



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

**TRABAJO DE TITULACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE MÁGISTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**TEMA: INCREMENTO DE LA CALIDAD TÉCNICA EN EL FÚTBOL  
DEL COLEGIO PAULO VI EN QUITO A TRAVÉS DE LA  
IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS PRE-DEPORTIVOS**

**AUTOR: RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO  
DIRECTOR: MSC CHAVEZ CEVALLOS ENRIQUE**

**SANGOLQUÍ  
2016**

**UNIVERSIDAD DE LAS FUERZAS ARMADAS ESPE**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**  
**CARRERA DE MAESTRIA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**CERTIFICACIÓN**

Certifico que el trabajo de titulación, **“INCREMENTO DE LA CALIDAD TÉCNICA EN EL FÚTBOL DEL COLEGIO PAULO VI EN QUITO A TRAVÉS DE LA IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS PRE-DEPORTIVOS”**, realizado por el señor **RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO**, ha sido revisado en su totalidad y analizado por el software anti-plagio, el mismo cumple con los requisitos teóricos, científicos, técnicos, metodológicos y legales establecidos por la Universidad de Fuerzas Armadas ESPE, por lo tanto me permito acreditarlo y autorizar al señor **RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO** para que lo sustente públicamente.

**Sangolquí, 21 de marzo del 2016**

Una firma manuscrita en tinta azul, que parece ser la de Enrique Chavez Cevallos.

**MSC. ENRIQUE CHAVEZ CEVALLOS**  
**DIRECTOR DE TESIS**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**  
**CARRERA DE MAESTRIA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**AUTORÍA DE RESPONSABILIDAD**

Yo, **RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO**, con cédula de identidad **N° 1714254016**, declaro que este trabajo de titulación **“INCREMENTO DE LA CALIDAD TÉCNICA EN EL FÚTBOL DEL COLEGIO PAULO VI EN QUITO A TRAVÉS DE LA IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS PRE-DEPORTIVOS”** ha sido desarrollado considerando los métodos de investigación existentes, así como también se ha respetado los derechos intelectuales de terceros considerándose en las citas bibliográficas.

Consecuentemente declaro que este trabajo es de mi autoría, en virtud de ello me declaro responsable del contenido, veracidad y alcance de la investigación mencionada.

**Sangolquí, 21 de marzo del 2016**

**RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO**

**C.C 1714254016**



**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**  
**CARRERA DE MAESTRIA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**AUTORIZACIÓN**

Yo, **RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO**, autorizo a la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE publicar en la biblioteca Virtual de la institución el presente trabajo de titulación **"INCREMENTO DE LA CALIDAD TÉCNICA EN EL FÚTBOL DEL COLEGIO PAULO VI EN QUITO A TRAVÉS DE LA IMPLEMENTACIÓN DE JUEGOS PRE-DEPORTIVOS"**, cuyo contenido, ideas y criterios son de mi autoría y responsabilidad.

**Sangolquí, 21 de marzo del 2016**

Una firma manuscrita en tinta azul que corresponde al nombre de Rivera Altamirano Oswaldo Eduardo.

**RIVERA ALTAMIRANO OSWALDO EDUARDO**

**C.C 1714254016**

## DEDICATORIA

A mis padres por difundir  
la semilla de superación que  
han discernido en mí, a mi  
esposa e hija por el apoyo  
emocional y estímulo.

## **AGRADECIMIENTO**

A mis padres por estar en las buenas y en las malas,  
por hacer que su sacrificio sea recompensado a lograr  
la meta trazada.

A la prestigiosa Escuela Politécnica del Ejército ESPE  
por haberme brindado los conocimientos y enseñanzas para  
ser un excelente profesional.

A mi esposa e hija por brindarme todo su amor, comprensión y  
su apoyo, por ser mi pilar fundamental para alcanzar esta meta

## **RESUMEN**

La presente investigación tiene como objetivo general mejorar la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito, República del Ecuador, mediante el diseño e implementación de un grupo de juegos pre-deportivos. Se estudian a 30 niños del mencionado colegio, con edades entre los 9-10 años, diagnosticando el nivel técnico de los mismos a través de diversos test tales como una prueba de conducción del balón, de recepción, de pase, tiro a puerta y cabeceo. Al implementarse la propuesta durante cinco meses (20 microciclos) se compararon los resultados del pretest y el postest, demostrando las mejoras en la técnica de los futbolistas sometidos a estudio, mediante la estadística no paramétrica Prueba de los Rangos con Signo de Wilcoxon, dando resultados positivos en la mayoría de los rangos establecidos, con un nivel de significación para todos los casos estudiados de 0,000. En el diseño de la propuesta de los juegos predeportivos se tuvo en cuenta el criterio de 10 especialistas-entrenadores sobre la utilidad de los mismos y la conformación de un baremo de evaluación por niveles para el rendimiento técnico de los jugadores.

### **PALABRAS CLAVE:**

- **CALIDAD**
- **TÉCNICA**
- **FÚTBOL**
- **JUEGOS PREDEPORTIVOS**
- **ECUADOR**

## **ABSTRACT**

This research has the overall objective to improve the technical preparation of footballers Paulo VI School in Quito, Republic of Ecuador, through the design and implementation of a group of pre-sports games. They studied 30 children of that school, aged 9-10 years, diagnosed the technical level of the same through various tests such as a test drive of the ball, receiving, passing, shooting on goal and pitch . By implementing the proposal for five months (20 Microcycles) the results of the pretest and posttest were compared, showing improvements in the technique of the players under study, by statistical nonparametric Wilcoxon signed-rank test, giving results positive in most established ranges, with a significance level for all cases studied 0,000. In designing the proposal predeportivos games took into account 10 criteria specialists-coaches on the usefulness of these and the establishment of a scale of assessment for technical performance levels of the players.

### **KEYWORDS:**

- **QUALITY**
- **TECHNICAL**
- **FOOTBALL**
- **PRE SPORTS GAMES**
- **ECUADOR**

## **Tabla de contenido**

**CERTIFICADO, Tutor**

**DECLARACION DE RESPONSABILIDAD**

**AUTORIZACION**

**DEDICATORIA**

**AGRADECIMIENTO**

**RESUMEN**

**ABSTRACT**

## **CAPITULO I: INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....1**

|                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>                       | <b>1</b>  |
| <b>1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....</b>                         | <b>3</b>  |
| <b>1.3 OBJETIVOS.....</b>                                        | <b>3</b>  |
| <b>1.3.1 OBJETIVO GENERAL.....</b>                               | <b>3</b>  |
| <b>1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</b>                          | <b>3</b>  |
| <b>1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA.....</b>                      | <b>4</b>  |
| <b>1.5 HIPÓTESIS.....</b>                                        | <b>5</b>  |
| <b>1.6 VARIABLES DE INVESTIGACIÓN.....</b>                       | <b>5</b>  |
| <b>1.7 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....</b>              | <b>6</b>  |
| <b>1.8 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....</b>                            | <b>7</b>  |
| <b>1.9 POBLACIÓN Y MUESTRA.....</b>                              | <b>8</b>  |
| <b>1.10 INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>                | <b>8</b>  |
| <b>1.11 RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....</b>                   | <b>10</b> |
| <b>1.12 TRATAMIENTO Y ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LOS DATOS.....</b> | <b>10</b> |
| <b>1.13 RECURSOS ECONÓMICOS.....</b>                             | <b>11</b> |
| <b>1.14 CRONOGRAMA.....</b>                                      | <b>12</b> |
| <b>1.15 PRESUPUESTO.....</b>                                     | <b>14</b> |
| <b>1.16 DEFINICIONES DEL TRABAJO INVESTIGATIVO.....</b>          | <b>14</b> |

## **CAPÍTULO II: FUNDAMENTOS TEÓRICOS QUE SUSTENTAN LA INVESTIGACIÓN.....17**

|                                                                                                                        |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| <b>2.1 LA PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA COMO BASE DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOLISTA.....</b>                                | <b>22</b>     |
| <b>2.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS TÉCNICA DE CONDUCCIÓN EN EL FÚTBOL.....</b>                                              | <b>26</b>     |
| <b>2.3 CARACTERIZACIÓN DEL GOLPEO CON EL EMPEINE INTERIOR.....</b>                                                     | <b>27</b>     |
| <b>2.4 LA TÉCNICA DEL TOQUE DE BALÓN CON EL EMPEINE INTERIOR.....</b>                                                  | <b>28</b>     |
| <b>2.5 EL PAPEL DEL JUEGO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA.....</b>                                                          | <b>29</b>     |
| <b>2.6 LAS CARACTERÍSTICAS PSICOMOTRICES DE LAS EDADES.....</b>                                                        | <b>29</b>     |
| <b>2.7 CARACTERÍSTICAS ANÁTOMO-FISIOLÓGICAS DE LA ETAPA PRE-PUBERAL.....</b>                                           | <b>34</b>     |
| <b>2.8 CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS.....</b>                                                                            | <b>35</b>     |
| <b>2.9 CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS.....</b>                                                            | <b>40</b>     |
| <b>2.10 FACTORES A TENER EN CUENTA PARA EL DISEÑO DE JUEGOS Y/O EJERCICIOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DEL FUTBOL.....</b> | <b>41</b>     |
| <br><b>CAPITULO III: DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN.....</b>                                                  | <br><b>43</b> |
| <b>3.1 EL DISEÑO DEL BAREMO.....</b>                                                                                   | <b>43</b>     |
| <b>3.2 JUEGOS PREDEPORTIVOS DISEÑADOS.....</b>                                                                         | <b>44</b>     |
| <b>3.2.1 Juego 1: Conduce tu tren. ....</b>                                                                            | <b>45</b>     |
| <b>3.2.2 Juego 2: Condúcela y tráela.....</b>                                                                          | <b>46</b>     |
| <b>3.2.3 Juego 3: Conduce y gana. ....</b>                                                                             | <b>47</b>     |
| <b>3.2.4 Juego 4: Equilibrio y conducción.....</b>                                                                     | <b>49</b>     |
| <b>3.2.5 Juego 5: Conduciendo el balón. ....</b>                                                                       | <b>50</b>     |
| <b>3.2.6 Nombre: Saca Tu licencia.....</b>                                                                             | <b>51</b>     |
| <b>3.2.7 Nombre: Balón al medio.....</b>                                                                               | <b>52</b>     |
| <b>3.2.8 Nombre: El Dominador .....</b>                                                                                | <b>53</b>     |
| <b>3.2.9 Nombre: Los Bolos.....</b>                                                                                    | <b>54</b>     |
| <b>3.2.10 Nombre: Balón Maldito o Papa Caliente .....</b>                                                              | <b>54</b>     |

|                                                      |                                                                                      |           |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.2.11                                               | <i>Nombre: La Cancha</i> .....                                                       | 55        |
| 3.2.12                                               | <i>Nombre: Ping Pong</i> .....                                                       | 56        |
| 3.2.13                                               | <i>Nombre: FUTVOLEY</i> .....                                                        | 56        |
| 3.2.14                                               | <i>Nombre: El Capitán</i> .....                                                      | 57        |
| 3.3                                                  | <b>PROCEDIMIENTOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE<br/>LOS JUEGOS</b> .....                 | 58        |
| <b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS</b> ..... |                                                                                      | <b>60</b> |
| 4.1                                                  | <b>RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A<br/>ESPECIALISTAS ENTRENADORES</b> ..... | 60        |
| 4.2                                                  | <b>TEST DIAGNÓSTICO DISEÑADO CON PARTICIPACIÓN DE<br/>ESPECIALISTAS</b> .....        | 64        |
| 4.2.1                                                | <i>Prueba 1: conducción del balón</i> .....                                          | 65        |
| 4.3                                                  | <b>TEST COMPLEMENTARIOS A EVALUAR</b> .....                                          | 66        |
| 4.4                                                  | <b>INFLUENCIA DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS APLICADOS</b> ....                         | 67        |
| <b>CONCLUSIONES</b> .....                            |                                                                                      | <b>81</b> |
| <b>RECOMENDACIONES</b> .....                         |                                                                                      | <b>82</b> |
| <b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....                            |                                                                                      | <b>83</b> |

## Índice de Tablas

|                                                                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabla 1:</b> Selección de las claves de evaluación del baremo.<br>Encuesta a 10 especialistas entrenadores.....                                      | 64 |
| <b>Tabla 2:</b> Prueba inicial de conducción del balón. Pretests .....                                                                                  | 68 |
| <b>Tabla 3:</b> Prueba Final de conducción del balón. Postest .....                                                                                     | 70 |
| <b>Tabla 4:</b> Comparación entre el Pretest y el Postest<br>realizado. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon y Prueba de<br>los Signos. ....          | 71 |
| <b>Tabla 5:</b> Comparación de las pruebas complementarias en el<br>postest y el pretest. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.....                   | 74 |
| <b>Tabla 6:</b> Comparación entre el pretest y el postest de la prueba<br>complementaria Recepción. Prueba de Rangos con Signo de<br>Wilcoxon. ....     | 75 |
| <b>Tabla 7:</b> Comparación entre el pretest y el postest de la prueba<br>complementaria Pase. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.                  | 76 |
| <b>Tabla 8:</b> Comparación entre el pretest y el postest de la prueba<br>complementaria Tiro a Puerta. Prueba de Rangos con Signo de<br>Wilcoxon. .... | 78 |
| <b>Tabla 9:</b> Comparación entre el pretest y el postest de la prueba<br>complementaria Cabeceo. Prueba de Rangos con Signo de<br>Wilcoxon. ....       | 79 |

## Índice de Figuras

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura 1:</b> <u>Conduce su Tren</u> .....                                                                                               | 46 |
| <b>Figura 2:</b> <u>Condúcela y Tráela</u> .....                                                                                            | 47 |
| <b>Figura 3:</b> <u>Conduce y Gana</u> .....                                                                                                | 48 |
| <b>Figura 4:</b> <u>Equilibrio y Conducción</u> .....                                                                                       | 50 |
| <b>Figura 5:</b> <u>Clasificaciones de juegos pre-deportivos conocidos</u> .....                                                            | 61 |
| <b>Figura 6:</b> <u>Importancia concedida a la utilización de los juegos pre-deportivos en la enseñanza de los elementos técnicos</u> ..... | 61 |
| <b>Figura 7:</b> <u>Frecuencia de utilización de los juegos predeportivos en sus entrenamientos</u> .....                                   | 62 |
| <b>Figura 8:</b> <u>Respuesta de los alumnos a la pregunta “¿ Te gustaron los juegos”</u> .....                                             | 63 |

## **CAPITULO I**

### **INTRODUCCIÓN AL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### ***1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA***

El fútbol es un deporte de los considerados como de cooperación-oposición (Guimaraes, 2002; Castro y López, 2004; Galicchio, 2014), caracterizado por ser un deporte multifacético, aclínico, de habilidades abiertas y acciones intermitentes (Martínez, 2008), el cual desde el punto de vista fisiológico demanda resistencia, fuerza muscular, flexibilidad y agilidad (Bangsbo, 1993; Svensson y Drust, 2005; Bangsbo, 2008), y desde el punto de vista psicológico necesita un adecuado manejo de la presión psíquica, el control del estrés, la ansiedad, la motivación y la concentración (Reilly & Williams, 2003; Reilly y Gilbourne, 2003; Cantarero, 2013) aspectos todos que según Ardá y Casal (2007) son de suma importancia en la modelación del entrenamiento en este deporte.

