “Tepsi” y “Test de aptitud física”, pueden ser evaluados para posteriormente ser estimulados y obtener de él, mayores logros de evolución psicomotriz, de acuerdo al desarrollo de cada grupo.

Capacidades coordinativas Generales o Básicas Capacidad reguladora del movimiento: esta se manifiesta cuando el individuo comprenda y aplique en su ejercitación, en qué momento del movimiento debe realizar con mayor amplitud y con mayor velocidad, ella es necesaria para las demás capacidades coordinativas, sin ella no se puede desarrollar o realizar

movimientos con la calidad requerida. En el proceso de aprendizaje se observa como el profesor ayuda al alumno dándole indicaciones a través de la palabra, gestos o con la utilización de medios para que el alumno comprenda el ritmo y la amplitud de los movimientos. Capacidad de adaptación y cambios motrices: Esta capacidad se desarrolla cuando el organismo es capaz de adaptarse a las condiciones de los movimientos, cuando se presente una nueva situación y tiene que cambiar y volver a adaptarse, es por ello que se define, como: la capacidad que tiene el organismo de adaptarse a las diferentes situaciones y condiciones en que se realizan los movimientos. Esta capacidad se desarrolla fundamentalmente a través de los juegos y complejos de ejercicios donde se presentan diferentes situaciones y condiciones, donde el alumno debe aplicar las acciones aprendidas y valorarla de acuerdo al sistema táctico planteado, es por ello cuando se enseña una acción táctica no debe hacerse con ejercicios estandarizados, por lo que se debe realizar con ejercicios variados.

### **2.1.2. Capacidades coordinativas especiales.**

**Orientación:** Se define, como la capacidad que tiene el hombre cuando es capaz durante la ejecución de los ejercicios de mantener una orientación de la situación que ocurre y de los movimientos del cuerpo en el espacio y tiempo, en dependencia de la actividad. Esta capacidad se pone de manifiesto cuando el individuo percibe lo que sucede a su alrededor y regula sus acciones para cumplir el objetivo propuesto, por ejemplo: durante un partido de Fútbol, el portero percibe que un jugador contrario va realizar un tiro a su puerta desde la banda derecha y reacciona adecuadamente colocándose en el ángulo que cubra la mayor área de su portería, realizando una defensa exitosa.

**El equilibrio:** Es la capacidad que posee el individuo para mantener el cuerpo en equilibrio en las diferentes posiciones que adopte o se deriven de los movimientos, cualquier movimiento provoca el cambio del centro de gravedad del cuerpo.

**El Ritmo:** esta no es más que la capacidad que tiene el organismo de alternar fluidamente las tensiones y distensión de los músculos por la capacidad de la conciencia, el hombre puede percibir de forma más o menos clara los ritmos de los movimientos que debe realizar en la ejecución de un ejercicio y tiene la posibilidad de influir en ellos, de variarlos, diferenciarlos, acentuarlos y crear nuevos ritmos.

**Anticipación** Es la capacidad que posee el hombre de anticipar la finalidad de los movimientos y se manifiesta antes de la ejecución del movimiento. Existen dos tipos de anticipación, las cuales son:

- **Anticipación Propia:** Esta se manifiesta de forma morfológica cuando se realizan movimientos anteriores a las acciones posteriores, por ejemplo: durante la combinación de la recepción del balón y antes de esas acciones el individuo realiza movimientos preparatorios antes y durante la acción del recibo
- **Anticipación Ajena:** Es la que está relacionada con la anticipación de la finalidad de los movimientos de los jugadores contrarios, del propio equipo y del objeto (balón) y está determinada por condiciones determinadas, ejemplo: en el Fútbol, el portero en un tiro de penal presupone hacia qué dirección se efectuará el tiro y se lanza hacia esa dirección y es aquí donde se observa esta capacidad. Esta capacidad tiene un gran desarrollo en los deportes de Juegos Deportivos y de Combates.

**Diferenciación** Es la capacidad que tiene el hombre de analizar y diferenciar las características de cada movimiento, cuando una persona observa y analiza un movimiento o ejercicio percibe de forma general y aprecia sus características, en cuanto al tiempo y el espacio, las tensiones musculares que necesita dicho ejercicio para su ejecución en su conjunto, pero al pasar esta fase debe apreciar y diferenciar las partes y fases más importantes del mismo. Para desarrollar esta capacidad juega un papel muy importante la participación del individuo.

**Coordinación** Es la capacidad que posee el hombre de combinar en una estructura única varias acciones. Esta capacidad está estrechamente relacionada con las demás capacidades coordinativas y esta es muy importante producto de los cambios típicos que presenta el hombre en su desarrollo, o sea, en la niñez, la juventud, la adultez y la vejez. Esto lo podemos ver más claramente en los deportes, pues al ejecutar cualquier técnica deportiva se pone de manifiesto, por ejemplo: en el acoplamiento de los movimientos de los brazos y las piernas durante una carrera de 100 Mts., la coordinación influye significativamente en los resultados deportivos en la mayoría de las disciplinas deportivas. En el desarrollo de ella juega un papel importante la capacidad de Anticipación.

#### **2.1.4. Capacidades coordinativas complejas**

**Agilidad** Esta es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas. En el desarrollo de la Agilidad está presente la relación con las demás capacidades y la coordinación existente entre ellas. En el momento de resolver una tarea motriz pueden estar presentes varias de esas capacidades abordadas anteriormente. Esta capacidad se desarrolla bajo del Sistema Energético Anaerobio, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla a través de complejos de ejercicios variados y matizados por constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces, es el juego.

**Aprendizaje motor** Es la capacidad que posee el hombre de dominar en el menor tiempo posible la técnica de nuevas acciones motrices, ella está determinada en primer lugar por las particularidades individuales de asimilación de cada sujeto y por la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje. El profesor juega un papel muy importante en el desarrollo de esta capacidad, por lo que él debe seleccionar los métodos, procedimientos y medios más adecuados para que el alumno pueda comprender las diferentes acciones motrices que debe realizar para apropiarse de los

conocimientos necesarios para ejecutar una acción determinada y brindarle la posibilidad de ejecutar y repetir el ejercicio con el fin de automatizar los diferentes movimientos que requiere dicha acción y por último, la corrección de errores juega un papel importante en este proceso.

## **2.2. Fundamentos técnicos**

El control del balón es la base de todos los aspectos del fútbol y una fuente de motivación para los jóvenes, ya que controlar el balón les hace sentirse bien. Esta habilidad es la clave para muchas otras. Dar toques también es una excelente manera de practicar el control del balón y hacerse a él.

En general, no es difícil dominar una técnica, pero se torna cada vez más complicado si cambian las condiciones de juego. Por tanto, los jugadores solo lograrán controlar el balón totalmente cuando sepan coordinar las partes del cuerpo. Asimismo, el aprendizaje dependerá del número de repeticiones, si bien existen diferentes combinaciones en cuanto al método aplicable.

Conforme el niño crece, su aptitud técnica será la base del buen desarrollo y le permitirá experimentar lo divertido que es el fútbol en toda su extensión.

### **2.2.1. Fundamentos ofensivos y defensivos del portero**

Cuando el arquero se lanza hacia un costado y está completamente extendido porque tiene que hacer una salvada con una sola mano y no la puede agarrar:

- La posición del cuerpo, de acuerdo a los ángulos de tiro.
- Si el atacante viene de frente al arco, y el remate que saca es de bote pronto.
- El balón debe ser golpeado con la parte inferior de la palma de la mano (con los muñones) hacia el costado, lo más lejos posible.

- Si el rival saca un remate de cabeza frontal, y el balón viene de bote pronto.
- Igual al anterior del otro costado.
- ¿Cuándo un arquero debe puñetear el balón a una o dos manos?

