

ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

CARRERA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

DEPORTES Y RECREACIÓN

TESIS DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE

LICENCIADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA,

DEPORTES Y RECREACIÓN

TEMA:

**“INCIDENCIA DE LA MOTRICIDAD EN LA TÉCNICA OFENSIVA CON BALÓN
EN EL FÚTBOL, CATEGORÍA 6 – 9 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO “EL
NACIONAL”, EN LA PROVINCIA DEL NAPO CANTÓN QUIJOS,
PARROQUIAS BAEZA – BORJA DURANTE EL PERIODO ENERO 2008 –
JULIO 2008. PROPUESTA ALTERNATIVA”**

AUTOR

ESTU. CESAR ALFREDO GALARRAGA GALARZA

DIRECTOR

LCDO. ORLANDO CARRASCO

CODIRECTOR

MSc. PATRICIO PONCE

SANGOLQUÍ – 2008

CERTIFICACION

Lcdo. Orlando Carrasco

Msc. Patricio Ponce

CERTIFICAN:

Los suscritos Lcdo. Orlando Carrasco y MSc. Patricio Ponce, Director y Codirector de la Tesis de grado previa a la obtención de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación, titulada “INCIDENCIA DE LA MOTRICIDAD EN LA TECNICA OFENSIVA CON BALON EN EL FUTBOL CATEGORIA 6 – 9 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO “EL NACIONAL”, EN LA PROVINCIA DEL NAPO CANTON QUIJOS, PARROQUIAS BAEZA – BORJA. DURANTE EL PERIODO ENERO 2008 – JUNIO 2008. PROPUESTA ALTERNATIVA”. Certifican que la presente investigación ha sido planificada y ejecutada bajo nuestra dirección, coordinación y supervisión, por tanto ha sido revisado prolijamente y cumple con los requerimientos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la ESPE, autorizamos su presentación y sustentación pública.

Sangolquí, Noviembre 2008

.....
LCDO. ORLANDO CARRASCO
DIRECTOR

.....
MSC. PATRICIO PONCE
CODIRECTOR

AUTORIZACION

Yo, César Alfredo Galárraga Galarza, expreso que el contenido de la tesis previa a la obtención de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física Deportes y Recreación, titulada “INCIDENCIA DE LA MOTRICIDAD EN LA TECNICA OFENSIVA CON BALON EN EL FUTBOL CATEGORIA 6 – 9 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO “EL NACIONAL”, EN LA PROVINCIA DEL NAPO CANTON QUIJOS, PARROQUIAS BAEZA – BORJA DURANTE EL PERIODO ENERO 2008 – JULIO 2008. PROPUESTA ALTERNATIVA”, es de su exclusiva responsabilidad y autoría, la misma que autoriza la publicación o reproducción por parte de la ESPE en la página Web.

Sangolquí, Noviembre 2008

CÉSAR ALFREDO GALÁRRAGA GALARZA

AGRADECIMIENTO

Al terminar con los deberes que exige ser alumno de la ESPE y que Dios me permita culminar con éxito mi carrera profesional, deseo hacer extensivo mi agradecimiento a todos quienes contribuyeron para que esto sea una realidad.

Una gratitud especial a mi Carrera en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación , a su personal docente y administrativo que incondicionalmente colaboraron con mi formación académica, acrecentando de esta manera los ideales que maneja esta prestigiosa institución.

De manera particular al señor Lcdo. Orlando Carrasco director de la presente tesis y al señor Msc. Patricio Ponce codirector de la presente tesis, quienes han aportado con su conocimiento y experiencia, fundamental para el desarrollo de este trabajo de investigación.

Sangolquí, Noviembre 2008

DEDICATORIA

A mis padres,

Por su constante apoyo para poder culminar este proyecto, ya que ellos han sido pilar fundamental para desarrollarme como profesional.

A mis hermanos,

Quienes han sido de mucha ayuda por su constante motivación y siempre están a mi lado cuando yo más lo necesito.

A mis amigos

Ya que ellos con sus palabras de aliento me han sabido guiar por el camino del bien para salir adelante como profesional del deporte.

A mi director y codirector,

Quienes me han brindado todos los conocimientos a lo largo de toda mi carrera universitaria y poder culminar exitosamente el presente trabajo de investigación.

2.1.1.1	Definición de Motricidad	10
---------	--------------------------	----

INDICE

Portada	I
Certificación	II
Autorización	III
Agradecimiento	IV
Dedicatoria	V
Índice	VI
Introducción	1

PRIMERA PARTE

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

	Pág.	
1.1.	Identificación del problema	3
1.2.	Formulación del problema	5
1.3.	Operacionalización de variables	6
1.4.	Objetivos	7
1.4.1.	Generales	7
1.4.2	Específicos	7
1.5.	Justificación e Importancia	7

SEGUNDA PARTE

2. MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I

2.1	Introducción	9
2.1.1	Motricidad	9

2.1.1.2	Proceso de Enseñanza	10
2.1.1.3	Grabación del Gesto Técnico	11
2.1.1.4	Habilidad Destreza y Tarea Motriz	12
2.1.2	Habilidades Motrices Básicas. Clases	13
2.1.2.1	Clases de Habilidades Motrices	14
2.1.3	Transmisión de Información	15
2.1.4	Factores del Aprendizaje Motor	18
2.1.4.1	Motivación	18
2.1.5	Estudio de la Motricidad	20
2.1.5.1	Motricidad Fina	22
2.1.5.2	Desarrollo Motricidad Fina	22
2.1.5.3	Motricidad Gruesa	23
2.1.5.4	Desarrollo Motricidad Gruesa	24
2.1.5.5	Características	24

CAPITULO II

2.2.	Coordinación	27
2.2.1.	Definición	27
2.2.1.1.	Coordinación Dinámica General	27
2.2.1.2.	Coordinación Específica	28
2.2.2	Capacidades Coordinativas	28
2.2.2.1	Introducción	28
2.2.2.2	Capacidades Coordinativas en el Fútbol	29
2.2.2.2.1	Capacidad de Diferenciación	30
2.2.2.2.2	Capacidad de Acoplamiento	31
2.2.2.2.3	Capacidad de Transformación	31
2.2.2.2.4	Capacidad de Equilibrio y Estabilización	32
2.2.2.2.5	Capacidad de Orientación	33
2.2.2.2.6	Capacidad de Ritmización	33

2.2.2.2.7	Capacidad de Reacción	34
2.2.3	Aprendizaje Motor	35
2.2.4	Desarrollo Motor	36

CAPITULO III

2.3	Elementos Técnicos en el Fútbol	37
2.3.1	Técnica Individual	37
2.3.1.1	Recepción o Control del Balón	37
2.3.1.2	La Conducción	39
2.3.1.3	El Pase	40
2.3.1.4	Golpeo con la Cabeza	41
2.3.1.5	El Regate	42
2.3.1.6	El Tiro	43

CAPITULO IV

2.4	Relación entre la motricidad y la Técnica en el Fútbol	44
2.4.1	Acción Motriz	44
2.4.2	Capacidades a Desarrollar en el fútbol para la Adquisición de la Técnica.	45
2.4.4	Decisiones motrices acertadas en el juego	46

TERCERA PARTE

3. SISTEMA DE HIPÓTESIS

3.1.	Hipótesis de trabajo	48
3.2.	Hipótesis operacional	48
3.3.	Hipótesis nula	48

CUARTA PARTE

4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.	Tipo de investigación	49
4.2.	Población y muestra	49
4.3.	Instrumentos de la investigación	49
4.4.	Recolección de datos	52
4.5.	Análisis de datos	52

QUINTA PARTE

5. PRUEBA DE HIPÓTESIS

5.1.	Presentación gráfica de resultados	53
5.1.1.	Test iniciales	53
5.1.2.	Medidas de Tendencia Central Test iniciales	54
5.1.3.	Análisis de Datos test Iniciales	55
5.1.4.	Test finales	69
5.1.5.	Medidas de Tendencia Central Test finales	70
5.1.6.	Análisis de Test finales	71
5.1.7.	Relación entre los test iniciales y los test finales	85
5.1.8.	Medidas de Tendencia central entre test iniciales y finales	86
5.2.	Coeficiente de correlación	95
5.3.	Conclusiones	102

5.4.	Recomendaciones	104
------	-----------------	-----

SEXTA PARTE

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1.	Título de la propuesta	105
6.2.1	Introducción	105
6.2.	Justificación e importancia	106
6.3.	Objetivos	107
6.3.1.	Objetivo general	107
6.3.2.	Objetivos específicos	107
6.4.	Fundamentación teórica	108
6.4.1	Motricidad	108
6.4.1.1	Esquema Corporal	109
6.4.1.2	Lateralidad	109
6.4.1.3	Equilibrio	109
6.4.1.4	Estructuración Espacial	110
6.4.1.5	Tiempo y Ritmo	110
6.5	Motricidad	110
6.5.1	Motricidad Gruesa	110
6.5.2	Motricidad Fina	110
6.5.3	Juegos en el Calentamiento	111
6.5.4	Motricidad sin balón	111
6.5.5	Motricidad con balón	111
6.6	El Calentamiento	112
6.7	Flexibilidad	113
6.8	Técnica Ofensiva con balón	113
6.8.1	Técnica Individual	109
6.8.2	Técnica Colectiva	114
6.9	Factibilidad de la Propuesta	114

6.9.1	Recursos Humanos	114
6.9.2	Recursos Materiales	115
6.9.3	Recursos Físicos	115
6.9.4	Tiempo para la aplicación para la propuesta	115
6.10	Planificación De la Propuesta	116
	Bibliografía	131
	Anexos	133

INTRODUCCIÓN

El proceso de enseñanza aprendizaje en la edad infantil juega un papel importante ya que el profesor es el medio fundamental para que los niños tengan un correcto desarrollo integral.

Por tal razón es imprescindible tener una correcta planificación a la hora de realizar un correcto entrenamiento con niños, para poder aplicar bien las cargas con ellos. Ya que en estas edades se enseña lo que es juegos recreativos y dinámicas para que tengan una rápida asimilación en lo que van aprendiendo.

Este proyecto de investigación se encuentra diseñado para el desarrollo de cualidades muy fundamentales como lo es la motricidad y la técnica en el fútbol ya que el niño es el pilar para la formación deportiva.

Es necesario mejorar todos los procesos de aprendizaje, mediante el fútbol, sus componentes, fundamentos y alternativas, también es importante tener en cuenta aspectos físicos mentales y culturales para una mejor evolución, pudiendo así a futuro cosechar éxitos deportivos.

El Club Deportivo “El Nacional” es una institución en nuestro país que a nivel nacional como internacional ha dado tantas glorias al fútbol ecuatoriano como, es un equipo con que cuenta con jugadores netamente nacionales continuamente realiza una búsqueda y selección de nuevos talentos a nivel nacional.

Hace un año y medio ya, el club realizó un estudio socioeconómico en la provincia del Napo específicamente en las parroquias de Baeza y Borja y se creó la escuela de fútbol del cantón con alrededor de setenta niños de seis a dieciséis años con la finalidad de que alguno de ellos pueda ingresar a las divisiones formativas del plantel, o a su vez ser personas útiles para la sociedad.

Al finalizar este proyecto los niños que se encuentran en la escuela de fútbol tendrán mejores condiciones para disputar un partido o a su vez el campeonato interesuelas que es a nivel nacional. También ayudará a otros profesores en el área de cultura física en las escuelas y colegios que se encuentran en este sector de la amazonía.

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

Vivimos en una sociedad en donde el fútbol es un deporte popular que no tiene diferencia de estratos, ni razas y todo el mundo deleita de este deporte.

Esta actividad demanda de un gran desgaste físico, por lo que en el entrenamiento diario de futbolistas, es necesario trabajar todas las capacidades físicas. Como es un deporte de contacto este requiere de fuerza, velocidad, resistencia, etc.

“El concepto de aprendizaje motor se utiliza normalmente para referirse al proceso por el cual el individuo adquiere un nuevo comportamiento mediante la práctica. En definitiva, el aprendizaje motor implica un cambio relativamente permanente en la conducta motriz de los individuos como resultado de la práctica.”¹

En el cantón Quijos, provincia del Napo existe gran cantidad de niños que carecen de cierta motricidad, ya que no existe un programa de entrenamiento dirigido al fútbol, con la finalidad de fortalecer la parte técnica. Esta capacidad es importante en el desarrollo normal e integral de los niños de seis a nueve años.

El futbolista nace con sus condiciones y capacidades congénitas pero si no los desarrollamos de manera correcta y sistemática no servirá de nada. El niño requiere trabajar la parte motriz, técnica y psicológica para que adquiera habilidades que el fútbol obliga.

“El término **motricidad** se emplea en el campo de la salud y se refiere a la capacidad de un ser vivo para producir movimiento por sí mismo, ya sea de una parte corporal o en su totalidad, siendo éste un conjunto de actos voluntarios e involuntarios coordinados y sincronizados por las diferentes unidades motoras (músculos).”²

¹Definición Científica General. Tomada del libro Manual de Educación Física y Deportes Pág. 44

² www.wikipedia.org/motricidad.

Puedo considerar ya que por medio de la visualización, el trabajo complementario a la formación futbolística de este grupo de niños se lleva correctamente otras capacidades como la coordinación, velocidad, flexibilidad, resistencia etc.

El siguiente trabajo de investigación tiene como finalidad evaluar y elaborar un instrumento que mida la parte motriz a niños de 6 – 9 años de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en la provincia del Napo.

Es necesario realizar un estudio a estos chicos que se encuentran en esta escuela para evaluar esta capacidad que es fundamental en el crecimiento y sea soporte de otras cualidades técnicas. No perder de vista la dificultad para realizar movimientos que tengan cierto grado de problema.

El lugar donde se encuentra situada nuestra escuela de fútbol es en el valle del Quijos provincia del Napo y esta en la parroquias de Baeza y Borja respectivamente, actualmente existen dos instituciones educativas y ciertos estudiantes están en dicha escuela, también se ha observado que ellos tienen problemas en realizar movimientos relacionados a la motricidad.

Esto se debe a que existen solo dos profesores en el área de cultura física en una y otra institución, esto dificulta la correcta enseñanza para dar una clase. En este sector del país viven alumnos con destrezas, habilidades, y técnicas con futuro deportivo, y sacar grandes futbolistas y a su vez entes productivos para la sociedad, el problema se suscita en que no existe el apoyo de la Liga Cantonal o de otra institución como el Municipio del Cantón que logre ayudar y fomentar para elaborar un proyecto a largo plazo ya que los chicos se encuentran motivados con la creación de esta escuela de fútbol.

Antes de iniciar las actividades de la escuela los jóvenes practicaban el fútbol u otros deportes de manera informal o en sus momentos libres.

De los jugadores que se encuentran matriculados en el club no han podido realizar correctamente un 80% ejercicios motrices o ejercicios de dominio con o sin balón, ya que es la base fundamental para el desarrollo y formación física – técnica de los niños; por tal motivo se requiere de un estudio para que estos

niños lleguen a un óptimo nivel, para competencia ya sea entre escuelas o sea a nivel provincial o cantonal.

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo incide la motricidad en la técnica ofensiva con balón en el fútbol categoría 6 – 9 años en la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en la provincia del Napo cantón Quijos parroquias Baeza – Borja?

1.3 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS
MOTRICIDAD	“Es la capacidad de un individuo para producir movimiento por si mismo, ya sea una parte corporal o en su totalidad; siendo este voluntario o involuntario y sincronizado por las diferentes unidades motoras”. ³	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Guesa ✓ Fina 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lateralidad ✓ Equilibrio. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Test de Ozeretzqui
TECNICA	“Son todas aquellas acciones que desarrolla un jugador de fútbol, dominando y dirigiendo el balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento; si es en beneficio propio es técnica individual y si es en conjunto se conoce como técnica colectiva”. ⁴	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Técnica individual ofensiva ✓ Técnica colectiva 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Control. ✓ Conducción de balón. ✓ Dominio de balón. ✓ Pases. ✓ Regates. ✓ Tiro. ✓ Relevó 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Test de dominio de balón con pie. ✓ Test de conducción ✓ Test de Definición a portería

³ Tomada del libro Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pág.43

⁴ www.entrenadores.info/ Jorge Sanchez. Argentina

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

- ❖ Determinar como incide la motricidad en la técnica ofensiva con balón de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en el cantón Quijos parroquias Baeza – Borja.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❖ Analizar la motricidad a los niños de la escuela de fútbol mediante evaluaciones dando un perfil de crecimiento y desarrollo.
- ❖ Realizar evaluaciones para medir la técnica con balón.
- ❖ Realizar un programa de ejercicios para mejorar la motricidad y la técnica ofensiva con balón en el fútbol.

1.5 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

El fútbol es un deporte que demanda un gran desgaste físico y mental. El entrenamiento de la motricidad en niños es muy primordial para el desarrollo integral, pero siempre hay que saber en que momento aplicar esta capacidad.

En la provincia del Napo en las parroquias de Baeza y Borja se fundó la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” por lo que he visto necesario la necesidad de realizar un estudio que ayude a enriquecer y fortalecer la motricidad y la técnica; para que en un futuro no existan problemas en el crecimiento del niño y así conseguir una fundamentación apta para futuros esfuerzos y desarrollo técnico.

Actualmente existen solo tres instituciones educativas y solo dos profesores en el área de cultura física, el cantón Quijos no cuenta con un programa que ayude a desarrollar la motricidad y la técnica en el fútbol.

“Hablar de la psicomotricidad es conocer a cerca su génesis y su aplicación en el ámbito educativo”.⁵

En el aspecto motriz me encontré con algunas falencias ya que los niños no pueden realizar ejercicios físico – técnicos y sobre todo ejercicios básicos de motricidad esto incide en el aspecto técnico que va al dominio de balón que es lo que realmente nos interesa en la formación y desarrollo de ellos.

Los niños adolecen en su técnica de carrera y en destrezas básicas como correr hacia atrás, saltar, rodar, etc. Lo que nos da como resultado grandes déficits de motricidad que será identificado con los instrumentos de evaluación.

Al realizar el programa de ejercicios de motricidad en el fútbol ayudará a que no solo los niños de la escuela la apliquen, sino el resto de jóvenes que viven en el cantón, y ayudará en futuras generaciones.

Esta investigación es ciento por ciento factible ya que todos los niños viven cerca del lugar de entrenamiento por lo que se les hace fácil acceder al escenario deportivo, es decir no se tiene ningún inconveniente a la hora de aplicar cualquier tipo de test.

Realmente al realizar este proyecto de investigación los niños desarrollarán no solo la motricidad si no varias capacidades como la velocidad, coordinación, etc., y en el futuro formarán parte de varios equipos del cantón y quien sabe si alguno de ellos forme parte de las divisiones formativas del Club Deportivo “El Nacional”.

⁵ Calmels, Daniel. Que es la Psicomotricidad. Ed. Lumen 2003. Buenos Aires-Argentina.

CAPITULO I

MARCO TEORICO

2.1 MOTRICIDAD

2.1.1 INTRODUCCION

En nuestro país existe variedad de culturas pero en extensión somos relativamente pequeños, en este sector del Ecuador específicamente en la provincia del Napo se fundó la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional”; ese es el objetivo trabajar en la búsqueda y selección de talentos para que en el futuro puedan integrar las divisiones formativas del plantel o a su vez ser personas útiles para la sociedad.

Al crear la escuela de fútbol y después de cierto tiempo se observó a simple vista algunas falencias en los niños, estas fueron en lo que es la parte de coordinación y motricidad específicamente ya que se les hace difícil realizar ejercicios simples.

Por tal razón he visto la necesidad de realizar un estudio de investigación para analizar y evaluar a la motricidad y la técnica con balón en el fútbol para que en el futuro los niños de este sector no tengan ningún problema a la hora de realizar cualquier tipo de ejercicio que tenga que ver con la motricidad y puedan jugar fútbol de la mejor manera posible.

Cabe recalcar que este proyecto servirá de ayuda a todos los niños que deseen formar parte de nuestra escuela de fútbol ubicada en este sector y también a todos los profesores de cultura física para mejorar estas capacidades físicas que son fundamentales en el normal crecimiento.

2.1.1.1 DEFINICION DE MOTRICIDAD

“El término **motricidad** se emplea en el campo de la salud y se refiere a la capacidad de un ser vivo para producir *movimiento* por sí mismo, ya sea de una parte corporal o en su totalidad, siendo éste un conjunto de actos voluntarios e involuntarios coordinados y sincronizados por las diferentes unidades motoras (músculos). Su estudio sigue un amplio análisis del desarrollo de un ser vivo, desde su fecundación hasta la vejez. Investiga todas las etapas, causas y efectos, de un acto motor, dando explicación a todo lo relacionado con el movimiento del ser vivo”⁶.

2.1.1.2 Proceso de Enseñanza

“Cuando un sujeto nace, sólo sabe muy pocas cosas (succionar, llorar, orinar, y otras) esto constituyen los reflejos incondicionados. Con el transcurrir de la vida, todo lo que se aprende va ha estar sujeto a un proceso de aprendizaje que a través de la formación de reflejos condicionados crean la base de los nuevos conocimientos, o sea, sucede un proceso de acumulación de conocimientos que se fijan o retienen en los diferentes tipos de memoria, dando la posibilidad que los nuevos aprendizajes teóricos, tácticos o hábitos motrices, solo surjan sobre la base de otros hábitos materializados en la práctica y que por consiguiente se formaron con anterioridad. Todo aprendizaje depende de las condiciones internas (Biológicas del sujeto) y de las condiciones externas (Sociales) las cuales puede acelerar o retardar este proceso”.⁷

Las representaciones constituyen las imágenes o huellas fijadas y retenidas de las operaciones de los elementos técnicos de las acciones motrices de cualquier deporte. Ellas constituyen la base de todas las acciones motrices y a su vez constituye un proceso porque necesita:

⁶ Tomado de Manual de Educación Física, Deportes y Recreación Pág. 43-44.

⁷ <http://es.wikipedia.org/wiki/Motricidad>

- La actividad de un conjunto de analizadores que aseguran el reflejo informativo visual, táctil, auditivo, propioceptivo, sensomotrices.
- De los procesos y fenómenos de la memoria: fijación, retención, reproducción, reconocimiento, recuerdo, reminiscencia.
- Del trabajo analítico y reflexivo del pensamiento. Además es un proceso polifuncional porque posee:
 - Función programadora, que permite precisar la secuencia lógica de las operaciones de toda acción y de las demás acciones, de toda la técnica a través de la interiorización en la base fisiológica (cerebro).
 - Función reguladora, porque asegura que los ejecutantes aceleren o frenen sus operaciones y acciones de forma consciente en correspondencia a los patrones representativos "gravados" en su corteza.
 - Función entrenadora, porque en momentos determinados de la vida deportiva, se puede hacer un entrenamiento ideo motriz o mental que perfecciona el entrenamiento ejecutivo o práctico.

Las acciones motrices transcurren por diferentes niveles de los cuales daremos una clasificación sin ánimo de universalizarla, pues cada cual, asume las teorías que se consideren avanzadas.

2.1.1.3 GRABACIÓN DEL GESTO TÉCNICO

“Técnica.- 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.”⁸

Cuando trabajamos en un ejercicio o cualquier otro continuamente el cerebro graba todos los movimientos dando lugar a que el gesto técnico se desarrolle de una manera más natural sin cometer errores. Mientras mas veces se practique el gesto técnico menor será el gasto de energía del niño o deportista.

⁸ www.entrenadores.info

Los Gestos Técnicos se caracterizan y sobresalen por:

- ❖ La calidad y variedad de los contactos.
- ❖ La precisión y orientación de los golpesos.
- ❖ Un buen equilibrio, coordinación, lateralidad y desenvoltura.
- ❖ Una gran concentración sobre el balón.
- ❖ Una gran concentración sobre los compañeros y los adversarios.
- ❖ Desenvolverse con personal iniciativa y libre expresión.
- ❖ Ser creativo, además de imaginativo.
- ❖ Saber desenvolverse con respecto al juego y cuanto le rodea.
- ❖ Estar siempre como jugador accesible al juego y al equipo.

2.1.1.4 HABILIDAD, DESTREZA Y TAREA MOTRIZ

Las habilidades, las destrezas y las tareas motrices son el objeto del aprendizaje motor. Cuando se analizan las características específicas de cada uno de estos vocablos aparece una confusión terminológica. Tal vez el origen de dicha confusión se deba al hecho de haber querido traducir directamente del inglés al español vocablos de la lengua anglosajona relativa al tema; así traducir los términos skill, drill y task por los de habilidades, destreza y tarea, respectivamente, sin respetar la realidad semántica, ni percatarse de que la significación de cada término varía en función del contexto, ha ocasionado problemas de comprensión en los conceptos a que estos términos se refieren. Todo ello justifica un intento de definición de estos tres vocablos, a pesar de que cada uno de ellos tiene diferentes sentidos.

“La habilidad motriz es toda aquella acción muscular o movimiento del cuerpo requerido para la ejecución con éxito de un acto deseado, de manera precisa, en un tiempo mínimo y con el menor gasto energético.

En términos generales el término *destreza* evoca la capacidad de relacionarse con el entorno a través de movimientos de coordinación fina mediante la manipulación de objetos (práctica fina).

La habilidad motriz evoca la capacidad de relacionarse con el entorno mediante desplazamiento; implica un carácter de movimiento global del cuerpo.

La Tarea motriz es una actividad auto sugerida o sugerida por otra persona que implica practicar una o varias habilidades y destrezas motrices siguiendo

pautas adecuadas para realizarlas con eficacia. ⁹

Se trata de un conjunto organizado de actividades, materiales, y tiempos requeridos para la consecución de un objetivo concreto y que necesitan la puesta en práctica de conductas motrices por parte de uno o más alumnos. La esencia de las tareas motrices es el movimiento corporal, y el contenido de la educación física que definido por el conjunto de las tareas motrices que se enseñan.

2.1.2 HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS, CLASES

“Todos los movimientos del cuerpo humano pueden ser considerados como variaciones por combinación de unos movimientos básicos: los desplazamientos, los saltos, los giros, los equilibrios, los lanzamientos y las recepciones.

Estos movimientos, a los que genéricamente se llama *habilidades y destrezas motrices básicas*, son adquisiciones de determinados patrones motores que, partiendo de la propia motricidad natural para facilitar su utilización en condiciones cuantitativa y cualitativamente diferentes, permiten la incorporación de nuevos aprendizajes. Las habilidades motrices básicas son fundamentales, en primer lugar, para sobrevivir, y después para relacionarse. Correr, saltar, lanzar y recibir son algunas de las actividades motoras generales que constituirán la base para desarrollar en el futuro otras más avanzadas y específicas, como las de carácter deportivo.

La enseñanza de estas tareas motrices básicas puede ser considerada, en relación al movimiento, análoga a la del alfabeto y los números con respecto al lenguaje y la aritmética, respectivamente. Su adquisición asegura que el individuo esta capacitado para resolver las situaciones específicas de tipo motor que se le presenten.” ¹⁰

⁹ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 45.

¹⁰ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 46.

2.1.2.1 CLASES DE HABILIDADES MOTRICES

“En el ámbito del análisis de la motricidad se puede considerar tres categorías de habilidades y destrezas motrices básicas:

- ✓ Aquellas cuya característica principal es la locomoción (andar, correr, saltar, etc.)
- ✓ Aquellas cuya propiedad principal es el manejo y el dominio del cuerpo en el espacio, sin una locomoción verificable (estirarse, equilibrarse, etc.).