La adquisición de las capacidades de juego, así como las habilidades técnico-tácticas en el fútbol dependen de un entrenamiento sistemático (Koch, 2006), del control de los aspectos fundamentales de la preparación como el nivel de profesionalización de la entidad educativa, la cantidad y calidad de los medios e instalaciones deportivas, del entorno social, entre otros (Sans y Frattarola, 1999; Benítez y Calero, 2014).

Dentro de los múltiples variables o factores que inciden en el rendimiento deportivo específico del fútbol el diseño de ejercicios tiene una marcada influencia positiva (Wilkinson & Critchell, 2000; Bruggmann, 2004; Benedek, 2006; Vázquez, 2001-2007), dado que esto permiten la asimilación de las cargas según varios principios del entrenamiento como lo son el principio de la especialización, la

especificidad y la individualización del entrenamiento deportivo (Calero, 2014a,b), aspectos estos que permiten la optimización en el proceso de dirección del entrenamiento a partir, entre otros aspectos, de la aplicabilidad adecuada de las cargas mediante juegos motivantes y altamente efectivos que dependen de las posibilidades del entrenador, la institución educativa y las características y necesidades de cada deportista.

Los juegos predeportivos según Pila (1988) poseen como objetivo básico el desarrollo de las percepciones y coordinaciones necesarias para las destrezas deportivas genéricas o como medio recurrente para ser aplicado en la etapa de iniciación deportiva, teniendo presente una dirección eminentemente educativa (Díaz, Sáenz-López, y Tierra, 1995). Navarro, De la Rica y Gil (1993), estableciendo que una utilidad adicional de importancia es suponer a través de su implementación una adaptación previa a otros juegos o ejercicios de mayor complejidad, siempre y cuando tengan elementos afines a alguna modalidad deportiva en específico.

Los juegos predeportivos actúan básicamente en tres campos del conocimiento de las ciencias de la actividad física, estas son las capacidades motrices, las capacidades cognitivas y la dimensión social, tal y como afirma Fusté (2004), realizando un énfasis de estos, sobre todo en los deportes colectivos.

La aplicación de los juegos predeportivos para perfeccionar la técnica ha sido implementado en diferentes trabajos científicos, aplicados en deportes como el karate-do para potenciar dicha preparación técnica (Curbelo, 2011), sobre todo en grupos (Loscher, 2006), como alternativa de ejercitación en el voleibol (Farfan, 2009; Romero, 2013) y para la masificación de la práctica del atletismo (Campbell, 2012) entre otros.

En la literatura nacional e internacional no se han encontrado trabajos relacionados con esta temática que tenga como muestra de estudio a ciudadanos ecuatorianos. Dado que cada pueblo, como estratos sociales específicos, poseen características socio-históricas, culturales, económicas y morfofuncionales determinadas. Por ello, se hace imprescindible realizar un estudio preciso que contribuya a través del método científico a elevar los rendimientos deportivos en equipos de fútbol regionales, teniendo presente el carácter integral de la preparación deportiva y la carencia de estudios nacionales al respecto.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

*¿Cómo contribuir en la mejora de la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito a través de la implementación de juegos pre-deportivos?*

## **1.3 OBJETIVOS**

### **1.3.1 OBJETIVO GENERAL**

*Diseñar y seleccionar juegos pre-deportivos que contribuyan a la mejora de la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito.*

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Diseñar y seleccionar un grupo de juegos predeportivos que puedan ser aplicados para mejorar el rendimiento técnico en los futbolistas muestrados.
2. Determinar la metodología a utilizar para la aplicación de los juegos predeportivos.

3. Elaborar una guía de observación para evaluar la influencia ejercida por los juegos implementados en los futbolistas estudiados.
4. Determinar la existencia de incrementos de la calidad técnica en la muestra seleccionada de tenistas en función de los elementos coordinativos aplicados.

#### **1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

La teoría y metodología del entrenamiento deportivo es un proceso científico y sistemático que abarca varios componentes estudiados como parte la preparación deportiva.

Uno de esos componentes o variables influyentes están relacionadas con la implementación de juegos predeportivos, los cuales pueden influir en la elevación de los resultados deportivos al ser estos juegos fuentes de motivación y ejecución motriz integral e interrelacionada. La aplicación de juegos predeportivos tiene como factor común su implementación como componente volitivo en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo, al menos constatado desde el punto de vista práctico. La escases de estudios que aplican los juegos predeportivos y su influencia en la técnica amerita el estudio correlacionar de sus influencias, con vistas a determinar la hipótesis de la existencia o no de influencia significativa en la aplicabilidad de estos juegos como fuente de incremento técnico y táctico en jugadores de futbol en las edades de 12-14 años. Lo anterior amerita un enriquecimiento de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo específico para el futbolista de las edades de estudio, contribuyendo teórica y prácticamente a las ciencias de la actividad física y el deporte.

### **1.5 HIPÓTESIS**

La implementación de *juegos pre-deportivos contribuye a la mejora de la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito.*

### **1.6 VARIABLES DE INVESTIGACIÓN**

Se estudia la interrelación de dos variables para determinar el índice de influencia ejercida por la variable independiente sobre la dependiente. La primera variable se denota como “La preparación técnica del futbolista” que depende de la segunda variable denotada como “Los juegos predeportivos”.

## 1.7 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

### Variable independiente: Juegos predeportivos

| Definición                                                                                                                               | Dimensiones                                               | Indicadores                                       | Instrumento            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------|
| Son aquellos que exigen destrezas y habilidades deportivas específicas que se recomiendan para la iniciación deportiva en lo fundamental | Nivel existente en la aplicación de juegos predeportivos  | Cuánto y cómo se aplican los juegos predeportivos | Test de evaluación     |
|                                                                                                                                          | Por ciento de cumplimiento de las clases                  | Asistencia a las clases.                          | Registro de asistencia |
|                                                                                                                                          | Frecuencia de aplicación de los juegos predeportivos      | Cuánto se ha perfeccionado la preparación técnica | Test de evaluación     |
|                                                                                                                                          | Conocimiento en la aplicación de los juegos predeportivos | Cuánto aprendió                                   | Test de evaluación.    |
|                                                                                                                                          | Práctica                                                  | Número de sesiones realizadas.                    | Banco de datos.        |
|                                                                                                                                          | Local y materiales para la enseñanza                      | Inventario                                        | Banco de datos.        |

### Variable dependiente: La preparación técnica del futbolista

| Definición                                                                                    | Dimensiones                          | Indicadores                      | Instrumento                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------|
| Componente específico del rendimiento relacionado con las habilidades motoras del deportista. | Diagnóstico preliminar               | Indicadores de pretest obtenidos | Registro de datos por medio de pruebas de valoración |
|                                                                                               | Diagnóstico post-experimento         | Indicadores de pretest obtenidos | Registro de datos por medio de pruebas de valoración |
|                                                                                               | Local y recursos para el aprendizaje | Inventario                       | Banco de datos                                       |

### 1.8 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Se empleará un tipo de investigación descriptiva y correlacional, La primera de ellas para determinar las condicionantes básicas que se establecerán por medio de estadígrafos de tendencia central en lo fundamental, y la segunda para comparar los resultados obtenidos en el pretest y el posttest estableciendo la existencia o no de diferencias significativas entre las pruebas realizadas.

## **1.9 POBLACIÓN Y MUESTRA**

Basado en un muestreo intencional probabilístico se selecciona una muestra de 30 niños entre las edades de 9-10 años, los cuales se sometieron a estudio implementando en sus cargas de entrenamiento el grupo de ejercicios diseñados a través de los juegos predeportivos. Se entrevista a 10 especialistas-entrenadores para establecer el nivel de conocimiento acerca del tema estudiado y la importancia que ellos le dan al trabajo realizado con la implementación práctica de los juegos predeportivos, entre otras preguntas de importancia para el proceso de investigación.

## **1.10 INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN**

En la investigación se han aplicado varios métodos teóricos y empíricos para complementar los resultados a partir del método científico. Desde el punto de vista de los métodos teóricos se aplicarán los siguientes:

- a) **Histórico-Lógico:** Posibilita realizar un recorrido en el plano teórico metodológico que permita conocer de cerca los cambios y transformaciones que ha experimentado la enseñanza de los elementos técnicos en la etapa de iniciación deportiva del fútbol en los últimos tiempos y valorar hasta qué punto el contenido de nuestra investigación se considera virgen y considerar nuestros aportes y modificaciones en el contexto histórico desde la estructuración de los componentes hasta las direcciones del proceso.
- b) **Análisis y síntesis:** Se empleó en el estudio de los aspectos más generales del proceso de investigación que permitan una profundización en el análisis de los contenidos que mayor incidencia tienen por su enfoque y

connotación, hasta llegar a la simplificación de aquellos que al final logren la adecuada estructuración de los elementos imprescindibles del trabajo de enseñanza de la defensa en las categorías inferiores.

- c) **Inductivo –Deductivo:** Empleado para transitar de lo particular a lo general, se utilizará en el primer capítulo, donde vamos a ir de la iniciación deportiva en general a la iniciación deportiva en fútbol. Nos servirá para establecer el análisis y reflexión a partir de la interpretación, consulta de bibliografía y la actualización de artículos que nutren la iniciación del fútbol en esta etapa, y a partir del mismo establecemos nuestros criterios, valoraciones y conclusiones.

Los métodos empíricos empleados son:

- a) **La observación:** Se observan algunos juegos y entrenamientos del equipo, para analizar la correcta ejecución de los elementos técnicos. La diferencia de este método con la observación cotidiana, consiste en que, es consciente, planificada, sistemática y persigue un fin determinado.
- b) **La entrevista:** La entrevista aplicada a entrenadores en la categoría escolar de interés, pertenecientes a Pichincha en Quito, Ecuador.
- c) **Encuesta:** Para aplicar a los escolares del Colegio Paulo VI en Quito

Métodos matemático-estadísticos:

- a) Se emplea estadígrafos de tendencia central y porcentajes para describir la información básica obtenida.

- b) Se aplicará la Prueba de los Rangos con Signo de Wilcoxon, bajo un nivel de significación de 0,05 y la Prueba de los Signos. Este estadígrafo correlacionará la información obtenida en el pretest y el posttest para verificar la existencia o no de diferencias significativas.

### ***1.11 RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN***

Los entrenadores entrevistados deben poseer al menos 7 años de experiencia práctica como entrenadores de fútbol en edades escolares e infantiles, garantizando un mayor nivel de confiabilidad en las respuestas emitidas por los expertos. La evaluación de los niveles técnicos de los jugadores se establecerá mediante la observación de tres expertos, los cuales permitirán un nivel de confiabilidad y disminución de los márgenes de errores en el procesamiento de los datos a comparar.

### ***1.12 TRATAMIENTO Y ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE LOS DATOS***

Se empleará el SPSS v20 para determinar la Prueba de los Rangos con Signo de Wilcoxon, bajo un nivel de significación de 0,05, y para el caso de la Prueba de Conducción se refuerza con la Prueba de los Signos, así como para establecer estadísticas de tendencia central que describan los datos básicos. Adicionalmente se empleara para la tabulación de los datos generales el Microsoft Excel 2013 obteniendo estadísticas de tendencia central (Media Aritmética o Promedio).

Se aplicarán algunas pruebas técnicas para establecer los avances o retrocesos del proceso de investigación, comparando los datos registrados en el

pretest y el posttest. Una de las pruebas se diseñará según los criterios de los especialistas-entrenadores, esta prueba se llamará Prueba de Conducción del Balón. Adicionalmente se implementará otras pruebas o tests complementarios, para medir el nivel técnico inicial y final en la Recepción, el Pase, el Tiro a Puerta y el Cabeceo.

### **1.13 RECURSOS ECONÓMICOS**

Los aportes personales y de la institución se listan a continuación

| <b>CANTIDAD</b>    | <b>DETALLE</b>                                                                           | <b>V.<br/>UNITARIO</b> | <b>VALOR<br/>TOTAL</b> | <b>OBSERVACIONES</b>                                |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>3</b>           | Silbatos                                                                                 | 7                      | 21                     | Recursos propios                                    |
| <b>50</b>          | Balones                                                                                  | 45                     | 2250                   | Contrapartida<br>Institución Educativa              |
| <b>40</b>          | Conos                                                                                    | 22                     | 880                    | Contrapartida<br>Institución Educativa              |
| <b>3</b>           | Cronómetro                                                                               | 16                     | 48                     | Recursos propios                                    |
| <b>1</b>           | Resma de Papel Bond                                                                      | 5                      | 5                      | Recursos propios                                    |
| <b>1</b>           | Impresión de formularios<br>test y resultados                                            | 20                     | 20                     | Recursos propios                                    |
| <b>1</b>           | Útiles de oficina varios                                                                 | 20                     | 20                     | Recursos propios                                    |
| <b>50</b>          | Otros útiles (Tobilleras,<br>Toallas, Medicamentos,<br>Tablilla de anotaciones,<br>etc.) | -                      | -                      | Contrapartida<br>Institución Educativa <sup>1</sup> |
| <b>Valor Total</b> |                                                                                          |                        | <b>\$3244</b>          |                                                     |
|                    |                                                                                          |                        | <b>USD</b>             |                                                     |

<sup>1</sup> En el colegio Paulo VI en Quito existe material deportivo suficiente para implementar la estrategia. Se recomienda a la institución educativa tener un fondo de reserva disponible para la compra de insumos que se necesiten a última hora.



|    | Meses                                   | Junio 2015 |   |   |   | Julio 2015 |   |   |   |   |
|----|-----------------------------------------|------------|---|---|---|------------|---|---|---|---|
|    | Semanas                                 | 1          | 2 | 3 | 4 | 1          | 2 | 3 | 4 | 5 |
| N. | Actividad                               |            |   |   |   |            |   |   |   |   |
| 9  | Aplicación y desarrollo del experimento | X          | X | X | X | X          | X | X | X | X |

|    | Meses                                         | Agosto 2015 |   |   |   |
|----|-----------------------------------------------|-------------|---|---|---|
|    | Semanas                                       | 1           | 2 | 3 | 4 |
| N. | Actividad                                     |             |   |   |   |
| 9  | Aplicación y desarrollo del experimento       | X           | X | X | X |
| 10 | Instrumentos de control                       | X           | X |   |   |
| 11 | Codificación y tabulación de los datos        | X           | X |   |   |
| 12 | Aplicación y tratamiento estadístico de datos | X           | X |   |   |
| 13 | Análisis e interpretación de los resultados   | X           | X |   |   |
| 14 | Elaboración de conclusiones y recomendaciones | X           | X | X | X |
| 15 | Elaboración del primer borrador del informe   | X           | X | X | X |
| 16 | Revisión del primer borrador                  | X           | X | X | X |

|    | Meses                       | Septiembre 2015 |   |   |   |   |
|----|-----------------------------|-----------------|---|---|---|---|
|    | Semanas                     | 1               | 2 | 3 | 4 | 5 |
| N. | Actividad                   |                 |   |   |   |   |
| 17 | Reajuste del primer informe | X               | X | X | X | X |
| 18 | Presentación del informe    | X               | X |   |   | X |

### **1.15 PRESUPUESTO**

| <b>DETALLE</b>          | <b>VALOR<br/>TOTAL</b> | <b>OBSERVACIONES</b>                           |
|-------------------------|------------------------|------------------------------------------------|
| Recursos propios        | 144                    | Proporcionados por el<br>maestrante            |
| Recursos de autogestión | 3130                   | Proporcionados por la<br>Institución educativa |
| <b>Total</b>            | <b>\$3244</b>          |                                                |

### **1.16 DEFINICIONES DEL TRABAJO INVESTIGATIVO**

**Técnica:** Es la forma de ejecutar los movimientos (fundamentos técnicos) que permitan de forma exitosa resolver las tareas concretas de un juego o competencia.