Aquí se deben incluir trabajos de despeje de zona:

1. Zona útil.
2. Zona de peligro.

El arquero siempre debe estar en movimiento, porque es una posición donde las jugadas no llegan con regularidad:

- Si el equipo está atacando, sacando la defensa y ordenándola en función de cómo quedaron los rivales más adelantados.
- Ataques por la derecha o izquierda.
- Apoyo del último defensa.
- Si hay saque lateral en contra, que se tomen las marcas que más daño puede hacer.
- Si hay córner en contra, haciendo tomar las marcas, incluso yendo a su compañero despistado a hacerle recuerdo.
- Centros al primer o segundo palo.
- Salidas por alto y bajo.
- En los tiros libre e indirectos en contra.
- Todos los movimientos tendrán una posición útil del arquero, con relación, en primera medida del rival con balón, y en segunda de los posibles receptores que tenga el rival en el espacio.
- En todo momento, el arquero debería estar ajustándose al movimiento del balón, moviéndose hacia atrás, adelante, o a los costados.
- De esta manera podrá el arquero manejar mejor los espacios y tiempos, del rival y del balón, o de ambos.

- Incluso cuando el juego está detenido, por sustituciones, lesiones, el arquero debería estar moviéndose, concentrándose, parado en puntas de pie, siempre listo.
- Cuando el juego va hacia adelante, el arquero debería ir saliendo del arco, hasta el borde del área grande, a veces más allá, esto da seguridad a sus compañeros de defensa.
- Siempre debe ajustar su posición, de acuerdo a la distancia de sus compañeros, del rival y de los compañeros que vienen marcando al rival.

Los buenos arqueros a un solo vistazo saben exactamente dónde están:

Los rivales de zona inútil.

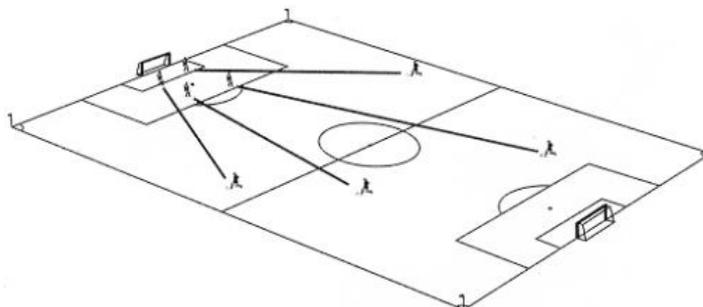


Figura 1. Los rivales de zona inútil

Los que se quedaron enganchados, compañeros para sacarlos y rivales para tenerlos en cuenta o Los rivales que están a las espaldas de los compañeros.

1. También las referencias que debe tener para caminar mejor el área, son de acuerdo a cada quién, las marcas imaginarias pueden ser:
  - El punto del penal.
  - El área grande o chica.
  - El semicírculo.
  - El medio campo, etc.
  - No debería haber necesidad de mirar hacia los postes.

El arquero tiene que trabajar la vista periférica, y esto se trabaja en conjunto.

Cuando se realiza una tapada, el arquero ya tuvo que leer antes del disparo:

- ¿Dónde está el compañero mejor ubicado, para salir rápidamente?
- ¿Dónde está el rival más cerca, en caso que tenga que hacer un desvío?
- Este punto aconseja que el cuerpo del arquero siempre debe estar “abierto” hacia el balón, (cómo si marcara las “10 y 10”) y la vista girando constantemente para saber los recorridos de los rivales
- El arquero debe estar “con cuidado” ajustando el cuerpo y brazos para tener los movimientos claros de “hombros hacia el balón”.

### **2.2.2. “El aguante” fundamentos técnico tácticos con y sin balón**

En una de las consideraciones que ya vimos anteriormente, donde comparamos la postura de un arquero con la de un mono.

Los buenos arqueros no son los que “vuelan” alrededor del área, son los que saben aguantar para entrar en el momento justo.

La habilidad para hacer una salvada volando, y una salvada en una rápida reacción en el piso, pueden hacer que un portero se destaque, pero la mayoría del trabajo del portero debe hacerse de pie. Inevitablemente llegará un momento cuando el portero tendrá que lanzarse a los pies de un delantero o reaccionar lanzándose a los costados por un disparo que no puede ser desviado de otro modo.

Los grandes delanteros saben esperar y anticipar en los momentos justos. Tienen la compostura y habilidad, cuando están frente al arco, para esperar hasta el último instante para ejecutar su disparo; pero el que manda al contrario de las creencias, es el arquero. Existe una amplia diferencia entre anticipar algo que podría ocurrir y “leer” el juego. Cuando un arquero lee el

juego, tomará decisiones y se moverá a una posición con el conocimiento de que existe un gran porcentaje de que el gol sea evitado desde esa posición.

- El arquero debe actuar siempre, hasta cuando le da la responsabilidad al delantero que está enfrentando.
  - El aguante perfecto es nunca caer hacia atrás
1. Si se necesita que el arquero permanezca de pie tanto como sea posible, no tiene sentido que, cuando el rival realice el disparo, él caiga hacia atrás.
  2. Cualquier movimiento de retroceso (por ejemplo arquear el cuerpo o recuperar la posición de inicio) pone el balance del cuerpo sobre los talones.
  3. En puntas de pie y en la posición inicial da un potencial mayor de defensa.
  4. Incluso si el balón golpea el cuerpo del arquero cuando cae hacia atrás, él estará en una pobre posición de recuperarse y enfrentar la siguiente parte de la acción.

“¿Cuál es el único momento en que un portero no se mueve?”

1. El único momento en que un portero está completamente quieto, y sólo momentáneamente, es justo antes de que le pateen al arco.
2. Una vez que se hicieron los movimientos y los ajustes, es entonces cuando (y antes de que se haga el disparo) por un instante el cuerpo está “quieto”, en posición inicial, para permitir que él reaccione al disparo.
  - Si el disparo no puede ser realizado, la situación cambia.
  - En esas circunstancias, los ajustes, las consideraciones de posición y la toma de decisiones continúa, hasta que la necesidad de “quieto” vuelva

- Si el cuerpo se mueve hacia atrás en el momento en el disparo, es casi imposible caer hacia los lados abarcando el espacio justo.
  - Si el peso del cuerpo se transfiere hacia un lado, más hacia una pierna, y el balón roza en alguien hacia el otro lado, es casi imposible tener la reacción de ajuste.
3. La estabilización de la caída la realiza el arquero con
- Flexionar la pierna que queda en alto, entrando la rodilla superior.
  - Y dejando la pierna inferior arrastrada.
4. La posición de caída lateral permite a las manos y brazos estar enfrente del cuerpo con la capacidad de un ajuste rápido por cualquier otro inconveniente que siempre sucede.

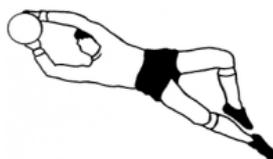


Figura 2. La posición de caída lateral

5. Si el arquero debe realizar un ajuste porque no pudo retener el balón, el mejor aliado que tendrá en caso de haber caído correctamente con los brazos, serán sus propios brazos.
6. Si el arquero cae con los brazos más atrás que el cuerpo, al no retener el balón, éste irá a gol o hacia el corner.
7. Si él cae con los brazos paralelos al cuerpo, cualquier rebote se irá al corner o un costado donde no lo podrá alcanzar.
8. En la misma situación pero con los brazos hacia delante, los rebotes los puede o no alcanzar, pero con la ventaja de tenerlo enfrente de nuevo.
- Todas estas consideraciones entran dentro de las capacidades perceptivas del joven arquero.

1. A partir de los catorce años en adelante se podrá trabajar con mayor exigencia la parte de los fundamentos tácticos.

### 2.2.3. Fundamentos técnico tácticos con y sin balón

1. La mejor anticipación del arquero, es la más pronta reacción.

- “Leer el juego” es una expresión usada a menudo en fútbol, describe situaciones donde los jugadores usan su experiencia para mejorar su decisión en términos de movimiento y posición de juego.