Aquellas que se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos (lanzar, golpear).”¹¹

A continuación una clasificación de las habilidades motrices básicas:

LOCOMOTRICES	NO LOCOMOTRICES	PROYECCION / RECEPCION
Andar	Balancearse	Recibir
Gatear	Inclinarse	Lanzar
Correr	Estirarse	Golpear
Saltar	Doblarse	Batear
Variaciones en el salto	Retorcerse	Atrapar
Rodar	Girar	Driblar
Pararse	Equilibrarse	Despejar
Impulsarse	Colgarse	
Trepar	Levantar	

¹¹ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 46.

2.1.3 TRANSMISIÓN DE INFORMACIÓN

“El papel de transmisión de información es fundamental en el proceso de aprendizaje motor. El ser humano se comporta como un procesador activo y constructivo de informaciones; desde temprana edad, las utiliza en los aprendizajes deportivos. Los deportistas son capaces de atender, captar e interpretar todos los mensajes que reciben de sus propias acciones y de las que proceden del exterior. Así, sienten y perciben los movimientos del cuerpo al saltar, golpear, rodar o equilibrarse, y cómo se desplazan sus compañeros, el móvil y el oponente. Todo ello constituye un conjunto de informaciones que deben ser capaces de asimilar, interpretar y emplear en el proceso de aprendizaje”.¹²

En el aprendizaje motor, la cantidad de incertidumbre se reduce cuando se proporciona una mayor información al aprendiz. El alumno debe aprender a interpretar las informaciones internas de sus acciones, puesto que le es imposible seguirlas visualmente en su totalidad; de ahí que reclame una fuente externa de información que le diga qué hizo y como lo hizo. La incertidumbre es inversamente proporcional al dominio que tenga el alumno sobre la tarea. Los alumnos captan la información de forma visual, auditiva o táctil – kinestésicamente. Informar antes y después de la tarea es uno de los principales cometidos del profesor.

La información se puede transmitir a través de tres canales de comunicación; el visual, el auditivo, y el kinestésico – táctil.

Rara vez se utiliza uno de ellos, por lo general aparece uno como canal principal y otro como secundario o como refuerzo de la información. La utilización preferente de uno y otro dependerá del tipo de información que se pretende transmitir.

¹² Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 48.

Canal Visual

“Es el utilizado con mensajes o estímulos de orden visual. Se emplea siempre que se capte la información mediante el sentido de la vista. La información transmitida por este canal no necesita ser codificada en lenguaje verbal, con que la capacidad de captación de la información es mucho mayor y se reduce el riesgo de distorsión del mensaje. Este canal tiene mucha más capacidad de transmitir información en el mismo tiempo que cualquier otro (“una imagen vale mas que mil palabras”). La utilización de este tipo de canal dispone de tres medios.

Demostraciones: Son las distintas ejecuciones que muestran el movimiento en su totalidad y a la velocidad normal de ejecución. Pueden ser realizadas por el profesor o por los alumnos. A la hora de decidir la conveniencia de uno y otro, se tendrá en cuenta lo que se debe aprender, el dominio del profesor y el nivel de los alumnos”.¹³

- ✓ *Ayuda visual:* Se trata de informaciones visuales aisladas sobre movimiento que no implican una demostración completa ni se realizan a la velocidad normal de ejecución. No muestran una idea de conjunto de movimiento, sino que son informaciones fraccionadas, para provocar la atención concentrada del alumno sobre un aspecto determinado.
- ✓ *Medios visuales auxiliares:* Tales como videos, diapositivas, etc.

¹³ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 49.

Canal Auditivo¹⁴

“Es el utilizado con mensajes verbales o con estímulos sonoros, aunque estos últimos se emplean en situaciones muy puntuales (utilización del silbato). Los mensajes verbales se pueden dar a través de descripciones, informaciones de carácter general o puntual sobre la estructura del movimiento, y explicaciones del análisis de tipo causa – efecto sobre aspectos concretos de la ejecución del movimiento. Es importante no utilizar excesivamente este canal. Extenderse en descripciones y explicaciones disminuye el tiempo de práctica de los alumnos y puede ser un efecto perjudicial para su motivación”.

Canal kinestésico – táctil¹⁵

“Se recibe el mensaje a través del sentido del tacto y del sentido kinestésico. Este último nos proporciona la percepción y conciencia del movimiento muscular y de la posición de las partes del propio cuerpo en el espacio. Dicha información depende de receptores nerviosos que reciben sensaciones de los músculos, los tendones y de las articulaciones, y las transmiten al sistema nervioso central. Este canal de comunicación es el utilizado para ayudar al alumno generalmente mediante intervención manual en alguna parte del cuerpo (pies, brazos, cadera, brazos. etc.)”.

Existe el riesgo de generar una dependencia en el alumno a este tipo de información en los sucesivos aprendizajes, y por eso es recomendable utilizar este canal cuando la ejecución de la habilidad implique un riesgo (con ayudas automáticas puede reducirse el nivel de riesgo) o cuando se detecten en él dificultades en la reproducción de modelos motores o una apreciación equívoca del movimiento.

¹⁴ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 50.

¹⁵ Tomado del Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 51.

Toda esta información es transmitida al alumno por vía interna (sentido kinestésico), por lo que su codificación e interpretación no plantea problemas, sin embargo se puede producir una distorsión del mensaje porque las sensaciones kinestésicas que recibe el alumno no son las mismas cuando realiza el ejercicio con ayuda manual que cuando lo practica manualmente.

2.1.4 FACTORES DEL APRENDIZAJE MOTOR

2.1.4.1 Motivación

En los procesos de aprendizaje, un elemento de gran importancia es conocer y orientar la motivación de los participantes. Si los entrenadores no transmiten a los deportistas el concepto correcto de motivación, tampoco podrán plantear los objetivos adecuados para modificarla. La motivación constituye un factor básico en el aprendizaje, ya que es casi imposible aprender si carece de ella, pero cuando el aprendiz la posee, el proceso se facilita.

“La motivación puede definirse simplemente como la dirección y la intensidad del esfuerzo. La dirección se refiere a si el individuo busca, se aproxima o se siente atraído por ciertas situaciones (ejemplo un alumno puede estar muy motivado para ir a la clase de educación física el día que se enseña la rueda lateral o la media luna). La intensidad del esfuerzo se refiere a la cantidad de empeño que una persona emplea en una situación de aprendizaje; un alumno puede ir a la clase de educación física en la que va a aprender pero no invierte demasiado esfuerzo en el empeño.”¹⁶

Estar motivado supone el deseo de alcanzar ciertos objetivos, y existen numerosas razones que pueden provocar el querer realizar una actividad motriz.

¹⁶ [http. // www.wikipedia.org.aprendizajemotor.com](http://www.wikipedia.org.aprendizajemotor.com)

Para que una actividad se lleve a cabo es necesario que el alumno tenga un grado adecuado de motivación y que esta oriente correctamente. Una motivación elevada retrasa la aparición del cansancio en habilidades de alta exigencia, mientras que las habilidades de elevada precisión se ven entorpecidas por un exceso de motivación.

Tipos de motivación

“La motivación puede ser intrínseca o extrínseca a continuación una explicación de los tipos de motivación:

La primera se produce cuando la estimulación hacia el aprendizaje proviene de la propia práctica, por lo que esta tiene de novedad y de superación. Es muy importante, en este caso, que el alumno tenga una sensación de mejor progresiva y que sienta placer por el hecho de jugar y de aprender.

La segunda se produce cuando la dirección del empeño que un alumno pone en una tarea la fundamenta en aspectos externos no relacionados directamente con dicha tarea, generalmente por la intervención de otras tareas (padres, escuela, entorno social, etc.). Existe un gran número de jóvenes que abandonan la práctica deportiva a partir de los 12 años y esto se atribuye principalmente a un exceso de motivación de carácter extrínseco. Las causas de este abandono son la orientación motivacional exclusiva hacia los resultados, el exceso de estrés en los participantes o la presión excesiva que ejercen los entrenadores, profesores y familiares.

Fomentar la motivación consiste en un estado de disonancia cognitiva en el alumno. Esta situación psicológica se produce cuando el aprendiz recibe una serie de informaciones que no encajan, el individuo no encuentra congruencia. Se produce entonces un estado de motivación que le lleva a iniciar una serie de acciones físicas para reducir esta disonancia”.¹⁷

¹⁷ Manual de Educación Física Deportes y Recreación Pág. 53.

El alumno busca soluciones (por ejemplo: a partir de la creación por parte del profesor de una situación de disonancia cognitiva en el alumno, este aprende en cambio de dirección , comprende que le sirve para realizar desmarques y fintas, y descubre que esto le va a permitir colocarse en situación de ventaja con respecto al oponente).

2.1.5 ESTUDIO DE LA MOTRICIDAD

Etapa cortical

Aquí se planifica el futuro acto motor, en el momento en que se decide cuál es el más adecuado se ponen en marcha los mecanismos para ejecutarlo. Hay una región cortical encargada en iniciar esta cadena de acciones nerviosas, el área cortical o área motora, la cuál corresponde a los músculos voluntarios que formarán parte en el futuro movimiento. Esta orden viaja a través de la vía piramidal o tracto cortico-espinal, cruzando en el bulbo raquídeo hacia al que corresponde el área cortical de inicio”.¹⁸

Etapa ganglionar y cerebral¹⁹

“La situación anatómica de esta etapa se encuentra entre la corteza y la médula espinal. Después de abandonar la corteza, la vía piramidal pasa junto a los ganglios basales, situados en la sustancia blanca cerebral. Los ganglios basales se encargan de modificar, perfeccionar, aumentar la precisión y la finura de ésta orden de movimiento. Posteriormente, de los ganglios, la orden pasa al cerebelo, el cuál regula el equilibrio y el movimiento tomando como referencia la distancia, fuerza, dirección, tiempo, etc.

¹⁸ <http://es.wikipedia.org/wiki/Motricidad>

¹⁹ <http://es.wikipedia.org/wiki/Motricidad>

Etapa Espinal²⁰

“Fundamentalmente se basa en la transmisión del impulso a través de la médula espinal, descendiendo hasta el segmento correspondiente del músculo o músculos a estimular, tomando la raíz nerviosa de dicho nivel como vía de continuación a la orden de movimiento previamente perfeccionada.

Etapa nerviosa

El impulso viaja desde la salida de la raíz nerviosa de la médula espinal hasta la fibra o fibras musculares, terminando esta etapa en la unión nervio-músculo, es decir, en la placa motora.

Etapa muscular

Aquí se realiza el paso del impulso nervioso al músculo. Nos vamos a encontrar con que el impulso eléctrico se transforma en una señal química, la cuál provoca la contracción muscular solicitada por el córtex cerebral, produciendo un movimiento que se vale de una palanca ósea.

Etapa articular

En esta etapa existe movimiento articular, siendo considerado por fin como el actor motor propiamente dicho.”

²⁰ <http://es.wikipedia.org/wiki/Motricidad>

2.1.5.1 MOTRICIDAD FINA

“Es la acción de pequeños grupos musculares de la cara y los pies. Son movimientos precisos de las manos cara y pies.

La motricidad fina incluye movimientos controlados y deliberados que requieren el desarrollo muscular y la madurez del sistema nervioso central. Aunque los recién nacidos pueden mover sus manos y brazos, estos movimientos son el reflejo de que su cuerpo no controla conscientemente sus movimientos. El desarrollo de la motricidad fina para la habilidad de experimentación y aprendizaje sobre su entorno, consecuentemente juega un papel central en el aumento de la inteligencia. Así como la motricidad gruesa, las habilidades de motricidad fina se desarrollan en un orden progresivo, pero a un paso desigual que se caracteriza por progresos acelerados y en otras ocasiones, frustrantes retrasos que son inofensivos. En muchos casos, la dificultad con ciertas habilidades de motricidad fina es temporal y no indica problemas serios, sin embargo, la ayuda médica pudiera ser requerida si un niño está por debajo de sus compañeros en muchos aspectos del desarrollo de la motricidad fina o si el niño tiene una regresión, perdiendo así las habilidades que antes ya tenía.

2.1.5.2 DESARROLLO MOTRICIDAD FINA

La estimulación de la motricidad fina (músculos de la mano) es fundamental antes del aprendizaje de la lectura-escritura. Si analizamos que la escritura requiere de una coordinación y entrenamiento motriz de las manos, nos damos cuenta de que es de suma importancia que el profesor realice una serie de ejercicios, secuenciales en complejidad, para lograr el dominio y destreza de los músculos finos de dedos y manos.

Para estimular el desarrollo de la motricidad gruesa se requiere de un espacio abierto y seguro, un grupo de compañeros para interactuar siempre con la supervisión del profesor. La consolidación del desarrollo de las habilidades motoras finas es considerablemente más complicada. Para que un niño logre tener éxito en su habilidad motora fina requiere de planeación, tiempo y una gran variedad de materiales para jugar”.²¹

²¹Referencia: Gale Enciclopedia of Chilhood & Adolescence. Gale Research 1998 in association

Para que un niño este motivado a desarrollar su motricidad fina hay que llevar a cabo actividades que le gusten mucho como lanzar una pelota con las manos, armar cubos, etc. Pero también pueden ayudar a sus padres en tareas domésticas diarias tales como cocinar así estará desarrollando su habilidad motora fina. Un buen entrenamiento para los músculos de la mano y el brazo puede ser cortar, requiere la coordinación de la ojo – mano. Incluso el uso del teclado y del “Mouse” de una computadora pueden servir de práctica para la coordinación ojo – mano. Ya que el desarrollo de habilidades motoras finas desempeña un papel crucial en la preparación escolar y para el desarrollo cognitivo se considera una parte importante dentro del plan de estudios a nivel preescolar.

2.1.5.3 MOTRICIDAD GRUESA²²

“Ahora bien existen dos tipos de motricidad: la gruesa y la fina. **La motricidad gruesa** comprende todo lo relacionado con el desarrollo cronológico del niño especialmente en el crecimiento del cuerpo y de las habilidades psicomotrices, es decir se refiere a todos aquellos movimientos de la locomoción o del desarrollo postural como andar, correr, saltar, etc. Enseguida se explica el desarrollo de éste proceso.

El término desarrollo psicomotor designa la adquisición de habilidades que se observa en el niño de forma continua durante toda la infancia. Corresponde tanto a la maduración de las estructuras nerviosas (cerebro, médula, nervios y músculos...) como al aprendizaje que el bebé -luego niño- hace descubriéndose a sí mismo y al mundo que le rodea”.

²² **Referencia:** Gale Enciclopedia of Childhood & Adolescence. Gale Research, 1998 in association with The Gale Group and Look Smart

2.1.5.4 DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD GRUESA

“En el desarrollo motor se observan tres fases, sus características desde los seis meses hasta los 7 años.

Primera fase: del nacimiento a los 6 meses.	Segunda fase: de los 6 meses a los 4 años.	Tercera fase: de los 4 a los 7 años.
Se caracteriza por una dependencia completa de la actividad refleja, especialmente de la succión. Alrededor de los tres meses, el reflejo de succión desaparece debido a los estímulos externos, que incitan el ejercicio y provocan una posibilidad más amplia de acciones y el inicio de los movimientos voluntarios.	Se caracteriza por la organización de las nuevas posibilidades del movimiento. Se observa una movilidad más grande que se integra con la elaboración del espacio y del tiempo. Esta organización sigue estrechamente ligada con la del tono y la maduración.	La tercera fase corresponde a la automatización de estas posibilidades motrices que, forman la base necesaria para las futuras adquisiciones.” ²³

2.1.5.5 CARACTERÍSTICAS

Para poder llevar a cabo un proceso en el fútbol el profesor debe desarrollar en sus alumnos hábitos y habilidades adquiridos para la solución de problemas , así como el desarrollo de las capacidades creadoras de los alumnos y la educación de las cualidades positivas de la personalidad.

El profesor debe conocer las particularidades morfo –funcionales, psicológicas y sociológicas en cada entrenamiento para que exista calidad y poder aplicar una correcta carga física y evitar lesiones a los niños durante el proceso de enseñanza- aprendizaje.

²³ CONDE Caveda, José Luis, et. al.: Fundamentos para el Desarrollo de la Motricidad en Edades Tempranas. Pág. 97.

Características motrices

Aparece una parquedad de los movimientos, desaparecen los movimientos innecesarios, ellos son más precisos, aumentando la comprensión de las tareas motrices, como por ejemplo los equilibrios, los saltos de longitud, las carreras. Se deben evitar los saltos en el lugar y con palmadas, pues provocan distracción y disminución de la estabilidad de la atención.

Es importante la realización de ejercicios, juegos y actividades deportivas que propicien el desarrollo de habilidades motrices básicas y deportivas

Desarrollo de las habilidades motrices básicas y un incremento de las capacidades físicas de los alumnos. El cual se da a través de juegos, donde el profesor les propicia conocimientos a los niños en cuanto a las fases técnicas y a sus reglas (carreras cortas, de relevo y el lanzamiento de la pelota)

Sin embargo , para el logro de tal aspiración , no basta con la labor educativa de la escuela desempeñan también un papel importante la familia, primera institución socializadora del ser humano , la comunidad, los grupos en los cuales el niño de estas edades se desenvuelve, los medios masivos de difusión e información, y el trabajo , entre otros.

Características Morfo – funcionales

- ✓ Su peso esta comprendido entre los 19 Kg. y su volumen cardíaco es de 90 pulsaciones.
- ✓ En estas edades aumenta la inhibición diferenciada, la memoria y la comprensión con respecto a la edad anterior. (3-5 años)
- ✓ Progresa la atención, la movilidad cortical, la escritura, el dibujo y las asociaciones.
- ✓ Su frecuencia cardiaca oscila entre 88 – 86 pul /min.

EDAD	Volumen Sistólico	Volumen Sistólico / min
6-9	32	2,6

- ✓ En cuanto al crecimiento y desarrollo se observa un aumento en estatura y peso, generalmente en los varones. Las proporciones del cuerpo son mas armónicas con respecto a relación entre la longitud de brazos, piernas y tronco. Este desarrollo físico le permite mayor resistencia , agilidad y rapidez.
- ✓ La osificación del esqueleto aún no es completa, debido a lo cual poseen gran flexibilidad y movilidad.
- ✓ Fortalecimiento considerable del sistema óseo- muscular.

Características psicológicas

“El profesor, en estas edades debe conocer que las actividades dirigidas a su desarrollo físico deben estar básicamente programadas a través de juegos, de modo tal que respondan más a las necesidades de los niños , a sus intereses, y que la propia ejercitación, al adquirir un sentido para ellos, optimizando su estado emocional”.²⁴

“Los niños de esta edad necesitan jugar no solo para satisfacer sus necesidades de movimiento , sino también las cognoscitivas y muy especialmente las de comunicación”.²⁵

“También en esta etapa el niño comienza a participar en diferentes actividades (científicas, culturales, deportivas, etc.), aspecto que contribuye al desarrollo de intereses variados y de su personalidad”.²⁶

²⁴ Sánchez Acosta, Maria Elisa y Matilde González (2004). Psicología General y del Desarrollo. Editorial Deportes.

²⁵ Petrovski, A.V (1979). Psicología General. La Habana. Editorial Pueblo y Educación

²⁶ Programa y Orientaciones Metodológicas de Primer Ciclo. MINED. CUBA

CAPITULO II

2.2 COORDINACIÓN

2.2.1 Definición

“Es la acción combinada del sistema nervioso central y de la musculatura esquelética encaminada al desarrollo de un movimiento planificado.

Se define como la acción desencadenada por un estímulo que permite moverse en un determinado espacio (coordinación dinámica general), o manipular objetos (coordinación dinámica específica).

La coordinación es la respuesta a un estímulo e implica el uso eficiente de la musculatura y los procesos parciales correspondientes al sistema nervioso central. Y además posibilita contraer grupos musculares diferentes y permite realizar movimientos amplios que implican a muchos segmentos corporales para efectuar una acción. Requiere una buena integración del esquema corporal, así como un dominio y conocimiento del propio cuerpo. Se desarrolla con ejercicios que pongan en funcionamiento tanto los miembros inferiores como los superiores. En muchos deportes como el fútbol la coordinación implica la conjunción del control del propio movimiento y la manipulación de un objeto móvil.”²⁷

2.2.1.1 COORDINACIÓN DINÁMICA GENERAL

En la realización de un movimiento se distinguen tres fases: el ajuste, que, a través del ensayo – error, posibilita la adaptación del individuo al movimiento requerido y enriquece sus posibilidades de reacción; la toma de conciencia, que le permite diferenciar un movimiento y compararlo con otros, y finalmente la automatización, que, debido a la repetición del movimiento consigue que sea más fluido y económico.

²⁷ Definición científica general. Tomada del libro Manual de Educación Física, Deportes y Recreación

Además de que aumente la libertad de movimientos del alumno. Por ejemplo: los alumnos se colocan en filas de cinco o seis y corren sin cruzarse, siguiendo las indicaciones del profesor, el primero de la fila realiza desplazamientos que los alumnos que lo siguen tienen que imitar.

2.2.1.2 COORDINACIÓN ESPECÍFICA

La práctica del alumno con un objeto, como una pelota, por ejemplo, es fundamental para el desarrollo de su coordinación. Esta experiencia lo obligará a encontrar soluciones a las nuevas situaciones que crea la manipulación del objeto y, por lo tanto, le brindará un mayor conocimiento de su cuerpo. La coordinación dinámica específica también se desarrolla en las mismas tres fases de la coordinación dinámica general, pero se pueden distinguir dos tipos: coordinación óculo – pédica (ojo – pie) y coordinación óculo – manual (ojo – mano). Por ejemplo realizar malabarismos por rebote, sobre la cabeza, rodillas, brazos, hombros, etc.

2.2.2 CAPACIDADES COORDINATIVAS

2.2.2.1 Introducción

“COORDINACION: Es el efecto conjunto entre el sistema nervioso central y la musculatura esquelética dentro de un movimiento determinado, constituyendo la dirección de una secuencia de movimientos. (HAHN.1988)

Las capacidades coordinativas (destrezas) están determinadas por el conjunto de hábitos motores, esto permite a los deportistas solucionar movimientos con precisión y economía sean estos estereotipados o imprevistos).

Las capacidades coordinativas son las facetas de los mecanismos regulares - nervio - musculares y de los analizadores para las acciones de movimientos.”

28

²⁸ Definición científica general. Tomada del libro Manual de Educación Física, Deportes y Recreación.

El grado y calidad de las capacidades de coordinación influyen en la calidad de los procesos de aprendizaje de destrezas técnicas y deportivas, estas capacidades permiten el grado de adaptación rápida a condiciones variables y aseguran de esta manera superar las múltiples situaciones de actuación (HIRTZ 1979).

Capacidades coordinativas vistas desde un ángulo más sencillo son acciones y movimientos que normalmente no están acostumbrados los deportistas a realizar, de esta forma creamos una situación difícil de realizar pero con el tiempo es dominada la situación y nos facilitará en el futuro una mejor adaptación para la técnica requerida

Es en las edades tempranas donde mas pronunciado se encuentra el deseo de movimiento deseo de destrezas de experimentaciones posicionales el niño no se conforma con las técnicas de juego sino que quiere desplazarse con la bola, de otras formas producto de su imaginación y de su curiosidad propios de la niñez; entre los 7 y 10 años puede decirse que la coordinación (destreza) alcanza su máximo nivel y paralelamente en este periodo se observa una madurez mas rápida del sistema nervioso central, de la misma forma se produce un crecimiento en la función de los ANALIZADORES así como una mejora de la áreas corticales implicadas en el análisis y la elaboración de la información sensorial por lo tanto queda facilitado el aprendizaje de acciones difíciles y complejas.

2.2.2.2 CAPACIDADES COORDINATIVAS EN EL FUTBOL

Una formación bien dirigida de capacidades coordinativas escogidas es necesaria para afinar las bases regulativas, acumular experiencias de movimiento con efectos de transferencia y crear una cierta amplitud que permita la óptima solución de tareas de movimientos en diferentes condiciones y situaciones (Harre 1982). Las capacidades coordinativas generales son:

- Capacidad de diferenciación
- Capacidad de acoplamiento
- Capacidad de transformación

- Capacidad de equilibrio y de estabilización
- Capacidad de orientación
- Capacidad de ritmización
- Capacidad de reacción

Influyen diferenciadamente en facetas individuales de la regulación del movimiento en el fútbol y actúan ampliamente como condiciones para el rendimiento.

Para la regulación del jugador en su actividad en el fútbol existe además una compleja capacidad coordinativa especial, llamada “sentido de juego”.

2.2.2.2.1 CAPACIDAD DE DIFERENCIACIÓN

“La capacidad de diferenciación consiste en poder distinguir finos matices en la estructura temporal, espacial, y dinámica del movimiento y sobre esta base dominar movimientos que se ejecuten muy precisamente en relación con las condiciones en cada caso y por lo tanto sean sumamente económicos, dirigidos y efectivos. La capacidad de diferenciación a elaborarse en el juego se basa preferentemente en informaciones cenestésicas y táctiles y en su respectivo procesamiento. Un alto grado de capacidad de diferenciación es indispensable para probar y poder emplear variantes técnicas y para encontrar la óptima evolución individual.

Durante el juego la capacidad de diferenciación se pone de manifiesto entre otras cosas a través de una regulación de la velocidad junto con una óptima configuración de frecuencia de movimientos y recorrido del ciclo, así como a través de ángulos en constante cambio en las articulaciones de las extremidades, las cuales son decisivas para el mejor impulso posible de la bola. Aquí vuelve claramente visible la estrecha relación con el sentido del juego el sentido kinestésico”²⁹.

²⁹ RAMIREZ Francisco, Tesis de Grado

Es por esto que esta capacidad especial del jugador con frecuencia es subordinada también a la capacidad de diferenciación.

Durante el desarrollo del jugador la capacidad de diferenciación debe ser constantemente readaptada a los cambios que tienen lugar cuando, por ejemplo, a través de un acentuado entrenamiento de fuerza y resistencia de fuerza en tierra se logran elevados porcentajes de fuerza, se dan nuevas condiciones para la diferenciación de los movimientos en el juego.

2.2.2.2.2 CAPACIDAD DE ACOPLAMIENTO³⁰

La capacidad de acoplamiento es indispensable para la coordinación de diferentes movimientos e impulsos parciales. En el juego, la acción conjunta de movimientos respiratorios, de brazos y de piernas exigen una evolucionada capacidad de acoplamiento, así como la cadena de diversos movimientos combinados en los diferentes contenidos técnicos. Los parámetros espaciales, temporales y dinámicos de cada movimiento individual deben corresponder a criterios de efectividad. Sin embargo, esto solo no basta. El efecto de estos parámetros en el movimiento total no debe reducirse simplemente a una acción simultánea o sucesiva de diferentes movimientos individuales. La capacidad de acoplamiento comprende también el hecho de que, a través de la coordinación de los movimientos individuales entre sí, resulte un efecto aún mayor. Como incluso las más pequeñas deficiencias de coordinación reducen el rendimiento, las exigencias a la calidad de la capacidad de acoplamiento deben ser altas.

2.2.2.2.3 CAPACIDAD DE TRANSFORMACIÓN³¹

La capacidad de transformación se utiliza cuando el jugador, dentro del entrenamiento o de la competencia, debe cambiar su programa de acción, en forma prevista o imprevista. Las transformaciones constantemente condicionadas por la situación se dan por ejemplo en el fútbol. Por lo tanto,

³⁰ LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, "Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos".

³¹ LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, "Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos".

este juego y otros similares son valiosos medios en el entrenamiento del jugador.

Las peculiaridades del entrenamiento y la competencia en el fútbol pueden hacer que la asimetría de los movimientos cíclicos ocupe de tal manera un primer plano, que las transformaciones se vuelvan difíciles.