**Táctica:** Es la forma de transformar la ejecución de los fundamentos técnicos para solucionar un problema que se presente en situaciones reales de juego.

**Ejecución, Técnica – Táctica:** Partiendo del método de lo fácil a lo difícil y del simple al complejo se procederá a ejercitar los movimiento, mediante un orden lógico, de arriba-abajo, de abajo-arriba, Individual, de grupo, de equipo; primero sin implementos y posteriormente se ejecuta con implemento. en el orden expuesto anteriormente , después en situaciones reales de juego (juego de

aplicación), señalándose con el método verbal y no demostrativo los errores cometidos durante la fase de aprendizaje y perfeccionamiento con el objetivo de rectificarlos y lograr su aplicación técnica correcta.

**Elementos técnicos del fútbol:** Recepción, Conducción, Pase, Tiro a puerta y Cabeceo

Etimológicamente el juego viene de:

1. Jocus: Que significa ligereza, frivolidad, pasatiempo
2. Ludus: Que es el acto de jugar.

**Juego:** La Real Academia Española lo define como: La acción de jugar, pasatiempo o diversión, su definición es algo no definida ya que es la actividad principalmente bajo su aspecto ocio. Concepto sociológico: Se puede definir el juego como actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptados. (J. Huizenga)

**Concepto psicológico:** Es la actividad espontánea y desinteresada que exige una regla libremente escogida que cumplir o un obstáculo deliberadamente puesto que vencer. El juego tiene como función esencial procurar al niño el placer moral del triunfo que al aumentar su personalidad, la sitúa ante sus propios ojos y ante los demás. (Guy Jacquir).

Arnolf Russell define el juego dentro de lo psicológico como una actividad generadora de placer que no se realiza con una finalidad exterior a ella; sino por sí mismas.

**Juegos Pre-deportivos:** Denominamos juegos pre-deportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes, exigiendo destrezas y habilidades deportivas específicas que se recomiendan para la iniciación deportiva en lo fundamental.

**Técnica para la conducción del balón:** Forma de realizar correctamente la acción de conducir el balón.

## **CAPÍTULO II**

### **FUNDAMENTOS TEÓRICOS QUE SUSTENTAN LA INVESTIGACIÓN**

Los antecedentes más remotos del juego de fútbol, se pueden citar alrededor del año 200 Antes de Cristo durante la dinastía, Han en China, el juego se llamaba, Tsu chu (Tsu significaba aproximadamente dar patadas). En el siglo XII se encuentran evidencias de algún tipo de fútbol practicado en Inglaterra, básicamente era un fútbol que tenía lugar entre equipos rivales en villas, ciudades, parroquias y pueblos.

El fútbol se encuentra clasificado dentro de los juegos con pelotas o juegos deportivos y considerado además como el más universal de los deportes por la gran multitud de seguidores, por su belleza, dinamismo y constante desarrollo. Surgió en 1828, y entre los elementos que favorecieron su difusión se encuentran lo común de sus reglas y los pocos recursos necesarios para su práctica, a lo cual contribuyó además la creación de la Internacional BOARD en 1882 y posteriormente la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), encargada de organizarlo y dirigirlo en la actualidad.

En el participaban una gran cantidad de jugadores y las porterías podían estar separadas a más de un kilómetro. En 1846 se realizó el primer intento serio de establecer un reglamento fue promovido por H. de Winton y J.C. Thiring en la Universidad de Cambridge, que prepararon un encuentro entre representantes de las escuelas públicas para intentar crear un juego de reglas estandarizado, llegaron a un acuerdo y formularon 10 conocidas como las reglas de Cambridge y que Thiring describió como el juego sencillo.

En 1855 se funda el Sheffield Football Club, el club más antiguo del mundo y en 1862 comenzó a existir el Notls Country, el club de liga más antiguo del mundo.

En Inglaterra, a causa de la salida de los hombres de sus centros laborales al campo de batalla debido a la primera Guerra Mundial, es que se logra la masificación de esta disciplina entre las mujeres, ya que ocuparon los puestos dejados por estos, y dieron continuidad a los equipos que existían, los cuales eran solo privilegio de los varones. El más exitoso de estos equipos fue el Dick Kerr's Ladies de Preston, Inglaterra, alcanzando resultados como el de un partido contra un equipo escocés en el que ganaron por 22-0.

El fútbol es un lenguaje que hablan dos equipos que, a través de los jugadores, transmiten mensajes que el público interpreta y descifra. En un lenguaje muy particular en el que cada elemento tiene un término exacto, un valor bien definido y como cualquier lengua, el fútbol también tiene léxicos y subcódigos que cada equipo recita desarrollando esquemas de juegos propios. Las frases y los términos con los cuales se tratan de comunicar los jugadores determinan el modo en el que un equipo ocupa su mitad de campo e invade la adversaria.

El profesor Anselmi (2003) lo clasifica como:

“Deporte complejo de cooperación-oposición, con demandas fisiológicas diversas que varían notablemente durante un partido. Sobre una base aeróbica predominante se mantiene un componente anaeróbico determinante en el resultado final.

Las demandas fisiológicas varían con el nivel de competencia, estilo de juego, posición en el campo y factores ambientales entre otros (León, Calero y

Chávez, 2014). El patrón de ejercicio puede describirse como interválico y acíclico, con esfuerzos máximos superpuestos sobre una base de ejercicios de baja o moderada intensidad. El tiempo de duración del juego es de 90 minutos, de los cuales el tiempo real de juego es aproximadamente de 60 minutos.

Cada competencia implica entre 1000 y 1200 acciones que determinan cambios de dirección y velocidad de carrera incluyendo el traslado de la pelota (habilidades técnicas). Existe un cambio de actividad cada 4 segundos aproximadamente, dando una información más sobre la naturaleza intermitente de este deporte.

Si bien la mayor parte de la actividad durante un juego de alto nivel se realiza a una intensidad baja o submáxima, no se puede subestimar la importancia de los esfuerzos de alta intensidad. Los jugadores generalmente tienen que correr con esfuerzo alto (velocidad crucero) o realizar un pique cada 30 segundos, aunque corren al máximo una vez cada 90 segundos. La coordinación de estos esfuerzos anaeróbicos, sean o no en posesión de la pelota, es crucial ya que su éxito juega un papel predominante en el resultado del partido.

Por su duración y por su volumen se puede afirmar que el fútbol es Aeróbico, claro está, y a simple vista podemos afirmar que la resolución de las jugadas más comunes en un partido no se resuelven por decirlo de alguna manera, a velocidad aeróbica, sino que se ejecutan a gran velocidad y con un elevado porcentaje de fuerza; entonces se encuentra una gran participación de los sistemas anaeróbicos alácticos y lácticos”.

En Hernández, José y Dapresa (2003) se clasifican al fútbol como “aeróbico anaeróbico alternado; netamente intermitente con secuencias de alta

intensidad, sustentado en un predominio aeróbico, pero las acciones determinantes en el resultado final son normalmente anaeróbicas.

El sistema energético aeróbico tiene una participación destacada, entre el 70 y 75 % del tiempo. Hay periodos cortos de ejercicio de alta intensidad entremezclados con periodos de ejercicio con baja intensidad.

Las carreras intensas no superan los 5 segundos a velocidad máxima, con periodos de recuperación de 2 segundos cada 2 minutos”.

Aunque no se pretende crear comparaciones para resaltar un sexo sobre el otro, es importante mostrar el comportamiento de algunas variables del juego que permitan conocer el límite de las mujeres en este deporte partiendo como es lógico de la comparación con los hombres.

Tejedor M. Marta y Valverde T. Karmele (2003) “en promedio un jugador de fútbol debería ser capaz de cubrir 8-12 Km. durante el transcurso del partido (- 2% de la distancia total cubierta por futbolistas de alto nivel se cumple en contacto con la pelota). Los mismos autores plantean que las mujeres cubren una distancia de 8,5 Km y que a una jugadora danesa se le midió 10,7 Km.

La Frecuencia cardíaca durante un partido es aproximadamente de 165 y 175 latidos por minuto (80% y el 85% de la Frecuencia cardíaca máxima). En las mujeres citados por los mismos autores es del 89 al 91% de la frecuencia cardíaca máxima. La intensidad de la glucólisis anaerobia medida de acuerdo a la formación de lactato, es muy variable en partidos de fútbol va desde valores de 3-4 mmol a 10-11 mmol para las mujeres; según los autores antes mencionados es de 5,1 mmol mas menos 9,1 en el primer tiempo y de 4,6 mmol mas menos 2,1 en el segundo tiempo. En promedio del consumo máximo de oxígeno de un

futbolista se encuentra en 53.7 mml/kg./min, en la mujer no varía sustancialmente lo que representa aproximadamente el 70% del máximo consumo de oxígeno.

Según los autores antes mencionados existen otras variables muy importantes como son las medidas antropométricas; el promedio de la talla de los futbolistas está entre 1,67- 1,86 metros, en las futbolistas entre 1,58- 1,69 metros, el por ciento de grasa en hombres futbolistas 8-13 % y en mujeres futbolistas de la selección danesa 20,1 %, 24,7 % en la élite inglesa, 25,1 %, en jugadoras universitarias y 18,3 % en la selección suiza. El peso en los primeros está entre 61- 86 Kg y en las mujeres entre 59-63 Kg.

En la actividad competitiva las mujeres están aproximadamente el 18 % del tiempo total de juego paradas, 38% caminando, el 21% trotando, el 18% trotando de forma lenta, el 7% trotando de forma moderada, aproximadamente un 3% saltando, un 2% en sprints cortos y un 2% corriendo de espalda.

Desde hace algún tiempo la Federación Ecuatoriana de Fútbol está retomando aspectos fundamentales para llevar al futbolista a la madurez deportiva a partir de incrementar la cantidad de partidos jugados tanto nacionales como internacionales, para así llevarlo con el tiempo a la altura del fútbol mundial en todas las categorías.

El fútbol ayuda al desarrollo multilateral y armónico de la personalidad, así como también contribuye a la formación integral del hombre nuevo por lo que resulta de gran importancia el trabajo con las nuevas generaciones a partir de los 9 -10 años la práctica del fútbol adquiere especial relevancia, se perfeccionan las acciones técnico – tácticas, se consolidan las habilidades y se comienza en despegue a la maestría deportiva.

## **2.1 LA PREPARACIÓN TÉCNICO-TÁCTICA COMO BASE DE LA ENSEÑANZA DEL FUTBOLISTA**

Los componentes de la preparación del deportista son aquellos que a largo o mediano plazo logren elevar la predisposición de los atletas para el logro de un resultado competitivo. En el Fútbol como en la mayoría de los deportes colectivos, o sea de los llamados juegos deportivos, se evidencian cada uno de estos componentes agrupados en las siguientes clasificaciones en la que coinciden muchos autores como Mahlo (1981) y Matvéev (1983) y Ozolin (1989), entre otros: preparación técnico-táctica, preparación física, preparación psicológica y preparación teórica.

Son varios esos componentes de la preparación del deportista, donde se encuentra la preparación física, la teórica, la psicológica, la técnica, la táctica y la unión de estas en grupos indisolublemente inseparables, cómo lo es la preparación técnico-táctica (Harre, 1989; Calero, 2013).

En el fútbol en especial Csánadi (1980), expone un tipo de clasificación para los elementos técnicos, los cuales se resumen en:

Movimientos sin balón:

- 1) El correr y cambios de dirección del futbolista
- 2) El salto del futbolista
- 3) El regate del futbolista sin balón (finta)
- 4) El toque de balón
- 5) La recepción
- 6) El cabeceo
- 7) La conducción

- 8) El regate
- 9) El ataje
- 10) El saque de banda
- 11) Los movimientos de defensa y ataque del portero.

El otro elemento constitutivo de este componente es la táctica, la cual en su acento epistemológico se refiere al método que se emplea para conseguir un objetivo.

Por su parte Sampedro (1999) define la táctica como “la combinación inteligente de los recursos motrices, de forma individual o colectiva para solucionar las situaciones de juego que surgen de la propia actividad competitiva”.

Así mismo Mora Ayllon (2000) define la táctica como “la forma de realizar acciones individuales, de grupo y de equipo o colectivas durante la lucha con el adversario de manera racional con la finalidad de alcanzar el máxima resultado”.

López León (2003) por su parte la define como “el elemento que conduce las actuaciones de los individuos y del grupo en la confrontación o interacción que surge en el juego y supone por tanto un factor de alto valor formativo”.

Desde un punto de vista psicológico María E (2005) citada por Cañizares (2009) define que “consiste en la utilización durante la lucha competitiva de conocimientos, hábitos y habilidades que le permitan realizar a los deportistas sus posibilidades físicas y psíquicas para vencer la resistencia de los adversarios que se esfuerzan por el mismo objetivo”. Es por eso que hace mención a dos componentes: la tarea, que es el objetivo planteado en función de las condiciones en que transcurre la lucha y se concretan el accionar y la solución,

es cuando a través de la actuación y con la ayuda del pensamiento del deportista o el equipo resuelve las tareas tácticas”.

Según Díaz, A. (2009), la formación técnico – táctica en el individuo se construye sobre la base de las capacidades físicas (velocidad, fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad) en función de crear un atleta con destrezas que le permitan su expansión motriz de forma eficaz en el juego, a través del cual pueda después de percibir y analizar las diversas situaciones y opciones que el contrario le plantea, emitir una respuesta adecuada, haciendo uso correcto de los fundamentos técnico – tácticos, tanto a la ofensiva como a la defensiva (Calero y González, 2015).

En cuanto a la preparación técnico-táctica en el fútbol según refleja el FIFA Coaching (FIFA, 2005) refiriéndose a este apartado expresan “el entrenamiento deberá consistir en confrontar a los jugadores con situaciones de juego relativamente simples al comienzo (pocos jugadores en espacios reducidos), aumentando luego la complejidad (varios jugadores en espacios más amplios y restricciones de técnica), para llegar finalmente hasta la confrontación de dos unidades de equipos, lo más similarmente posible a un partido real. Ello les permitirá prepararse para campeonatos y torneos bajo óptimas condiciones”.

Gracias a este tipo de entrenamiento, se elevará el nivel técnico-táctico de los jugadores, ofreciéndoles la posibilidad de reconocer la situación de juego y, naturalmente, de saber afrontarla individual y colectivamente.

Por su parte, Romero C. (2000) se refiere al entrenamiento del fútbol actual con una concepción global expresando que “podemos plantear actividades que sean "simuladoras parciales" de la competición, en ellas seleccionamos algunos aspectos parciales de la misma (ataque o defensa) y se intenta desarrollar o

mejorar. Igualmente, podemos modificar las situaciones reales buscando alguna mejora específica, por ejemplo, conseguir una mejor resistencia aeróbica; gesto técnico, incidir en el pase o en el tiro; o en una determinada estrategia ofensiva o defensiva”.

Dentro de la preparación técnico táctica se evidencian cada uno de los aspectos de juego como son los elementos técnicos en relación con la táctica deportiva, y para ello se han diseñado no solo ejercicios que cumplan con ese principio, si no test o pruebas de valoración del rendimiento en función de controlar tan importante indicador (Friol, Calero, Díaz y Guerra, 2012), así como las diferentes situaciones que se presentan durante el partido como jugadas uno contra uno, jugadas colectivas y de equipo a la ofensiva y a la defensa. Por otra parte, se modela la competencia y se preparan jugadas pre-elaboradas dentro de las que se encuentran las jugadas a balón parado, siendo estos componentes esenciales a tener en cuenta para la selección deportiva en diversos deportes de cooperación-oposición (Calero, 2011-2012-2013).