2. Siempre hay que acostumbrar al rival a que al arquero es seguro, para que cuando se le escape por cualquier cosa, éstos estén desatentos por las buenas acciones de siempre, es tener buena ubicación.

- Las acciones deben ser trabajadas para transformarlas en anticipaciones de modo que los arqueros sólo pueden reaccionar con acierto a las situaciones que enfrentan.

3. Si el arquero tiene las piernas demasiado separadas, no podrá impulsarse con potencia y efectividad y, en caso de centros, no podrá ejecutar una correcta salida.

4. Recuperarse rápido sobre sus pies es la mejor defensa de un arquero.



Figura 3. Recuperarse rápido

### 2.2.4. Técnica del portero a la defensiva

Consiste en crear un sistema defensivo en donde el portero tenga la posibilidad de ubicarse dentro del terreno de juego. De acuerdo con la posición del balón, si éste se encuentra en posesión del rival, para estar en el tiempo y espacio y lograr neutralizar una franca ofensiva del adversario, el

portero realiza un conjunto de movimientos que le permiten ubicarse dentro de sus área o fuera de ella según la posición del balón, manteniéndose equidistante respecto a las líneas de sus equipos.

#### **2.2.4.1. Principios del portero a la defensiva**

- **Ubicación espacio-tiempo:** Consiste en desarrollar la capacidad de mostrar dominio sobre las acciones que se ejecutan en torno a la zona de acción del portero dentro del terreno de juego, orientando su cuerpo respecto a la posición y velocidad con la que el rival juega el balón y el lugar donde se ubican sus compañeros y manteniendo una relación de equilibrio con la ubicación del rival.
- **Visión periférica:** A partir del principio anterior, el portero debe tener la posibilidad de tener un dominio absoluto respecto a todo lo que sucede dentro del terreno de juego. Esta acción lo habilita para ubicar, orientar y corregir los movimientos de sus compañeros durante el ataque del rival, sin perder de vista la posición del balón.
- **Saber leer el fútbol:** Se refiere al acto de anticiparse mentalmente a la posible jugada del rival con el objeto de interceptar y así neutralizar una franca ofensiva.

#### **Elementos**

- **Posición inicial (perfil).** Postura del cuerpo que marca la posición de apoyo (o "arranque") en la que se encuentra el portero de manera previa a la realización de un desplazamiento (o "salida") en cualquier dirección. La postura depende de los siguientes factores:
  - a) La posición del rival.
  - b) La posición de compañeros.

c) La ubicación y velocidad con la que se juega el balón.

- **Desplazamientos multidireccionales:** Acción que nos marca la capacidad del portero para moverse de frente, hacia atrás, lateralmente, en diagonal al frente y atrás, considerando siempre no perder de vista la trayectoria del balón y ubicarse en el lugar de su posible llegada (fildeo).
- **Coordinación óculo-corporal.** Se refiere al acto de tener una precisa relación entre su posición (postura inicial) y la del balón, para posteriormente tener una relación visual con el segmento corporal a utilizar en el cumplimiento de cualquiera de los elementos de la técnica individual (golpeo, recepción y conducción con el pie).

#### **2.2.4.2. Acciones integrales de la técnica del portero en conjunto a la defensiva.**

- Saber ubicar a sus compañeros.
- Jugar sus áreas.
- Jugar con los pies.
- No vencerse.
- Retardar para que sus compañeros puedan auxiliarlo.
- Ser seguro de manos.
- Utilización óptima de la técnica de perfiles y fildeo.
- Ejecutar salidas seguras y precisas.
- Salidas frontales para reducir ángulos en un enfrentamiento con el rival.
- Atención, concentración.
- Utilización óptima de los principios y elementos de la técnica del portero.

#### **2.2.5. Técnica del portero a la ofensiva**

Consiste en crear un sistema ofensivo en el que el portero tenga la posibilidad de ser el primer atacante de su equipo en el momento posterior a

la intercepción del balón y a su vez tener los elementos técnicos para resolver las jugadas en las que éste sea requerido como apoyo; construir un sistema ofensivo integral en el cual el portero ejecute un conjunto de movimientos que le permitan ubicarse equidistante respecto a las líneas de su equipo, cuando éstas tienen posesión del balón; ejecutar un sistema que le permita al portero posterior luego de la neutralización del ataque rival, dar inicio y orientación a su propia ofensiva.

### **Elementos**

- **Ubicación espacio tiempo.** Se refiere al acto de desarrollar la capacidad del portero de mostrar dominio sobre las acciones que se ejecutan en torno a su zona de acción dentro del terreno de juego, orientando su cuerpo respecto a la posición y velocidad con la que sus compañeros juegan el balón; el lugar donde se ubican todos y cada uno de sus compañeros, y manteniendo una relación de equilibrio con la ubicación del rival.
- **Visión periférica** Consiste en tener un dominio absoluto de todo lo que sucede dentro del terreno de juego para orientar y corregir el traslado del balón de sus compañeros hacia la meta del rival, siguiendo con la vista siempre la dirección del balón así como la incorporación de todos sus compañeros para el entrenamiento.
- **"Saber leer el fútbol".** Se refiere al acto de anticiparse mentalmente a la posible segunda jugada de sus compañeros en el tránsito de balón orientando los movimientos propios para vulnerar la defensiva del rival.
- **Inicio y orientación del juego.** Acción de ceder el balón al compañero mejor ubicado para iniciar el desdoblamiento hacia la zona en donde con mayor facilidad podrá desequilibrar la oposición del adversario.

### **2.2.5.1. Principios del portero a la ofensiva**

1. Saber leer el fútbol
2. Posición inicial
2. Desplazamiento multidireccional
3. Visión periférica
4. Perfiles

### **2.2.5.2. Acciones integrales de la técnica del portero en conjunto a la ofensiva**

- Corrección de los movimientos de los compañeros.
- Salidas por las zonas menos ocupadas. (Lado contrario a la llegada del balón).
- Primer atacante del equipo luego de la neutralización de la ofensiva del rival.
- Despejes dirigidos con ventaja hacia los compañeros.
- Ceder el balón de manera cómoda hacia el compañero.
- Colocación equidistante respecto a la ubicación del balón a través de la posesión del mismo por jugadores de su equipo.
- Utilización de los componentes de la técnica individual (conducción, recepción, golpeo) en situaciones especiales.

### **2.2.6. Táctica ofensiva.**

La táctica ofensiva se basa en fundamentos esenciales los que tienen sus objetivos generales y específicos, de los cuales se derivan sus fases. Los objetivos generales de la táctica ofensiva son:

- Conseguir gol, (mediante la acción de un jugador o los atacantes que pueden finalizar las jugadas).
- Progresión hacia la puerta contraria, llevando el balón a zonas de finalización (sean estas la zona amplia, la intermedia y la de

finalización definición) y sobrepasando las líneas defensivas del contrario.

- Mantener la posesión del balón, (control del balón dejándolo listo para jugar, marcar el ritmo de juego, manteniendo la iniciativa, la colocación, las rotaciones, realizando los desmarques de apoyos y ruptura etc.).

Los objetivos tácticos ofensivos específicos son aquellos que se relacionan con las diferentes vías o formas utilizadas por los jugadores del equipo en posesión del balón para realizar los ataques, los contraataques, desmarques, rotaciones y el aclarado.

Entremos a analizar cada uno de ellos partiendo de sus objetivos, fases y tipos, estos fundamentos fueron expuestos por el profesor José Venancio López, en el seminario impartido por la FIFA en Octubre 11 de 2003 en La Habana. Cuba.

#### **2.2.6.1. Fundamentos tácticos ofensivos.**

- Ataque
- Contraataque
- Desmarque Rotación
- Aclarado
- Ataque

##### **Objetivos:**

- Conservar el balón.
- Progresar hacia el objetivo establecido.
- Lograr goles.