Así se pueden formar movimientos estereotipados unilaterales que cohíban al jugador el seguir desarrollándose y en la competencia dificulten al desplegar completamente su capacidad de rendimiento posible. Por lo tanto, y entre otras cosas, en la moderna concepción del entrenamiento se trata de llevar a cabo un intercambio de exigencias, a través de una serie de variantes de los métodos de entrenamiento y diferentes ejercicios corporales.

Esto es considerado como una importante transformación cuando ya se han detectado síntomas de agotamiento como consecuencia de cargas de resistencia excesivas.

2.2.2.2.4 CAPACIDAD DE EQUILIBRIO Y DE ESTABILIZACIÓN³²

Estas dos partes tienen diferentes grados de importancia en el fútbol. La capacidad de equilibrio en sentido estricto es utilizada siempre en los saltos. Se sobreentiende que la capacidad de equilibrio consiste en mantener el equilibrio inestable. No se necesita ninguna capacidad para mantener el equilibrio estable durante la permanencia de la persona en tierra.

En vez de la capacidad de equilibrio se debe desarrollar la capacidad de estabilización. Ambas capacidades están relacionadas entre sí. Ambas dependen de la sensibilidad del aparato vestibular y de la actividad del abalizado táctil y cenestésico. Con la ayuda de la capacidad de estabilización se adopta, mantiene y rehabilita la posición corporal deseada.

³² LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, “Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos”

Los movimientos impulsores —en especial en los movimientos con golpe alternado— así como otros movimientos y posiciones causan, por ejemplo, torsiones del cuerpo alrededor del eje longitudinal o cambios de dirección.

2.2.2.2.5 CAPACIDAD DE ORIENTACIÓN³³

“La calidad y cantidad de obtención y procesamiento de informaciones de varios analizadores —sobre todo del óptico— son decisivas para el grado de evolución de la capacidad de orientación. Esto es claramente visible por ejemplo cuando se altera en forma exacta la posición y movimientos corporales en el entrenamiento de cambio de posiciones. La entrada al juego, así como la dirección del impulso de la bola exigen de manera especial una constante orientación. Aquí son dominantes la obtención y procesamiento de las informaciones del analizador óptico, vestibular y cenestésico”.

2.2.2.2.6 CAPACIDAD DE RITMIZACIÓN³⁴

“En el fútbol, el nivel de esta capacidad influye especialmente sobre la economía en los movimientos. La capacidad de ritmización simplifica y hace posible la óptima alternación entre estiramiento y distensión dentro de los ciclos individuales y la secuencia de los movimientos.

Dentro de este contexto, el cambio de ritmo debe considerarse como factor determinante en el desarrollo de capacidades condicionales, en especial de las capacidades de resistencia, Por un lado, la formación de ritmos de movimiento adecuados se lleva a cabo sin indicación especial en el proceso de la carga continua. Por otro lado, el perfeccionamiento consciente de la capacidad de ritmización influye sobre la economización del movimiento y así también sobre un condicionamiento más efectivo.”

³³ LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, “Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos”

³⁴ LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, “Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos”

2.2.2.2.7 CAPACIDAD DE REACCIÓN³⁵

La capacidad de reacción influye directamente en el complejo rendimiento del juego. Se desarrolla con tareas de reacción instantánea a comandos de partida de diferente simbología. En relación a las otras capacidades, ésta se desarrolla con un gasto de tiempo relativamente pequeño. Su desarrollo se completa conjuntamente con la formación de las otras capacidades, a través de tareas adicionales, sobre todo en el entrenamiento de rapidez.

El efecto de los ejercicios para las capacidades coordinativas abarca exigencias que pueden ser de tipo elemental o complejo.

- ◆ Intercambio y coordinaciones de ejercicios,
- ◆ Acciones de movimiento complejas.

Los ejercicios generales en el FUTBOL son formas simples para base de experiencias de movimiento. Desde el principio debe incluirse en el entrenamiento. Las formas más complicadas son aplicadas posteriormente para extender el campo de experiencias.

³⁵ LAGOS Carlos, LOPEZ pilar, “Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos colectivos”

2.2.3 APRENDIZAJE MOTOR

Concepto de aprendizaje: Podemos definir el aprendizaje como todo cambio o modificación de conducta a través de la práctica. Supone la adquisición o eliminación de conductas provocando cambios en el comportamiento.

- **Motor:** Cambio o adquisición de un movimiento a través de la practica.
- **Practica:** Es el proceso de control, de manipulación y administración de la información orientándola en el campo del aprendizaje con el objetivo de producir la modificación de conductas.

Proceso de aprendizaje motor

Se trata adquirir o modificar unas conductas para llegar a un resultado. Hay que plantear unos objetivos, los cuales se llevan a cabo mediante el entrenamiento. Este entrenamiento va a crear una modificación y con esto se llegara a una tasa intermedia en la cual se buscan 3 fases. Estas fases darán el resultado que puede ser o no el esperado si coinciden o no con los objetivos marcados al principio.

MODELOS EXPLICATIVOS DEL APRENDIZAJE MOTOR

Modelos biomecánicos

Estos modelos son muy útiles en el aprendizaje de gestos técnicos muy determinados, realizados en situaciones muy estables; perderán toda su validez en situaciones en las que el entorno sea cambiante. Estudia todos los movimientos realizados por el hombre durante una práctica con el objetivo de mejorar el rendimiento del deportista.

Modelos biológicos

Antropométricos: este modelo estudiará los medios corporales estáticos, es decir, las dimensiones y movimientos corporales. Con estas medidas corporales se establecerá el somatotipo, distinguiendo 3 somatotipos básicos:

Endomorficos

Mesomorficos

Ectomorfo

Modelos fisiológicos

Este modelo estudia en si el aprendizaje (huella del aprendizaje), buscando el lugar donde el individuo guarda o almacena es decir en su memoria.

2.2.4 DESARROLLO MOTOR

El desarrollo es un proceso continuo desde la concepción hasta la madurez y sigue la misma secuencia en todos los niños pero su ritmo varía de un niño a otro.

Durante los últimos meses de embarazo y los primeros años de vida se va a ir dando el proceso de mielinización fundamental y responsable del ajuste, la adecuación y la rapidez de los movimientos.

A medida que se va perfeccionando el sistema nervioso y el proceso de mielinización alcanza las zonas del córtex, el niño puede llevar a cabo actos conscientes y voluntarios, es decir, ejercer un control de sus propios movimientos

El desarrollo progresa en general desde una respuesta débil, global y relativamente desorganizada a una respuesta fuerte específica localizada y organizada.³⁶

³⁶ <http://pdf.rincondelvago.com/desarrollo-motor-y-psicomotricidad.html>

CAPITULO III

2.3 ELEMENTOS TECNICOS EN EL FUTBOL

2.3.1. TÉCNICA INDIVIDUAL

Según Santiago Vázquez Folgueira, técnica individual “es el conjunto de gestos automáticos que se dan como respuesta precisa, reiterada y eficaz del jugador ante cualquier estímulo, en lucha contra el espacio – tiempo, adecuado al puesto específico”.

2.3.1.1 RECEPCIÓN O CONTROL DEL BALÓN

“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.”³⁷

Parada: Es el control que inmoviliza totalmente un balón raso o alto, sirviéndonos generalmente de la planta del pie. Dada la lentitud que imprime esta acción al juego, se encuentra prácticamente desterrada del mismo, salvo raras excepciones.

Semi – parada: Es una acción en donde el balón no se inmoviliza totalmente pudiéndose con cualquier superficie de contacto del pie: interior, exterior, empeine, planta, etc. Con el pecho y con la cabeza. Este gesto técnico proporciona al juego mayor velocidad y permite la orientación oportuna del balón dejándolo preparado para una acción siguiente. El balón sale ligeramente en sentido opuesto al que llega.

Amortiguamiento: El amortiguamiento es la acción inversa al golpe, pues si en este se da velocidad al balón con determinada superficie de contacto, en el amortiguamiento se reduce la velocidad mediante el retroceso de la parte del cuerpo a emplear.

³⁷ Tomado del Manual del Entrenamiento del Fútbol 2ª edición de Gerhard Zeeb pág. 11

En esta acción técnica se pueden emplear todas las superficies de contacto y se podría definir como "el principio de la reducción de la velocidad del balón.

Controles Orientados: Su finalidad es controlar y orientar el mismo tiempo el balón mediante un solo contacto, utilizando naturalmente, la superficie de contacto idónea más apropiada, teniendo en cuenta la siguiente acción que se quiere realizar. Dominar el balón y colocarlo hacia la dirección deseada en un solo contacto.

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

Los principios básicos para un buen control pueden ser:

- ❖ Atacar el balón en lugar de esperarlo.
- ❖ Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo (superficie de contacto) que intervenga.
- ❖ Relajamiento total en el momento del contacto.
- ❖ Orientarse el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario, decidiendo inmediatamente la acción posterior al control.

2.3.1.2 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, 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 conducción óptima en beneficio de un resultado colectivo en la acción técnica-táctica.”³⁸

“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.”³⁹

“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.

³⁸ VAZQUEZ Santiago “FUTBOL: CONCEPTOS DE LA TÉCNICA” PAG. 96

³⁹ VINEN Pérez “APUNTES DE TÉCNICA NIVEL1”. www.entrenadores.info

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.

La necesidad de su protección. (Camino a seguir para guardar y salvaguardar la pérdida del balón).

2.3.1.3 EL PASE⁴⁰

“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.

- ❖ 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

Pies

Empeine

Se utiliza para golpeos fuertes o largos, imprimiendo gran velocidad al balón y precisión.

Borde Externo

Es la parte externa del pie. Se emplea para golpeos con efecto (llamados "rosca"...). Son golpeos de gran precisión, fuerza y velocidad.

⁴⁰Fraile Aranda, Antonio (2003). Metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo aplicada al fútbol. Escuela Nacional de Entrenadores. Madrid.

Borde Interno

Es la parte interna del pie. Se emplea 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.

2.3.1.4 GOLPEO CON LA CABEZA

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

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).

El destino que tenga cada toma de contacto también es diferente, según la función que se esté llevando a cabo, **defensiva u ofensiva.**

- ❖ **Defensivas:** Interceptaciones por: despeje, desvío, anticipación.
- ❖ **Ofensivas:** Pases, desvíos a gol, remates, controles, prolongaciones.

2.3.1.5 EL REGATE

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

Clases de regate:

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

Cualidades del regateador: Perfecto dominio de los apoyos en el suelo, dominio del cuerpo, dominio completo del balón a pesar de la situación, habilidad, destreza e imaginación y buen cambio de ritmo en la progresión.

- ❖ **Ventajas:** Permitir el desmarque y penetración de los compañeros, desequilibra al adversario, ganar tiempo, ser dueños del juego para darle seguridad – velocidad y engañar constantemente.
- ❖ **Justificación:** En el área contraria para conseguir ángulo de tiro, cuando se encuentra aislado el poseedor, para clarificar una acción posterior.
- ❖ **No justificación:** Cuando el pase es posible, en el área propia rodeado de adversarios, cuando existe claro ángulo de tiro.

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.
- 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.

2.3.1.6 EL TIRO

Es la acción técnica que consiste en todo envío de balón sobre la portería contraria.

- ❖ **Condicionantes a tener en cuenta:** Superficie de la portería, situación del portero, densidad de adversarios, situación de los compañeros, distancia del tiro, ángulo de tiro, zona de tiro.
- ❖ **Características que debe poseer el que tira:** Dominio del balón, potencia y precisión de golpeo, decidido, valiente, con convencimiento, agresivo y perseverante.
- ❖ **Situaciones favorables:** Con ángulo de tiro favorable, cuando se puede realizar sin otra acción técnica y cuando hay posibilidad de éxito.
- ❖ **Situaciones desfavorables:** Con un compañero en mejor situación, si se carece de ángulo de tiro, si la posibilidad de llegar (distancia) no es buena y si el balón viene en malas condiciones.

CAPITULO IV

2.4 RELACION ENTRE LA MOTRICIDAD Y LA TECNICA OFENSIVA EN EL FUTBOL

“Un entrenamiento de la motricidad enfocado en el desarrollo de las capacidades como la coordinación general y versátil forman parte en todo caso de la formación básica de los jóvenes futbolistas; sin embargo, la necesidad de un entrenamiento suplementario (propuesta alternativa) de motricidad se extiende a todos los niveles y edades. Según sea el nivel y la edad de los grupos van cambiando los puntos principales y los objetivos. Mientras que, por ejemplo, los niños de 6 – 9 años necesitan de ejercicios con movimientos los mas versátiles posibles incluidos en el entrenamiento de motricidad y coordinación general, los futbolistas de competición deberían utilizar técnicas de fútbol contenidas en el ámbito de entrenamiento de coordinación bajo diferentes circunstancias (por ejemplo, bajo presión ejercida por el tiempo o por la situación en el juego, como la definición a portería). “⁴¹

2.4.1 ACCION MOTRIZ

“Es definida por PARLEBAS, P. (1981) como "El proceso de realización de las conductas motrices de uno o varios individuos actuando en una situación motriz determinada". Así un atleta que salta altura, dos luchadores que se enfrentan, niños que juegan al fútbol, un equipo que compite en baloncesto, etc., siempre realizan una acción motriz”. ⁴²

⁴¹ Entrenamiento de la coordinación Por Peter Schreiner Pág.12

⁴² www.efdeportes.com/motricidad

2.4.2 CAPACIDADES PERCEPTIVO – MOTRICES A DESARROLLAR EN EL FUTBOL PARA LA ADQUISICIÓN DE LA TÉCNICA.

COORDINACION	COORDINACION OCULO-MANUAL	MOTRICIDAD
	COORD. DINAMICA-SEGMENTARIA	
	COORDINACION DINAMICA-GENERAL	
EQUILIBRIO	EQUILIBRIO	
	AJUSTE CORPORAL	
ESTRUCTURACION ESPACIO-TEMPORAL	PERCEPCION ESPACIO-TEMPORAL	
	ESTRUCTUR. DEL ESPACIO DE ACCION	

1. **PRESENTA VARIEDAD DE SITUACIONES MOTRICES:** Ejemplo: correr, saltar, empujar, golpear, etc. e incluso la acrobacia esta presente en la configuración de un futbolista.
2. **COMPETITIVO:** El antagonismo es constante. El resultado puede determinar victoria, derrota e incluso empates.
3. **REGLAS:** A través de la creación de la internacional Board desde el 1883 se consideran las 17 reglas del fútbol con sus respectivas modificaciones. contribuyendo al concepto de deporte a partir del 1823 de su surgimiento en Inglaterra.
4. **CARACTER LUDICO:** Su juego en esencia es pasión en el mundo entero.

La técnica no es una acción sólo motriz, la técnica no es sólo un movimiento automático del cuerpo con el balón, la técnica es una acción psicomotriz, que contempla la globalidad del ser, que contiene en cada intervención su totalidad, sin separar la mente del cuerpo pues el niño, joven o adulto es un ente indivisible, es un ser global, integral que debe estar óptimamente preparado

para intervenir acertadamente siempre, además en el fútbol se requiere de una respuesta socio motriz (rivales, compañeros) a las diversas situaciones del juego, el fútbol como cualquier otro deporte colectivo no es una mecanización del movimiento, son movimientos con el balón propios de un deporte de habilidades abiertas, es decir, debemos ser capaces de responder rápida y acertadamente ante cualquier situación imprevista del juego con y sin el balón ante el rival y en colaboración con sus compañeros.

Todo esto es imposible realizarlo acertadamente sin la intervención del sistema nervioso, sin la participación de los mecanismos básicos que dan respuesta a todos los estímulos que deciden y condicionan nuestro comportamiento diario y ante cualquier situación de juego, en donde debemos tomar las decisiones motrices acertadas con el balón, estando en conflicto.

2.4.4 DECISIONES MOTRICES ACERTADAS EN EL JUEGO

Es la respuesta acertada y veloz ante un estímulo externo, la cual se efectúa a través del mecanismo de percepción, análisis, decisión y emisión. La única manera de generar, producir y plasmar un jugador con la técnica óptima en todos sus aspectos, es que durante toda su etapa formativa (6 a 18 años) esté aprendiéndola sometido a situaciones reales, en las cuales estará obligado a tomar decisiones rápidas y acertadas permanentemente, de manera sistemática, en donde utilizará los mecanismos de percepción, análisis, decisión y ejecución muchas veces, millones de veces durante sus entrenamientos y específicamente todas ellas con la intervención del balón, de los compañeros, de los rivales, del reglamento, etc., mediante las cuales optimizarán la maduración de su neuro-motricidad general, aplicada al fútbol. Producir miles de situaciones que hagan funcionar estos mecanismos, que el niño y joven futbolista las utilice a diario, muchas veces de tal manera que cada una de estas acciones genere una nueva coordinación psicomotriz, un nuevo hilo que conecte la mente con los músculos, que sincronice la actitud y el movimiento del cuerpo con el balón. (Velocidad gestual).

“La técnica es el factor más importante en el fútbol, ningún equipo puede suplir la carencia de técnica con la táctica, con el aspecto físico o con los deseos de jugar.

Puede que se tenga éxito en algún partido, pero a la larga ganará el campeonato aquel equipo que juegue mejor un partido.

Toda esta importancia del aspecto técnico en el fútbol cobra mayor validez y fuerza en la etapa formativa del futbolista desde los 6 a los 18 años. La técnica no es una acción motriz automática, en cada acción técnica, en cada contacto con el balón intervienen factores psicológicos internos (confianza, autoestima, etc.) y externos (la presión de un estadio lleno, jugar de visita, el poder del rival, etc.)

La técnica es una acción psicomotriz de profundas coordinaciones neuromotoras, que van generando mayor consecuencia entre lo que se piensa y se hace, es decir, tomar la decisión correcta pero además ser capaz de plasmarla, de ejecutarla con el balón de manera rápida y eficaz.”⁴³

⁴³ www.udla.com/RodrigoValdes/profesordefutbol

3. FORMULACION DE HIPOTESIS

3.1. HIPOTESIS DE TRABAJO

Un alto grado de desarrollo de la motricidad determina una alta capacidad técnica ofensiva con balón.

3.2. HIPOTESIS OPERACIONAL

La aplicación del programa de ejercicios motrices mejora la técnica ofensiva con balón en los niños.

3.3. HIPOTESIS NULA

Un inadecuado grado de desarrollo de la motricidad no determina una correcta técnica ofensiva con balón en los niños.

1. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

4.1 TIPO DE INVESTIGACION

El presente estudio es de tipo correlacional, porque tiene como fin medir el grado de relación que existe entre la motricidad y la condición técnica en el fútbol.

Dada la relación existente se elaborará un programa de ejercicios que mejore e incremente la motricidad y la técnica a los niños de 6 – 9 años de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en Borja y Baeza.

4.2 POBLACIÓN Y MUESTRA

Para el presente trabajo de investigación la población se encuentra considerada por 28 niños de 6 – 9 años de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” divididos entre Borja y Baeza, cada una de las cuales constituye como la unidad de análisis.

En virtud de que el universo es pequeño, el objeto de estudio se realizará con los niños de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional”, que pasa a constituir la muestra, por lo tanto el total del universo es de 28 niños.

4.3. INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Los instrumentos de investigación que se utilizarán para el presente estudio son los siguientes:

Para evaluar la motricidad a los niños utilizaremos el Test de Ozeretzqui, y para la técnica ofensiva con balón test de dominio de balón con todas las partes del cuerpo, test de conducción y test de definición a portería, ya que nos permitirán medir las dos variables en estudio, y que serán de gran utilidad para evaluar a los niños de 6 – 9 años de la escuela de fútbol.

El primer test que utilizaremos para medir la variable “motricidad será con el Test de Ozeretzqui, este nos permite tener una observación objetiva de los elementos fundamentales de la motricidad según corresponda a la edad que va

a ser evaluada, a continuación una breve explicación de cada una de las pruebas:

Equilibrio (EQ)⁴⁴

Esta determinada por edades como ser mantener sobre una de las piernas, de cuclillas con los ojos cerrados, mantenerse sobre los talones, elevarse sobre las puntas de los pies, mantenerse sobre el pie izquierdo o derecho durante 10 seg.

Estas 3 primeras pruebas fueron desarrolladas por Ozeretzqui

Lateralidad (LAT)

Es la prueba II del Harris Tests of Lateral Dominance, para todas las edades es el mismo ejercicio determinado cual mano maneja con preferencia, dominancia de los pies.

A continuación se describe los test para evaluar la técnica a los niños de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional”.

Test de dominio de balón⁴⁵

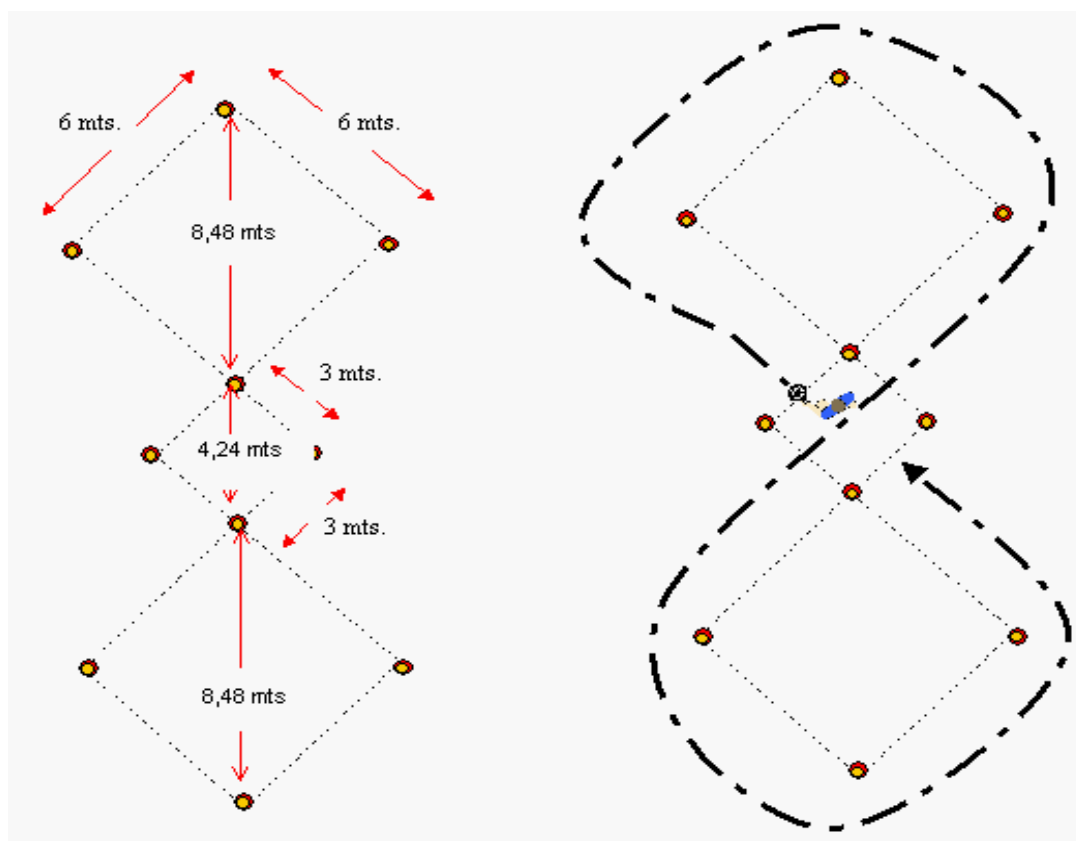
Mantener la pelota en el aire con sucesivos toques como permite el reglamento. En un minuto tiene tres intentos se escoje el mejor de los tres intentos

⁴⁴ Tasset, Jean Marie. Teoría y práctica de la Psicomotricidad. Ed. Paidotribo 1996 Barcelona

⁴⁵ España. www.entrenadores.info/ Jorge Sanchez

Test de conducción

El niño parte con pelota dominada y realiza el recorrido planteado, según el esquema, en el menor tiempo posible. Tiempo 1 minuto. Tiene que dibujar el ocho.



Test de Definición a portería⁴⁶

En el test de técnica ofensiva consiste en lo siguiente: el deportista se ubica a una distancia de diez metros en relación a tres arcos identificados con diferente número y de una medida de 80 cm. de alto x 60 cm. de ancho que tendrá al frente, en un minuto el niño, a la señal del profesor tendrá que introducir la mayor cantidad de balones en las porterías indistintamente entre mas aciertos tenga su puntaje será mayor.

TIEMPO: 1 MINUTO

DE BALONES: 12

0 A 3: MALO

4 A 6: BUENO

7 A 10: EXCELENTE.

⁴⁶Tomando de la página Web de www.entrenadores.info de Jorge Sánchez

4.4. RECOLECCIÓN DE DATOS

La recolección de datos de este estudio se realizará en el estadio Víctor Montenegro o a su vez en la cancha del parque central de la parroquia ya que es el lugar donde se desarrolla actualmente la Escuela de Fútbol del Club Deportivo “El Nacional”, mediante el empleo de varios test acordes a las características de las capacidades físicas a investigar, en primera instancia aplicaremos el test de Ozeretski que determina la motricidad.

Posteriormente se aplicará los test técnicos que consisten en dominio de balón, conducción de balón y definición a portería.

La investigación consiste en la evaluación de la motricidad y la técnica con balón, se realizará en dos ocasiones, al principio y al final de las 4 semanas de entrenamiento.

4.5 ANALISIS DE DATOS

El análisis de datos de esta investigación tendrá un enfoque cuantitativo y cualitativo. Los datos serán agrupados en tablas de distribución de frecuencias. Calcularemos los porcentajes tomados con el test de Oseretzqui para establecer el grado de desarrollo de la motricidad en los niños de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional”, en el cantón Quijos.

Para el análisis de la técnica, nos basaremos en el cálculo de porcentajes y promedios alcanzados con los test correspondientes.

Los resultados obtenidos serán analizados mediante el cálculo del coeficiente de correlación a fin de determinar si existe o no relación entre las dos variables de estudio para finalizar con las conclusiones y recomendaciones de la investigación.