## **2.2 CARACTERÍSTICAS DE LAS TÉCNICA DE CONDUCCIÓN EN EL FÚTBOL**

Hoy el fútbol está caracterizado por un juego colectivo. A pesar de ello no se puede negar la eficacia de una de las formas del juego individual. La conducción del balón frecuentemente se utiliza para mantener el balón, es decir para ganar tiempo, cosa permitida por la deportividad puede ser utilizada con eficacia sobre todo cuando el adversario tiene la portería bajo constante presión.

La táctica atacante del fútbol moderno tiene como máximo... “Hacer llegar el balón desde la portería hasta la meta del adversario lo más rápidamente posible y con la menor pérdida de tiempo”(1), este objetivo puede ser alcanzado más eficazmente con entregas largas, con el pase del balón o acaso con cabeceos, lo que no quiere decir que la conducción del balón no es un medio eficaz y rápido sino que las otras acciones en el fútbol moderno son más eficaces, sin quitar que tengamos que utilizar la conducción del balón para llegar a la portería rival.

La conducción del balón es casi exclusivamente un arma individual pero que tiene influencias sobre el juego de conjunto. Es un arma individual porque su extensión no requiere indispensablemente de la cooperación dentro jugador como por ejemplo, la entrega del balón.

En la conducción del balón se pone de manifiestos diversas técnicas del futbolista, dónde una de las prioridades en la enseñanza son los golpes con el empeine, sea izquierdo, derecho o total. Por ello, se ha seleccionado el movimiento de conducción del balón para establecer la estrategia de trabajo, midiendo y evaluando mediante el control del entrenamiento los efectos positivos o no de la estrategia trazada con los ejercicios predeportivos creados. Tanto en la conducción del balón, como en la calidad del golpeo con el empeine izquierdo y

derecho tiene que tenerse en cuenta como indicador evaluable a través de metodologías observacionales específicas, dado que la observación suele ser un método empírico útil para determinar rendimientos deportivos en general, y rendimiento técnico-tácticos en particular (Calero, 2007; Calero y Suárez, 2012).

### **2.3 CARACTERIZACIÓN DEL GOLPEO CON EL EMPEINE INTERIOR**

El empeine interior es una zona del arco longitudinal interno del pie, que se extiende desde la base del primer metatarsiano hasta el tobillo interior. El toque de balón con el empeine interior es una modalidad de toque apta para pasar el balón fuerte a larga distancia. Aparte de esto, en caso de apuro, podemos enviar un balón de vuelo alto a distancia relativamente corta, gracias a la posición de la superficie de contacto.

Las posibilidades de utilización del toque con el empeine interior son casi ilimitadas. Es apto para pase corto, para pases largos lineales y transversales (cambios de juegos), para dirigir balones con efecto, para despeje, saque de penalti y también tiro a la portería. La gran ventaja del toque con el empeine interior es que el jugador teme menos a una lesión de su pie por la posición que este adopta en el golpeo y la estructura del movimiento Colectivo de Autores. Folleto Fútbol. EIEFD (2003).

## **2.4 LA TÉCNICA DEL TOQUE DE BALÓN CON EL EMPEINE INTERIOR**

“En caso de tocar un balón parado en el suelo, se emprende la carrera hacia el balón desde 6-7 metros del balón. La dirección de la carrera será diagonal a la dirección de marcha del balón, si chutamos con la pierna izquierda, nos colocamos a la derecha y viceversa, el ángulo de la carrera no debe ser mayor de 45 grados. La carrera debe ser efectuada con aceleración uniforme, siendo el último paso más largo y en forma de salto. La pierna de apoyo queda más distante del balón que en el toque con el interior del pie, aproximadamente unos 25-30 cm. del balón y hacia el lado. El plano longitudinal del pie forma un cierto ángulo con la dirección del toque. La articulación del tobillo debe estar junto al balón y situada paralelamente al centro. La pierna de apoyo se flexiona ligeramente en la rodilla, el tronco se inclina desde la cadera hacia el lado opuesto a la pierna que golpea y los brazos se balancean al lado del cuerpo equilibrando el mismo, donde el opuesto a la pierna que golpea indicará la dirección del golpeo. La mirada estará situada en el balón.

Simultáneamente con el último paso alargado de la carrera empezamos el movimiento hacia atrás de la pierna que golpea. Sólo tenemos que girar la pierna desde la cadera para que el eje longitudinal del pie haga un ángulo de 30-40 grados con la dirección del balón. Así, pues la punta de la bota mira hacia fuera. Simultáneamente con el impulso hacia atrás desde la cadera, la pierna se lanza hacia atrás desde la rodilla. Entonces las articulaciones y músculos están aún relajados. El movimiento siguiente es el impulso adelante y el toque de balón. En el momento de tocar el balón la rodilla está sólo ligeramente flexionada y las articulaciones están tensas. Tenemos que tensar sobre todo el pie en los tobillos. El pie alcanza el balón un poco lateralmente en su centro, en consecuencia de lo cual éste recibe una ligera rotación. Dependiendo de la altura que se desee lograr, debemos pegar el balón con el pie debajo de su centro, a la misma altura, o

encima de él. Los músculos más implicados en el golpeo son los del cuádriceps, pero también en el momento de la retroversión de la pierna el bíceps femoral y el glúteo mayor, las articulaciones coxofemoral, femurtibialrotuliana y la tibioperoneastragalina son las más implicadas en el movimiento, las cuales unen los pares cinemáticos formados por pie-pierna, pierna-muslo, muslo-tronco” Csanádi, Arpád (1983).

## **2.5 EL PAPEL DEL JUEGO EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA**

Es importante decir desde un principio que la formación deportiva, es un proceso perspectivo o de largo alcance, por lo tanto resulta totalmente lógico observar dentro del mismo varias etapas como parte de su desarrollo. Es decir, aunque queramos lograr nuestros objetivos en esta etapa como entrenadores o profesores, no podemos olvidar que estamos trabajando con niños y que esto constituye una tarea delicada. El niño aprende jugando (Calero y González, 2014), la enseñanza de los elementos técnicos y tácticos debe tener una relación de acuerdo a las características de la etapa, es importante que la actividad lúdica aquí sea rectora porque a partir del mismo se logrará el desarrollo del pensamiento táctico y la motivación en el niño es por ello que a continuación relacionamos las características psicomotrices de la edad y sus particularidades anatómo-fisiológicas a tener en cuenta en la implementación de los juegos.

## **2.6 LAS CARACTERÍSTICAS PSICOMOTRICES DE LAS EDADES**

Los niños de esta categoría donde aparece una parquedad de los movimientos, se expresa una evolución paulatina hacia una ejecución más ajustada a los fines, desapareciendo los movimientos innecesarios, ellos son más precisos, aumentando la comprensión de las tareas motrices: la ejecución de los ejercicios vinculados al mantenimiento del equilibrio, los saltos de longitud y altura, las carreras y los ejercicios de coordinación compleja que exigen una

concentración especial de la atención. Evitar los ejercicios tales como: los saltos en el lugar y con palmadas, pues provocan excitación acompañada de distracción y disminución de la estabilidad de la atención. Está bien desarrollada la capacidad de anticipación a los movimientos propios y ajenos. Se manifiesta la rapidez en el aprendizaje de nuevas acciones, así como la adaptación cinética a diversas condiciones. Aumentan considerablemente las capacidades de fuerza, rapidez, movilidad y coordinación.

Es indispensable considerar el proceso evolutivo del niño para diseñar el proceso de desarrollo de capacidades y habilidades motrices. Dicho proceso está estructurado en etapas:

- 1) Infancia: 6- 7- 8 años
- 2) Etapa Pre-puberal (Niñas 9 – 10 años) (Niños 10-12 años)
- 3) Etapa Puberal (Niñas 11 – 13 años) (Niños 12 - 14 años)
- 4) Etapa Pos-puberal (14 -18 años)<sup>2</sup>

Asumimos por la clasificación la caracterización de la etapa Pre-puberal donde radican los rangos de las edades en donde se realiza la investigación (9-10 años), por ser las características que posee la escuela donde estudian en función de las normas docente-educativas de la República del Ecuador.

Las caracterización de estas edades se establece teniendo presente sus comportamientos básicos, dado que estos influyen indisolublemente en el diseño de los contenidos de la preparación deportiva, y por ende en el diseño de las distintas pruebas de valoración del rendimiento, con énfasis en los test pedagógicos, tal y como se plantea en Calero (2013).

---

<sup>2</sup> M.Sc. Herminia Watson (2008). Teoría y Práctica de los Juegos.

Algunos de los aspectos psicomotrices fundamentales se evidencian a continuación:

**Aspectos Cognitivos:** en esta etapa el niño comienza a presentar autonomía y autodeterminación. Una actitud dirigida hacia el exterior, hacia el conocimiento del mundo que le rodea. También inicia la vida en grupo, o sea la vida entre amigos, normalmente del mismo sexo, observándose una gran unidad dado que se ayudan mutuamente. El niño comienza a elegir modelos de conducta, fijándose en personas de mayor edad que los motiva e impresionan. La participación polifacética también es una de sus características básicas en términos de participación en diversos grupos, como la familia, un grupo de la iglesia u otra organización. La responsabilidad también es una característica que se profundiza en estas edades, y es una de las bases de la permanencia en los grupos que él niño selecciona para establecer sus relaciones interpersonales primarias. Adicionalmente a ello, se resume y enuncian los siguientes:

- 1) La atención es mayor pero es evidente un desasosiego general.
- 2) Esta edad es intelectualmente más curiosa que la anterior y generalmente aventureras.
- 3) Se desarrolla la capacidad analítica, pudiendo organizar nociones especiales espaciales y de tiempo
- 4) Predomina la realidad sobre la imaginación

**Aspectos Motrices:** Se incrementa la riqueza motriz en estos años, siendo sus capacidades motrices mucho mejor controladas que años anteriores, por lo cual la capacidad coordinación es vital en estas edades. Se desarrollan habilidades manuales sin sincinesias, realizando cosas con cierta independencia de los demás, prefiriendo tomar iniciativas personales y no seguir a pie de la letra las orientaciones de padres y maestros, desarrollando la creatividad, afianzándose

dicha características a través de los años y la influencia del grupo. Adicionalmente a ello, se resume y enuncian los siguientes:

- 1) Es más lento que en el estadio anterior
- 2) La coordinación mejora
- 3) Responden mejor a los esfuerzos de resistencia
- 4) La recuperación después del esfuerzo

**Aspectos Afectivos:** En estas edades el niño comienza a tener sentimientos de espera, de inferioridad, ocurriendo entre otras cosas, por las exigencias de los adultos, sentimiento de ausencia del adulto, el cual maneja según sus conveniencias, pudiendo prescindir de ellos o necesitarlos en caso de no poder realizar una tarea. Se desarrolla la conciencia del porvenir, de que el futuro se acerca y tiene responsabilidades que asumir, los cuales puede desarrollar en conjunto con el grupo, afianzándose la relación con este, sus sentimientos de unión y realización. El desarrollo social se incrementa debido a la necesidad de formar grupos del mismo sexo y de la misma edad, teniendo un jefe, el cual puede ser positivo o negativo en dependencia de las relaciones sociales que se establezca y sus interacciones con el medio que los rodea. Adicionalmente a ello, se resume y enuncian los siguientes:

- 1) Se desarrolla la toma de decisiones
- 2) Pierde la ingenuidad del comportamiento
- 3) Discute sobre lo correcto e incorrecto
- 4) Disminuye la timidez y aparece la acción
- 5) Cauteloso y atrevido
- 6) Entrometido, entusiasta
- 7) Se interesa por las actividades
- 8) Comienza a percatarse por el comportamiento correcto

Por ello, en la enseñanza-aprendizaje de estas edades se establecen los siguientes objetivos que, de alguna manera deben estar presentes en los contenidos de la preparación del deportista del fútbol de iniciación. Estos son:

- 1) Continuar desarrollando el aparato psicomotor por el mejoramiento de las perfecciones y coordinaciones
- 2) Mejorar los movimientos básicos relacionados con la postura
- 3) Desarrollar la capacidad de análisis
- 4) Integración al grupo con eliminación del individualismo

Los 9 años al compararlo con el pequeño escolar que inició años atrás se puede apreciar cuánto ha cambiado, cuantas transformaciones se han producido él y cuánto es capaz ya de lograr en las diferentes actividades. Las influencias educativas que actúan sobre él, familia, comunidad, medios de difusión y fundamentalmente las actividades docentes han contribuido a la formación de nociones elementales acerca de la variedad de cambios y transformaciones que ocurren en los hechos y fenómenos de la vida natural y social.

Los niños de estas edades cierran el primer ciclo de la educación primaria, debe ser por tanto, un momento de balance y reflexión por parte de los maestros acerca de los objetivos del ciclo y su nivel de logro en cada uno de los alumnos de los grupos que atiende. Este ciclo tiene carácter preparatorio ya que ha de propiciar y reafirmar el interés por conocer.

En cuanto a desarrollo físico se advierte un aumento de la talla del alumno en cuanto al grado anterior, mayor dominio y precisión en los movimientos, proporcionalidad entre las partes del cuerpo (tronco – extremidades), aunque a finales del curso comience a despuntar cierta desproporcionalidad y a

manifestarse algunos rasgos de los caracteres sexuales secundarios, los que repercuten pero no siempre de igual forma en su desarrollo psíquico.

El maestro de este grado debe conocer que en los niños de estas edades 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 su interés y que la propia ejercitación, al adquirir un sentido para ellos optimice su estado emocional, también está como objetivo principal lograr una buena relación padre – entrenador – alumno – escuela para un mejor desarrollo de su personalidad.

Finalmente es oportuno señalar que los niños de esta edad necesitan jugar no solo para satisfacer sus necesidades de movimiento sino también las cognitivas y muy especialmente las de comunicación. El profesor debe entender que el juego compensa el cumplimiento responsable y a veces agotador que pueden plantear otros tipos de actividades docentes, el mismo debe recordar que uno de los objetivos fundamentales de este ciclo es continuar desarrollando habilidades motrices básicas y capacidades condicionales, coordinativas y de flexibilidad en correspondencia con las exigencias del grado, manteniendo una adecuada postura y correcta orientación en el espacio al realizar las actividades.

## ***2.7 CARACTERÍSTICAS ANÁTOMO-FISIOLÓGICAS DE LA ETAPA PRE-PUBERAL***

Las características básicas desde el punto anatómico y fisiológico en los sujetos estudiados son los siguientes:

- a) Se observan modificaciones sustanciales en todos los órganos y tejidos del cuerpo.

- b) Se forman todas las curvaturas vertebrales: cervical, pectoral y de la cintura.
- c) La osificación del esqueleto aún no es completa (debido a lo cual poseen gran flexibilidad y movilidad).