Para conservar el balón el equipo debe tener bien claro las fases por las que pasa el juego de ataque.

Lo primero es mantener un equilibrio de pases adecuados en los que el equipo toque y toque la pelota, haciendo que el contrario se desordene,

cuando ocurra la desestabilización del adversario entraríamos rápidamente a atacar la meta contraria de forma progresiva, tratando de finalizar las acciones con tiro a gol, este trabajo de equipo consta de las siguientes fases:

- Fases.
- Apertura
- Elaboración
- Finalización
- Apertura:

Criterio que le damos al juego nada más recuperado el balón.

Tabla 2.

Metodología de la enseñanza de la técnica del portero

METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA DEL PORTERO		
TEMA CENTRAL DEL ENTRENAMIENTO	MECÁNICA ESPECIALIZADA	ELEMENTOS METODOLÓGICOS
	Perfiles	Al frente Lateral Atrás
<b>Posición inicial o de ataque</b>	Ubicación equidistante en relación al balón	Ángulos de relación
<b>Control del balón a ras del piso</b>	En dirección al cuerpo	Con apoyo a la rodilla. Con flexión del tronco y piernas juntas. Con semiflexión de piernas y recostado.
	En dirección al costado	CERCA: con el pie desplome LEJOS- estirada
<b>Control del balón a media altura</b>	En dirección al cuerpo	Balones dirigidos de la altura de las rodillas a la altura de la barbilla
	En dirección al costado	CERCA: con el pie desplome LEJOS- estirada
<b>Control del balón</b>	En dirección al cuerpo	Balones dirigidos de la barbilla a máxima altura de los brazos Balones dirigidos que sobrepasen la máxima altura de los brazos, con salto
	En dirección al costado	CERCA – sujeción, bloqueo, desvío LEJOS - sujeción y desvío

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3. Tipo de la investigación**

El tipo de la presente investigación es correlacional con un solo grupo de control con un análisis descriptivo de la variable de diferenciación con sus diferentes test sobre los test de saques del portero con sus diferente segmentos, a través de la evolución de los diferentes test una vez iniciado el proceso investigativo para luego proceder a su correlación correspondiente con la función correlación de Pearson y su incidencia provocada en cada una de ellas.

##### **3.1. Descripción de actividades para la ejecución**

Al inicio de la presente investigación se tomara al grupo los siguientes datos personales como: tiempo realizado en la ejecución de la capacidad coordinativa de diferenciación y posteriormente la ejecución técnica del elemento técnico de saque de portería.

Al final de la aplicación de las diferentes actividades físicas y técnicas se hará una segunda evaluación donde se concluirá si mejoro desarrollo la técnica del saque de portería y a la vez si mejora la capacidad coordinativa.

##### **3.1.1. Duración de la investigación**

La investigación tendrá una duración de do meses los mismos que permitirá llegar a obtener conclusiones significativas

#### **3.2. Población y muestra**

##### **3.2.1. Población.**

Es el conjunto de elementos que poseen unas características comunes, determinadas previamente y del cual se puede realizar las observaciones y extraer muestras representativas.

En la presente investigación la población a ser considerada será a 12 porteros pertenecientes a la escuela de Fútbol del Club el Nacional sector Calderón.

### **3.2.2. Muestra.**

En el lenguaje de la estadística con este término se hace referencia a la parte o fracción representativa de un conjunto de una población, universo o colectivo, que ha sido elegida con el fin de investigar ciertas características.

Para la obtención de la información se trabajará con la totalidad de la población mencionada en la población.

### **3.3. Técnicas de recolección de datos.**

Para efectuar una adecuada recolección de la información, que permita diagnosticar apropiadamente, es necesario llevar a cabo el siguiente procedimiento.

Inicialmente, se elaborarán los instrumentos de investigación, tomando en cuenta su grado de validez y confiabilidad, que el caso amerite, de acuerdo al diseño planteado en esta investigación se tomarán test al inicio y al final de la investigación.

Los test tomados al inicio del trabajo de investigación serán tomados nuevamente después de aplicar el plan de actividades físicas coordinativas.

#### **Calentamiento previo a las pruebas.**

- Calentamiento general
- Calentamiento específico

#### **Valoración final.**

Tradicionalmente, la evaluación físico-motriz de los porteros de fútbol, ha sido realizada de forma paralela a sus compañeros, pero la especificidad de su demarcación hace que tanto su entrenamiento como la evaluación de sus

cualidades y capacidades físicas, deba ser diferente a la del resto del equipo. Es por esto por lo que a la hora de medir su condición física, las pruebas y los test que se les apliquen en su evaluación también deberán ser específicos. Nuestro pensamiento nos ha llevado a crear una batería de pruebas, que medirán de una forma más precisa y fiable las capacidades físicas y las cualidades técnicas del portero.

Antes de empezar, realizaremos un calentamiento general primero y específico después para prevenir lesiones y garantizar un óptimo rendimiento en las pruebas

### **3.3.1. Test coordinativo de diferenciación.**

- Pase de corta distancia a ras de piso
- Pase de corta distancia a media altura
- Pase de corta distancia en altura.

#### **3.3.1.1. Protocolo del Pase de corta distancia a ras de piso.**

El individuo se ubicara a una distancia de 5 mt. el mismo que tendrá que receptar la pelota en el menor tiempo posible y con la mayor efectividad en pelota enviadas por el evaluador con una fuerza moderada y con direccionamiento exacto se le enviara los balones una vez finalice la pelota parada para recibir la nueva pelota. Se considerara aspectos como en el evaluado:

- Facilidad d recepción
- Menor desgaste físico
- Efectividad técnica
- Tiempo de ejecución

Se enviaran 30 pelotas en la misma dirección en el tamaño acorde a su edad y con el peso adecuado.

### **3.3.1.2. Protocolo del Pase de corta distancia a media altura**

El individuo se ubicara a una distancia de 5 mt. El mismo que tendrá que receptar la pelota en el menor tiempo posible y con la mayor efectividad considerando el segmentó de contacto adecuado para la recepción correcta del balón, en pelota enviadas por el evaluador con una fuerza moderada y con direccionamiento exacto. Se considerara aspectos como en el evaluado:

- Facilidad d recepción
- Menor desgaste físico
- Efectividad técnica
- Tiempo de ejecución de los 30 lanzamiento

Se enviaran 30 pelotas consecutivas una vez tenga controlada la pelota en posición parada se considerar él envió en la misma dirección en el tamaño acorde a su edad y con el peso adecuado.

### **3.3.1.3. Protocolo del Pase de corta distancia en altura.**

El individuo se ubicara a una distancia de 5 mt. el mismo que tendrá que receptar la pelota en el menor tiempo posible y con la mayor efectividad considerando el segmentó de contacto adecuado para la recepción correcta del balón, en pelota enviadas por el evaluador con una fuerza moderada y con direccionamiento exacto. Se considerara aspectos como en el evaluado:

- Facilidad d recepción
- Menor desgaste físico
- Efectividad técnica
- Tiempo de ejecución

Se enviaran 30 pelotas en la misma dirección en el tamaño acorde a su edad y con el peso adecuado y se tomara el tiempo de recepción como los números de errores cometidos

### 3.4. Test de saques de porteros

#### 3.4.1. Saques de puerta con el pie a balón parado

##### Protocolo:

Con el balón situado en el área de meta realizamos 10 saques de puerta con la pierna dominante y 10 con pierna no dominante. Contarán los saques efectivos insertados en la portería formado por dos estacas y distanciados a 30 m dispuestos para niños en procesos de formación. Se sumaran los lanzamientos efectivos tanto con la pierna dominante como la no dominante sacando un promedio general de saques ciertos. La ejecución de los lanzamientos deben ser realizados con las pausas adecuadas en cada uno de los lanzamientos solo se realizara una recuperación total cuando sea los lanzamientos de la pierna no dominante.