5.1 PRESENTACION GRAFICA DE LOS RESULTADOS
5.1.1. TEST INICIALES

N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDAD		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	Elder Alquina	8,57	6,75			D		13		30"		6	3		
2	Edison Bohórquez	7,54	6,23			D		5		35"		5	3		
3	David Cañar	8,99	5,70			D		7		42"		5	2		
4	Thomas Chalá	9,63	6,85			I		4		47		2	4		
5	Adrián Hidalgo	5,98	5,44			I		4		39"		3	2		
6	Ismael Ibarra	7,95	4,72			D		6		40"		5	5		
7	Diego Morillo	8,56	6,00			D		9		29"		6	4		
8	Armando Mosquera	9,43	6,78			D		15		36"		8	5		
9	Terry Palomeque	8,57	7,69			D		11		23"		6	3		
10	Miguel Panamá	7,98	3,00			I		6		45"		3	2		
11	Tomy Pérez.	9,85	6,53			D		14		25"		8	6		
12	Aldrin Pérez	8,11	5,69			D		12		28"		7	5		
13	Anthony Reinoso	7,70	5,97			I		8		45"		2	4		
14	Manuel Rojas	7,00	7,69			D		6		42"		5	3		
15	Leonardo Armas	8,69	5,97			D		5		45"		6	4		
16	Alexis Ibarra	8,35	6,07			D		3		41"		4	3		
17	Christopher Ibarra	6,21	5,41			I		4		46"		3	2		
18	Danny Aguirre	9,78	8,47			D		6		30"		4	2		
19	Jerico Garzón	7,95	4,66			D		5		46"		5	2		
20	Elvis Guzmán	8,69	6,60			D		9		35"		6	4		
21	Byron Torres	9,37	7,05			D		11		27"		5	4		
22	Jefferson Aguinda	9,70	7,35			D		10		32"		5	3		
23	Luis Angel Ortiz	8,05	4,06			D		12		35"		6	5		
24	Dario Puetate	8,99	4,57			D		14		31"		8	6		
25	Renato Minda	8,02	6,08			I		8		33"		9	7		
26	Renny Narváez	9,38	7,04			D		13		31"		9	6		
27	Milton Escobar	8,67	6,22			D		8		34"		6	4		
28	Jefferson Lara	8,90	6,68			D		11		32"		9	7		

5.1.2 MEDIDAS DE TENDENCIA CENTRAL DE LOS TEST INICIALES

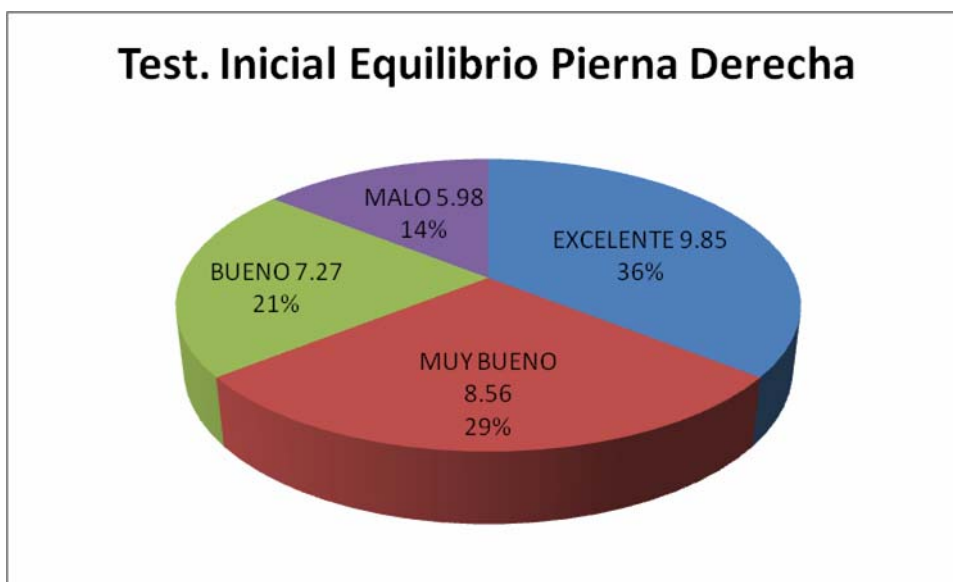
N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDA		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	DESVIÓ ESTÁNDAR	0,97	1,18					3,57		7,08		2,01	1,54		
2	MODA	8,57	7,69					6,00		35,00		6,00	4,00		
3	MEDIA ARITMÉTICA	8,34	5,84					7,01		34,69		4,73	3,36		
4	MEDIANA	8,57	6,15					8,00		35,00		5,50	4,00		
5	MÁXIMO	9,85	8,47					15,00		47,00		9,00	7,00		
6	MÍNIMO	5,98	3,00					3,00		23,00		2,00	2,00		
7	RANGO	3,87	5,47					12,00		24,00		7,00	5,00		
8	PROMEDIO	8,46	6,12					8,54		36,07		5,57	3,93		

5.1.3. ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES

Posterior a la aplicación de los respectivos test a cada uno de los niños en la faja etárea (6 - 9 años) de la Escuela de Fútbol del Club Deportivo “El Nacional en el cantón Quijos , los resultados de los test iniciales referentes a la variable motricidad y técnica ofensiva con balón fueron:

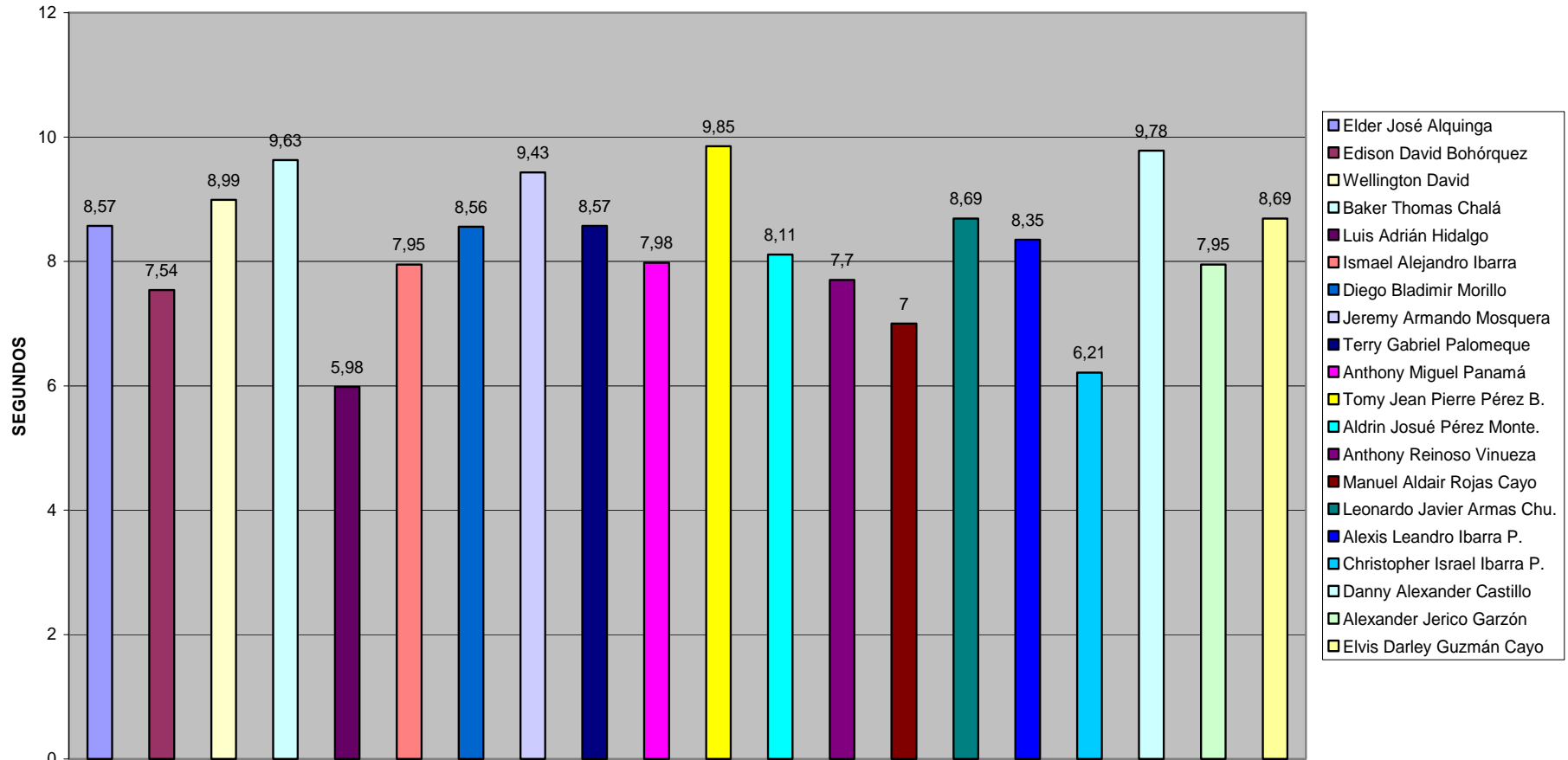
EQUILIBRIO PIERNA DERECHA

CALIFICACION	10 SEGUNDOS	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	9.85	10	36%
MUY BUENO	8.56	8	29%
BUENO	7.27	6	21%
MALO	5.98	4	14%



Al tomar los test iniciales en Equilibrio Pierna Derecha nos dio como resultado que 10 niños equivale al 36% que es Excelente, 8 niños es el 29% que es Muy Bueno, 6 niños es el 21% que es Bueno, y 4 niños nos dio el 14% que es Malo.

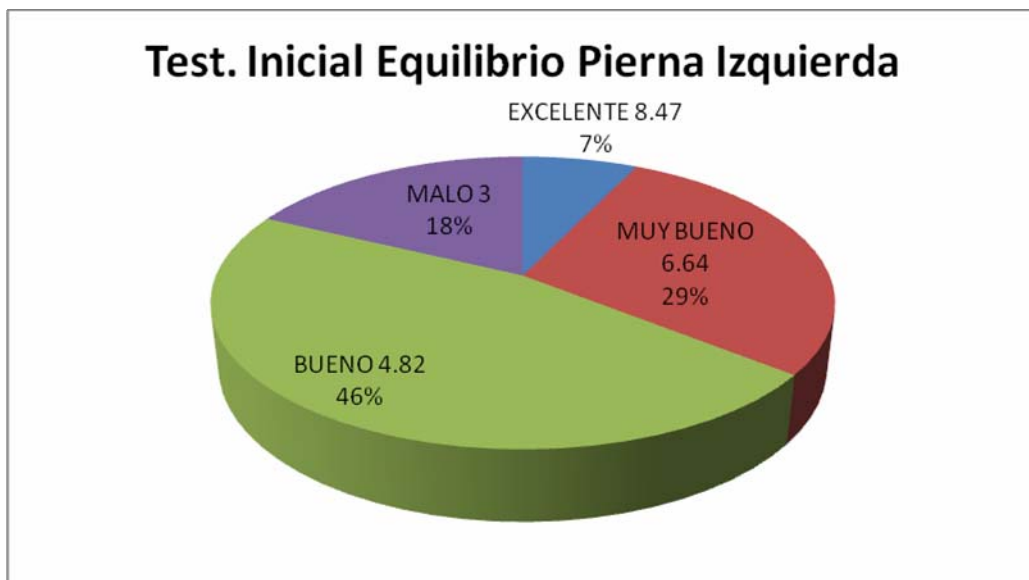
**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES EQUILIBRIO
PIERNA DERECHA**



EQUILIBRIO

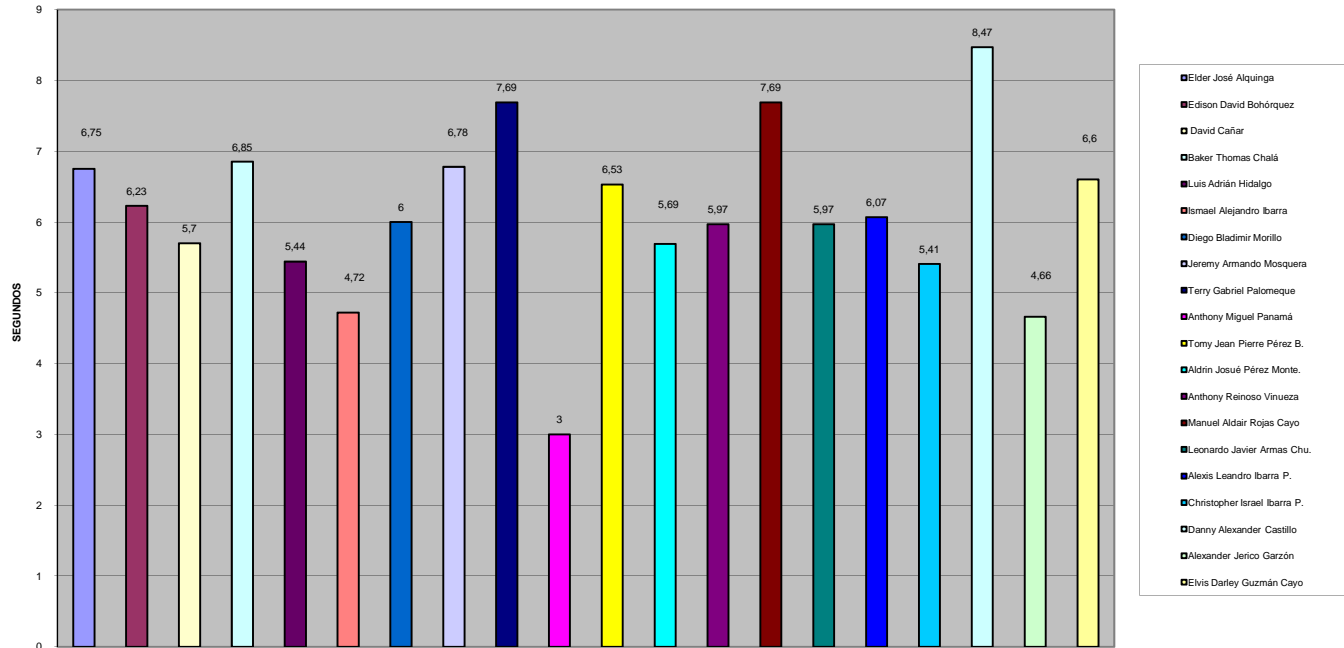
PIERNA IZQUIERDA

CALIFICACION	10 SEGUNDOS	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	8.47	2	7%
MUY BUENA	6.64	8	29%
BUENA	4.82	13	46%
MALA	3	5	18%



Al tomar los test iniciales en Equilibrio Pierna Izquierda nos dio como resultado que 2 niños equivale al 7% que es Excelente, 8 niños es el 29% que es Muy Bueno, 13 niños es el 46% que es Bueno, y 3 niños nos dio el 18% que es Malo.

ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES EQUILIBRIO
PIERNA IZQUIERDA



LATERALIDAD
BRAZO DERECHO

CALIFICACION	N° DE NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	5	18%
BUENO	4	14%
MUY BUENA	6	21%
MALA	13	47%



Para el Test inicial de Lateralidad los niños tenían que levantar el brazo derecho lo más pronto dando como resultado lo siguiente que de 5 niños corresponde al 14 % tienen Excelente, 4 niños que es el 18% tienen Bueno, de 6 niños que es el 11 % tienen Muy Buena, y finalizando 13 niños que es el 57% tienen Mala.

LATERALIDAD
BRAZO IZQUIERDO

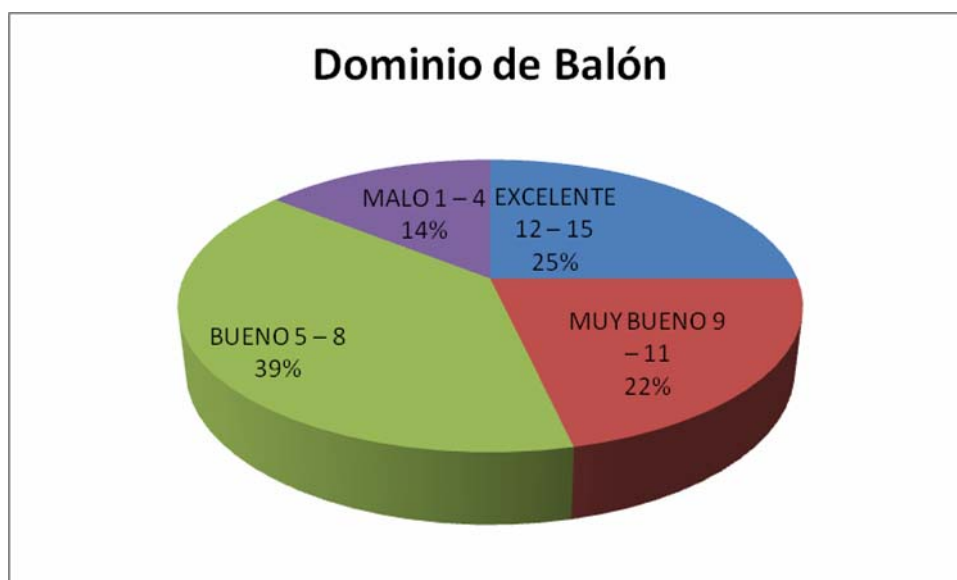
CALIFICACION	N° DE NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	4	14%
BUENO	3	18%
MUY BUENA	5	11%
MALA	16	57%



Para el Test inicial de Lateralidad los niños tenían que levantar el brazo izquierdo lo más pronto dando como resultado lo siguiente que de 4 niños que corresponde al 14 % tienen Excelente, 3 niños que es el 18% tienen Buena, de 5 niños que es el 11 % tienen Muy Buena, y finalizando 16 niños que es el 57% que tienen Mala.

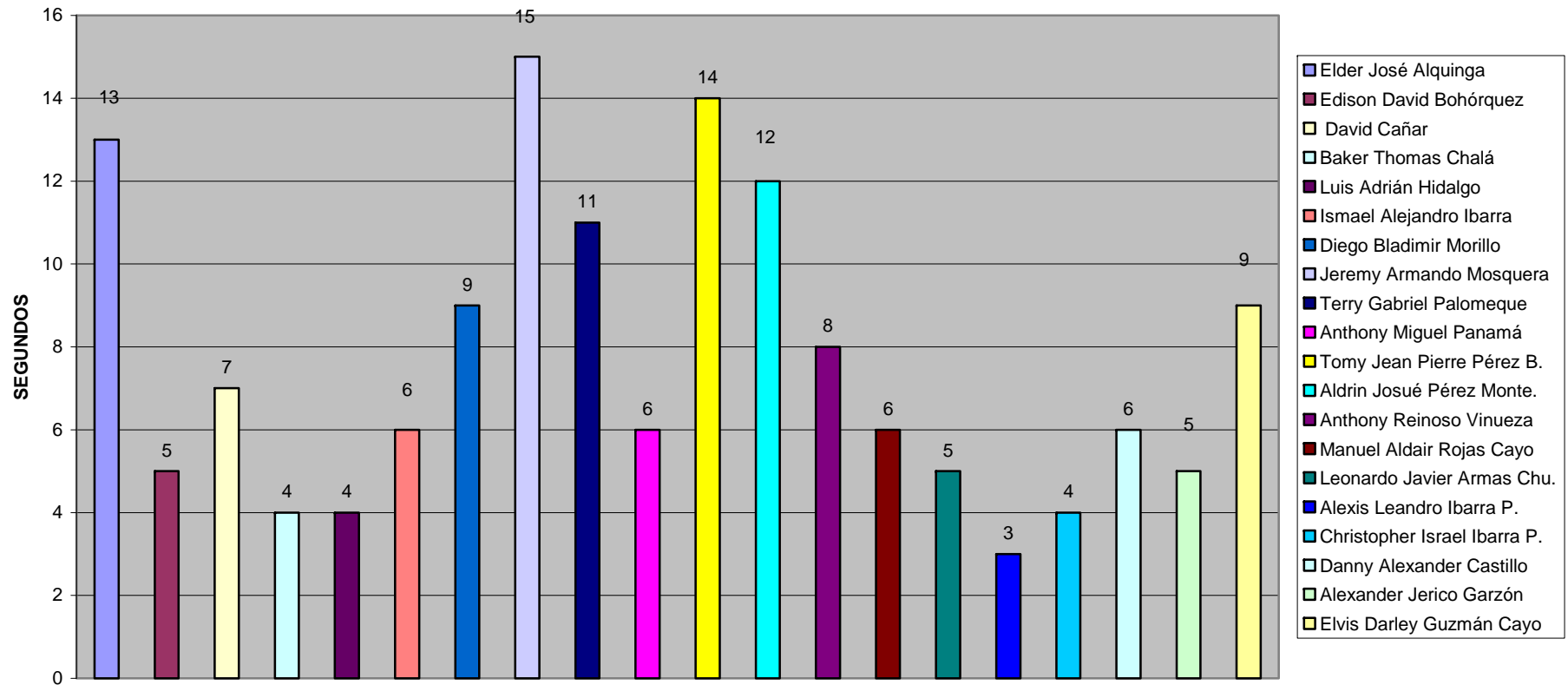
DOMINIO DE BALON

CALIFICACION	N° DE TOPES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	12 – 15	7	25%
MUY BUENA	9 – 11	6	22%
BUENA	5 – 8	11	39%
MALA	1 – 4	4	14%



Después de tomar el Test inicial de Dominio de Balón nos dieron los siguientes resultados: 7 niños realizaron de 12 – 15 toques que es el 25% y tienen Excelente, 6 niños realizaron de 9 – 11 toques que es el 22% tienen Muy Bueno, 11 niños realizaron de 5 – 8 toques que es el 39% tienen Bueno, y finalmente 4 niños realizaron de 1 – 4 toques que es el 14 % tienen una calificación de Malo

**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES DOMINIO DE BALON
3 INTENTOS SE COJE EL MEJOR**



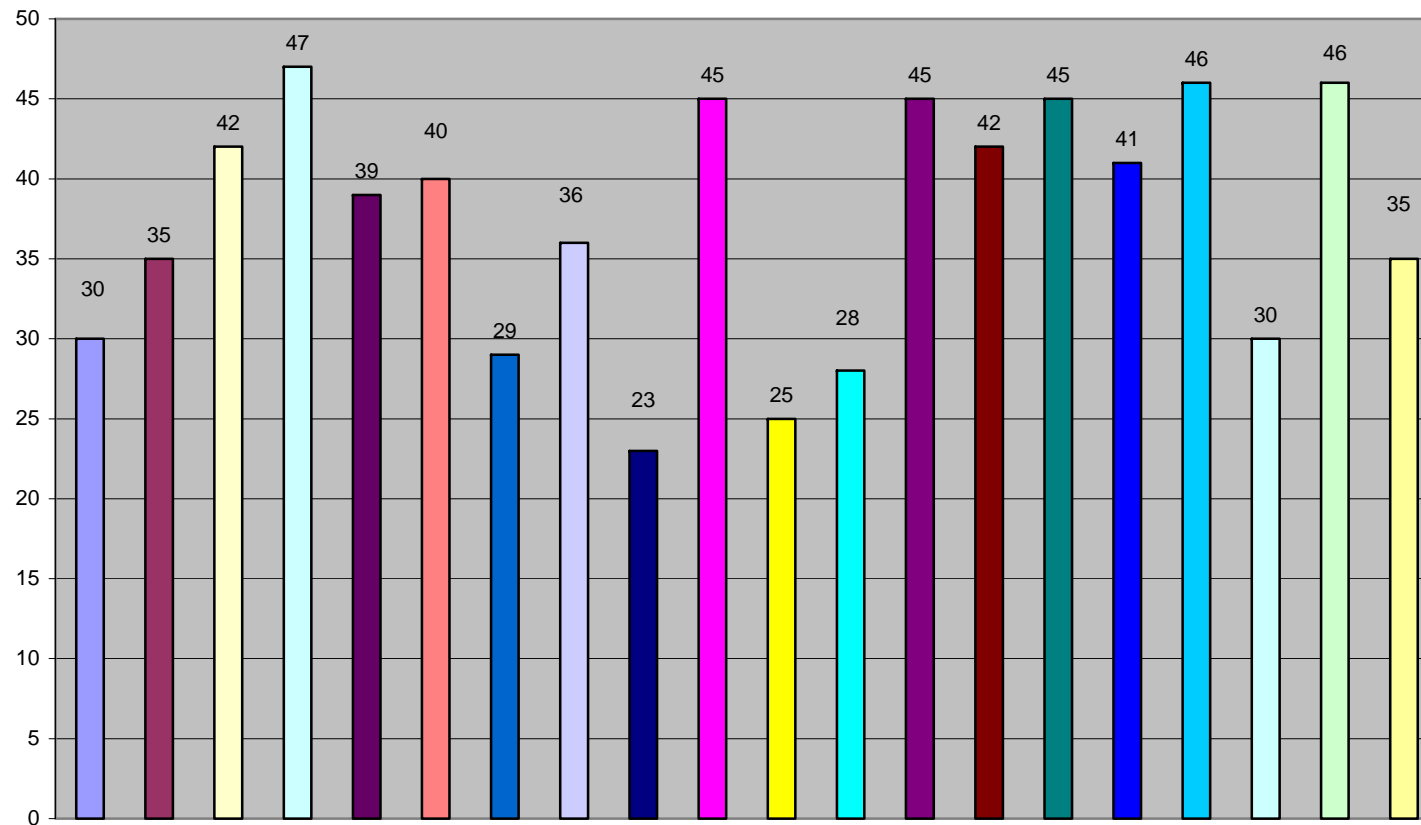
CONDUCCION CON BALON

CALIFICACION	TIEMPO 1 MINUTO	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	23" – 29"	6	21%
MUY BUENA	30" – 36"	12	43%
BUENA	37" – 42"	3	11%
MALA	43" – 47"	7	25%



En el Test de Conducción de Balón nos dieron los siguientes resultados tienen Excelente 6 niños que corresponde al 21 %, Muy Buena 12 niños que es el 43%, 3 niños tienen Buena que es el 11 %, y finalmente 7 niños tuvieron una calificación de mala que es el 25%.

ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES CONDUCCION DE BALON TECNICA OFENSIVA

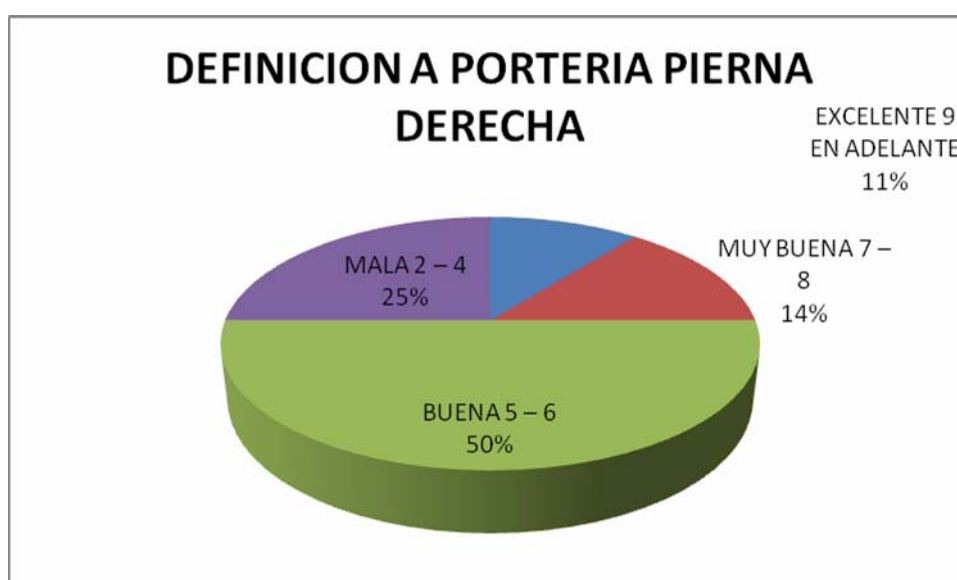


- Elder José Alquinga
- Edison David Bohórquez
- David Cañar
- Baker Thomas Chalá
- Luis Adrián Hidalgo
- Ismael Alejandro Ibarra
- Diego Bladimir Morillo
- Jeremy Armando Mosquera
- Terry Gabriel Palomeque
- Anthony Miguel Panamá
- Tomy Jean Pierre Pérez B.
- Aldrin Josué Pérez Monte.
- Anthony Reinoso Vinuesa
- Manuel Aldair Rojas Cayo
- Leonardo Javier Armas Chu.
- Alexis Leandro Ibarra P.
- Christopher Israel Ibarra P.
- Danny Alexander Castillo
- Alexander Jerico Garzón
- Elvis Darley Guzmán Cayo

DEFINICION A PORTERIA

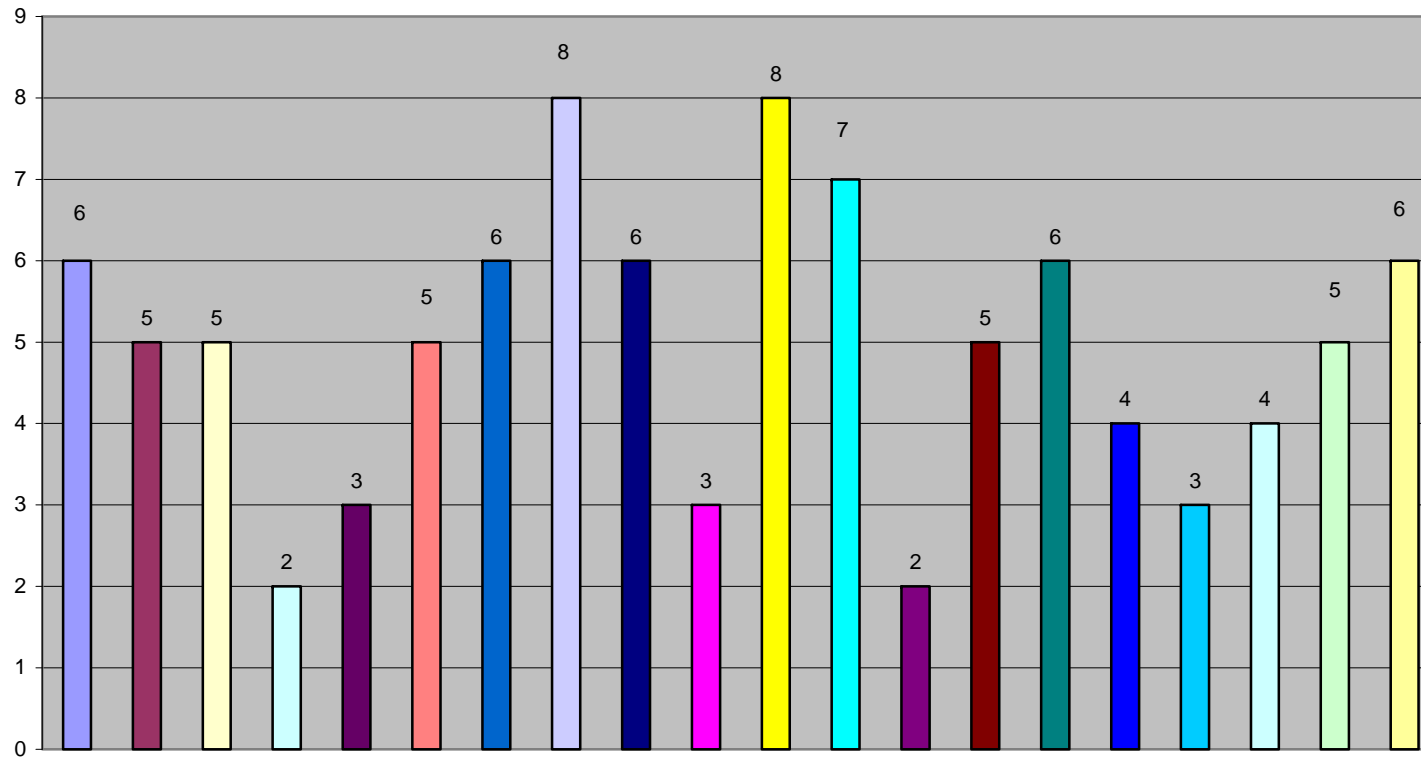
PIERNA DERECHA

CALIFICACION	N° DE GOLES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	9 EN ADELANTE	3	11%
MUY BUENA	7 – 8	4	14%
BUENA	5 – 6	14	50%
MALA	2 – 4	7	25%



En el test. Definición a Porteria Pierna Derecha 3 niños tuvieron 9 aciertos que nos da el 11 % que es Excelente, 4 niños marcaron entre 7- 8 goles que corresponden el 14% y tienen Muy Buena, 14 niños el 50% que equivale a Buena, finalmente 7 niños tienen el 25% que es Mala.