## **2.8 CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS**

En continuación con la temática a tratar el juego desarrolla virtudes y aptitudes, crea hábitos indispensables para su práctica, los que al mismo tiempo son los mismos que se necesitan para el éxito en otros aspectos de la vida como en lo artístico, en lo intelectual, lo moral, etc. ya que el juego es un medio de educación y preparación para la vida, es por esto que, la evaluación de las categorías escolares debe tener presente el propio juego como variable imprescindible en el control de la preparación (Calero y Suárez, 2005) antes y durante de proceso de dirección del entrenamiento deportivo (Barroso, Calero y Sánchez, 2015). El deporte como tal se debe convertir en un acápite de apoyo en la formación integral de nuestros niños futuros atletas, lograr la enseñanza de esta disciplina deportiva a través de juego para aumentar el nivel de eficiencia en este sentido se hace una tarea de todos los colaboradores y entrenadores que defendemos este deporte.

Muchos han sido los estudios realizados en torno al juego, sin embargo, no existe una definición precisa que pueda abarcar todo lo que representa el juego, sobre todo en la vida de los niños. El juego posee un variado complejo y rico contenido lo que imposibilita ofrecer una completa concepción de su naturaleza teniendo en cuenta la influencia que ejerce en disímiles esferas de actuación del hombre.

Debido a lo antes expuesto entendemos necesario detenernos en algunas definiciones del juego, reflejando los puntos de vista de varios autores, resaltando la importancia que le atribuyen al mismo mediante lo que pretendemos destacar por qué elegimos el juego y no otro medio para contribuir al desarrollo de capacidades físicas, perfeccionar habilidades motrices deportivas del Fútbol e incluir las dificultades que presentan los atletas según los entrenadores encuestados. Procedemos a continuación con la clasificación de los juego según criterios de varios autores.

Según Guy Jacquin (1958) por la edades

- 1) Etapa de 3-5 años: Juego de proeza en solitario
- 2) Etapa de 5-6 años: juego de imitación exacta Etapa de 6-7 años    juego de imitación ficticia
- 3) Etapa de 7-8 años: juego de proeza en grupo y colectivos descendente
- 4) Etapa de 8-9 años: juego colectivos ascendente
- 5) Etapa de 10-11 años: juego en grandes colectivos

Según Jean Chateau: por sus características generales

- 1) Juegos reglados
- 2) Juegos no reglados

Según considera el autor basado en los avanzases recientes de las ciencias aplicadas a la actividad física y el deporte.

- 1) Por la forma de participar: Individuales o colectivos
- 2) Por su ubicación: Interiores: áreas techadas (gimnasios, salas polivalentes, etc.) o exteriores: áreas al aire libre

- 3) Por la intensidad del movimiento: Alta Media o Baja Alta: juegos de larga duración, Donde se requiere de gran preparación física. Media: requiere de alguna preparación física y el dominio de algunas habilidades básicas, con algunos elementos técnico -tácticos sin grandes exigencias los pre-deportivos. Baja: juegos pequeños, que tienen poca duración, muy sencillos en su ejecución
- 4) Por sus características: Pequeños, Pre-deportivos, Deportivos y Recreativos. Pequeños: Juegos de organización sencilla, pueden o no tener implementos, su duración y participación no están sujetas a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos ni materiales especiales utilizados para desarrollar habilidades básicas motrices como saltar correr.
- 5) Por la actividad desarrollada: Sensoriales: Objetivo desarrollo de los órganos de los sentidos (auditivos, táctiles, visuales, del gusto, el olfato, la orientación) Gallinita ciega, ¿Quién falta aquí?, ¿Qué es esto?
  - a) Motrices: Objetivo desarrollo de actividades dinámicas, Caminar correr, saltar lanzar, equilibrio, coordinación, de posición cuadrúpeda
  - b) Dramatizados: Desarrollar imaginación y creatividad, Juegos de actuaciones y representación de personajes, animales o cosas, los juegos de roles (Las ardillas sin casas).
  - c) Imitación: Juegos de expresión corporal, reproducción de imágenes, gestos movimiento de un a persona ,animal o cosas, sin llegar a la actuación de dicho personaje.

En los juegos pre-deportivos, el deporte es el verdadero centro de interés pedagógico, y todos los elementos que se utilicen incluyendo al propio juego prepararán al alumno para esa actividad mayor denominada deporte. Los juegos son denominados pre-deportivos porque son un vehículo para acceder al deporte.

A partir de las clasificaciones que anteriormente se abordaron se definirán los siguientes términos:

Según colectivo de profesores de la asignatura:

**Pre-deportivos:** Son aquellos que tiene elementos de la técnica de los deportes, así tenemos pre-deportivos de fútbol, baloncesto, atletismo o de gimnasia rítmica entre otros.

Tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales. En ellos se propicia la adquisición de determinados movimientos, acciones y habilidades primarias que servirán posteriormente de manera sencillas del deporte.

- 1) Básicos: Para utilidad de varios deportes
- 2) Específicos: Para un único deporte
- 3) Simples: Con un elemento técnico
- 4) Combinados : Varios elementos

Sin exigencias técnicas ni reglas oficiales:

- 1) Deportivos: Son aquellos en los que realizan las acciones técnico tácticas de los juegos deportivos.
- 2) Recreativos: Cualquier tipo de juego realizado en tiempo libre con fines recreativos

Las propuestas de los juegos Pre-deportivos por edad, y en especial para los niños, de acuerdo con el criterio de Nek Krupskaia(1987) estos canalizan en gran medida necesidad del organismo en esta etapa a través del cual se educa en ellos ante todo la independencia, las cualidades sociales, el colectivismo, el sentido de

la amistad y ayuda mutua y en nuestra opinión acentúa el estereotipo de la ejecución a nivel cortical de las ejecuciones motoras primarias relacionadas con la actividad deportiva en cuestión.

Para el desarrollo de esta investigación se tuvo en cuenta algunas referencias bibliográficas. A continuación definiremos el concepto de juego a través de diversos autores:

Los juegos motrices provocan fundamentalmente sensaciones musculares, que van agudizar la percepciones visuales, auditivas, táctiles.

Con relación a esto Krupskaia (1987) señalaba la importancia de despertar en los niños el interés hacia la técnica y mantenerlo.

Los juegos motrices adquieren gran importancia para el desarrollo general del niño y la niña. P.F.Lesgaft consideraba los juegos de movimiento, como uno de los medios más importantes de la Educación Física del niño-niña. En estos juegos los niños y niñas adquieren rapidez, resistencia y coordinación de los movimientos, fortalecen su organismo y educan la voluntad.

N.K.Krupskaia planteaba grandes requisitos ante la pedagogía del juego. Señalaba que el juego es una necesidad del creciente organismo infantil y que a través de él se desarrollaban las fuerzas físicas del niño, su mano se torna más dura, su cuerpo más flexible, su vista más aguda, se desarrolla su raciocinio su entereza y su iniciativa. A través del juego se desarrollan en el niño- niña hábitos de organización, paciencia, habilidad para sopesar las diversas situaciones, y que tienen una grandísima importancia educativa, que fortalecen la voluntad, educan el espíritu de justicia y habilidad de ayudar a los demás cuando están en apuros.

Las particularidades de la edad, el sexo, el nivel de preparación física y los conocimientos alcanzados por los participantes.

Es importante señalar que los juegos deben tener un determinado grado de dificultad en correspondencia con la edad, para que los jugadores con su esfuerzo logren cumplir los objetivos, no obstante el nivel de dificultad debe ser alcanzable tanto desde el punto de vista motriz como intelectual. Esto posibilitará adquirir confianza en cuanto a sus posibilidades lo que estimulará en gran medida a los participantes.

El juego debe ser utilizado por los entrenadores en estas categorías como un importante punto de unión para el aprendizaje y desarrollo de las habilidades motrices deportivas correspondiente en este caso a Fútbol el juego implica un trabajo colectivo, y constituye un medio idóneo donde el atleta puede comenzar a tomar responsabilidad con sus acciones; con el juego se incita a poner en práctica los ideales de ayuda mutua, de cooperación y se forman en ellos valores como el humanismo, el colectivismo, etc. los que posibilitan a los niños una mejor relación con sus semejantes, ya que ganan confianza, adquiere responsabilidad habituándose a la disciplina y a la necesidad de ella, a la armonía de los movimientos todos estos elementos muy relacionados con la génesis misma del Fútbol.

## **2.9 CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS**

Los juegos predeportivos normalmente aplicados en las edades de estudio tienen como objetivo fundamental iniciar a los alumnos en el aprendizaje de los elementos fundamentales de las técnicas, conducción y pases, saque y recibo propios del deporte, además de propiciar el desarrollo de las habilidades motrices básicas y capacidades físicas. Estos juegos se caracterizan por su sencillez y

carácter competitivo permitiéndoles a los alumnos el conocimiento de algunas reglas de los diferentes deportes que se tratan en el grado y en grados posteriores. Además por su forma lúdica ayudan a la formación de valores en los educandos.

## ***2.10 FACTORES A TENER EN CUENTA PARA EL DISEÑO DE JUEGOS Y/O EJERCICIOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DEL FUTBOL***

Como estrategia investigativa, se traza un grupo de factores a tener presente para el diseño de los juegos predeportivos en general, en conjunto con los ejercicios que acompañan sus contenidos. Los mismos se describen a continuación:

- 1) **Metodología de la enseñanza de los juegos:** Para la ejecución de los juegos es necesario que tenga una organización igualmente ocurre con la enseñanza o aprendizaje de los juegos en función de una labor educativa y formativa, lo cual quiere decir que se deben aplicar métodos apropiados de trabajo para obtener con menos esfuerzo los objetivos propuestos. El profesor debe tener presente tres aspectos importantes que por sus características están muy relacionadas entre sí como son, las indicaciones del juego, su enseñanza y la aplicación del mismo. Pero dentro de estos tres aspectos existen tareas específicas en cada uno de ellos.
- 2) **Motivación del juego:** Este factor está relacionado con la selección y ser aceptado por los alumnos. El juego no debe imponerse antes de comenzar, el profesor debe entusiasmar a los alumnos mediante una conversación sobre alguna forma práctica. Por lo general se ha planteado que de una buena motivación depende el éxito de la actividad.
- 3) **Organización del juego:** Para este aspecto se debe tener en cuenta algunas como son, la formación de equipos balanceados (sexo, edad, desarrollo físico de los alumnos) para evitar desniveles entre los equipos y

que decaiga el interés por la actividad .Al formarse los equipos ,todos deben tener igual cantidad de integrantes ,también prestar atención a la preparación del terreno o área de juego ,así como, también la distribución y organizaciones necesarias de los materiales a utilizar.

- 4) **Enseñanza del juego:** En esta fase se demuestra y se ejecuta el juego.
- 5) **Demostración del juego:** No es más que la aclaración de los objetivos propuestos en el juego explicando de manera sencilla la victoria .Posteriormente se demuestra y preparan las condiciones para que este sea ejecutado.
- 6) **Ejecución del juego:** Esta ejecución no comenzará hasta que la totalidad de participantes hayan comprendido el juego, ocupadas sus posiciones, estén correctamente ubicados y atentos. El juego puede repetirse de acuerdo a la circunstancia (objetivo, tiempo e interés por parte de los alumnos).
- 7) **Aplicación del juego:** Consiste en la fijación de las reglas y en poner esta actividad al servicio de muchas más, de modo que en materia de aprendizaje puedan obtenerse beneficios.
- 8) **Estructuración de las reglas:** La fijación o estructuración de las reglas del juego se observan en la ejecución del mismo. Esto nos permite trabajar sobre un aspecto importante en la educación moral de los alumnos como el respeto a las reglas del juego y esto a su vez incide en otros aspectos. Además con esto se garantiza el propio conocimiento del juego y que en prácticas posteriores no sean necesarias realizar todos los pasos en su enseñanza, pues partiendo del señalamiento del juego y una breve practica los alumnos serán capaces de entrar directamente en la ejecución del mismo.

## **CAPITULO III**

### **DISEÑO DE LA PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 EL DISEÑO DEL BAREMO**

Un baremo es una herramienta construida y utilizada para evaluar diferentes méritos personales, estableciendo un grupo de normas fijadas por una institución o persona, es a la vez una escala de relevancia que establece posiciones ordenadas por méritos, tanto cuantitativa como cualitativas.

En la literatura científica aplicada a las ciencias de la actividad física y el deporte, se pueden consultar diferentes escalas para determinar distintos méritos como los niveles de rendimiento técnico-táctico (Calero, Suárez y Fernández, 2012 a,b) o niveles de aptitud física (Flores, Calero, Arancibia y García, 2014 a,b). Todos ellos posibilitan establecer comparaciones futuras que determinan distintos niveles del rendimiento.

En el caso que compete, se hace útil establecer baremos que delimiten las ventajas y desventajas del proceso, específicamente la relacionada con la conducción del balón como prueba o test de rendimiento, estableciendo los parámetros y metodología básica para su mejor comprensión.

Para el diseño de estos baremos, se utiliza la técnica de encuesta a 10 entrenadores especialistas en la materia objetivo de estudio (Fútbol), teniendo como características a cumplir las siguientes:

- 1) Más de 7 años en la profesión, siendo estos entrenadores de la categoría estudiada (9-10 años).
- 2) Un nivel de conocimiento alto relacionado con la temática estudiada.
- 3) Una titulación de educación superior que avale sus conocimientos.

- 4) Resultados deportivos en campeonatos regionales, provinciales y nacionales.

Los detalles del modelo de encuesta pueden consultarse en el anexo 1. Esta encuesta se cumplimenta con una pregunta adicional a los alumnos que participan en el proceso investigativo, los cuales coincidieron en un 100 por ciento en que les gustaron los juegos diseñados, motivándolos para la práctica del fútbol (última pregunta).

Sobre la construcción de los baremos puede consultarse en Capítulo IV.

### **3.2 JUEGOS PREDEPORTIVOS DISEÑADOS**

La estrategia establecida en la investigación parte del diseño de los ejercicios con carácter de juego pre-deportivo, estos posibilitarán desarrollar habilidades específicas en los alumnos, como es el caso de la conducción eficiente del balón del fútbol, variable fundamental a tener en cuenta para cumplimentar el objetivo “Diseñar y seleccionar juegos pre-deportivos que contribuyan a la mejora de la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito.”

En correspondencia con nuestra línea de investigación, las características psicomotrices y anátomo-fisiológica de los escolares de estas categorías que a nuestra opinión deben constituir el patrón que determina la selección hacemos la siguiente propuesta de Juegos Pre-deportivos.

Los juegos fundamentales se listan a continuación:

### **3.2.1 Juego 1: Conduce tu tren.**

**Objetivo:** Lograr que los atletas realicen correctamente la técnica de la conducción del balón con el interior del pie.

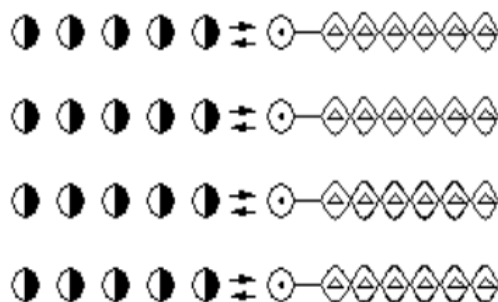
**Materiales:** Aros, balones, conos, silbatos.

**Organización:** Estarán formado en 4 hileras de 5 estudiantes cada una, ubicados unas al lado de la otra.

**Desarrollo:** Los alumnos estarán sujetos de la cintura del jugador que tienen delante excepto el primero que realizará la conducción. A la señal del profesor realizará la conducción entre obstáculos hasta llegar al último, le darán la vuelta, realizan la misma actividad dejan el balón en el aro y se efectúa el cambio de estudiante.