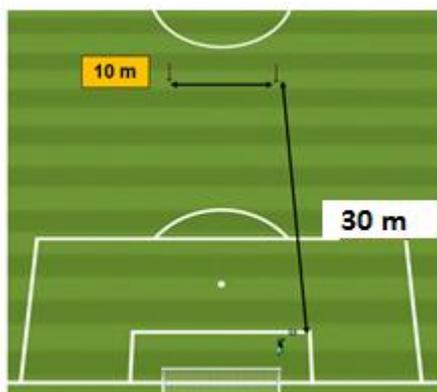


Figura 4. El balón situado en el área de meta

#### 3.4.2. Saques de volea dirigido

##### Protocolo:

Se colocan 6 balones sobre la línea del área de meta paralela a la línea de gol. El portero, en menos de 35" deberá realizar tantos saques de volea como le dé tiempo, tratando de introducirlos entre cuatro picas colocadas como referencia a 30m del punto central de la línea del área de meta paralela a la línea de gol y separados 5m entre sí. Si el balón pasa entre los conos del centro se consiguen dos puntos. Si pasa entre un cono de los del

centro y uno de los laterales se consigue un punto X 2 intentos. Se contabilizarán todos los puntos conseguidos en los 2 intentos.

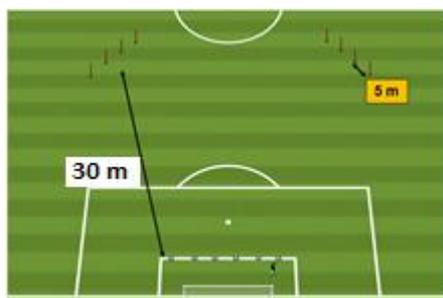


Figura 5. Entrenamiento de saques de portero

### 3.4.3. Saques con la mano

Situamos 6 balones sobre la línea del área de meta paralela a la línea de gol. Y de la misma forma que en la prueba anterior, cuatro conos colocados como referencia a 30m de la línea de gol y separados 5m entre sí. El portero se colocará en el punto de penalti y a la voz de “listos ¡ya!” irá cogiendo uno a uno los balones y realizando 3 saques en largo a cada lado, todo en menos de 35” y sin salir del área por 2 intentos. Se contabilizarán todos los puntos conseguidos en los 2 intentos

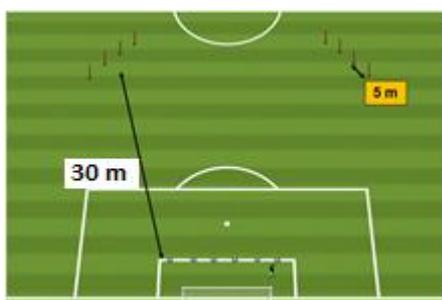


Figura 6. Realizando 3 saques en largo a cada lado

### 3.4.4. Medida

Se toma las ejecuciones correctas de todos los intentos establecidos

### **3.4.5. Tabulación**

Expresar en valores o magnitudes la información recogida en las diferentes preguntas realizadas a través de un cuestionario. Los datos obtenidos se reflejan en cuadros o tablas para su posterior análisis.

### **3.5. Análisis e interpretación de los datos**

Los procesos estadísticos que se utilizaran para esta investigación son:

- Porcentaje
- Media
- Desviación estándar
- T student.

Este análisis estadístico se aplicará a los datos obtenidos en cada uno de los test tomados a la muestra.

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

#### 4. Análisis de resultados de la incidencia de la capacidad de diferenciación, en los saques del portero

Tabla 3.

Análisis de puerta con el pie a balón parado.

Nomina	Test de pase a corta distancia a ras de piso (segundos)	Saque de puerta con el pie a balón parado (puntos)
Luis Chiluisa	29	14
José Delgado	28	15
Mario Ponce	25	16
Marco Zubeldia	25	14
Camilo Pardo	25	15
Samuel Martínez	24	14
Josué Lema	21	15
Jorge Díaz	25	14
José Pineda	28	15
Maximiliano Pompea	26	16
Carlo Remigio	25	12
Telmo Ruiz	21	12
<b>Correlación</b>	<b>0,318887051</b>	

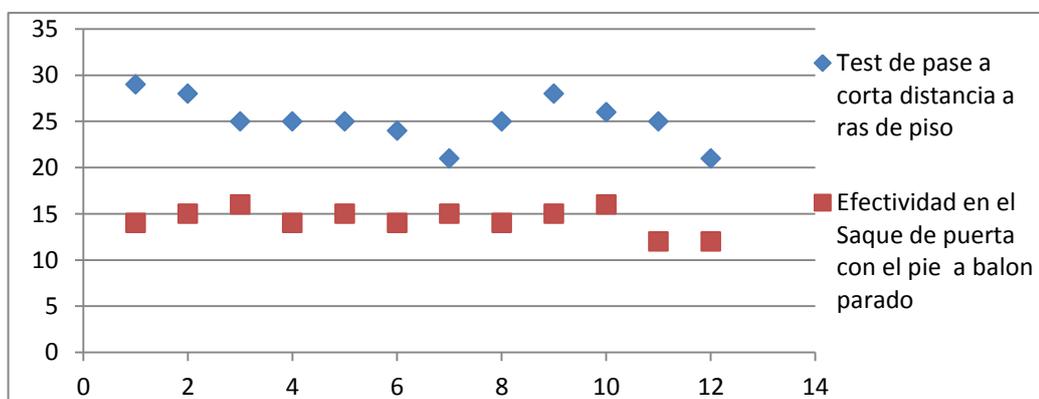


Figura 7. Test de diferenciación del pase a corta distancia

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del pase a corta distancia a ras de piso en la efectividad en el fundamento técnico de portero de saque de puerta con el pie a balón parado tiene una incidencia de 0,318887051 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 4.

Test de pase a corta distancia a ras de piso

Nomina	Test de pase a corta distancia a ras de piso (segundos)	Saques de volea dirigido (puntos)
Luis Chiluisa	29	19
José Delgado	28	20
Mario Ponce	25	18
Marco Zubeldia	25	19
Camilo Pardo	25	20
Samuel Martínez	24	18
Josué Lema	21	19
Jorge Díaz	25	19
José Pineda	28	18
Maximiliano Pompea	26	19
Carlo Remigio	25	18
Telmo Ruiz	21	18
<b>Correlación</b>	<b>0,267445496</b>	

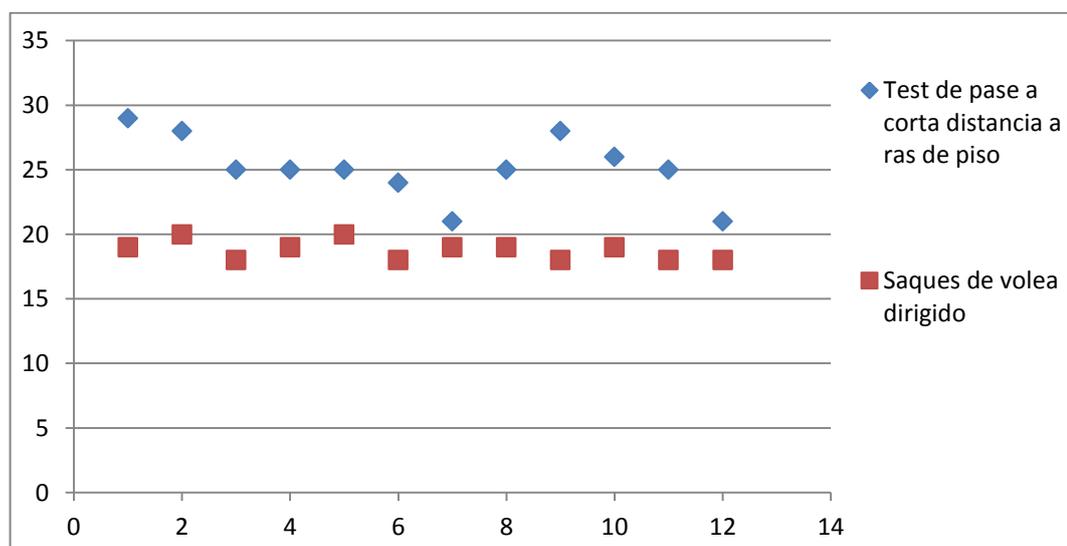


Figura 8. Test de pase a corta distancia a ras de piso

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del pase a corta distancia a ras de piso en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques de volea dirigido tiene una incidencia de 0,267445496 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 5.