**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES T. DEFINICION
PIERNA DERECHA**

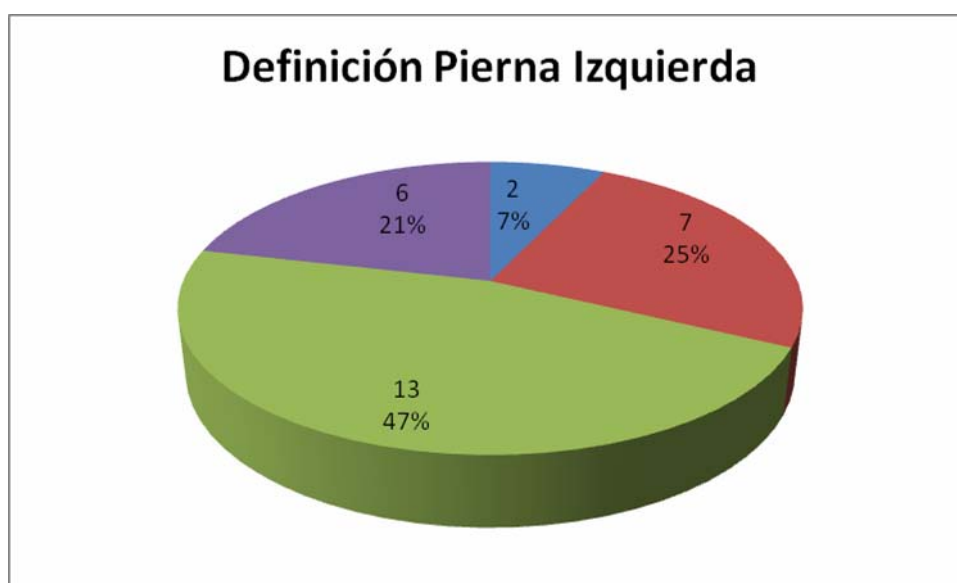


- Elder José Alquina
- Edison David Bohórquez
- David Cañar
- Baker Thomas Chalá
- Luis Adrián Hidalgo
- Ismael Alejandro Ibarra
- Diego Bladimir Morillo
- Jeremy Armando Mosquera
- Terry Gabriel Palomeque
- Anthony Miguel Panamá
- Tomy Jean Pierre Pérez B.
- Aldrin Josué Pérez Monte.
- Anthony Reinoso Vinuesa
- Manuel Aldair Rojas Cayo
- Leonardo Javier Armas Chu.
- Alexis Leandro Ibarra P.
- Christopher Israel Ibarra P.
- Danny Alexander Castillo
- Alexander Jerico Garzón
- Elvis Darley Guzmán Cayo

DEFINICION A PORTERIA

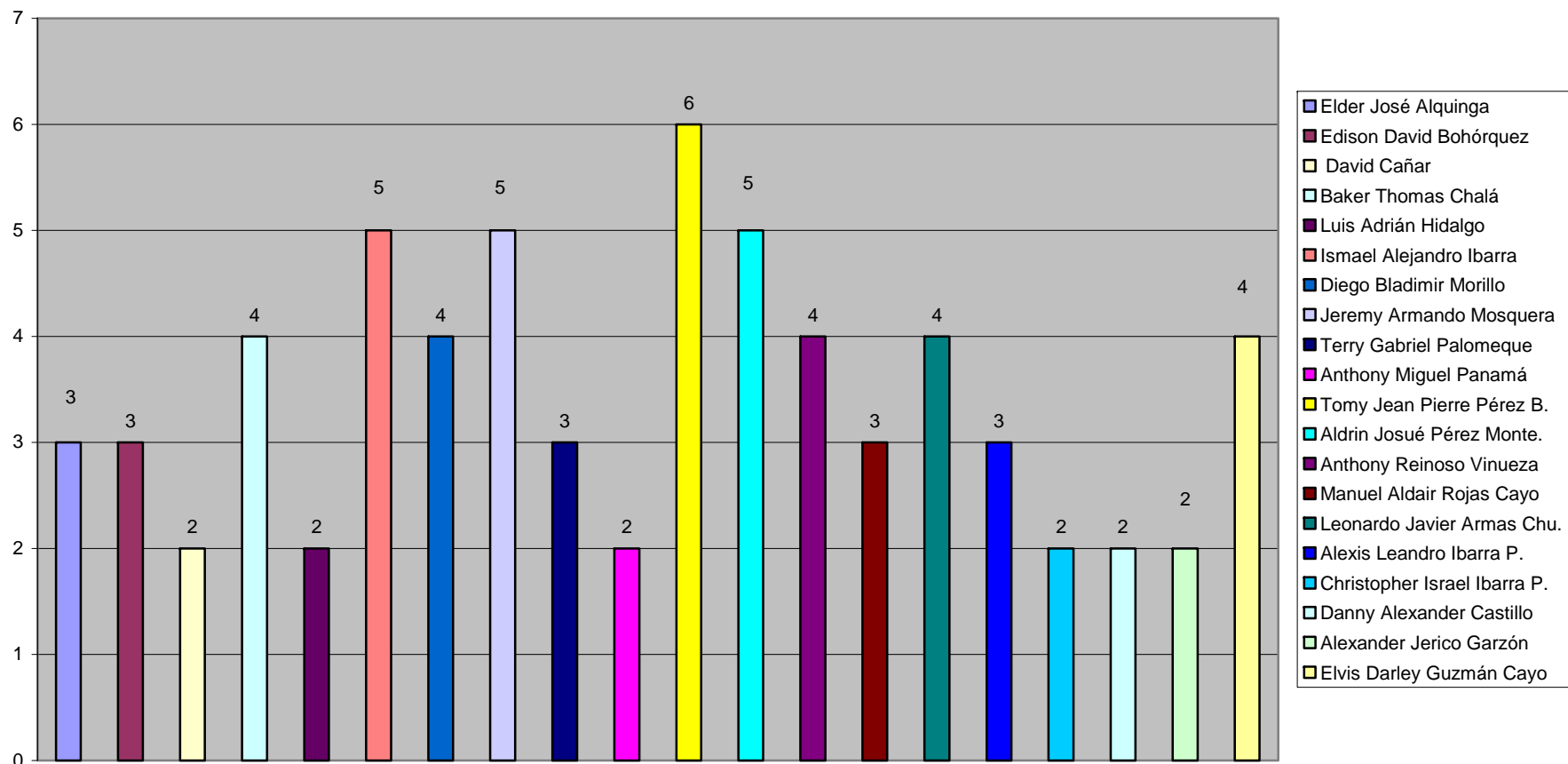
PIERNA IZQUIERDA

CALIFICACION	N° DE GOLES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	7	2	7%
MUY BUENA	5 – 6	7	25%
BUENA	3 – 4	13	47%
MALA	2	6	21%



En el Test de Definición a Porteria en Pierna Izquierda tenemos los siguientes resultados 2 niños tienen 7 goles que corresponde al 7% que es Excelente, 7 niños tienen Muy Buena que es el 25% al marcar de 5 – 6 goles, 13 niños tienen el 47% que equivale a Buena al marcar de 3 – 4 goles, y finalmente 6 niños tienen Mala al marcar 2 goles que eso es el 21%.

ANÁLISIS DE DATOS DE TEST INICIALES T. DEFINICION PIERNA IZQUIERDA



5.1.4. TEST FINALES

N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDAD		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	Elder Alquina			10.60	7.05		D		11		30"			8	3
2	Edison Bohórquez			8.02	7.35		D		4		36"			5	4
3	David Cañar			8.45	4.06		D		6		41"			5	3
4	Thomas Chalá			11.46	4.57		I		5		47"			2	5
5	Adrián Hidalgo			6.00	6.08		D		3		37"			4	2
6	Ismael Ibarra			8.10	7.04		D		5		39"			6	5
7	Diego Morillo			10.46	6.22		D		11		29"			8	4
8	Armando Mosquera			9.56	6.68		D		13		34"			8	5
9	Terry Palomeque			8.67	7.05		D		10		27"			7	3
10	Miguel Panamá			9.07	7.35		D		5		46"			4	2
11	Tomy Pérez.			9.99	4.06		D		14		24"			9	4
12	Aldrin Pérez			8.80	4.57		D		14		28"			8	4
13	Anthony Reinoso			7.96	6.08		I		5		46"			2	6
14	Manuel Rojas			9.04	7.04		D		6		41"			5	2
15	Leonardo Armas			11.30	6.22		D		7		43"			7	4
16	Alexis Ibarra			8.48	6.68		D		3		42"			4	2
17	Christopher Ibarra			7.18	7.05		I		4		46"			3	2
18	Danny Aguirre			9.89	7.35		D		5		31"			5	2
19	Jerico Garzón			8.07	4.06		D		4		46"			4	2
20	Elvis Guzmán			11.50	4.57		D		5		34"			6	3
21	Byron Torres			10.19	6.08		D		11		26"			7	4
22	Jefferson Aguinda			11.03	7.04		D		9		34"			6	3
23	Luis Angel Ortiz			7.99	6.22		D		11		33"			7	4
24	Dario Puetate			10.11	6.68		D		14		29"			8	5
25	Renato Minda			9.04	7.05		D		8		32"			9	6
26	Renny Narváez			9.15	7.35		D		13		29"			10	5
27	Milton Escobar			10.35	4.06		D		7		34"			6	3
28	Jefferson Lara			9.81	4.57		D		10		33"			8	6

5.1.5 MEDIDAD DE TENDENCIA CENTRAL DE LOS TEST FINALES

N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDA		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	DESVIÓ ESTÁNDAR			1,35	1,21				3,68		6,96			2,13	1,33
2	MODA			9,04	7,05				5,00		34,00			8,00	4,00
3	MEDIA ARITMÉTICA			9,09	5,81				6,36		34,32			5,14	3,20
4	MEDIANA			9,11	6,45				7,00		34,00			6,00	4,00
5	MÁXIMO			11,50	7,35		25 DER		14,00		47,00			10,00	6,00
6	MÍNIMO			6,00	4,06		3IZQ		3,00		24,00			2,00	2,00
7	RANGO			5,50	3,29				11,00		23,00			8,00	4,00
8	PROMEDIO			9,30	6,08				7,96		35,61			6,11	3,68

5.1.6 ANALISIS DE TEST FINALES

Después de un periodo de cuatro semanas de entrenamiento apoyadas en el desarrollo de la motricidad para mejorar la técnica en los niños de la escuela de Fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en el cantón Quijos faja etárea 6 – 9 años los análisis de los resultados finales referentes a la variable motricidad y técnica fueron los siguientes:

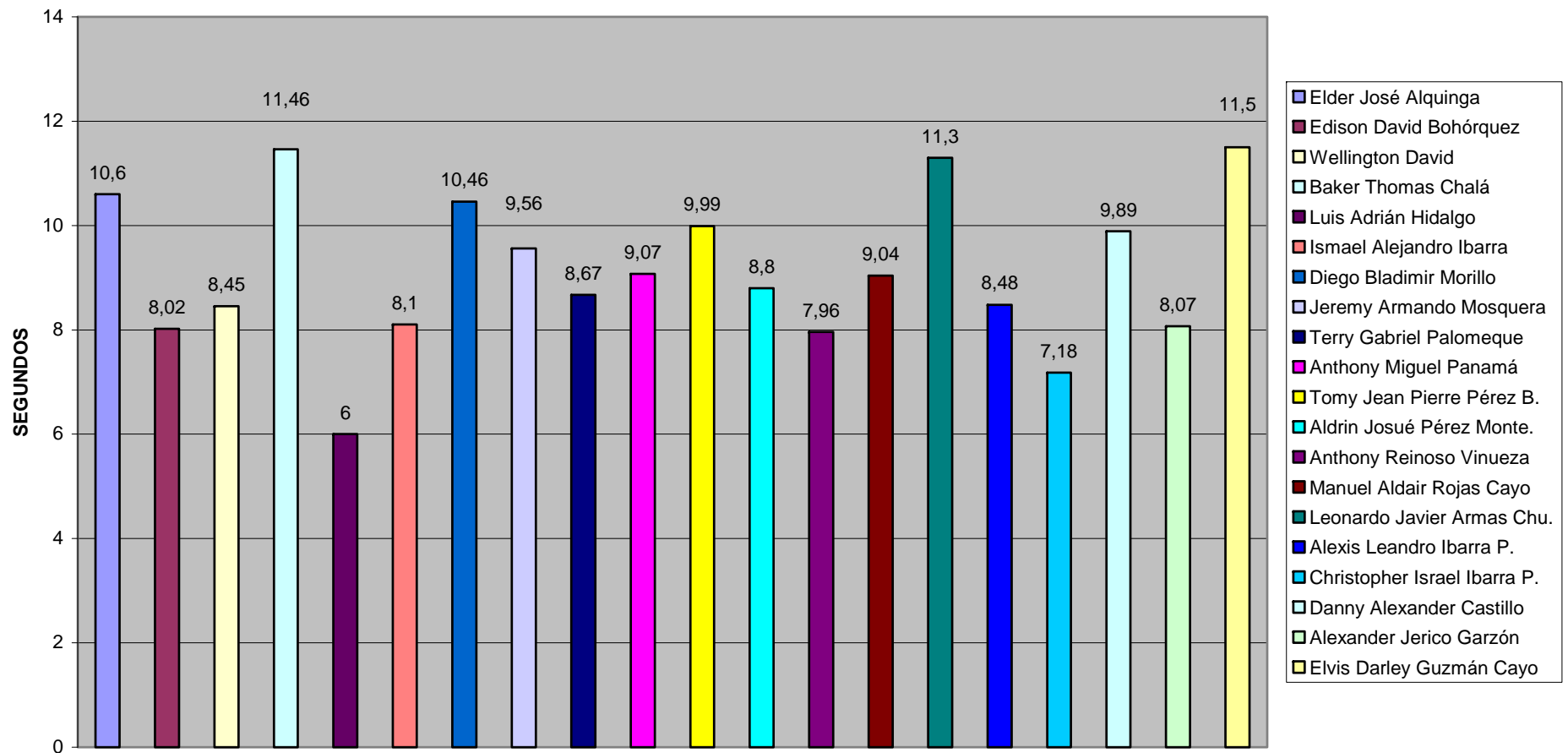
EQUILIBRIO PIERNA DERECHA

CALIFICACION	10 SEGUNDOS	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	11.50	14	50%
MUY BUENO	9.66	7	25%
BUENO	7.83	5	18%
MALO	6.00	2	7%



En los test finales Equilibrio Pierna Derecha nos dio como resultado que 14 niños equivale al 50% que es Excelente, 7 niños es el 25% que es Muy Bueno, 5 niños es el 18% que es Bueno, y 2 niños nos dio el 7% que es Malo.

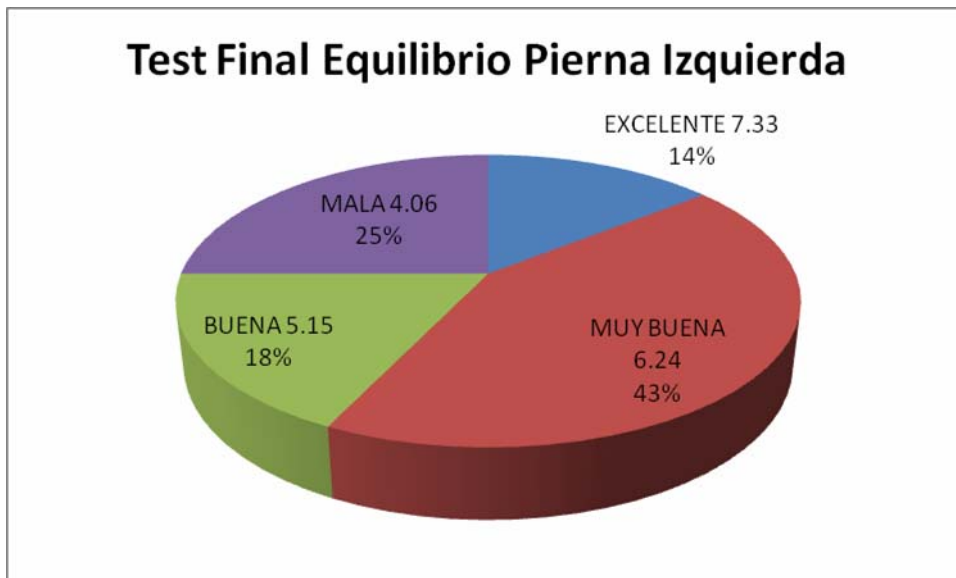
**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST FINALES EQUILIBRIO
PIERNA DERECHA**



EQUILIBRIO

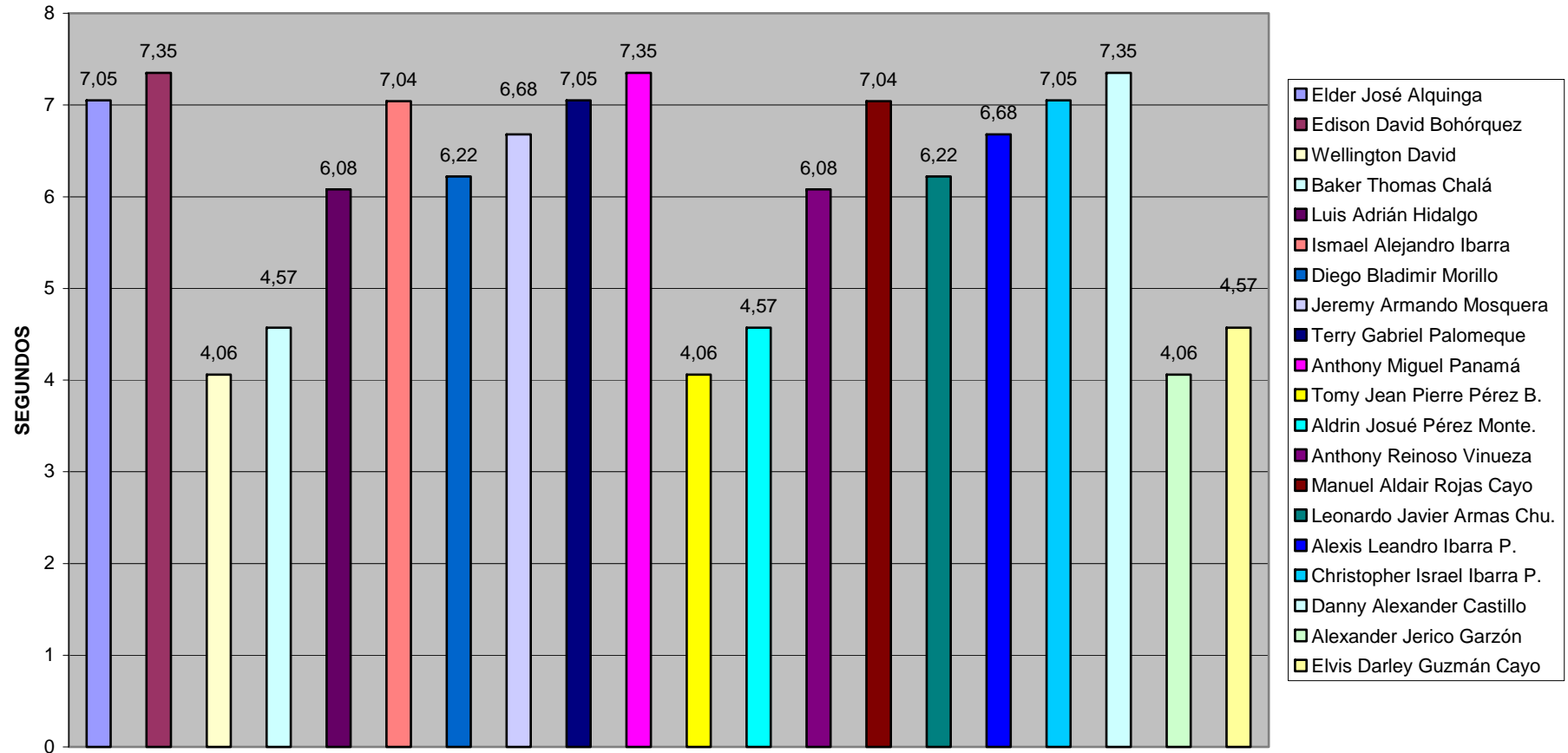
PIERNA IZQUIERDA

CALIFICACION	10 SEGUNDOS	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	7.33	4	14%
MUY BUENA	6.24	12	43%
BUENA	5.15	5	18%
MALA	4.06	7	25%



Al tomar el test final en Equilibrio Pierna Izquierda nos dio como resultado que 4 niños equivale al 14% que es Excelente, 12 niños es el 43% que es Muy Bueno, 5 niños es el 18% que es Buena, y 7 niños nos dio el 25% que es Malo.

**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST FINALES EQUILIBRIO
PIERNA IZQUIERDA**



LATERALIDAD
BRAZO DERECHO

CALIFICACION	N° DE NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	12	40%
BUENO	4	13%
MUY BUENA	6	20%
MALA	8	27%



Para el Test final de Lateralidad los niños tenían que levantar el brazo derecho lo más pronto nos dio el siguiente resultado: Que 12 niños corresponde el 40 % tienen Excelente, 4 niños que es el 13% tienen Buena, de 6 niños que es el 20 % tienen Muy Buena, y finalizando 8 niños es el 27% tienen Mala.

LATERALIDAD
BRAZO IZQUIERDO

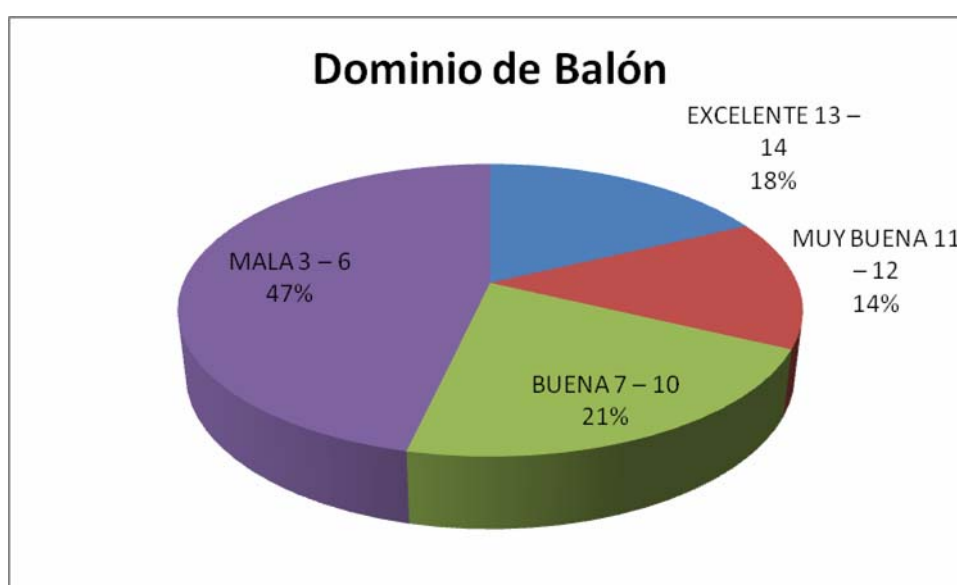
CALIFICACION	N° DE NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	3	11%
BUENA	14	50%
MUY BUENA	5	18%
MALA	6	21%



Para el Test final de Lateralidad los niños tenían que levantar el brazo izquierdo lo más pronto dando como resultado que 3 niños corresponden al 11 % tienen Excelente, 14 niños es el 50% tienen Buena, de 5 niños que es el 18 % tienen Muy Buena, y finalizando 6 niños es el 21% tienen Mala.