**Reglas:**

- a) La conducción se realizara caminando de forma rápida.
- b) Los participantes no pueden soltarse de la cintura del compañero.
- c) Si se le escapa el balón al alumno que realizó la misma los demás deberán esperar en el lugar hasta que el mismo recupere el balón e inicie la conducción.
- d) Gana el equipo que primero termine y que realice mejor la técnica. (Ver Figura juego no.1).



**Figura 1**  
**Conduce su Tren**

### 3.2.2 Juego 2: Condúcela y tráela.

**Objetivo:** Lograr que los atletas realicen correctamente la técnica de la conducción del balón utilizando el borde interno y externo del pie.

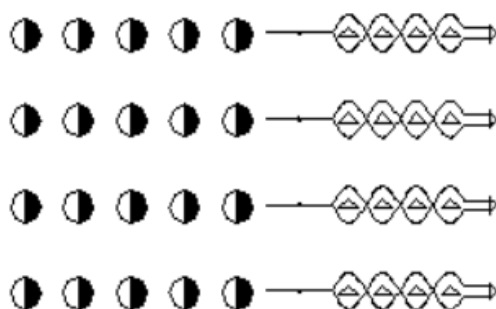
**Materiales:** Conos, balones, jabalinas y silbatos.

**Organización:** Estarán formados en 4 hileras de 5 estudiantes cada una, ubicados una al lado de la otra.

**Desarrollo:** A la señal del profesor saldrán conduciendo el balón y bordearán los obstáculos que encontrarán en el camino utilizando el borde interno y externo del pie, hasta llegar a la jabalina que estará colocada al final de los mismos, le darán la vuelta y regresarán realizando la misma actividad y así sucesivamente.

**Reglas:**

- a) La conducción debe realizarse utilizando el borde interno y externo del pie.
- b) La conducción deberá realizarse de forma ágil y enérgica.
- c) Gana el equipo que mejor realice la conducción del balón y que primero termine. (Ver Figura juego no.2).



**Figura 2**  
**Condúcela y Tráela**

### **3.2.3 Juego 3: Conduce y gana.**

**Objetivo:** Realizar la conducción del balón con manos y pies.

**Materiales:** Balones, aros, jabalinas y sogas.

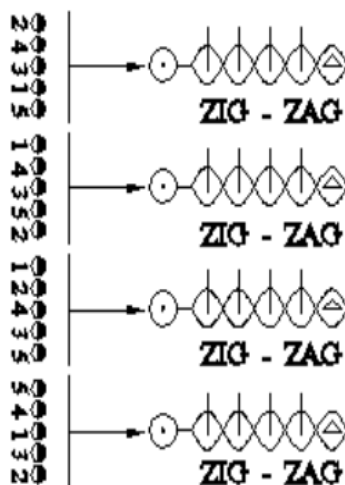
**Organización:** Estarán formados en hileras de 5 estudiantes cada una, ubicados unos al lado del otro.

**Desarrollo:** Los alumnos estarán situados detrás de la soga de su fila, cada alumno representa un número que va a memorizar, el profesor menciona un

número y los jugadores de los equipos que tienen este balón, tomarán el balón colocado en el aro de su equipo y realizarán conducción en zig – zag entre las jabalinas colocadas en el terreno, utilizando los pies le darán la vuelta a los conos situados al final de las mismas y realizarán conducción en zig – zag pero esta vez utilizarán las manos dejan el balón en el aro y se incorporan nuevamente a su fila.

### Reglas:

- Gana el equipo que más puntos logre acumular.
- Se deberá colocar el balón dentro del aro. (Figura juego no.3).



**Figura 3**  
**Conduce y Gana**

### **3.2.4 Juego 4: Equilibrio y conducción.**

**Objetivo:** Lograr que los alumnos mantengan el equilibrio y realicen una correcta conducción del balón.

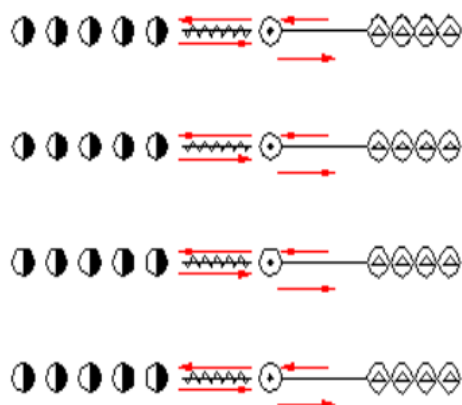
**Materiales:** Sogas, aros, pelotas, conos y silbatos.

**Organización:** Estarán formados en 4 hileras de 5 estudiantes cada una, ubicadas una al lado de la otra.

**Desarrollo:** A la señal del profesor los alumnos tratarán de caminar por encima de una soga colocada verticalmente delante de cada hilera, tratando de no perder el equilibrio, al pasar la misma tomarán el balón que estará colocado dentro del aro y realizará conducción del balón en línea recta (4 m) y después en zig – zag, le darán la vuelta al último cono, realizan la misma actividad y se incorporan al final de la hilera.

#### **Reglas:**

- a) La conducción del balón debe realizarse con ambos pies.
- b) Deben caminar por encima de la soga (no correr).
- c) El balón se debe colocar dentro del aro.
- d) Gana el equipo que primero termine y haya realizado el mejor recorrido.  
(Figura juego no.4).



**Figura 4**  
**Equilibrio y Conducción**

### 3.2.5 Juego 5: Conduciendo el balón.

**Objetivo:** Desarrollar habilidades motrices básicas y capacidades físicas en correspondencia con las exigencias del grado.

**Materiales:** Cajones suecos, balones, conos, jabalinas y aros.

**Organización:** Los alumnos estarán formados en 4 hileras de 5 estudiantes cada una, ubicadas unas al lado de la otra.

**Desarrollo:** A la señal del profesor, saldrán corriendo, saltarán por encima del cajón sueco que estará colocado delante de cada hilera, tomarán el balón colocado dentro del aro no.1 y realizarán la conducción en línea recta en una distancia de 10m hasta llegar al aro no.2, dejarán el balón y realizarán carrera rápida en una distancia de 3m hasta llegar al aro no.3, al llegar tomarán el balón colocado dentro del mismo y realizarán conducción entre obstáculos, le darán la

vuelta a la jabalina colocada al final y realizarán la misma operación toca la mano del compañero de su equipo y reincorpora al final de la hilera.

**Reglas:**

- a) La conducción en la línea recta deberá realizarse solo con la pierna derecha.
- b) En el zig – zag se deberán utilizar ambas piernas utilizando el borde interno y externo del pie.
- c) Gana el equipo que primero termine.

**3.2.6 Nombre: Saca Tu licencia**

**Objetivo:** Ejercitar los elemento técnicos Conducción, Pase y Recepción de balón, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, Conos, Marcadores, etc.

**Organización:** Se forman 2 equipos en columnas detrás de una línea de salida, a una distancia de 3 a 4 metros (aproximadamente) delante de cada equipo se colocan hileras de 8 conos o marcadores separados entre sí a una distancia de 1 metro. Que representan los obstáculos.

**Desarrollo:** A la señal del entrenador, el primer integrante de cada equipo sale conduciendo el balón en forma de zig zag a través de los conos. Una vez alcanzado el último obstáculo el conductor busca ángulo y pasa el balón al

próximo que aún está en la formación y comienza su turno de conducción. Se incorpora y forma en su hilera al final. Gana el equipo que primero termine.

**Variantes:** Regresar Conduciendo el balón hasta la línea de salida

**Regla:**

- a) No efectuar el pase sin haber sobrepasado el último cono.

### **3.2.7 Nombre: *Balón al medio***

**Objetivo:** Ejercitar los elementos técnicos, Conducción, Recepción, Pase del balón, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, Aro Plástico.

**Organización:** Se forman 2 equipos en hileras, uno frente al otro a una distancia de 20 metros. A la distancia media entre equipos o sea a 10 metros se coloca el aro con el balón dentro y se enumeran los integrantes de cada equipo.

**Desarrollo:** El entrenador nombrará dos números y estos saldrán a tratar de apoderarse del balón quienes primero lo hagan se convierten en ofensivos y los segundos en defensivos y comienzan a jugar 2 vs. 2 buscaran el apoyo de su compañero para conducir el balón hasta su línea de salida, Gana quienes lo logren.

**Variante:** Se puede mencionar uno o más de dos números.

**Regla:**

- a) El balón no puede ser lanzado a distancia debe ser conducido hasta la línea de salida.

**3.2.8 Nombre: El Dominador**

**Objetivo:** Ejercitar el elemento técnico recepción, Cabeceo y conducción de balón, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, Conos, Marcadores, etc.

**Organización:** Se forman 2 equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 8 metros de distancia, se coloca como marcador una bandera o cono.

**Desarrollo:** A la señal del entrenador, los primeros alumnos de cada equipo salen dominando el balón con los muslo (sin que este se caiga) hasta llegar al marcador una vez allí pasa el balón al próximo que aún está en la formación y comienza su turno de dominar. Se incorpora y forma en su hilera al final. Gana el equipo que primero termine.

**Variantes:** Dominio con los pies, con los muslo o con la cabeza.

**Regla:**

- a) De caerse el balón comienzan en el mismo lugar donde este se les cayó.
- b) Solo se auxiliaran con las manos en el dominio de cabeza.

### **3.2.9 Nombre: Los Bolos**

**Objetivo:** Ejercitar el golpeo de precisión, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, Bolos, Pomos plásticos, etc.

**Organización:** Se forman 2 equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 2 metros de distancia, se coloca un balón y de este a 8 metros de distancia en forma de triángulo se colocan 6 bolos.

**Desarrollo:** A la señal del entrenador los primeros integrantes de cada equipo salen y golpean el balón con el objetivo de derribar la mayor cantidad de bolos. Gana el equipo que más bolos en total logre derribar.

**Variantes:** Golpeo libre o de la forma y con el pie que el entrenador diga.

### **3.2.10 Nombre: Balón Maldito o Papa Caliente**

**Objetivo:** Ejercitar el Pase y Golpeo de precisión, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón

**Organización:** Formados en círculo en grupo hasta 8 integrantes con un radio no mayor de 3 metros aproximadamente y un balón por círculo.

**Desarrollo:** A la señal del entrenador y durante un conteo de diez, los integrantes se pasarán el balón a un toque o dos toques máximo, aquel que posea el balón al finalizar el conteo se retirara hasta que quede uno solo.

**Variantes:** Más de un balón simultaneo.

**Reglas:**

- a) Saldrá quien retenga el balón o no haga el pase correcto.

**3.2.11 Nombre: La Cancha**

**Objetivo:** Ejercitar el elemento técnico recepción, golpeo, cabeceo, conducción por dominio, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón.

**Organización:** En una Cancha de Raketball, por parejas, tríos o individual.

**Desarrollo:** Los jugadores en turnos alternos por equipo, golpearan el balón solo con los segmentos corporales permitidos en el fútbol contra las paredes frontales y laterales de la cancha después de un picón, quien no lo logre pierde el tanto.

**Variante:** En Parejas, tríos o individual.

**Reglas:**

- a) Las del Raketball.

**3.2.12 Nombre: Ping Pong.**

**Objetivo:** Ejercitar los elementos técnicos, Cabeceo, Recepción y Pase, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, sogá

**Organización:** En un área delimitada con una línea intermedia (soga) y con hasta tres integrantes jugar ping pong solo con los miembros permitidos en fútbol

**Desarrollo:** Igual que en un juego de ping pong

**Variantes:** Uno o dos toques o sin límites de estos siempre que el balón no caiga en el propio terreno

**Reglas:**

- a) Es permitido el pase aéreo entre compañero del mismo equipo

**3.2.13 Nombre: FUTVOLEY**

**Objetivo:** Ejercitar los elementos técnicos, Cabeceo, Recepción y Pase, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón, sogá

**Organización:** En un área delimitada con una línea intermedia (soga) a dos metros del suelo y con al menos dos integrantes jugar voleibol solo con los miembros permitidos en fútbol  
**Desarrollo:** Igual que en un juego de voleibol

**Variantes:** Uno o dos toques o sin límites de estos siempre que el balón no caiga en el propio terreno

**Regla:**

- a) Solo tres pases aéreos igual que en el voleibol

### **3.2.14 Nombre: *El Capitán***

**Objetivo:** Ejercitar los elementos técnicos, mejorar la coordinación.

**Materiales:** Balón

**Organización:** Dispersos en el área

**Desarrollo:** Repetir las ejecuciones que realice el entrenador o quien este designe

**Variante:** Rotar el capitán

### **3.3 PROCEDIMIENTOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LOS JUEGOS**

Al enseñar o consolidar los juegos tenga en cuenta los Pasos Metodológicos:

- 1) Enunciación del Juego.
- 2) Motivación y Explicación.
- 3) Organización y Formación
  - a) Seleccione el juego adecuado en correspondencia con el contenido que se esté trabajando.
  - b) Al seleccionar el juego tenga en cuenta las posibilidades de los atletas en el momento de la preparación y el aprendizaje del equipo.

Para controlar el juego, ubíquese de manera que le permita observar la ejecución del mismo. Influya en los rasgos de la personalidad del atleta a través del proceso volitivo tales como el valor, perseverancia, toma de decisiones, entre otros, sobre la base del contenido motriz.

Basado en lo anterior, se recomiendan las siguientes reglas:

- 1) Tenga en cuenta como variar la carga en el juego.
- 2) La explicación del juego debe realizarse de forma clara, tratando de acompañarla con una demostración.
- 3) Para que los juegos contribuyan al desarrollo de las habilidades motrices se debe propiciar la repetición y perfeccionamiento de los mismos.
- 4) Se tendrá en cuenta la aplicación de variantes tanto por parte del entrenador que los va aplicar.
- 5) Vigilar porque se cumplan las reglas del juego de forma adecuada.
- 6) Corregir errores técnicos fundamentales.

- 7) Propiciar un ambiente alegre y favorable, aún y cuando hayan atletas que no lo realicen correctamente. Analice con ello de ser posible la causa del fracaso y motívelo para realizarlo nuevamente.
- 8) Al formar los equipos se deben variar los integrantes, con vista a fomentar la solidaridad, el compañerismo, etc.
- 9) Cambiar de juego o de actividad tan pronto aparezcan señales de desmotivación.
- 10) Emplee medios adecuados en el caso que lo requiera que no ofrezcan peligro.
- 11) De no contar con los medios que se requiere para el juego, pueden ser sustituidos por otros que cumplan la misma función.

Una vez aplicado los juegos propuestos, el autor emplea un test de salida para evaluar el desarrollo alcanzado por los atletas en el perfeccionamiento de la técnica de la conducción del balón.

Estos juegos, tal y como se ha establecido, se aplicarán durante cinco meses en la muestra de estudio, realizando un test antes y después del tiempo establecido, comprobando la existencia de mejoras o no en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo, al constatar la existencia de diferencias significativas entre las dos pruebas (Pretest y Posttest), siendo las diferencias positivas las buscadas en el presente trabajo.

## CAPÍTULO IV

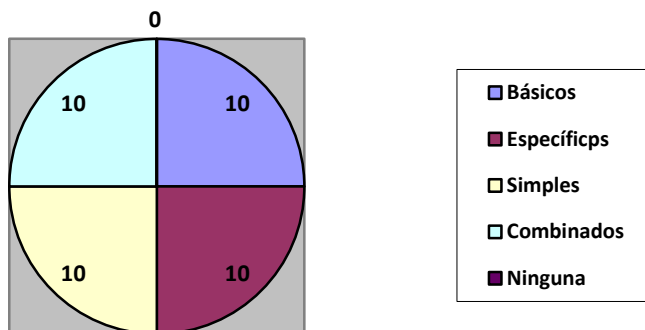
### ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Este capítulo establece los resultados alcanzados por el proceso de investigación. Se inicia por las respuestas presentes en las encuestas emitidas en el anexo 1.