Test de pase a corta distancia a ras de piso (segundos)

Nomina	Test de pase a corta distancia a ras de piso (segundos)	Saques con la mano (puntos)
Luis Chiluisa	29	29
José Delgado	28	29
Mario Ponce	25	29
Marco Zubeldia	25	25
Camilo Pardo	25	25
Samuel Martínez	24	25
Josué Lema	21	25
Jorge Díaz	25	24
José Pineda	28	25
Maximiliano Pompea	26	25
Carlo Remigio	25	25
Telmo Ruiz	21	25
Correlación	0,509909606	

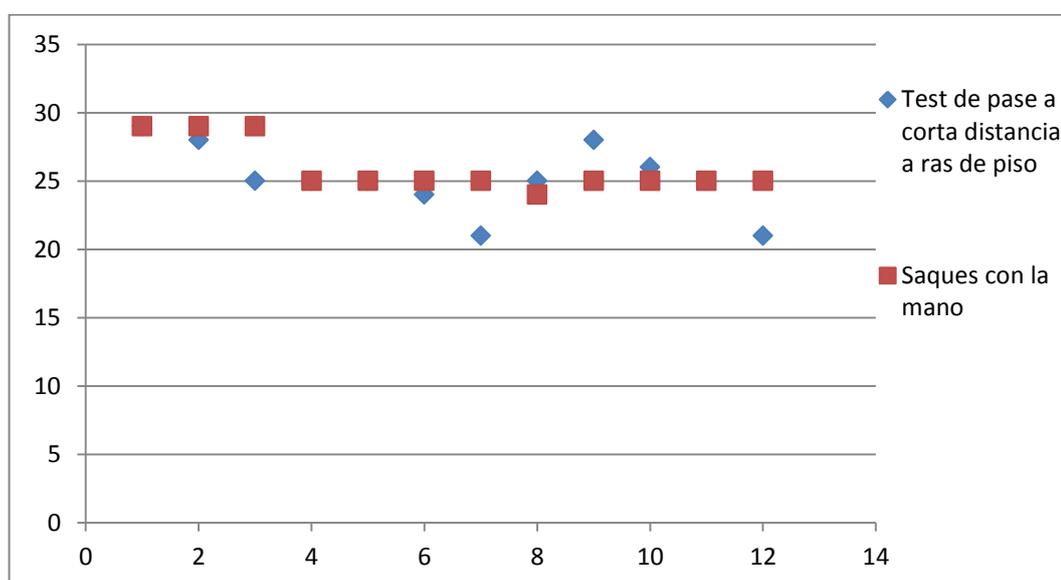


Figura 9. Saques con la mano

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del pase a corta distancia a ras de piso en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,509909606 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 6.

Pase de corta distancia a media altura

Nomina	Pase de corta distancia a media altura (segundos)	Saque de puerta con el pie a balón parado (puntos)
Luis Chiluisa	25	8
José Delgado	24	10
Mario Ponce	25	10
Marco Zubeldia	26	16
Camilo Pardo	25	19
Samuel Martínez	26	8
Josué Lema	25	16
Jorge Díaz	28	16
José Pineda	24	10
Maximiliano Pompea	25	25
Carlo Remigio	25	12
Telmo Ruiz	25	10
<b>Correlación</b>	<b>0,200413315</b>	

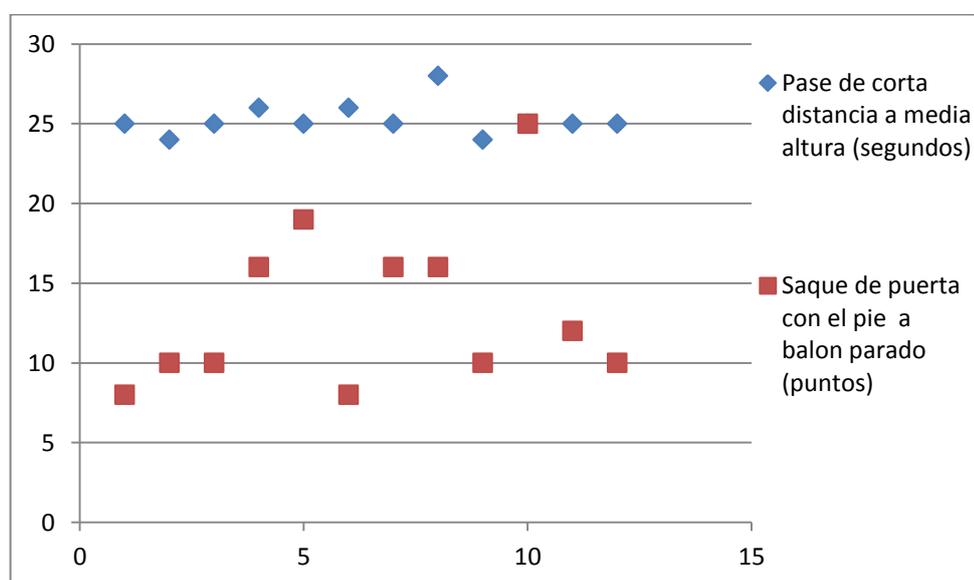


Figura 10. Saque de puerta con el pie a balón parado

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia a media altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saque de puerta con el pie a balón parado tiene una incidencia de 0,200413315 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 7.

Pase de corta distancia a media altura

Nomina	Pase de corta distancia a media altura (segundos)	Saques de volea dirigido (puntos)
Luis Chiluisa	25	15
José Delgado	24	12
Mario Ponce	25	14
Marco Zubeldia	26	15
Camilo Pardo	25	14
Samuel Martínez	26	14
Josué Lema	25	14
Jorge Díaz	28	14
José Pineda	24	14
Maximiliano Pompea	25	12
Carlo Remigio	25	12
Telmo Ruiz	25	13
<b>Correlación</b>	<b>0,33786691</b>	

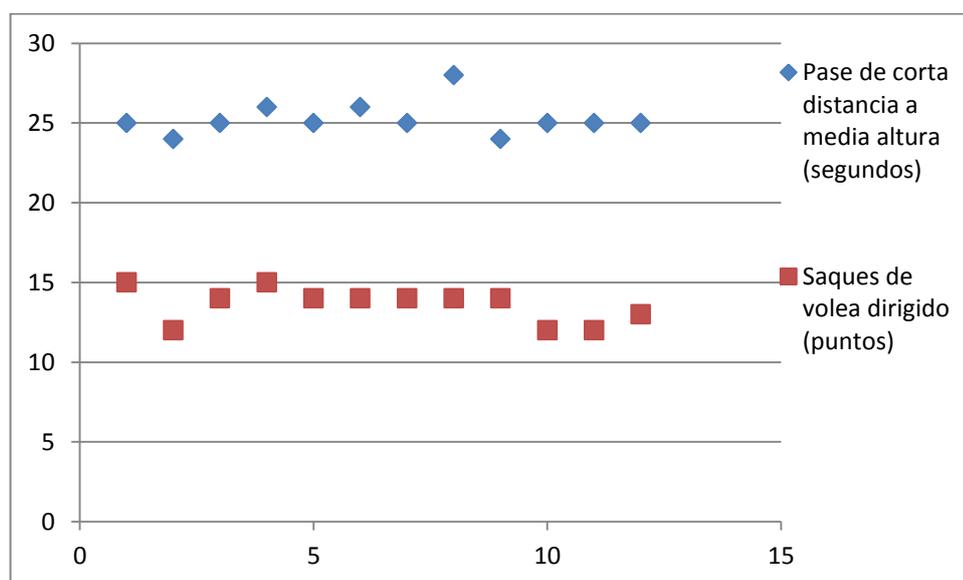


Figura 11. Saques de volea dirigido

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia a media altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques de volea dirigido tiene una incidencia de 0,33786691 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 8.