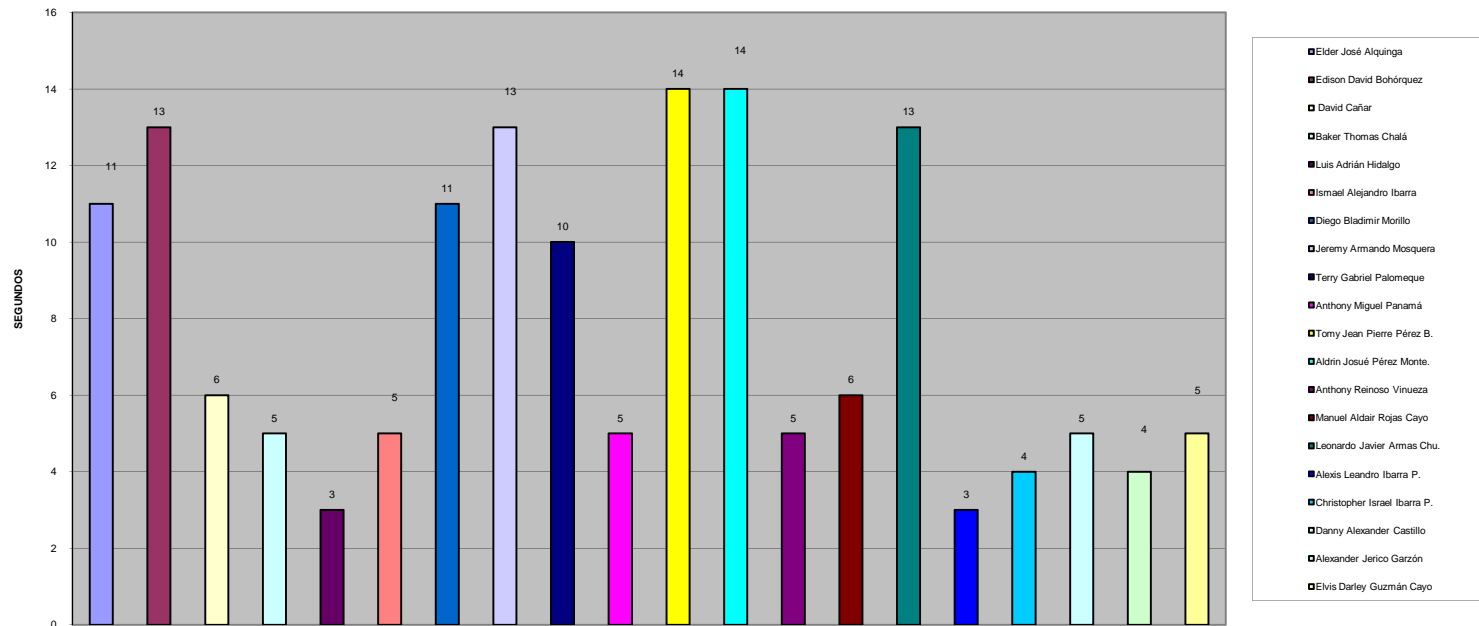
DOMINIO DE BALON

CALIFICACION	N° DE TOPES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	13 – 14	5	18%
MUY BUENA	11 – 12	4	14%
BUENA	7 – 10	6	21%
MALA	3 – 6	13	47%



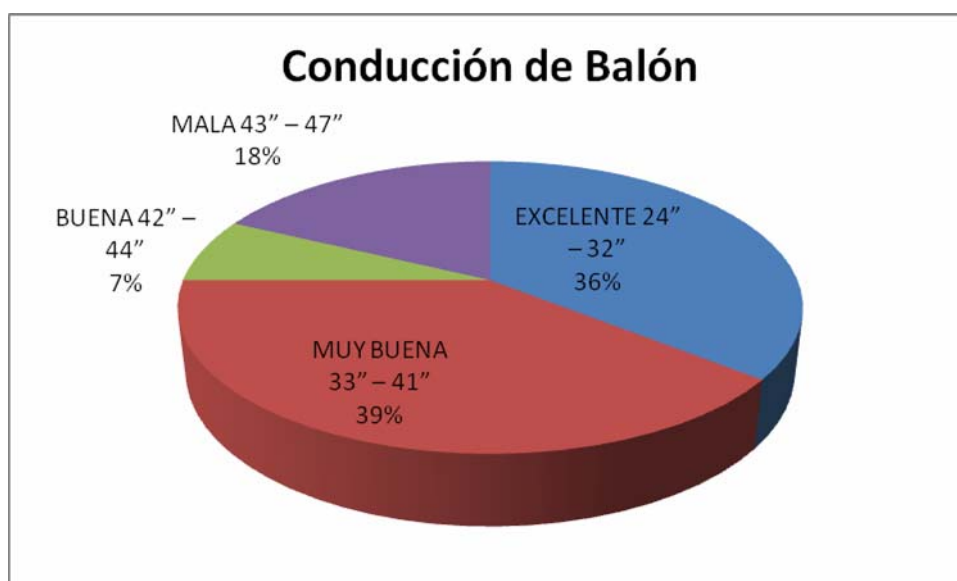
En el Test Final de Dominio de Balón nos dieron los siguientes resultados: 5 niños realizaron de 13 – 14 toques que es el 18% y tienen Excelente, 4 niños realizaron de 11 – 12 toques que es el 14% tienen Muy Buena, 6 niños realizaron de 7 – 10 toques que es el 21% tienen Buena, y finalmente 13 niños realizaron de 3 – 6 toques que es el 47 % tienen una calificación de Mala.

ANÁLISIS DE DATOS TEST. FINALES DOMINIO DE BALON
3 INTENTOS SE COJE EL MEJOR



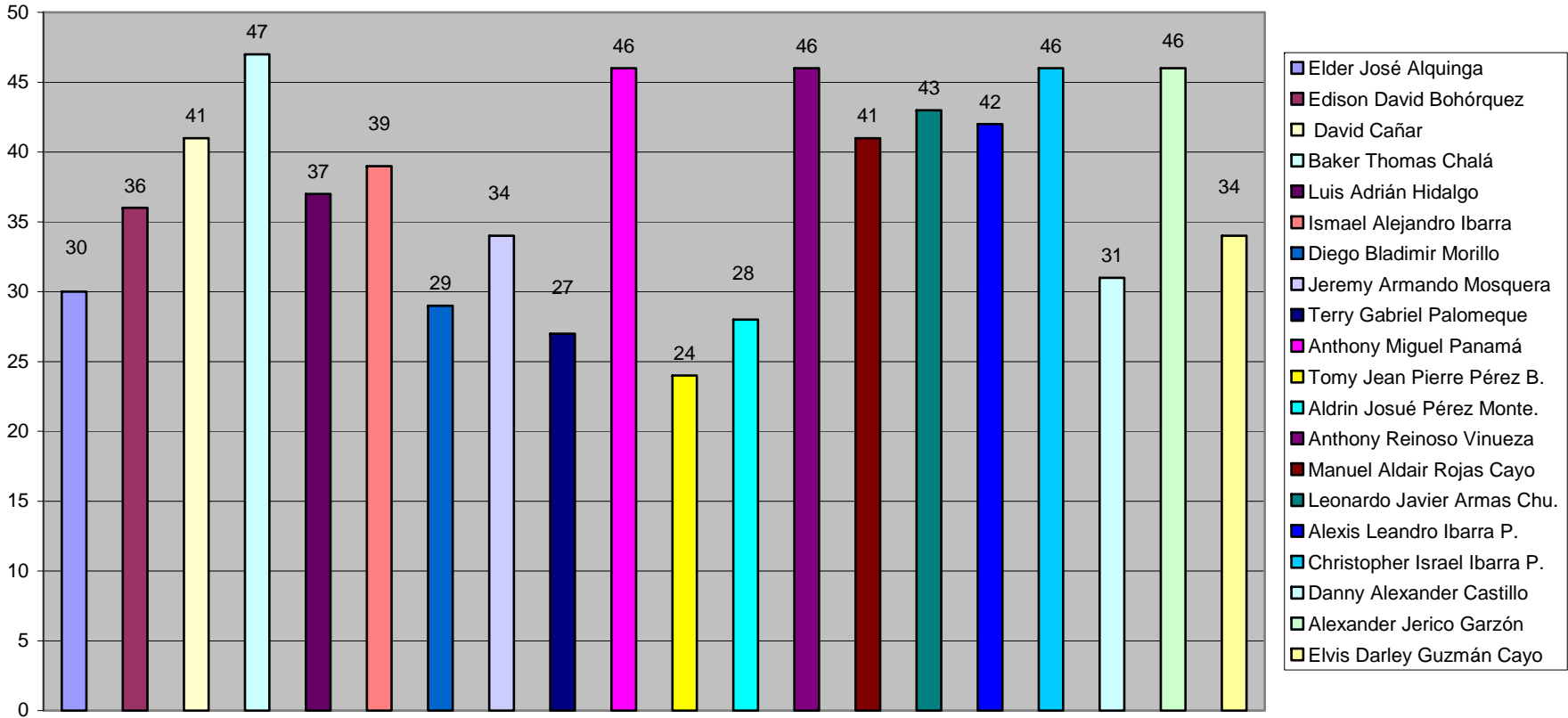
CONDUCCION CON BALON

CALIFICACION	TIEMPO 1 MINUTO	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	24" – 32"	10	36%
MUY BUENA	33" – 41"	11	39%
BUENA	42" – 44"	2	7%
MALA	43" – 47"	5	18%



En el Test final de Conducción de Balón nos dieron los siguientes resultados tienen Excelente 10 niños que corresponde al 36% %, Muy Buena 11 niños que es el 39%, 2 niños tienen Buena que es el 7 %, y finalmente 5 niños tuvieron una calificación de mala que es el 18%.

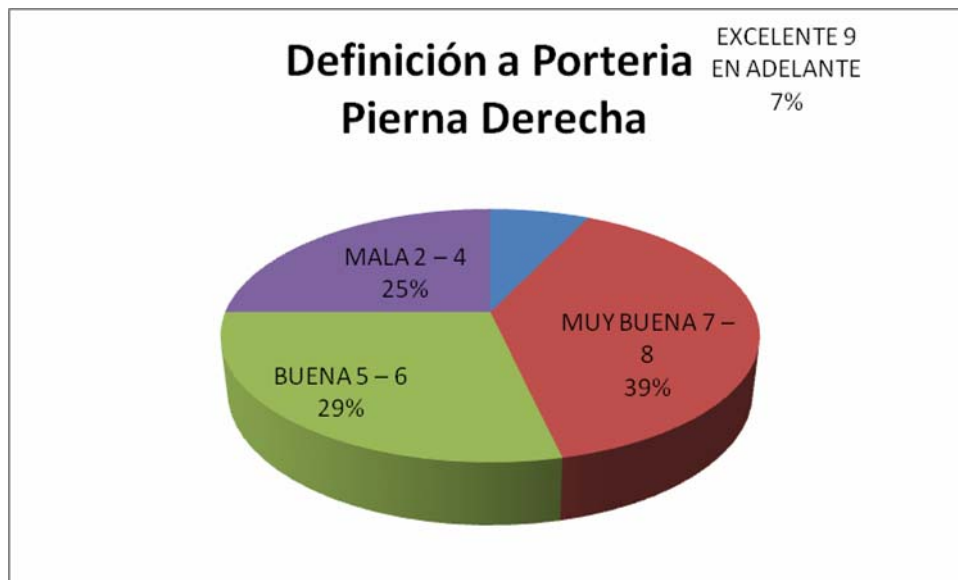
**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST FINALES CONDUCCION DE BALON
TECNICA OFENSIVA**



DEFINICION A PORTERIA

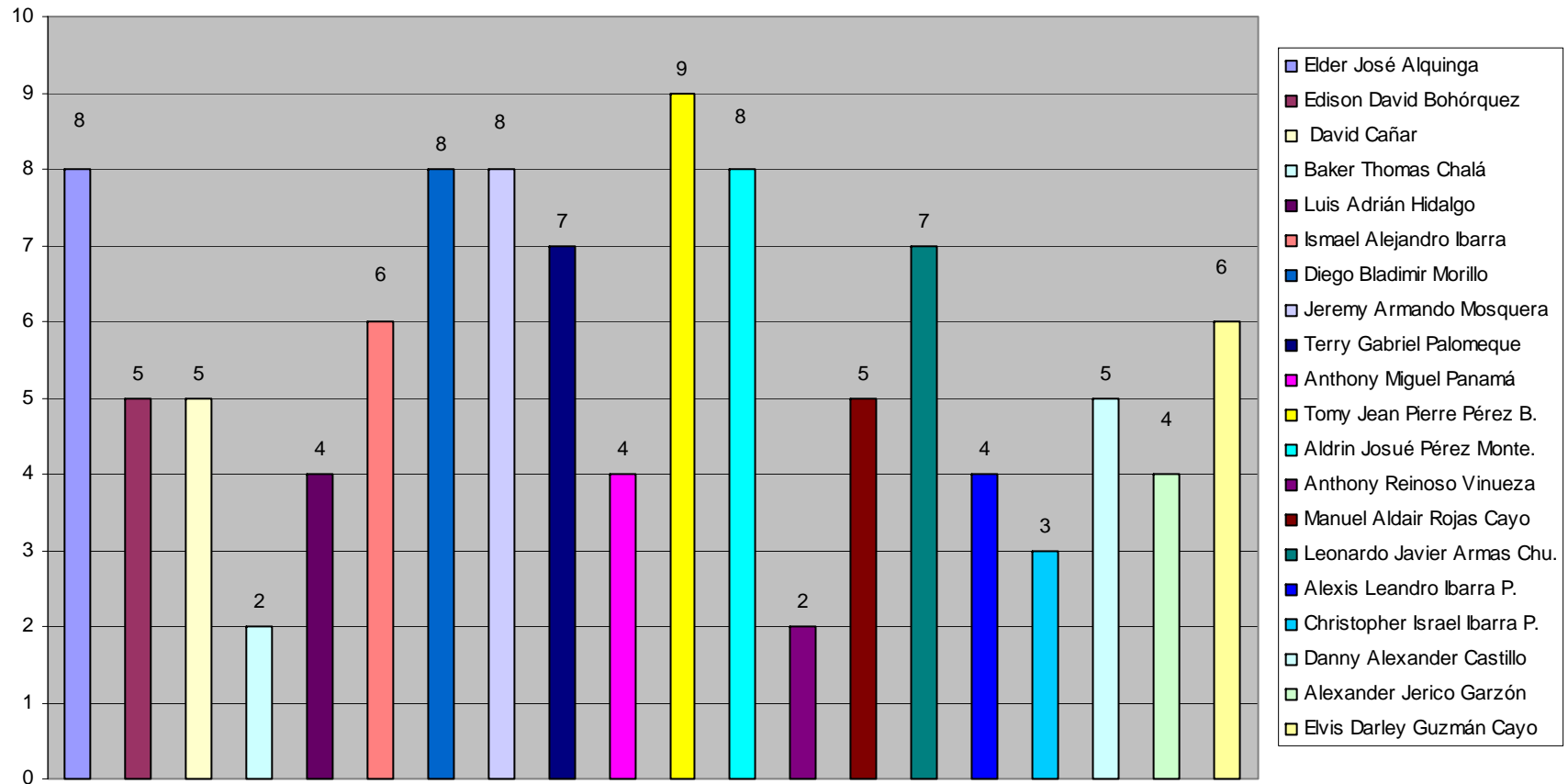
PIERNA DERECHA

CALIFICACION	N° DE GOLES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	9 EN ADELANTE	2	7%
MUY BUENA	7 – 8	11	39%
BUENA	5 – 6	8	29%
MALA	2 – 4	7	25%



En el test. Final Definición a Porteria Pierna Derecha 2 niños tuvieron de 9 a 10 aciertos que nos da el 7 % que es Excelente, 11 niños marcaron entre 7- 8 goles que corresponden el 39% tienen Muy Buena, 8 niños el 29% que equivale a Buena, finalmente 7 niños marcaron de 2 – 4 goles y tienen el 25% que es Mala.

**ANÁLISIS DE DATOS DE TEST FINALES T. DEFINICION
PIERNA DERECHA**



DEFINICION A PORTERIA

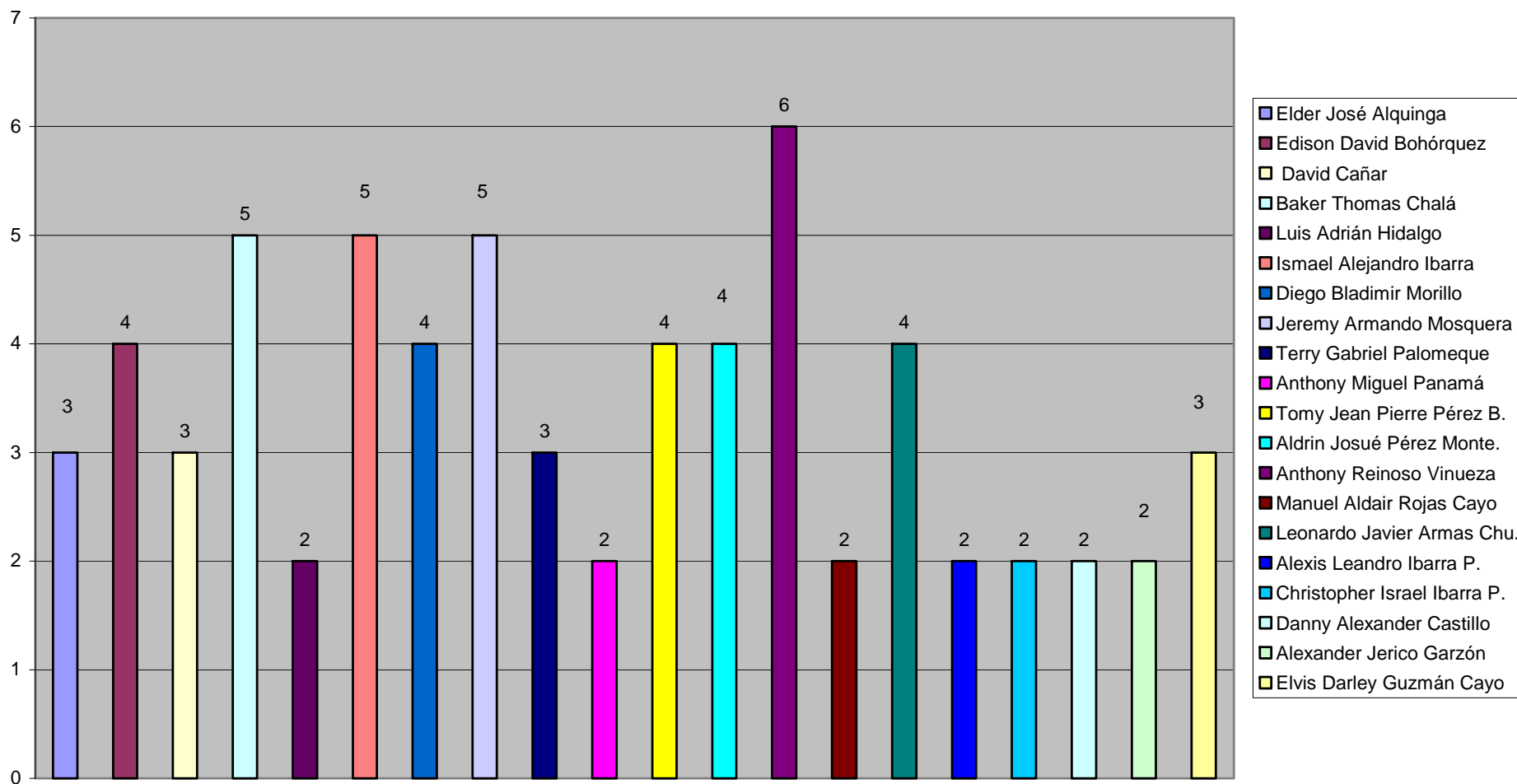
PIERNA IZQUIERDA

CALIFICACION	N° DE GOLES	N°	PORCENTAJE
EXCELENTE	6	3	11%
MUY BUENA	4 – 5	12	43%
BUENA	3	6	21%
MALA	2	7	25%



En el Test Final Definición a Porteria en Pierna Izquierda tenemos los siguientes resultados 3 niños tienen 6 goles que corresponde al 11% que es Excelente, 12 niños tienen Muy Buena que es el 43% al marcar 4 – 5 goles, 6 niños tienen el 21% que equivale a Buena al marcar de 3 goles, y finalmente 7 niños tienen Mala al marcar 2 goles que eso es el 25%.

ANÁLISIS DE DATOS DE TEST FINALES T. DEFINICION PIERNA IZQUIERDA



5.1.7 RELACION ENTRE LOS TEST INICIALES Y LOS TEST FINALES

N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDAD		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	Elder Alquina	8,57	6,75	10.60	7.05	D	D	13	11	30"	30"	6	3	8	3
2	Edison Bohórquez	7,54	6,23	8.02	7.35	D	D	5	4	35"	36"	5	3	5	4
3	David Cañar	8,99	5,70	8.45	4.06	D	D	7	6	42"	41"	5	2	5	3
4	Thomas Chalá	9,63	6,85	11.46	4.57	I	I	4	5	47	47"	2	4	2	5
5	Adrián Hidalgo	5,98	5,44	6.00	6.08	I	D	4	3	39"	37"	3	2	4	2
6	Ismael Ibarra	7,95	4,72	8.10	7.04	D	D	6	5	40"	39"	5	5	6	5
7	Diego Morillo	8,56	6,00	10.46	6.22	D	D	9	11	29"	29"	6	4	8	4
8	Armando Mosquera	9,43	6,78	9.56	6.68	D	D	15	13	36"	34"	8	5	8	5
9	Terry Palomeque	8,57	7,69	8.67	7.05	D	D	11	10	23"	27"	6	3	7	3
10	Miguel Panamá	7,98	3,00	9.07	7.35	I	D	6	5	45"	46"	3	2	4	2
11	Tomy Pérez.	9,85	6,53	9.99	4.06	D	D	14	14	25"	24"	8	6	9	4
12	Aldrin Pérez	8,11	5,69	8.80	4.57	D	D	12	14	28"	28"	7	5	8	4
13	Anthony Reinoso	7,70	5,97	7.96	6.08	I	I	8	5	45"	46"	2	4	2	6
14	Manuel Rojas	7,00	7,69	9.04	7.04	D	D	6	6	42"	41"	5	3	5	2
15	Leonardo Armas	8,69	5,97	11.30	6.22	D	D	5	7	45"	43"	6	4	7	4
16	Alexis Ibarra	8,35	6,07	8.48	6.68	D	D	3	3	41"	42"	4	3	4	2
17	Christopher Ibarra	6,21	5,41	7.18	7.05	I	I	4	4	46"	46"	3	2	3	2
18	Danny Aguirre	9,78	8,47	9.89	7.35	D	D	6	5	30"	31"	4	2	5	2
19	Jerico Garzón	7,95	4,66	8.07	4.06	D	D	5	4	46"	46"	5	2	4	2
20	Elvis Guzmán	8,69	6,60	11.50	4.57	D	D	9	5	35"	34"	6	4	6	3
21	Byron Torres	9,37	7,05	10.19	6.08	D	D	11	11	27"	26"	5	4	7	4
22	Jefferson Aguinda	9,70	7,35	11.03	7.04	D	D	10	9	32"	34"	5	3	6	3
23	Luis Angel Ortiz	8,05	4,06	7.99	6.22	D	D	12	11	35"	33"	6	5	7	4
24	Dario Puetate	8,99	4,57	10.11	6.68	D	D	14	14	31"	29"	8	6	8	5
25	Renato Minda	8,02	6,08	9.04	7.05	I	D	8	8	33"	32"	9	7	9	6
26	Renny Narváez	9,38	7,04	9.15	7.35	D	D	13	13	31"	29"	9	6	10	5
27	Milton Escobar	8,67	6,22	10.35	4.06	D	D	8	7	34"	34"	6	4	6	3
28	Jefferson Lara	8,90	6,68	9.81	4.57	D	D	11	10	32"	33"	9	7	8	6

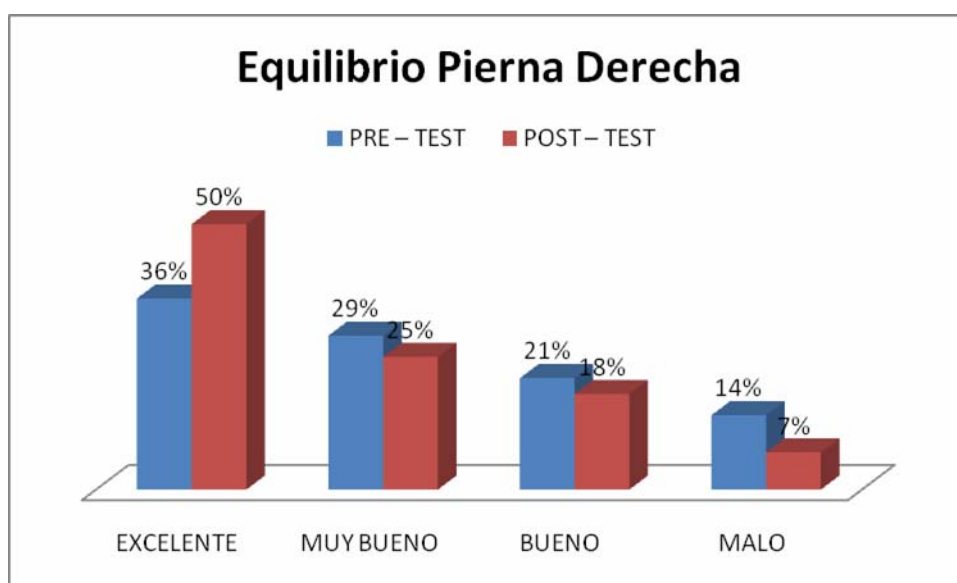
5.1.8 MEDIDAS DE TENDENCIA CENTRAL DE TEST INICIALES Y FINALES

N°	NOMBRES	EQUILIBRIO				LATERALIDA		T. DOMINIO DE BALON		T. DE CONDUCCION		T. DIFINICION			
		P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	P. DER PRE	P. IZQ PRE	P. DER POST	P. IZQ POST
1	DESVIÓ ESTÁNDAR	0,97	1,18	1,35	1,21			3,57	3,68	7,08	6,96	2,01	1,54	2,13	1,33
2	MODA	8,57	7,69	9,04	7,05			6,00	5,00	35,00	34,00	6,00	4,00	8,00	4,00
3	MEDIA ARITMÉTICA	8,34	5,84	9,09	5,81			7,01	6,36	34,69	34,32	4,73	3,36	5,14	3,20
4	MEDIANA	8,57	6,15	9,11	6,45			8,00	7,00	35,00	34,00	5,50	4,00	6,00	4,00
5	MÁXIMO	9,85	8,47	11,50	7,35	16DE	25 DER	15,00	14,00	47,00	47,00	9,00	7,00	10,00	6,00
6	MÍNIMO	5,98	3,00	6,00	4,06	12IZQ	3IZQ	3,00	3,00	23,00	24,00	2,00	2,00	2,00	2,00
7	RANGO	3,87	5,47	5,50	3,29			12,00	11,00	24,00	23,00	7,00	5,00	8,00	4,00
8	PROMEDIO	8,46	6,12	9,30	6,08			8,54	7,96	36,07	35,61	5,57	3,93	6,11	3,68

RELACION DE TEST INICIALES Y FINALES

EQUILIBRIO PIERNA DERECHA

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	36%	50%
MUY BUENO	29%	25%
BUENO	21%	18%
MALO	14%	7%



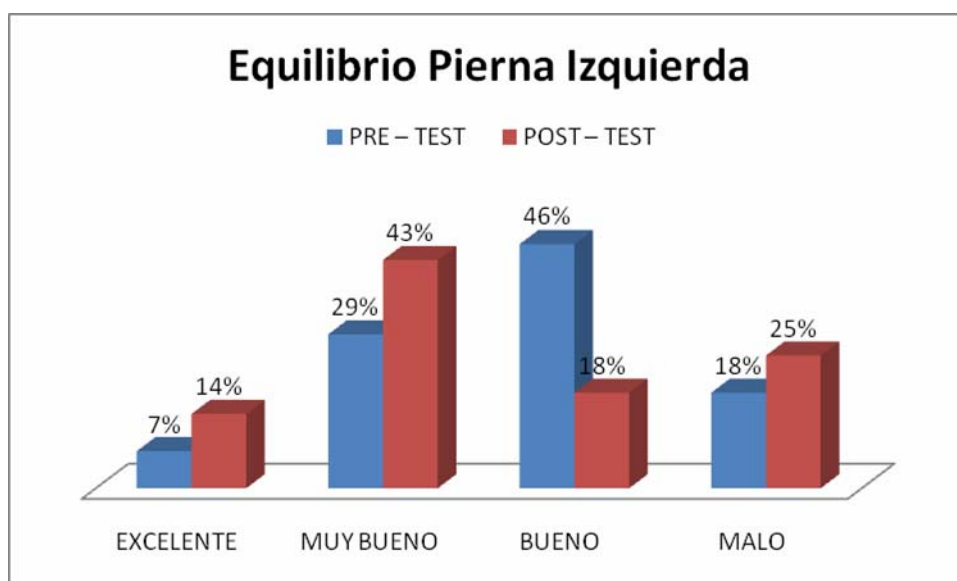
ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación tenemos que en el PRE – TEST correspondiente a Equilibrio Pierna Derecha el 36% es Excelente y luego de cuatro semanas de entrenamiento mejoró al 50%, es decir mejoró en un 14% en el test de Equilibrio Pierna Derecha.