#### **4.1 RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A ESPECIALISTAS-ENTRENADORES**

A continuación se muestran los resultados de dichas encuesta, en dónde se encuestaron a 10 profesores seleccionados al cumplir con las características señaladas.

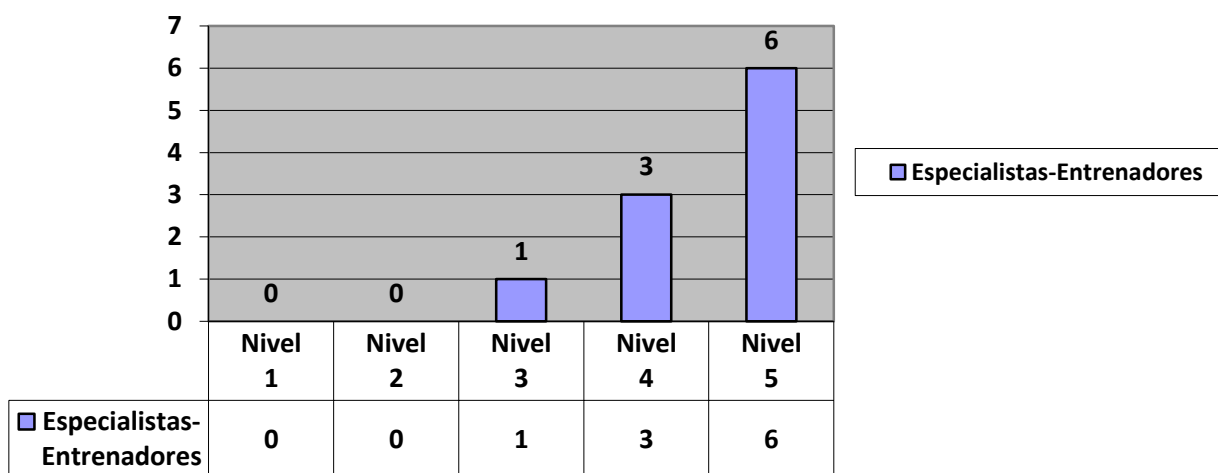
El Figura 5 da respuesta a la pregunta número 1 formulada “Cuántas clasificaciones de Juegos pre-deportivos usted conoce.”



**Figura 5**  
**Clasificaciones de juegos pre-deportivos conocidos.**

El Figura 5 estableció que los 10 especialistas-entrenadores encuestados conocen las cuatro clasificaciones existentes de los juegos pre-deportivos, y ninguno voto por la opción “Ninguna”. Existiendo un nivel de conocimientos básicos sobre la temática objeto de estudio.

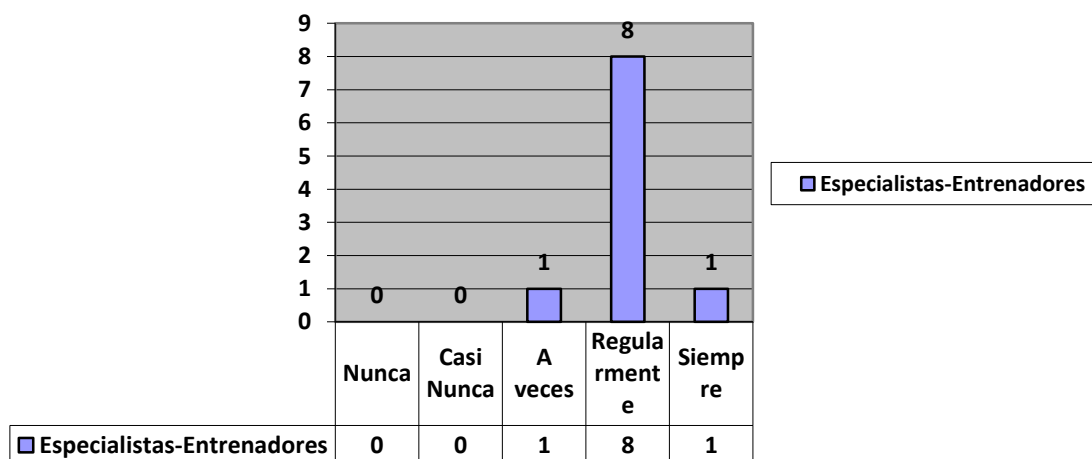
La pregunta número 2, presente en el Figura 6, establece las respuestas emitidas por los especialistas-entrenadores encuestados sobre la idea de “Qué importancia le concede usted a la utilización de juegos pre-deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos”.



**Figura 6**  
**Importancia concedida a la utilización de los juegos pre-deportivos en la enseñanza de los elementos técnicos.**

El 60 por ciento de los encuestados (6 especialistas entrenadores) consideraron la importancia más alta (Nivel 5) en la aplicación de juegos predeportivos en el proceso de entrenamiento del futbolista en las edades de estudio (9-10 años), tres encuestados consideraron un nivel 4 (30 por ciento) y un encuestado considero un nivel 3 (10 por ciento). Debido a los resultados de esta encuesta, el autor considera que la comunidad técnico metodológica considera muy importante la aplicación de los juegos predeportivos en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo en edades tempranas.

Las respuestas emitidas a la pregunta número tres de la encuesta (Anexo 1), relacionadas con “Cómo entrenador con qué frecuencia utiliza usted los juegos pre-deportivos para la enseñanza de los elementos técnicos.”, puede ser consultadas en el Figura 7.

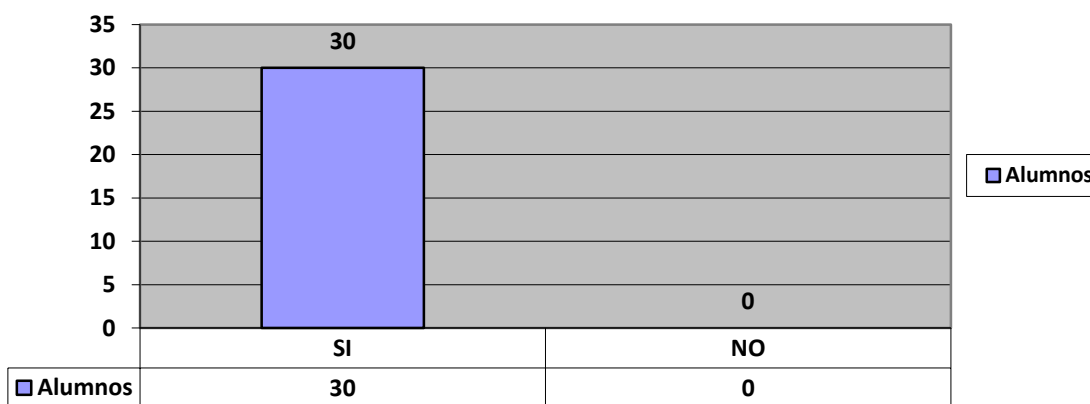


**Figura 7**

**Frecuencia de utilización de los juegos predeportivos en sus entrenamientos.**

La respuesta mayoritaria es “Regularmente” (8 encuestados: 80 por ciento), aunque estos aplican en la práctica los juegos predeportivos muchos se quejaban de la falta de implementos de trabajo, lo que limitaba la aplicación de los mismos con mucha más regularidad.

La pregunta final de la encuesta, fue dirigida a los alumnos que participaron en la investigación, se implementó una vez de aplicado los ejercicios o juegos predeportivos luego de los tres primeros meses. La pregunta “Te gustaron los juegos” puede valorarse en la gráfica siguiente.



**Figura 8**  
**Respuesta de los alumnos a la pregunta “¿ Te gustaron los juegos”**

El 100 por ciento de ellos (30 jugadores) coincidió en aceptar que les gustaban los juegos predeportivos diseñados (Figura 8).

## **4.2 TEST DIAGNÓSTICO DISEÑADO CON PARTICIPACIÓN DE ESPECIALISTAS**

Para la evaluación de la evolución de los jugadores sometidos a estudio, se ha diseñado pruebas de valoración del rendimiento o test, tal y como se especifica con anterioridad, valorando las características iniciales de la muestra, y aplicando nuevamente estos para determinar, luego de cinco meses de aplicado los ejercicios, la existencia o no de mejoras en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo.

La clave de evaluación se logra mediante la técnica de encuesta (Método empírico). Los votos a los diferentes niveles que delimitaron las claves se determinan en el siguiente estudio. Los especialistas entrenadores votaron para seleccionar las distintas claves de evaluación (M: Mal; R: Regular; B: Bien; MB: Muy Bien; E: Excelente) desde un máximo de 5 errores a un mínimo de cero errores cometidos, los cuales tienen relación con la cantidad de obstáculos que tumban los alumnos en los ejercicios diseñados por el autor. Al calcular la media aritmética final de los votos emitidos por los especialistas-entrenadores se determinó la cantidad de obstáculos derribados por nivel evaluativo.

**Tabla 1**

**Selección de las claves de evaluación del baremo. Encuesta a 10 especialistas entrenadores.**

| Entrenadores  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Valor<br>Establecido | Final | Aproximación<br>Matemática |
|---------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----------------------|-------|----------------------------|
| M (Mal)       | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5  | 4,7                  |       | <b>5</b>                   |
| R (Regular)   | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4  | 3,7                  |       | <b>4</b>                   |
| B (Bien)      | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3  | 2,8                  |       | <b>3</b>                   |
| MB (Muy Bien) | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1  | 1,7                  |       | <b>2</b>                   |
| E (Excelente) | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0  | 0,2                  |       | <b>0</b>                   |

Metodológicamente se establecen los pasos para la aplicación del test diseñado. Estos son los siguientes:

#### **4.2.1 Prueba 1: conducción del balón.**

**Objetivo:** Determinar mediante un diagnóstico las deficiencias que presentan los atletas en la realización de la conducción del balón.

**Desarrollo:** Los atletas deberán ejecutar de forma individual la conducción del balón entre obstáculos.

**Medios a utilizar:** Un balón, conos y silbato.

**Requerimientos metodológicos:** El autor refiere que para la realización de la conducción la misma se deberá realizar de forma enérgica y con la utilización de ambos pies.

#### **Clave de evaluación:**

- 1) 5 o más obstáculos chocados o tumbados ----- M
- 2) 4 obstáculos chocados o tumbados ----- R
- 3) 3 obstáculos chocados o tumbados ----- B
- 4) 2 y 1 obstáculos chocados o tumbados ----- MB
- 5) 0 obstáculos chocados o tumbados ----- E

La clave de evaluación establece el diseño final del baremo. La tabla 1 específica, a consideración de los especialistas-entrenadores, los distintos niveles establecidos por sus votos. La columna “Valor Final Establecido”, se calcula con la

media aritmética del total de votos emitidos por los encuestados, resultando el valor final de cada nivel con la aproximación matemática de la media establecida.

De esta manera, se establece la Clave de evaluación, con la categoría M (Mal) con 5 obstáculos tumbados o chocados, R (Regular) con 4 obstáculos tumbados o chocados, B (Bien) con 3 obstáculos tumbados o chocados, MB (Muy Bien) con 2 y 1 obstáculos tumbados o chocados, y Excelente (E) con ningún obstáculo tumbado ni chocado.

### **4.3 TEST COMPLEMENTARIOS A EVALUAR**

En las mediciones o test complementarios se aplica los siguientes ejercicios diseñados por el autor mediante una adaptación de otros autores. Estos son:

- 1) **Recepción y Pases:** de balón con el pecho, con los muslos y con los pies.  
Lanzado con las manos o pateado aéreo y rodando
- 2) **Tiros a puerta:** estáticos y en movimiento. 2 fuera del área grande, 2 en del área grande, 2 en el área chica
- 3) **Cabeceo:** ofensivos y defensivos, estáticos y en movimiento sobre balones lanzados a mano.

Indicadores de evaluación de los jugadores:

- a) Para Recepción
- b) Pase
- c) Tiro a puerta
- d) Cabeceo

**Clave para la evaluación de la recepción y pase.**

1. De 6 intentos acierta 6; alcanza: Excelente (E).
2. De 6 intentos acierta 5; alcanza: Muy Bien (MB)
3. De 6 intentos acierta 4; alcanza: Bien (B)
4. De 6 intentos acierta 2 ó 3; alcanza: Regular (R)
5. De 6 intentos acierta 1 ó 0; alcanza: Mal (M)

**Clave para el tiro a puerta y el cabeceo.**

1. De 6 intentos acierta 6, alcanza: Excelente (E).
2. De 6 intentos acierta 5, alcanza: Muy Bien (MB)
3. De 6 intentos acierta 4, alcanza: Bien (B)
4. De 6 intentos acierta 2 ó 3, alcanza: Regular (R)
5. De 6 intentos acierta 1 ó 0, alcanza: Mal (M)

**4.4 INFLUENCIA DE LOS JUEGOS PREDEPORTIVOS APLICADOS**

A continuación se describe la prueba o test de conducción del balón diseñada y aplicada en la fase inicial de la investigación (tercera semana o microciclo de entrenamiento).

**Tabla 2**  
**Prueba inicial de conducción del balón. Pretests**

| No.          | No. de obstáculos Chocados o Tumbados | Evaluación |
|--------------|---------------------------------------|------------|
| 1            | 6                                     | M          |
| 2            | 5                                     | M          |
| 3            | 4                                     | R          |
| 4            | 5                                     | M          |
| 5            | 5                                     | M          |
| 6            | 3                                     | B          |
| 7            | 6                                     | M          |
| 8            | 7                                     | M          |
| 9            | 3                                     | B          |
| 10           | 7                                     | M          |
| 11           | 4                                     | R          |
| 12           | 3                                     | B          |
| 13           | 5                                     | M          |
| 14           | 2                                     | MB         |
| 15           | 4                                     | R          |
| 16           | 5                                     | M          |
| 17           | 1                                     | MB         |
| 18           | 5                                     | M          |
| 19           | 4                                     | R          |
| 20           | 5                                     | M          |
| 21           | 4                                     | R          |
| 22           | 5                                     | M          |
| 23           | 4                                     | R          |
| 24           | 7                                     | M          |
| 25           | 4                                     | R          |
| 26           | 3                                     | B          |
| 27           | 3                                     | B          |
| 28           | 4                                     | R          |
| 29           | 6                                     | M          |
| 30           | 3                                     | B          |
| <b>MEDIA</b> | <b>4,40</b>                           | <b>R</b>   |

Las evaluaciones, según el baremo, establecieron como media aritmética o promedio un valor numérico de 4,40, que aproximadamente es de 4 puntos (Evaluación: Regular (R)). Luego de establecido la evaluación inicial desde el tercer microciclo (Tabla 2) se aplica nuevamente la prueba diseñada luego de cinco meses de implementación de la propuesta. Los resultados pueden consultarse en la tabla 3.