Pase de corta distancia a media altura

Nomina	Pase de corta distancia a media altura (segundos)	Saques con la mano
Luis Chiluisa	25	15
José Delgado	24	8
Mario Ponce	25	14
Marco Zubeldia	26	19
Camilo Pardo	25	15
Samuel Martínez	26	15
Josué Lema	25	15
Jorge Díaz	28	12
José Pineda	24	15
Maximiliano Pompea	25	19
Carlo Remigio	25	13
Telmo Ruiz	25	12
<b>Correlación</b>	<b>0,11505324</b>	

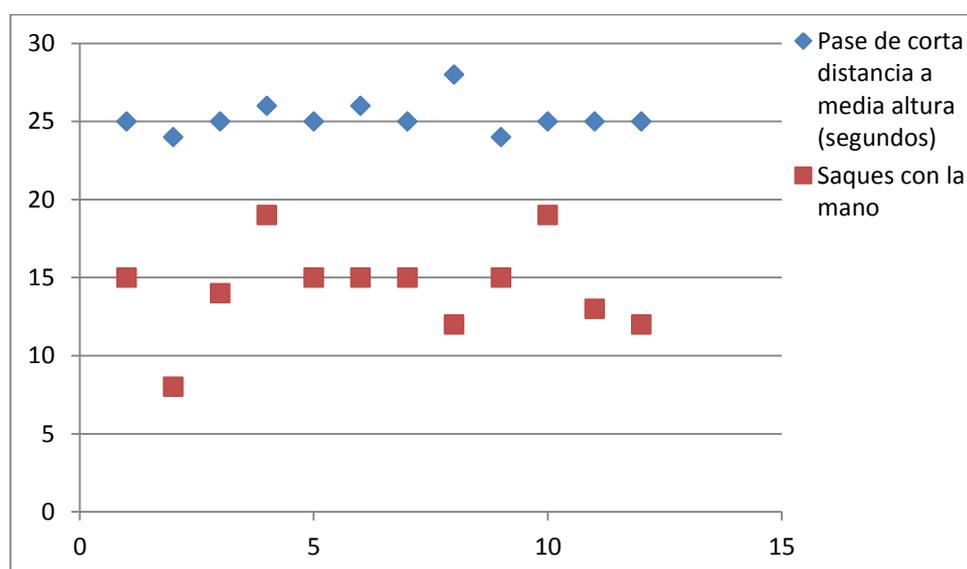


Figura 12. Saques con la mano

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia a media altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,33786691 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 9.

Pase de corta distancia en altura

Nomina	Pase de corta distancia en altura (segundos)	Saques con la mano (puntos)
Luis Chiluisa	18	15
José Delgado	19	16
Mario Ponce	21	15
Marco Zubeldia	25	25
Camilo Pardo	24	25
Samuel Martínez	21	25
Josué Lema	23	20
Jorge Díaz	25	24
José Pineda	21	19
Maximiliano Pompea	25	25
Carlo Remigio	25	25
Telmo Ruiz	20	25
<b>Correlación</b>	<b>0,704071236</b>	

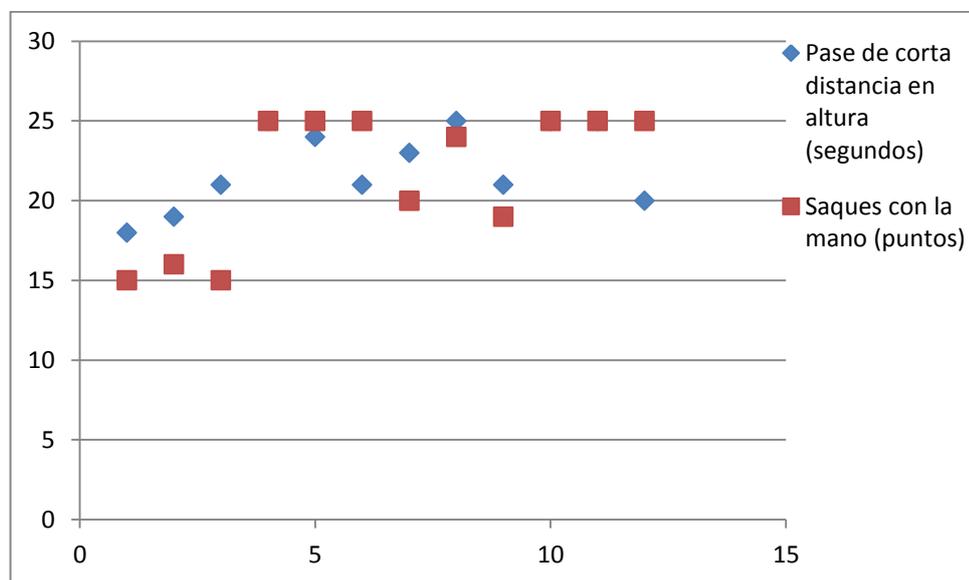


Figura 13. Saques con la mano

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,704071236 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 10.

Pase de corta distancia en altura

Nomina	Pase de corta distancia en altura (segundos)	Saque de puerta con el pie a balón parado (puntos)
Luis Chiluisa	18	16
José Delgado	19	16
Mario Ponce	21	19
Marco Zubeldia	25	18
Camilo Pardo	24	16
Samuel Martínez	21	13
Josué Lema	23	13
Jorge Díaz	25	19
José Pineda	21	12
Maximiliano Pompea	25	25
Carlo Remigio	25	19
Telmo Ruiz	20	13
<b>Correlación</b>	<b>0,538685144</b>	

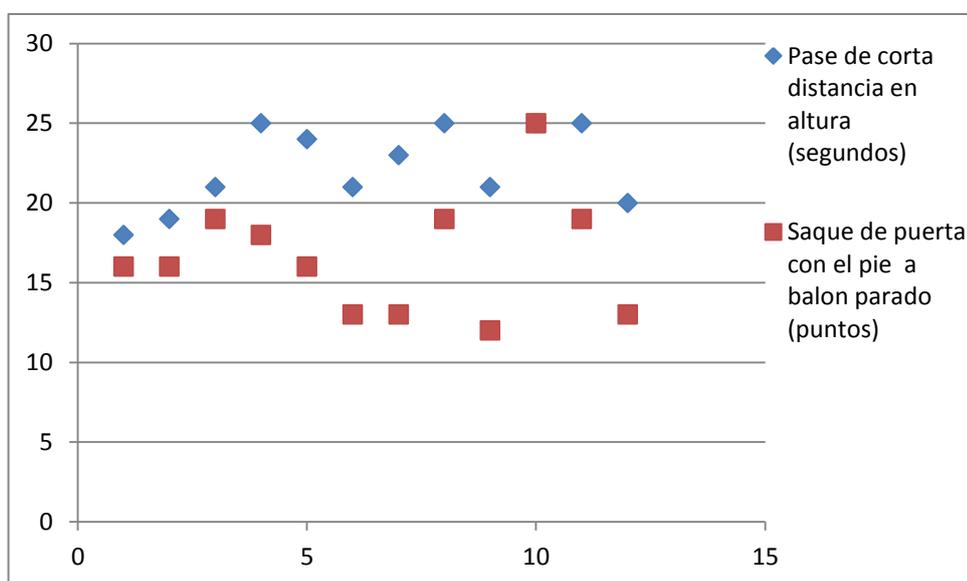


Figura 14. Saque de puerta con el pie a balón parado

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saque de puerta con el pie a balón parado tiene una incidencia de 0,538685144 que equivale a moderadamente incidente

Tabla 11.