En el resto de calificaciones hubo una ligera variación ya que en la toma de los test. El clima no ayudo e incluso algunos niños faltaron.

EQUILIBRIO PIERNA IZQUIERDA

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	7%	14%
MUY BUENO	29%	43%
BUENO	46%	18%
MALO	18%	25%



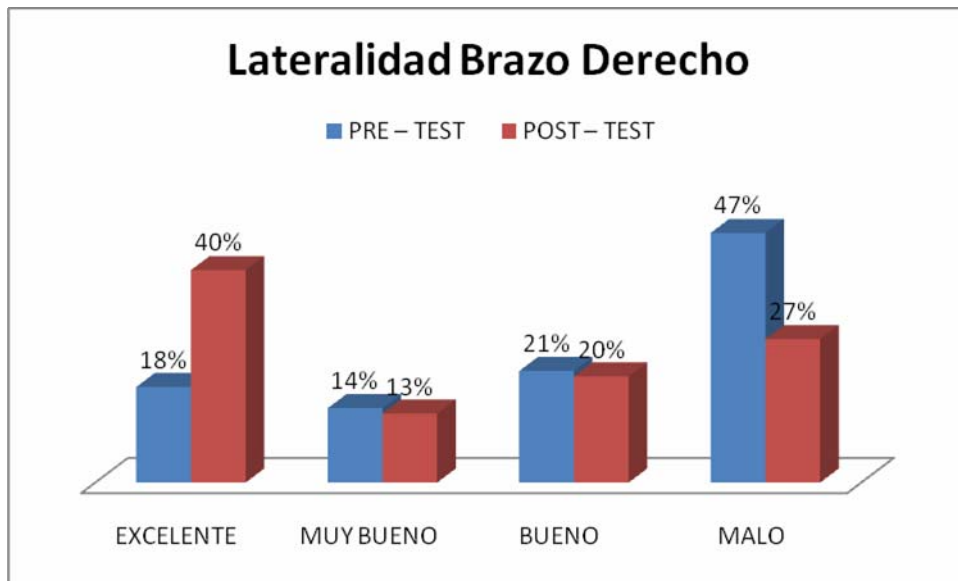
ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el PRE – TEST correspondientes a Equilibrio Pierna Izquierda 7% tienen Excelente y luego de cuatro semanas de entrenamiento en el POST – TEST nos dio un resultado del 14% mejorando en un 7% en calificación de Excelente.

Para el resto de calificaciones igualmente hubo una leve mejora en relación al POST – TEST, basadas en el desarrollo de la motricidad.

LATERALIDAD BRAZO DERECHO

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	18%	40%
MUY BUENO	14%	13%
BUENO	21%	20%
MALO	47%	27%



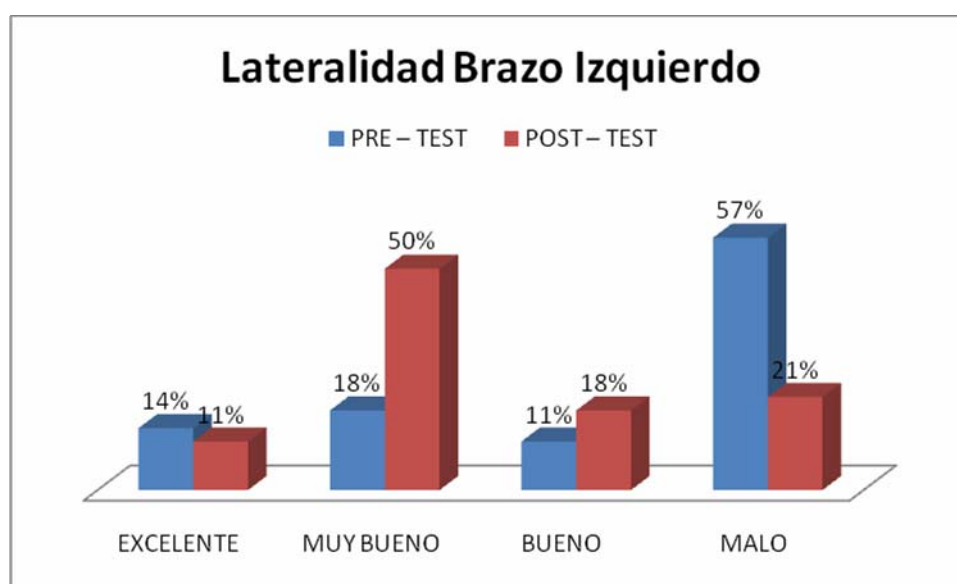
ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el PRE – TEST de Lateralidad Brazo Derecho tenemos que el 18 % tienen Excelente y después de cuatro semanas de entrenamiento mejoró notablemente al 40% es decir ha existido una variación del 22% lo que significa que sí mejoró.

Igualmente en el resto de calificaciones hubo una ligera variación por cuanto algunos niños poco a poco aprendieron a diferenciar cuál es el brazo derecho.

LATERALIDAD BRAZO IZQUIERDO

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	14%	11%
MUY BUENO	18%	50%
BUENO	11%	18%
MALO	57%	21%

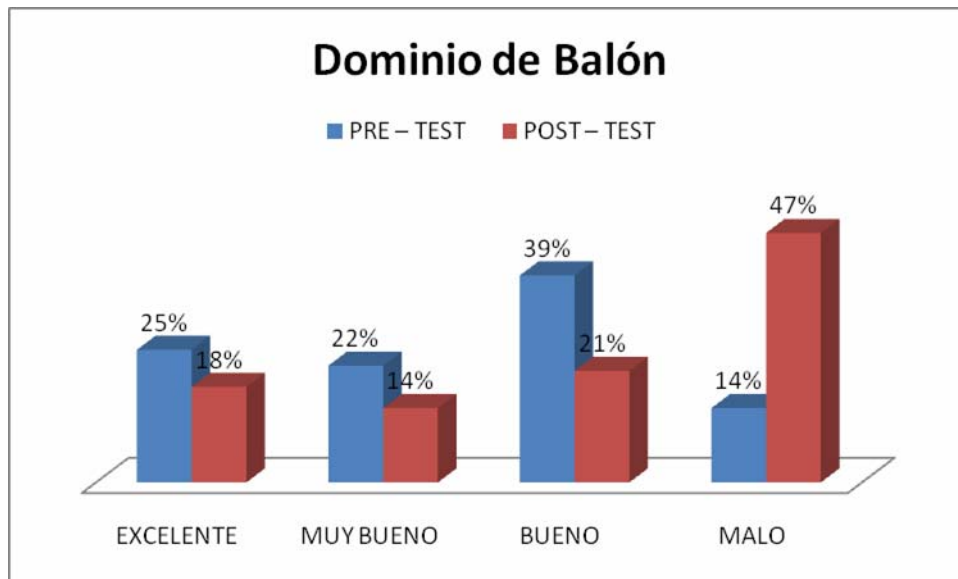


ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el PRE – TEST de Lateralidad Brazo Izquierdo tenemos que el 14 % tienen Excelente y después de cuatro semanas de entrenamiento no mejoró ya que la mayoría de niños maneja su brazo derecho esto es debido a que solo tres niños son zurdos y en el POST – TEST tuvieron el 11%. Igualmente en el resto de calificaciones hubo una ligera variación por cuanto la mayoría de los niños maneja brazo derecho.

DOMINIO DE BALON

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	25%	18%
MUY BUENO	22%	14%
BUENO	39%	21%
MALO	14%	47%

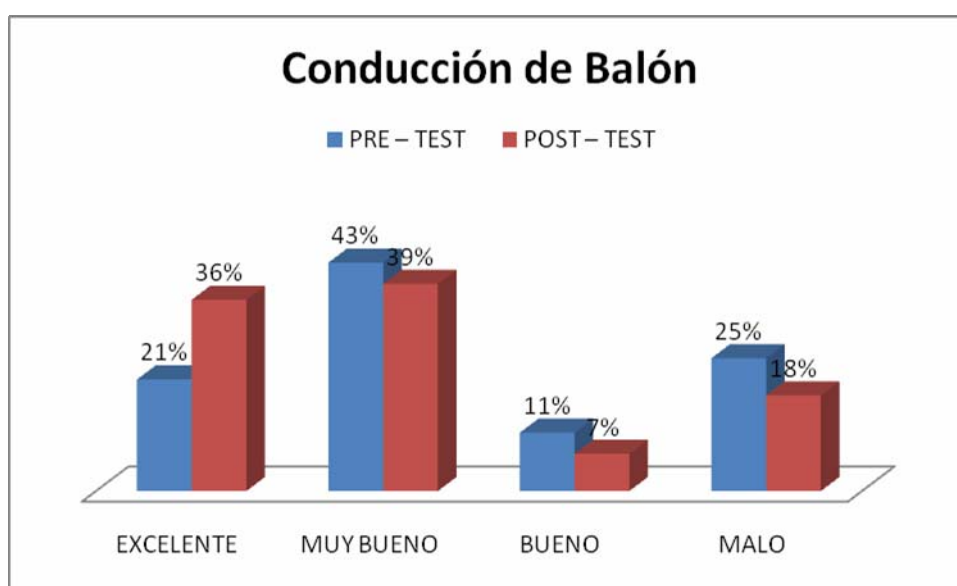


ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación tenemos que en el PRE – TEST correspondiente a Dominio de Balón el 25% tiene Excelente y luego de cuatro semanas de entrenamiento disminuyó al 18 % esto se debe a que en la toma de los Test los niños se ausentaron y hubo algunas dificultades porque no teníamos donde entrenar. Igualmente en el resto de calificaciones en el PRE – TEST como en el POST – TEST no hubo mejora.

CONDUCCION DE BALON

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	21%	36%
MUY BUENO	43%	39%
BUENO	11%	7%
MALO	25%	18%



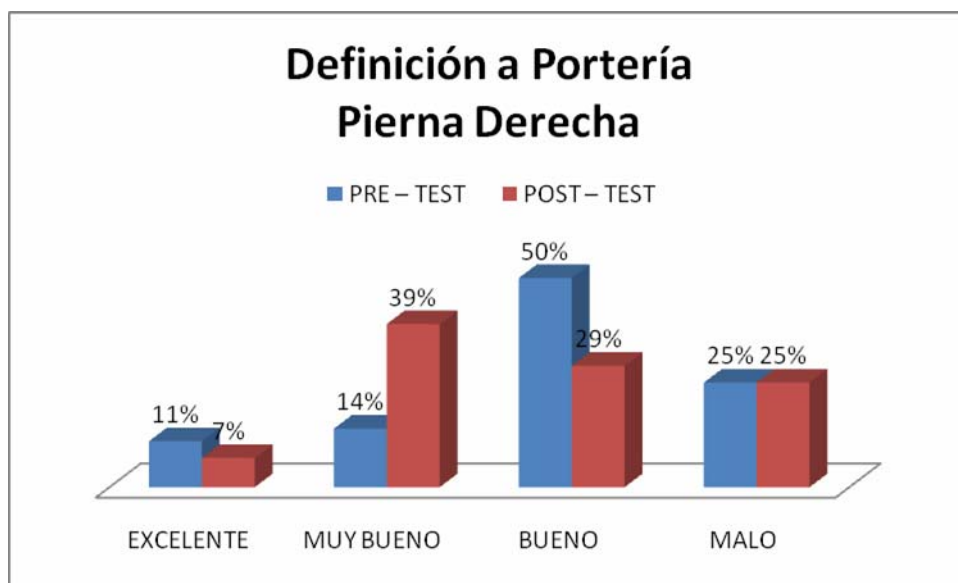
ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación tenemos que en el PRE – TEST correspondiente a Conducción de Balón el 21 % tienen Excelente y luego de cuatro semanas de entrenamiento basadas en el desarrollo de la técnica ofensiva con balón mejoró al 36 %, es decir que el 15% mejoró la conducción en el resto de calificaciones no hubo mejora considerable ya que existieron algunos problemas en la toma de Test.

DEFINICION A PORTERIA

PIERNA DERECHA

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	11%	7%
MUY BUENO	14%	39%
BUENO	50%	29%
MALO	25%	25%



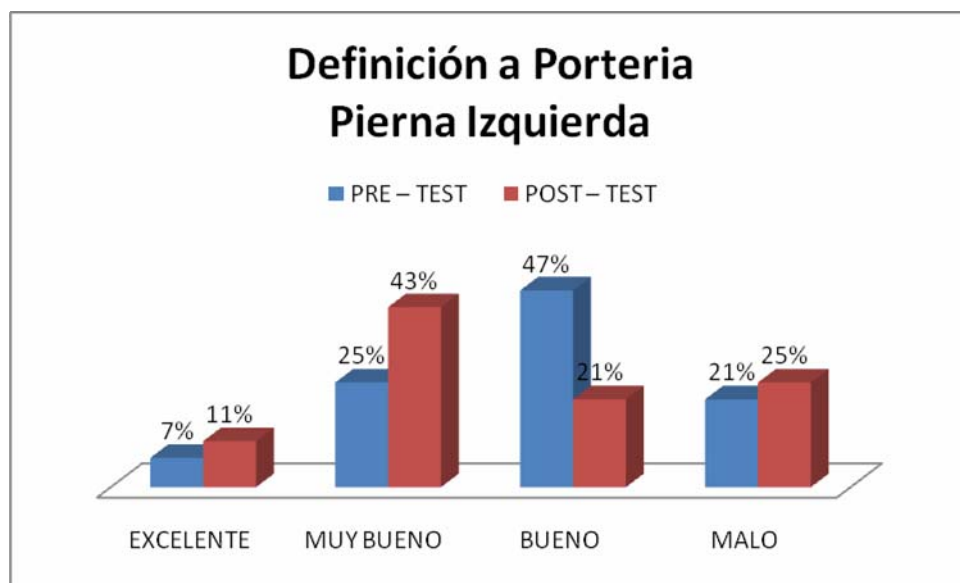
ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación Tenemos que en el PRE – TEST correspondiente a Definición con pierna derecha el 11 % tiene Excelente y en el POST – TEST bajo al 7% esto quiere decir que disminuyo en un 4%, esto se debe a que algunos niños se encontraban lejos de la parroquia y cuando regresaron les costo realizar el Test. Igualmente en el resto de calificaciones tuvo una ligera variación esto se debio a las causas ya mencionadas.

DEFINICION A PORTERIA

PIERNA IZQUIERDA

	PRE – TEST	POST – TEST
EXCELENTE	7%	11%
MUY BUENO	25%	43%
BUENO	47%	21%
MALO	21%	25%



ANALISIS

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación tenemos que en el PRE – TEST correspondiente a Definición con pierna izquierda el 7% tiene Excelente y luego de cuatro semanas de entrenamiento en el POST – TEST subió al 11% esto quiere decir que aumento en un 4%. Igualmente en la calificación de Muy Buena en el PRE – TEST se obtuvo el 25% y después de cuatro semanas de entrenamiento en el POST – TEST mejoraron al 43% esto quiere decir que si mejorar en la pierna izquierda.

5.2 COEFICIENTE DE CORRELACION

ESTADIGRAFOS DE CORRELACION

“El método científico provee la posibilidad de conocer la fuerza, de la correlación es decir, el nivel de asociación que existe entre las variables. Los coeficientes de correlación son el instrumento para determinar dicho nivel de asociación.

La fuerza de correlación puede variar entre - 1.00 a + 1.00 lo que significa cuando se obtiene un nivel de correlación de – 1.00 entonces se tendrá una correlación, negativa perfecta y + 1.00 una correlación positiva perfecta.

A continuación la tabla para determinar el nivel de asociación de las variables, en función del valor, del coeficiente, calculado”.⁵⁰

RESULTADO R. DE PEARZON	INTERPRETACIÓN
-0.90	Correlación negativa muy fuerte.
-0.75	Correlación negativa considerable
-0.50	Correlación negativa media
-0.10	Correlación negativa débil
0.00	No existe correlación alguna
+0.10	Correlación positiva débil
+0.50	Correlación positiva mediana
+0.75	Correlación positiva considerable
+0.90	Correlación positiva muy fuerte
+1.00	Correlación positiva perfecta

CALCULO DE CORRELACION

EQUILIBRIO PIERNA DERECHA

PRE	POST
8,57	10,6
7,54	8,02
8,99	8,45
9,63	11,46
5,98	6,00
7,95	8,1
8,56	10,46
9,43	9,56
8,57	8,67
7,98	9,07
9,85	9,99
8,11	8,8
7,7	7,96
7,00	9,04
8,69	11,3
8,35	8,48
6,21	7,18
9,78	9,89
7,95	8,07
8,69	11,5
9,37	10,19
9,7	11,03
8,05	7,99
8,99	10,11
8,02	9,04
9,38	9,15
8,67	10,35
8,9	9,81
0,746335388	

EQUILIBRIO PIERNA IZQUIERDA

PRE	POST
6,75	7,05
6,23	7,35
5,7	4,06
6,85	4,57
5,44	6,08
4,72	7,04
6,00	6,22
6,78	6,68
7,69	7,05
3,00	7,35
6,53	4,06
5,69	4,57
5,97	6,08
7,69	7,04
5,97	6,22
6,07	6,68
5,41	7,05
8,47	7,35
4,66	4,06
6,6	4,57
7,05	6,08
7,35	7,04
4,06	6,22
4,57	6,68
6,08	7,05
7,04	7,35
6,22	4,06
6,68	4,57
0,101713441	

DOMINIO DE BALON

PRE	POST
13	11
5	4
7	6
4	5
4	3
6	5
9	11
15	13
11	10
6	5
14	14
12	14
8	5
6	6
5	7
3	3
4	4
6	5
5	4
9	5
11	11
10	9
12	11
14	14
8	8
13	13
8	7
11	10
0,931549936	

CONDUCCION DE BALON

PRE	POST
30	30
35	36
42	41
47	47
39	37
40	39
29	29
36	34
23	27
45	46
25	24
28	28
45	46
42	41
45	43
41	42
46	46
30	31
46	46
35	34
27	26
32	34
35	33
31	29
33	32
31	29
34	34
32	33
0,983232342	

DEFINICION PIERNA DERECHA

PRE	POST
6	8
5	5
5	5
2	2
3	4
5	6
6	8
8	8
6	7
3	4
8	9
7	8
2	2
5	5
6	7
4	4
3	3
4	5
5	4
6	6
5	7
5	6
6	7
8	8
9	9
9	10
6	6
9	8
0,936397723	

DEFINICION PIERNA IZQUIERDA

PRE	POST
3	3
3	4
2	3
4	5
2	2
5	5
4	4
5	5
3	3
2	2
6	4
5	4
4	6
3	2
4	4
3	2
2	2
2	2
2	2
4	3
4	4
3	3
5	4
6	5
7	6
6	5
4	3
7	6
0,74842989	

5.3. CONCLUSIONES

- ❖ Después de cuatro semanas de entrenamiento basados en el desarrollo de la motricidad en faja etárea de 6 – 9 años de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en el cantón Quijos, se pudo comprobar que los resultados obtenidos en los test finales mejoraron en relación a los test finales.
- ❖ El análisis de los datos obtenidos en los test finales nos permite deducir que:

Un entrenamiento de la motricidad enfocado en el desarrollo de las capacidades como la coordinación general y versátil forman parte en todo caso de la formación básica de los jóvenes futbolistas; sin embargo, la necesidad de un entrenamiento suplementario (propuesta alternativa) de motricidad se extiende a todos los niveles y edades. Según sea el nivel y la edad de los grupos van cambiando los puntos principales y los objetivos. Mientras que, por ejemplo, **los niños de 6 – 9 años necesitan de ejercicios de movimientos los mas versátiles posibles incluidos en el entrenamiento de motricidad y coordinación general, los futbolistas de competición deberían utilizar técnicas de fútbol contenidas en el ámbito de entrenamiento de coordinación bajo diferentes circunstancias (por ejemplo, bajo presión ejercida por el tiempo o por la situación en el juego, como la definición a portería).**
- ❖ El coeficiente de correlación del test equilibrio pierna derecha entre los test iniciales y finales fue de **0,746335388** lo que nos indica que existe una correlación positiva mediana.
- ❖ El coeficiente de correlación del test equilibrio pierna izquierda entre los test iniciales y finales fue de **0,101713441** lo que nos indica que existe una correlación positiva débil.

CONCLUSIONES GENERALES

- ❖ Un entrenamiento versátil y creativo de la motricidad con implemento permite un desarrollo del repertorio de la técnica ofensiva con balón.
- ❖ El niño de seis a nueve años se encuentra en una edad idónea para asimilar todo tipo de estímulos, es por ello la importancia de aprovechar esta edad de oro para desarrollar toda la capacidad técnica relacionada con los fundamentos del fútbol.
- ❖ La motricidad está directamente relacionada con la lateralidad del niño, por esta razón se debe desarrollar las mismas habilidades tanto en pierna izquierda como en pierna derecha para optimizar la técnica ofensiva en ambos perfiles, mas aun, en los actuales momentos en que el fútbol es altamente competitivo, exige, y orienta al futbolista hacer un jugador ambidiestro.
- ❖ La formación de un futbolista de elite tiene un tiempo aproximado de once años lo que nos permite analizar que es sumamente trascendental establecer procesos de desarrollo técnico basados en una planificación acorde a la edad biológica y cronológica del futbolista.
- ❖ En su mayoría los test finales en comparación con los test iniciales nos muestran que la practica o el entrenamiento técnico en la pierna no dominante en los niños, tiende a acrecentar el dominio en ambas piernas.

Se comprueba. Entonces es verdad que:

H1: Un alto grado de desarrollo de la motricidad determina una alta capacidad técnica ofensiva con balón.

H3: La aplicación del programa de ejercicios motrices mejora la técnica ofensiva con balón en los niños. **Paralelamente, la hipótesis nula se rechaza. Así, no es verdad que: H2:** Un inadecuado grado de desarrollo de la motricidad no determina una correcta técnica ofensiva con balón en los niños.

5.4 RECOMENDACIONES

- ❖ El fútbol moderno es rápido fuerte y fulminante un fútbol integral que reclama una extraordinaria preparación técnica individual pero sobretodo una mentalidad de triunfo y una actitud positiva, esto demuestra la importancia de promover trabajos de investigación como este, que contribuyan a un desarrollo global del deportista.

- ❖ Tanto el profesor como el entrenador deberían aprovechar, en todas las edades y en todos los grados de rendimiento, cada una de las posibilidades por las que se pueda mejorar y desarrollar sistemáticamente las capacidades innatas y el potencial existente en el jugador de fútbol mediante un consecuente entrenamiento de la motricidad.

- ❖ Los niños deberían aprender lo antes posible movimientos coordinados en ambos perfiles pierna izquierda y pierna derecha ya que el fútbol actual es exigente. Cuanto mas versátiles sean los movimientos en la niñez, mejor podrán manejar todo su repertorio siendo ya deportistas de elite

- ❖ La formación de un futbolista exige de mucha preparación académica en profesores, monitores, directores técnicos ya que el niño o joven se encuentra en una etapa de desarrollo y crecimiento en la cual se debe conocer de las distintas fases sensitivas.

- ❖ La dosificación del esfuerzo en base al volumen e intensidad de los estímulos, se convertirá en el factor determinante de la pauta del entrenamiento. El movimiento coherente o eficiente en el niño deberá ser enseñado multilateralmente y polilateralmente.

SEXTA PARTE

6. PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1 TITULO DE LA PROPUESTA

DESARROLLO DE LA MOTRICIDAD Y SU INCIDENCIA EN LA TÉCNICA OFENSIVA CON BALÓN EN EL FÚTBOL, CATEGORÍA 6 – 9 AÑOS DEL CLUB DEPORTIVO “EL NACIONAL”, EN LA PROVINCIA DEL NAPO CANTÓN QUIJOS, PARROQUIAS BAEZA – BORJA.

6.2.1 INTRODUCCIÓN

Actualmente en las escuelas de fútbol del país y en todo el mundo los niños y jóvenes tienen sed de victoria para lo cual necesitan de una formación integral para su correcto desarrollo armónico de todas sus capacidades físicas.

La tarea del profesor, es desarrollar y mejorar el entrenamiento de ellos, y que sea planificado de acuerdo a su edad. Con todo ello hay que tener en cuenta que los niños más hábiles aprenden más rápido y alcanzan un nivel de rendimiento más óptimo.

El fútbol, implica movimientos físicos técnicos y tácticos por lo que alcanza trascendencias mundiales, a base de exigir máximos rendimientos en tales movimientos.

Dentro del entrenamiento en niños y en especial en la faja etárea 6 – 9 años es importante el trabajo de la motricidad, para alcanzar un óptimo aprendizaje de la técnica del balón, por lo que es importante unir a la técnica con ejercicios de motricidad, y así lograr un grupo de jugadores con miras a llegar a un alto rendimiento deportivo ya sea en su cantón o a nivel provincial.

Por tal motivo he visto la necesidad de realizar un programa de ejercicios que permita desarrollar la motricidad para que los niños tengan una buena técnica con balón y así no tener un déficit cuando se tenga cualquier encuentro deportivo.

6.2 JUSTIFICACION E IMPORTANCIA

El fútbol posee varias opciones que se complementan e interrelacionan de modo constante preferentemente el juego de ataque ofensivo / defensivo y el que da la victoria siempre es el juego de ataque.

Es evidente que el ataque favorece el espectáculo para su perfeccionamiento que siempre ha sido el juego ofensivo es pues que en un trabajo que no puede quedar en el olvido para ningún jugador y entrenador que se inicie juego y disfrute trabajando verdaderamente en el fútbol. No se debe maltratar al jugador ni olvidar que el fin del ataque de un equipo es obtener la mayor cantidad de goles

Es necesario crear jugadores nítidos, dinámicos, pues hoy en día el objetivo es tener jugadores bien dotados técnica y tácticamente

Los jugadores deben reconocer y reforzar su pensamiento ofensivo con el fin de que el esfuerzo siempre sea recompensado.

Hace un año y medio ya se fundó la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en la provincia del Napo en las parroquias de Baeza y Borja. Empezamos con alrededor de setenta niños comprendidas las edades de 6 a 16 años pero me encontré con un carencia en los niños más pequeños para realizar movimientos sencillos como correr para atrás, zigzag o llevar el balón haciendo conducción, dominio de balón. Desde allí se ha enfatizado lo que es el Aprendizaje motor para que puedan tener un mejor desarrollo y no tengan problemas en un futuro deportivo.

La propuesta alternativa está orientada a indicar y explicar, métodos que faciliten el empleo útil de ejercicios y juegos orientados a la motricidad y a la técnica con balón. Sin embargo, en esta fase de desarrollo no se puede aplicar progresivamente, los procedimientos metodológicos, que van de lo fácil a lo difícil, y adaptar los ejercicios para su aprendizaje, ya que en estas edades se abren grandes diferencias individuales en el nivel de destrezas, las cuales son determinadas por el nivel coordinativo del niño.

Al aplicar esta propuesta a los niños de la escuela de fútbol obtendremos un mejor desarrollo con respuestas satisfactorias en la parte de la motricidad y la técnica con balón y de esta manera obtener mejores resultados en competencias que se puedan realizar en el futuro ya sea a nivel provincial o a nivel nacional.

6.3 OBJETIVOS

6.3.1 OBJETIVO GENERAL

- Desarrollar la motricidad para el mejoramiento de la técnica ofensiva con balón en los niños de la escuela de fútbol.

6.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Desarrollar una buena motricidad que aumente la capacidad técnica con el balón.
- Conseguir la conducción de balón con ambas piernas, tratando de no perder el control del mismo.
- Trabajar con balón para lograr una perfecta coordinación en situaciones rápidas.

6.4. FUNDAMENTACION TEORICA

6.4.1 MOTRICIDAD

¿Que es la psicomotricidad? Según Berruazo (1995) la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.

”La psicomotricidad en los niños se utiliza de manera cotidiana, los niños la aplican corriendo, saltando, jugando con la pelota. Se pueden aplicar diversos juegos orientados a desarrollar la coordinación, el equilibrio y la orientación del niño, mediante estos juegos los niños podrán desarrollar, entre otras áreas, nociones espaciales y de lateralidad como arriba-abajo, derecha-izquierda, delante-atrás. En síntesis, podemos decir que la psicomotricidad considera al movimiento como medio de expresión, de comunicación y de relación del ser humano con los demás, desempeña un papel importante en el desarrollo armónico de la personalidad, puesto que el niño no solo desarrolla sus habilidades motoras; la psicomotricidad le permite integrar las interacciones a nivel de pensamiento, emociones y su socialización. Importancia y beneficios de la psicomotricidad En los primeros años de vida, la Psicomotricidad juega un papel muy importante, porque influye valiosamente en el desarrollo intelectual, afectivo y social del niño favoreciendo la relación con su entorno y tomando en cuenta las diferencias individuales, necesidades e intereses de los niños y las niñas.”⁴⁷

“**A nivel motor**, le permitirá al niño dominar su movimiento corporal. **A nivel cognitivo**, permite la mejora de la memoria, la atención y concentración y la creatividad del niño.

⁴⁷ www.motricidad.org/wikipedia

A nivel social y afectivo, permitirá a los niños conocer y afrontar sus miedos y relacionarse con los demás.

Áreas de la psicomotricidad **Las áreas de la Psicomotricidad son:**

1. Esquema Corporal
2. Lateralidad;
3. Equilibrio;
4. Espacio;
5. Tiempo-ritmo;
 - o Motricidad: motricidad gruesa;
 - o motricidad fina.

6.4.1.1 ESQUEMA CORPORAL

Es el conocimiento y la relación mental que la persona tiene de su propio cuerpo.

El desarrollo de esta área permite que los niños se identifiquen con su propio cuerpo, que se expresen a través de él, que lo utilicen como medio de contacto.

6.4.1.2 LATERALIDAD

Es el predominio funcional de un lado del cuerpo, determinado por la supremacía de un hemisferio cerebral. Mediante esta área, el niño estará desarrollando las nociones de derecha e izquierda tomando como referencia su propio cuerpo y fortalecerá la ubicación como base para el proceso de lectoescritura. Es importante que el niño defina su lateralidad de manera espontánea y nunca forzada”.⁴⁸

6.4.1.3 EQUILIBRIO

Es considerado como la capacidad de mantener la estabilidad mientras se realizan diversas actividades motrices. Esta área se desarrolla a través de una ordenada relación entre el esquema corporal y el mundo exterior.

⁴⁸ www.motricidad.org/wiki/wikipedia

6.4.1.4 ESTRUCTURACIÓN ESPACIAL

Esta área comprende la capacidad que tiene el niño para mantener la constante localización del propio cuerpo, tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para colocar esos objetos en función de su propia posición, comprende también la habilidad para organizar y disponer los elementos en el espacio, en el tiempo o en ambos a la vez. Las dificultades en esta área se pueden expresar a través de la escritura o la confusión entre letras.

6.4.1.5 TIEMPO Y RITMO

Las nociones de tiempo y de ritmo se elaboran a través de movimientos que implican cierto orden temporal, se pueden desarrollar nociones temporales como: rápido, lento; orientación temporal como: antes-después y la estructuración temporal que se relaciona mucho con el espacio, es decir la conciencia de los movimientos, ejemplo: cruzar un espacio al ritmo de una pandereta, según lo indique el sonido.

6.5 MOTRICIDAD

Está referida al control que el niño es capaz de ejercer sobre su propio cuerpo. La motricidad se divide en gruesa y fina.

6.5.1 MOTRICIDAD GRUESA

Está referida a la coordinación de movimientos amplios, como: rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc.

6.5.2 MOTRICIDAD FINA

Implica movimientos de mayor precisión que son requeridos especialmente en tareas donde se utilizan de manera simultánea el ojo, mano, dedos como por ejemplo: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir, etc.)

6.5.3 LOS JUEGOS EN EL CALENTAMIENTO

En el fútbol formativo esto no es necesario, puesto que está demostrado que los juegos a nivel fisiológico generan los mismos efectos que la carrera continua, y además los juegos nos aportan: diversión, socialización, relación con los compañeros, trabajo de contenidos técnicos, tácticos, motrices, etc.

Parar, el trabajo de la MOTRICIDAD podremos dividirlo en 2 fases:

6.5.4 MOTRICIDAD SIN BALÓN

Coordinación brazos y piernas

Técnica carrera

Desplazamientos de agilidad: correr hacia adelante, lateral, de espaldas

Girar, cambiar de dirección, cambios ritmo, frenar para salir, fintar

Saltar, rebotar, volteretas, levantarse del suelo, caerse al suelo.

6.5.5 MOTRICIDAD CON BALÓN

Correr con balón o hacia el balón

Saltar para recibir balón, saltos de fútbol

Girar con balón, cambiar de dirección con balón.

¿Cuándo trabajar el aspecto motriz?

El trabajo de la motricidad, debe estar presente en todos los calentamientos, general y otro más específico (que podemos integrarlo con los aspectos técnico-tácticos).

Ejemplo calentamiento dirigido a la mejora de la motricidad:

1.-Calentamiento General

a. coordinación brazos piernas + saltos.

- b. desplazamientos variados en carrera, con cambios de dirección y ritmo
- c. un juego de persecución

2.- Calentamiento Específico

- a. Circuitos habilidades: agilidad, destreza
- b. Circuitos combinados con balón: técnica
- c. Juego de posesión balón

"El que el niño **salte, corra, gire, se agache...** mientras juega le permitirá enriquecerse motrizmente y desenvolverse mejor en cualquier situación cotidiana"

6.6 EL CALENTAMIENTO

Es un conjunto de ejercicios o juegos realizados antes de la parte principal de la Educación Física, Deporte o actividad física, con la finalidad de que el organismo transite desde un estado de reposo relativo ha un estado de actividad determinado en correspondencia con la intensidad de la carga recibida, garantizando una correcta preparación para la que esta destinada a la parte principal.

También podemos decir que es el conjunto de ejercicios, primero de carácter general y luego específico, que se realizan antes de cualquier actividad física de intensidad superior a la normal, con el fin de disponer de las funciones orgánicas musculares, nerviosas y psicológicas del deportista y disponerle para un máximo rendimiento.

El calentamiento se realiza dentro de la parte preparatoria de la sesión, y su duración normalmente es de 15-30 minutos. Sin embargo, el calentamiento depende del tipo de deporte al que vaya dirigido, de los factores ambientales, de la parte principal.

6.7 FLEXIBILIDAD

“Es la capacidad que se manifiesta como la liviana facilidad con que el deportista realiza movimientos de gran amplitud.

La flexibilidad es la facultad de desplazar los segmentos óseos que forman parte de las articulaciones.- Depende de la movilidad articular, la elasticidad muscular y la relajación siendo sus factores limitantes: la herencia, la edad, el sexo, los trabajos pesados, el entrenamiento inadecuado, el sedentarismo y la hipertrofia muscular entre otros.

Es indudable que el medio más correcto y eficaz para mejorar la flexibilidad es la gimnasia y/o los ejercicios contruidos o técnicos.

En la niñez, y hasta la finalización de esta etapa, debemos incorporar en nuestras prácticas, ejercicios que mejoren la flexibilidad de todas las articulaciones y grupos musculares.”⁴⁹

6.8 TÉCNICA OFENSIVA CON BALÓN

6.8.1 TACTICA INDIVIDUAL

“Una forma de clasificar los gestos seleccionados, sería distinguir entre los que conforman la técnica individual (Son todas aquellas acciones técnicas que es capaz de desarrollar un jugador de fútbol dominando y jugando el balón en beneficio propio, sin la intervención de otros compañeros del equipo).

Aquí también se puede trabajar para el inicio de la táctica individual jugando de la siguiente manera:

1 Vs. 0
1 Vs. 1

⁴⁹ www.biolaster.com/rendimiento_deportivo/metabolismo_energético

Técnica individual ofensiva: control, conducción y tiro.

Control: Hacerse el jugador con el balón, dominarlo y dejarlo en posición y debidas condiciones para ser jugado inmediatamente con una acción posterior”.

Conducción: 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.

Tiro: Es la acción técnica que consiste en todo envío de balón sobre la portería contraria.

6.8.2 TÉCNICA COLECTIVA

Son todas aquellas acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando el beneficio del conjunto mediante una eficaz finalización de la jugada.”⁵⁰

Pase: “Acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque”

6.9 FACTIBILIDAD DE LA PROPUESTA

6.9.1 RECURSOS HUMANOS

La aplicación de la presente propuesta será llevada a cabo por el investigador en este caso el Sr. Galárraga Galarza César Alfredo, Egresado de la Carrera de Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación de la ESPE, además se contará con el asesoramiento del Sr. Lcdo. Orlando Carrasco y el Sr. Msc. Patricio Ponce, catedráticos de la Facultad de la Carrera en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación de la “ESPE”.

La unidad de análisis esta conformada por veinte y ocho niños que forman parte de la escuela de fútbol del Club Deportivo “El Nacional” en la provincia del Napo parroquias Baeza – Borja y que están actualmente inscritos.

⁵⁰ www.entrenadores.info

6.9.2 RECURSOS MATERIALES

Los recursos materiales a utilizarse en el presente estudio se detallan a continuación:

- **Materiales de oficina:** (papel, esferos, lápices, tinta, corrector, carpetas, grapadora, flash memory, libros de consulta CDS.)
- **Equipos:** (Computadora, impresora, cámara fotográfica, Internet)
- **Material de campo:** (Pito, cronómetro, cinta métrica, tabla, conos, platos, balones 3, 4 y 5, estacas, arcos, sogas, chalecos.)

6.9.3 RECURSOS FÍSICOS

Comprenden toda la infraestructura sobre la cual se desarrolla la escuela de fútbol es decir el estadio Víctor Montenegro de la parroquia y el parque central del pueblo.

6.9.4 TIEMPO PARA LA APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

La presente propuesta tendrá una duración de 4 semanas, comprendida desde la tercera semana de junio (16 – Jun – 2008) hasta la culminación de la tercera semana de julio (15 – Jul – 2008), al culminar con la ejecución de la propuesta se tomarán test finales para sacar conclusiones y recomendaciones, además de comprobará las hipótesis.

6.10 PLANIFICACION DE LA PROPUESTA

DISTRIBUCIÓN DEL VOLUMEN SEMANAL EN PORCENTAJES

VOLUMEN TOTAL = 720 MINUTOS = 100 %

	SEMANAS	1	2	3	4
ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO	VOLUMEN TOTAL X SEMANA EN %	25%	25%	25%	25%
	PREPARACION FISICA	100%	100%	100%	100%
	TECNICA CON BALON	20%	20%	20%	20%
	TECNICA SIN BALON	40%	40%	40%	40%
	TACTICA INDIVIDUAL	30%	30%	30%	30%
		10%	10%	10%	10%

Distribución del volumen semanal en minutos

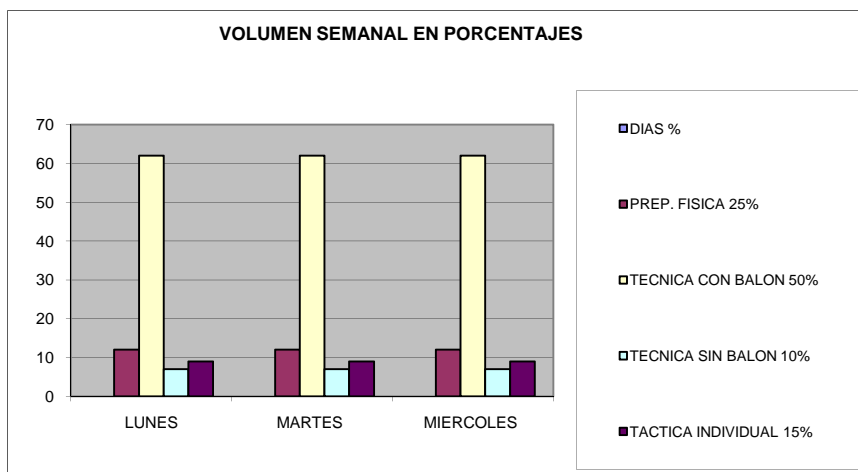
VOLUMEN TOTAL = 720 MINUTOS

	SEMANAS	1	2	3	4
ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO	VOLUMEN TOTAL X SEMANA EN MIN	180 min.	180 min.	180 min.	180 min.
	PREPARACION FISICA	15min.	15 min.	15 min.	15 min.
	TECNICA CON BALON	75 min.	75 min.	75 min.	75 min.
	TECNICA SIN BALON	60 min.	60 min.	60 min.	60 min.
	TACTICA INDIVIDUAL	30 min.	30 min.	30 min.	30 min.

Volumen semanal expresado en minutos y porcentajes

VOLUMEN TOTAL= 180 MIN =100%

DIAS	%	LUNES	MARTES	MIERCOLES	SUMA SEMANAL
PREPARACION FISICA	25%	5	5	5	15
TECNICA CON BALON	50%	25	25	25	75
TECNICA SIN BALON	10%	20	20	20	60
TACTICA INDIVIDUAL	15%	10	10	10	30
VOLUMEN EN % Y MIN= 100%		60 min.	60 min.	60 min.	180 min.

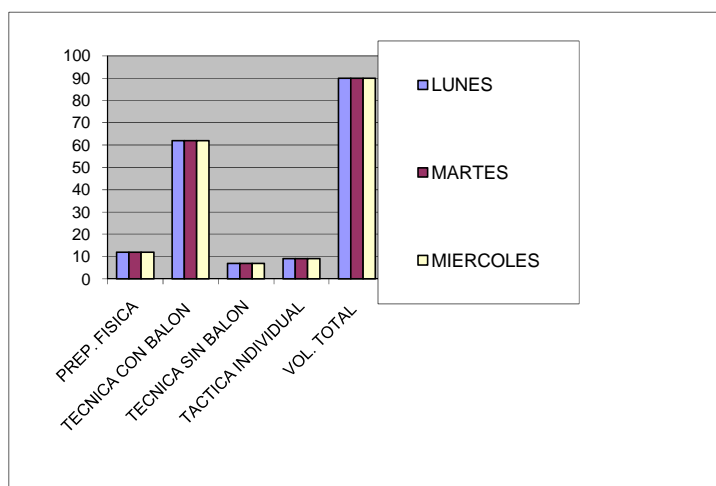


Distribución del volumen en minutos x sesión de entrenamiento

VOLUMEN TOTAL = 60 min.

ACTIVIDADES DE ENTRENAMIENTO	SESION EN DIAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES
	PREPARACION FISICA	5min.	5min.	5min.
	TECNICA CON BALON	25min.	25min.	25min.
	TECNICA SIN BALON	20min.	20min.	20min.
	TACTICA INDIVIDUAL (1Vs 0) (1Vs1)	10 min.	10min.	10min.
	VOL. TOTAL	60 min.	60min.	60min.

Distribución del volumen en minutos x sesión de entrenamiento



SESIÓN # 1

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ La Estatua. ◦ El carrusel. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión de rodilla. ◦ Extensión de Rodilla. ◦ Flexión de Tronco. ◦ Extensión de Tronco. 	10 min.	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON TECNICA SIN BALON TACTICA INDIVIDUAL	Dominio de balón todo el cuerpo. Conducción del balón borde interno y externo. Simular el salto a cabecear. Con dos balones, al primer balón hace una elevación el profesor el niño remata hacia el arco sin portero, y con el otro balón lo conduce y después remata al arco.	20 min. 15 min. 10 min.	2 2 2	2 2 2	15" 20" 15"	REPETICION REPETICION REPETICION
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Nos ponemos en círculo y todos sentados jugamos al pato y al ganso.	5 min.	1	1	0"	CONTINUO

SESIÓN # 2

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ El Trencito ◦ Derecha o Izquierda. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión de rodilla. ◦ Flexión de Rodilla ◦ Flexión de Tronco 	10 min.	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Dominio de balón pierna izquierda y derecha. Pases borde interno y externo ambas piernas Hacer skiping entre platos Jugar un partido pero con pelota de tenis	20 min.	2	2	15"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	El jugador parte como poseedor situado desde el semicírculo del área hacer varios goles sin salir de esa superficie tres balones.	15 min.	2	2	20"	
	TACTICA INDIVIDUAL		10 min.	2	2	15"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Recoger todos los balones y poner en la red cada jugador.	5 min.	1	1	0"	CONTINUO

SESIÓN # 3

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ La bomba. ◦ Carreras en laterales y hacia atrás ◦ Trotes en zig – zag. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión de rodilla. ◦ Flexión de Rodilla ◦ Flexión y Extensión de Tronco. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Gambetear conos, pase al profesor y remate al arco.	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Trotes adelante y hacia atrás y con cambios de dirección	15 min	2	2	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Conducir el balón por el área lateral del portero dar el pase al punto penal y el otro remata al arco con 5 balones y después cambio de pareja	10 min.	3	2	15"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	En posición de sentado pasarse el balón por delante y por detrás.	5 min.	2	1		CONTINUO

SESIÓN # 4

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ La Estatua. ◦ El carrusel. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y Extensión de tronco ◦ Flexión plantar 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Pases derecho e izquierdo. Conducción del balón formando su nombre.	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Salto con rodillas al pecho Imitar a un compañero haciendo el gol.	15 min	1	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	5 balones en la portería en la línea de fondo hacemos 5 tiros de esquina en forma consecutiva y remate con pie y luego con cabeza.	10 min.	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Cada uno con balón lanza hacia arriba y sale corriendo gana el que más lejos avanza corriendo	5 min.	2	2		CONTINUO

SESIÓN # 5

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ Policías y Ladrones. ◦ Pasa el balón. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión de rodilla. ◦ Extensión de Rodilla ◦ Flexión de Tronco 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Dominio de balón pierna izquierda y derecha. Pases borde interno y externo ambas piernas	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Hacer skiping entre platos Jugar un partido pero con pelota de tenis	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	1Vs.1 Realizar pases a un toque desde la mitad de la cancha con una portería	10 min	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	En posición supino derribar conos	5 min	1	1		CONTINUO

SESIÓN # 6

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ Balón Viajero. ◦ A la caza del balón. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y Extensión de rodilla. ◦ Aducción de muslo. ◦ Abducción de muslo. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Dominio de balón pierna izquierda y derecha. Pases borde interno y externo ambas piernas	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Hacer skiping entre platos Simular aplicación de peso en parejas.	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Dominar el balón y remate al arco tratar de hacer el gol.	10 min.	2	3	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Las topadas primero pierna derecha y luego izquierda.	5 min.	2	1	15"	CONTINUO

SESIÓN # 7

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	<p>LUDICA</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Llenar y vaciar la cancha con balones. ◦ Carreras en tres pies. <p>FLEXIBILIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y Extensión de tronco. ◦ Aducción de muslo. ◦ Abducción de muslo. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Pases cortos y largos dist. 10m Conducción del balón y formar el nombre.	20 min	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Hacer quiebres de cintura para llevar al compañero. Con dos y luego con tres.	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	1Vs.1 con una red jugar tenis dejando caer un bote al	10 min	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Trote ligero por debajo de las piernas del compañero	5min.	1	1		CONTINUO

SESIÓN # 8

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ El hombre sombra. ◦ Pulso Gitano. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y Extensión de tronco. ◦ Flexión y Extensión de rodilla. ◦ Flexión dorsal y plantar de pie. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Dar con la mano y entregar con pie derecho y luego izquierdo. Cabeceo en parejas.	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Choque de palmas con salto y saltar sobre los conos haciendo varias fintas.	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Dominar el balón elevarlo dar un giro y patear al arco sin portero.	10 min.	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Dominar el balón en la posición de sentado	5 min	1	1		CONTINUO

SESIÓN # 9

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ El Saltarín. ◦ Saludo con miembros inferiores. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Aducción de muslo. ◦ Abducción de muslo. ◦ Flexión plantar 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Tiro al arco desde el suelo y a media altura. Dominio del balón y después conducción pierna derecha e izqui.	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Juego de tocar en círculo y de toparse pero en equipos.	15 min	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	1Vs1 Realizar pases frontales haciendo picar el balón, con giro volea o media vuelta. A portería de espaldas	10 min.	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Todo el grupo coje el balón deja en un sitio regresa y al escuchar el pita va y trae el balón.	5 min.	2	1		CONTINUO

SESIÓN # 10

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	<p>LUDICA</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Tocar la pelota con diferente pie. ◦ La pelota loca. <p>FLEXIBILIDAD</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y extensión de tronco. ◦ Flexión dorsal de pie. ◦ Flexión plantar de pie. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Dominio solo pierna menos hábil Gambetear conos pase al jugador y remate al arco.	20min	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Desplazamientos con trote haciendo cambios de dirección adelante y atrás.	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Conducir el balón desde fuera del área del penal, se enfrenta al guardameta con y sin portería.	10 min	2	1	30"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Cobrar tiros penales	5 min.	2	1		CONTINUO

SESIÓN # 11

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.

TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ Pie bailarín. ◦ Las topadas. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión coxofemoral. ◦ Flexión y Extensión de rodilla. ◦ Flexión plantar 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Chocar el balón con ambas piernas. Aprender a realizar la bicicleta. Conducción del balón con la planta.	20 min	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Cambios de dirección para sacarnos la marca. Persecución en parejas	15 min	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Con 4 balones el jugador efectúa tiros de esquina directo a portería centrar con ambas piernas de los dos lados	10 min.	2	1	15"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Trote ligero y terminar haciendo un rol	5 min.	2	1		CONTINUO

SESIÓN # 12

OBJETIVO: Desarrollar la motricidad en faja etárea 6 – 9 años para el mejoramiento de la Técnica ofensiva con balón.
TIEMPO: 60 min.

	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	TIEMPO	REPETIC.	SERIES	PAUSA	METODO
PARTE INICIAL	PREPARACION FISICA	LUDICA <ul style="list-style-type: none"> ◦ Pato y Ganso. ◦ Las topadas. FLEXIBILIDAD <ul style="list-style-type: none"> ◦ Flexión y Extensión de rodilla. ◦ Flexión dorsal y plantar de pie. 	10 min	2	1	30"	REPETICION
PARTE PRINCIPAL	TECNICA CON BALON	Pases y remate con carreras Hacer la trenza con tres jugadores	20 min.	2	2	30"	REPETICION
	TECNICA SIN BALON	Hacer el zig – zag . Esquivar conos y después platos.	15 min.	2	1	15"	
	TACTICA INDIVIDUAL	Tres jugadores realizan distintos tipos de pases, al escuchar el silbato el jugador que tenga el balón remata al arco.	10 min.	2	1	15"	
PARTE FINAL	EJERCICIOS REGENERATIVOS	Hacer un rol para adelante y rol para atrás. Y formar grupos de dos tres y cuatro niños.	5 min.	1	1		CONTINUO

BIBLIOGRAFIA

- ❖ CALMELS, Daniel. Que es la Psicomotricidad. Ed. Lumen 2003. Buenos Aires-Argentina.
- ❖ CONDE Caveda, José Luis, “Fundamentos para el Desarrollo Infantil en edades tempranas y su Motricidad”, Pág. 97.
- ❖ FRAILE ARANDA, Antonio, “Metodología de la Enseñanza y Entrenamiento Deportivo Aplicada al Futbol”. Escuela Nacional de Entrenadores.
- ❖ GERHARD, Zeeb,. Manual de Entrenamiento de Futbol 2da. Edición. Pág. 11.
- ❖ LAGOS, Carlos, LOPEZ Pilar, “Las Capacidades Coordinativas en los juegos deportivos”. Editorial Hispano Europea.
- ❖ MONTIEL, David, “Publicado en www.entrenadores.info”.
- ❖ Manual de Educación Física Deportes Y Recreación. Editorial Océano.
- ❖ PETROVSKY, Av. “Psicología General. La Habana. Editorial. Pueblo y Educación.
- ❖ SANCHEZ, ACOSTA, GONZALEZ, Matilde. “Psicología General y del Desarrollo”. Editorial. Deportes. 2004.
- ❖ SCHREINER, Peter. Entrenamiento de la Coordinación. Pág. 12.
- ❖ TASSET, Jean Marie. “Teoría y Practica de la Psicomotricidad”. Editorial Paidotribo, 1996. Barcelona.
- ❖ VASQUEZ, Santiago., “Futbol: Conceptos de la Técnica”. Madrid 1981.

FUENTES DE TESIS DE GRADO

- ❖ RAMIREZ, Francisco “Incidencia de la Lateralidad en el desarrollo de la capacidad técnica coordinativa faja etárea 8 – 12 años. Escuela de Futbol Semillas.
- ❖ Chamba, Wilson “Incidencia del programa de ejercicios técnicos para la pierna no dominante en la bilateralidad técnica con balón Sub – 11 del Club “El Nacional”.

FUENTES ELECTRONICAS

<http://www.efdeportes.com>

<http://www.motricidadhumana.com>

<http://www.entrenadores.info>

<http://www.wikipedia.org/motricidad/desarrollomotor.com>

<http://www.rincondelvago.com/aprendizajemotor.com>

<http://www.escueladefutbol.com.ar>

Muestra del Trabajo de Investigación

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD
1	Elder José Alquina	9
2	Edison David Bohórquez	8
3	Wellington David	9
4	Baker Thomas Chalá	6
5	Luis Adrián Hidalgo	6
6	Ismael Alejandro Ibarra	7
7	Diego Bladimir Morillo	9
8	Jeremy Armando Mosquera	9
9	Terry Gabriel Palomeque	9
10	Anthony Miguel Panamá	6
11	Tomy Jean Pierre Pérez B.	9
12	Aldrin Josué Pérez Monte.	9
13	Anthony Reinoso Vinuesa	7
14	Manuel Aldair Rojas Cayo	7
15	Leonardo Javier Armas Chu.	8
16	Alexis Leandro Ibarra P.	9
17	Christopher Israel Ibarra P.	6
18	Danny Alexander Castillo	8
19	Alexander Jerico Garzón	6
20	Elvis Darley Guzmán Cayo	9
21	Torres Guambi Byron Abdón	9
22	Jefferson Andrés Aguinda	8
23	Luis Angel Ortiz Escobar	9
24	Dario Javier Puetate Lara	9
25	Renato Misael Minda Lara	8
26	Renny Javier Narváez Ango	9
27	Milton David Escobar Pozo	9
28	Jefferson Styven Lara	9