Pase de corta distancia en altura

Nomina	Pase de corta distancia en altura (segundos)	Saques de volea dirigido (puntos)
Luis Chiluisa	18	17
José Delgado	19	17
Mario Ponce	21	17
Marco Zubeldia	25	25
Camilo Pardo	24	18
Samuel Martínez	21	18
Josué Lema	23	20
Jorge Díaz	25	19
José Pineda	21	19
Maximiliano Pompea	25	19
Carlo Remigio	25	19
Telmo Ruiz	20	19
<b>Correlación</b>	<b>0,564692043</b>	

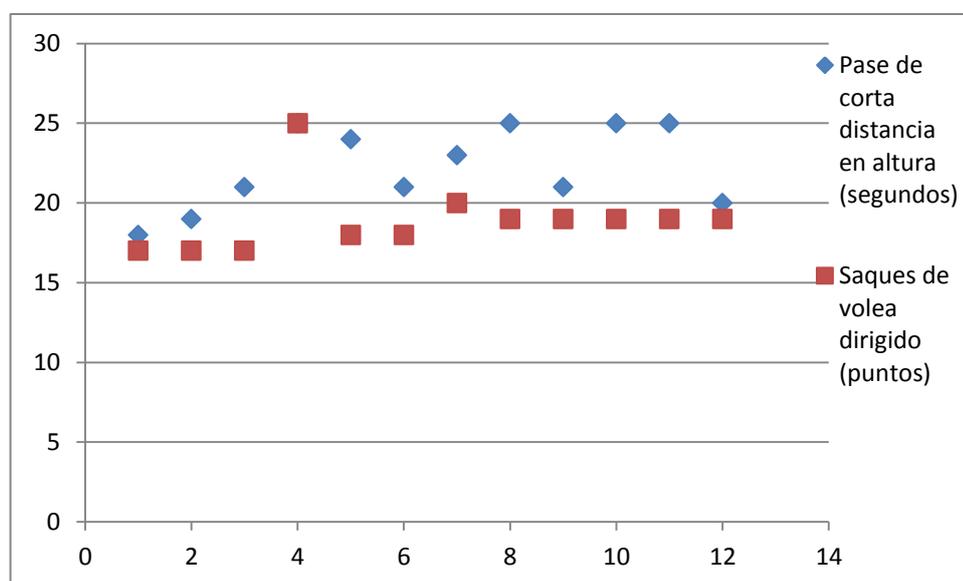


Figura 15. Saques de volea dirigido

**Análisis.-** Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques de volea dirigido tiene una incidencia de 0,538685144 que equivale a moderadamente incidente

## CAPITULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

- Se observa que existe una incidencia de la capacidad de diferenciación, en los saques del portero, de la escuela de futbol del club el nacional, sede Calderón, categoría sub 12.
- Se observa que la capacidad de diferenciación, en los saques del portero tiene una predisposición con mayor efectividad en los saques con los pies.
- Se observa que en el test de diferenciación del pase a corta distancia a ras de piso en la eefectividad en el fundamento técnico de portero de saque de puerta con el pie a balón parado tiene una incidencia de 0,318887051 que equivale a moderadamente incidente
- Se observa que en el test de diferenciación del pase a corta distancia a ras de piso en la eefectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,509909606 que equivale a moderadamente incidente
- Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia a media altura en la eefectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,33786691 que equivale a moderadamente incidente
- Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la eefectividad en el fundamento técnico de portero de Saques con la mano tiene una incidencia de 0,704071236 que equivale a moderadamente incidente
- Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la eefectividad en el fundamento técnico de portero de Saque de puerta con el pie a balón parado tiene una incidencia de 0,538685144 que equivale a moderadamente incidente

- Se observa que en el test de diferenciación del Pase de corta distancia en altura en la efectividad en el fundamento técnico de portero de Saques de volea dirigido tiene una incidencia de 0,538685144 que equivale a moderadamente incidente

## **5.2. Recomendaciones**

- Se recomienda la práctica continua de la capacidad de diferenciación el mismo que puede ayudar en el proceso de la enseñanza del fundamento técnico de los saques de portería
- Se recomienda dar importancia a los diferentes tipos de saques ya que los mismos son significativos en el fútbol y piezas fundamentales en el desarrollo del juego.
- Relacionar en la planificación del entrenamiento las diferentes capacidades físicas tanto condicionales como coordinativas los mismo que mediante este desarrollo coordinativos del elemento técnico y capacidad física se puede generar mayor efectividad en el saque de portería.
- Trabajar con los porteros de edades infantiles con mayor énfasis ya que en ellos se pueden generar significancia en el desarrollo del elemento.

## BIBLIOGRAFÍA

- BLAZQUEZ, D. (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*.  
Barcelona: INDE.
- BOUTMANS, J. (1983). "Comparative effectiveness of two methods of  
*teachings team sports in secondary schools*". . roma: Teaching Team  
Sports.
- BUNKER, D. y. (1983). "A model for the teaching of games in secondary  
*schools*". . Roma: En Bulletin of Physical Education.
- DELGADO, M. A. (1991). "Hacia una clarificación conceptual de los términos  
*en didáctica de la Educación Física y el Deporte*". . madrid : En  
Revista de Educación Física.
- Devís, J. y. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en la Educación Física:  
La salud y los juegos modificados*. Barcelona: INDE.
- DURAN, C. y. (1987). "Estudio experimental sobre didáctica aplicada a la  
*iniciación de los deportes colectivos*". *Revista de Investigación y  
Documentación sobre las Ciencias de la Educación Física y del  
Deporte*. Madrid: C S D.
- FLEMING, & S. (1994). "Understand 'understanding': making sense of the  
*cognitive approach to the teaching of games*". rusia: Physical  
Education Review.
- Pedro, J. (1997). *Fútbol sala. Las acciones del juego*. Madrid.: Ed. Gymnos.
- PÉREZ, L. M. (1995). *Competencia motriz. Elementos para comprender el  
aprendizaje motor en Educación Física Escolar*. Madrid.: Ed. Gymnos.
- PLATONOV, V. N. (1991). *La adaptación en el deporte*. . Barcelona: INDE.
- RIERA, J. (1989). *Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica  
deportiva*. Barcelona: Ed. INDE.
- RIPOLL, L. (1982). «*Problèmes posés par l'adaptabilité du geste sportif aux  
perturbations imposées par le milieu*» . Paris : INSEP.
- ROMANCE, R. (1998). *Pizarra táctica por ordenador. Diseño, análisis y  
archivo de situaciones tácticas y estratégicas en fútbol sala*. . .  
Madrid.: Ed. Gymnos.
- ROVIRA, J. (1982). *Fútbol sala*. . Barcelona. : Ed. Hispano Europea.

- RUIZ PÉREZ, L. M. (1987). *Desarrollo motor y actividades físicas*. . Madrid: Ed. Gymnos.
- SAMPEDRO, J. (1993). *Iniciación al fútbol sala*. . Madrid.: Ed. Gymnos.
- SAMPEDRO, J. (1996). *Análisis praxiológico de los deportes de equipo. Una aplicación al fútbol sala*. . Madrid: Biblioteca INEF.
- SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1984). *Bases para una didáctica de la educación física y los deportes*. . Madrid.: Ed. Gymnos. .
- SÁNCHEZ, B. F. (1997). *Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes*. Madrid.: Ed. Gymmnos.