**Tabla 3**  
**Prueba Final de conducción del balón. Posttest**

| No.   | No. de obstáculos Chocados o Tumbados | Evaluación |
|-------|---------------------------------------|------------|
| 1     | 3                                     | B          |
| 2     | 3                                     | B          |
| 3     | 4                                     | R          |
| 4     | 4                                     | R          |
| 5     | 3                                     | B          |
| 6     | 1                                     | MB         |
| 7     | 2                                     | MB         |
| 8     | 2                                     | MB         |
| 9     | 0                                     | E          |
| 10    | 3                                     | B          |
| 11    | 1                                     | MB         |
| 12    | 0                                     | E          |
| 13    | 2                                     | MB         |
| 14    | 2                                     | MB         |
| 15    | 1                                     | MB         |
| 16    | 2                                     | MB         |
| 17    | 0                                     | E          |
| 18    | 1                                     | MB         |
| 19    | 1                                     | MB         |
| 20    | 2                                     | MB         |
| 21    | 2                                     | MB         |
| 22    | 3                                     | B          |
| 23    | 2                                     | MB         |
| 24    | 5                                     | M          |
| 25    | 4                                     | R          |
| 26    | 1                                     | MB         |
| 27    | 0                                     | E          |
| 28    | E                                     | E          |
| 29    | 3                                     | B          |
| 30    | 4                                     | R          |
| MEDIA | 2,10                                  | MB         |

El posttest determinó una media aritmética o promedio en las evaluaciones totales de 2,10, siendo la aproximación igual a 2 obstáculos tocados o tumbados, lo que indica una evaluación en el baremo de Muy Bien (MB). Evidenciándose una mejoría en el proceso, y una influencia positiva de los juegos predeportivos aplicados.

Dicha influencia positiva se estudia para valorar si es significativa o no. Para ello, se emplea la Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon y la Prueba de los Signos, bajo un nivel de significación de 0,01.

**Tabla 4**

***Comparación entre el Pretest y el Posttest realizado. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon y Prueba de los Signos.***

#### **Estadísticos descriptivos**

|          | N  | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo |
|----------|----|-------|-------------------|--------|--------|
| Pretest  | 30 | 4,40  | 1,453             | 1      | 7      |
| Posttest | 29 | 2,10  | 1,372             | 0      | 5      |

#### **Rangos**

|                    |                  | N     | Rango promedio | Suma de rangos |
|--------------------|------------------|-------|----------------|----------------|
| Posttest - Pretest | Rangos negativos | 25(a) | 13,96          | 349,00         |
|                    | Rangos positivos | 1(b)  | 2,00           | 2,00           |
|                    | Empates          | 3(c)  |                |                |
|                    | Total            | 29    |                |                |

a Posttest < Pretest

b Posttest > Pretest

c Posttest = Pretest

**Estadísticos de contraste(b)**

|                              |                   |
|------------------------------|-------------------|
|                              | Postest - Pretest |
| Z                            | -4,463(a)         |
| Sig. asintót.<br>(bilateral) | ,000              |

a Basado en los rangos positivos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

**Frecuencias**

|                          | N  |
|--------------------------|----|
| Postest - Pretest        |    |
| Diferencias negativas(a) | 25 |
| Diferencias positivas(b) | 1  |
| Empates(c)               | 3  |
| Total                    | 29 |

a Postest < Pretest

b Postest > Pretest

c Postest = Pretest

**Estadísticos de contraste(a)**

|                              |                         |
|------------------------------|-------------------------|
|                              | Postest<br>-<br>Pretest |
| Z                            | -4,511                  |
| Sig. asintót.<br>(bilateral) | ,000                    |

a Prueba de los signos

Tanto la Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon como la Prueba de los Signos determinaron una significación asintótica de 0,000, por lo cual se estable la existencia de una diferencia significativa entre las pruebas de conducción del balón antes y después de implementada la estrategia de juegos predeportivos. Las diferencias negativas se determinaron en 25, las positivas en 1, y los empates en

3 sujetos o jugadores estudiados, por lo cual cualitativamente se estableció una mejora en la conducción del balón de la mayoría de los jugadores sometidos a estudio, cometiendo estos menos errores con la prueba diseñada en el postest. Las pruebas complementarias fueron aplicadas en igualdad de condiciones a la prueba de conducción. Los resultados alcanzados se describen a continuación.

La tabla 5 evidencia los valores numéricos obtenidos de las pruebas complementarias antes y después de implementado la propuesta de juegos predeportivos. La prueba de Recepción en el pretest evidenció un nivel inicial de 2 aproximadamente (Regular: R), incrementándose cuantitativamente a 4 en el postest (Bien: B). Por otra parte, la prueba del Pase evidenció en los inicios una evaluación de 2 aproximadamente (Regular: R), incrementándose a 4 aproximadamente (Bien: B). La prueba de “Tiro a Puerta” su media se representó al inicio del periodo de entrenamiento con una evaluación del pretest de 2, lo que se evalúa de Regular (R), incrementándose el nivel luego de finalizado los cinco meses de entrenamiento y aplicación de los juegos predeportivos a 4, equivalente a Bien (B) según las escalas establecidas por el autor. La prueba del “Cabeceo” en la prueba pretest registró un nivel de 3, equivalente a Regular (R) e incrementando el indicador del postest a 5 (Muy Bien: MB) luego de transitar por la aplicación sistemática de los juegos predeportivos.

**Tabla 5**

**Comparación de las pruebas complementarias en el postest y el pretest.  
Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.**

| No           | Recepción |          | Evaluación Final | Pase     |          | Evaluación Final | Tiro a Puerta |          | Evaluación Final | Cabeceo  |          | Evaluación Final |
|--------------|-----------|----------|------------------|----------|----------|------------------|---------------|----------|------------------|----------|----------|------------------|
|              | Pretest   | Postest  |                  | Pretest  | Postest  |                  | Pretest       | Postest  |                  | Pretest  | Postest  |                  |
| 1            | 3         | 6        | E                | 2        | 4        | B                | 2             | 3        | R                | 3        | 5        | MB               |
| 2            | 3         | 5        | MB               | 2        | 4        | B                | 2             | 2        | R                | 3        | 6        | E                |
| 3            | 2         | 5        | MB               | 2        | 3        | R                | 1             | 3        | R                | 4        | 6        | E                |
| 4            | 4         | 5        | MB               | 1        | 3        | R                | 1             | 2        | R                | 2        | 6        | E                |
| 5            | 3         | 5        | MB               | 3        | 5        | MB               | 1             | 2        | R                | 4        | 6        | E                |
| 6            | 3         | 4        | B                | 2        | 5        | MB               | 1             | 3        | R                | 3        | 5        | MB               |
| 7            | 1         | 1        | M                | 4        | 4        | B                | 2             | 2        | R                | 2        | 4        | B                |
| 8            | 3         | 2        | R                | 2        | 6        | E                | 3             | 2        | R                | 1        | 5        | MB               |
| 9            | 1         | 3        | R                | 3        | 6        | E                | 3             | 3        | R                | 4        | 6        | E                |
| 10           | 1         | 3        | R                | 1        | 4        | B                | 3             | 4        | B                | 3        | 5        | MB               |
| 11           | 1         | 3        | R                | 1        | 3        | R                | 2             | 4        | B                | 3        | 6        | E                |
| 12           | 2         | 3        | R                | 2        | 4        | B                | 2             | 5        | MB               | 3        | 6        | E                |
| 13           | 1         | 4        | B                | 2        | 5        | MB               | 2             | 3        | R                | 2        | 6        | E                |
| 14           | 2         | 3        | R                | 2        | 4        | B                | 2             | 4        | B                | 2        | 5        | MB               |
| 15           | 1         | 2        | R                | 3        | 5        | MB               | 1             | 5        | MB               | 1        | 4        | B                |
| 16           | 1         | 3        | R                | 1        | 5        | MB               | 3             | 4        | B                | 3        | 4        | B                |
| 17           | 2         | 3        | R                | 1        | 4        | B                | 3             | 3        | R                | 3        | 5        | MB               |
| 18           | 2         | 4        | B                | 2        | 3        | R                | 2             | 4        | B                | 3        | 5        | MB               |
| 19           | 2         | 6        | E                | 2        | 3        | R                | 4             | 6        | E                | 1        | 2        | R                |
| 20           | 2         | 6        | E                | 2        | 2        | R                | 3             | 5        | MB               | 2        | 3        | R                |
| 21           | 3         | 5        | MB               | 2        | 3        | R                | 2             | 5        | MB               | 4        | 6        | E                |
| 22           | 3         | 4        | B                | 3        | 4        | B                | 1             | 3        | R                | 3        | 5        | MB               |
| 23           | 2         | 4        | B                | 4        | 4        | B                | 0             | 2        | R                | 4        | 6        | E                |
| 24           | 3         | 6        | E                | 5        | 6        | E                | 1             | 3        | R                | 5        | 6        | E                |
| 25           | 3         | 6        | E                | 3        | 5        | MB               | 2             | 3        | R                | 3        | 6        | E                |
| 26           | 1         | 3        | R                | 4        | 6        | E                | 0             | 5        | MB               | 2        | 5        | MB               |
| 27           | 1         | 3        | R                | 2        | 4        | B                | 1             | 4        | B                | 3        | 5        | MB               |
| 28           | 1         | 3        | R                | 3        | 3        | R                | 2             | 5        | MB               | 2        | 4        | B                |
| 29           | 3         | 3        | R                | 2        | 4        | B                | 1             | 3        | R                | 1        | 4        | B                |
| 30           | 2         | 4        | B                | 3        | 4        | B                | 1             | 3        | R                | 3        | 6        | E                |
| <b>Media</b> | <b>2</b>  | <b>4</b> | <b>B</b>         | <b>2</b> | <b>4</b> | <b>B</b>         | <b>2</b>      | <b>4</b> | <b>B</b>         | <b>3</b> | <b>5</b> | <b>MB</b>        |

Si bien se valora visualmente un incremento de todos los indicadores evaluables a través de las pruebas complementarias, se hace factible determinar si dicho incremento es significativamente diferente a favor de la segunda prueba o test (Postest). Las tablas siguientes evidencian lo planteado.

**Tabla 6**

**Comparación entre el pretest y el postest de la prueba complementaria Recepción. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.**

**Estadísticos descriptivos**

|         | N  | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo |
|---------|----|-------|-------------------|--------|--------|
| Pretest | 30 | 2,07  | ,907              | 1      | 4      |
| Postest | 30 | 3,90  | 1,348             | 1      | 6      |

**Rangos**

|                                    | N     | Rango promedio | Suma de rangos |
|------------------------------------|-------|----------------|----------------|
| Postest - Pretest Rangos negativos | 1(a)  | 4,50           | 4,50           |
| Rangos positivos                   | 27(b) | 14,87          | 401,50         |
| Empates                            | 2(c)  |                |                |
| Total                              | 30    |                |                |

a Postest < Pretest

b Postest > Pretest

c Postest = Pretest

**Estadísticos de contraste(b)**

|                           | Postest - Pretest |
|---------------------------|-------------------|
| Z                         | -4,590(a)         |
| Sig. asintót. (bilateral) | ,000              |

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

La significación asintótica se estableció en 0,000, bajo el nivel de significación esperado (0,01), por lo cual se establece la existencia de diferencias significativas al comparar el pretest y el posttest. Dado que de los 30 sujetos sometidos a estudio 27 mostraron Rangos Positivos, contra solo dos empates o pruebas que determinaron rendimientos iguales, y un solo rango negativo, se deduce la existencia de mejoras notables en la técnica de Recepción, por lo cual los ejercicios predeportivos pudieron influir positivamente en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo.

**Tabla 7**

***Comparación entre el pretest y el posttest de la prueba complementaria Pase. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.***

### **Estadísticos descriptivos**

|          | N  | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo |
|----------|----|-------|-------------------|--------|--------|
| Pretest  | 30 | 2,37  | ,999              | 1      | 5      |
| Posttest | 30 | 4,17  | 1,053             | 2      | 6      |

### **Rangos**

|                    |                  | N     | Rango promedio | Suma de rangos |
|--------------------|------------------|-------|----------------|----------------|
| Posttest - Pretest | Rangos negativos | 0(a)  | ,00            | ,00            |
|                    | Rangos positivos | 26(b) | 13,50          | 351,00         |
|                    | Empates          | 4(c)  |                |                |
|                    | Total            | 30    |                |                |

a Posttest < Pretest

b Posttest > Pretest

c Posttest = Pretest

**Estadísticos de contraste(b)**

|                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
|                              | Posttest<br>-<br>Pretest |
| Z                            | -<br>4,524(a)            |
| Sig. asintót.<br>(bilateral) | ,000                     |

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

Para el caso de las comparaciones de la prueba complementaria “Pase”, la significación asintótica determinó la existencia de diferencias significativas al comparar el pretest con el posttest (0,000). Al no existir rangos negativos en la prueba, más 26 rangos positivos y 4 empates, se evidencia cuantitativamente la mejora en la segunda prueba o posttest aplicado, mejorando el rendimiento de los futbolistas en la técnica mencionada luego de implementar la estrategia.

**Tabla 8: Comparación entre el pretest y el posttest de la prueba complementaria Tiro a Puerta. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.**

### Estadísticos descriptivos

|          | N  | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo |
|----------|----|-------|-------------------|--------|--------|
| Pretest  | 30 | 1,80  | ,961              | 0      | 4      |
| Posttest | 30 | 3,50  | 1,137             | 2      | 6      |

### Rangos

|                    |                  | N     | Rango promedio | Suma de rangos |
|--------------------|------------------|-------|----------------|----------------|
| Posttest - Pretest | Rangos negativos | 1(a)  | 4,50           | 4,50           |
|                    | Rangos positivos | 25(b) | 13,86          | 346,50         |
|                    | Empates          | 4(c)  |                |                |
|                    | Total            | 30    |                |                |

a Posttest < Pretest

b Posttest > Pretest

c Posttest = Pretest

### Estadísticos de contraste(b)

|                           | Posttest - Pretest |
|---------------------------|--------------------|
| Z                         | -4,411(a)          |
| Sig. asintót. (bilateral) | ,000               |

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

Para el caso de la prueba complementaria Tiro a Puerta, la comparación entre el pretest y el posttest determinó la existencia de diferencias significativas (0,000), poseyendo el posttest 25 rangos positivos de 30 posibles, 4 empates y un solo rango negativo, lo que deduce que la mayoría de los jugadores incrementaron su rendimiento de forma significativa en la técnica de “Tiro a Puerta”.

**Tabla 9: Comparación entre el pretest y el posttest de la prueba complementaria Cabeceo. Prueba de Rangos con Signo de Wilcoxon.**

**Estadísticos descriptivos**

|          | N  | Media | Desviación típica | Mínimo | Máximo |
|----------|----|-------|-------------------|--------|--------|
| Pretest  | 30 | 2,73  | 1,015             | 1      | 5      |
| Posttest | 30 | 5,10  | 1,029             | 2      | 6      |

**Rangos**

|                    | N     | Rango promedio | Suma de rangos |
|--------------------|-------|----------------|----------------|
| Posttest - Pretest |       |                |                |
| Rangos negativos   | 0(a)  | ,00            | ,00            |
| Rangos positivos   | 30(b) | 15,50          | 465,00         |
| Empates            | 0(c)  |                |                |
| Total              | 30    |                |                |

a Posttest < Pretest

b Posttest > Pretest

c Posttest = Pretest

**Estadísticos de contraste(b)**

|                           | Posttest - Pretest |
|---------------------------|--------------------|
| Z                         | -4,858(a)          |
| Sig. asintót. (bilateral) | ,000               |

a Basado en los rangos negativos.

b Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon

Basado en un nivel de significación de 0,01, la Prueba de los Rangos con Signo de Wilcoxon determinó la existencia de diferencias significativas entre los datos obtenidos en el pretest con los del posttest (0,000). Por otra parte, los rangos positivos se establecieron en 30 de 30 posibles, por lo cual se infiere una mejora

notable de la calidad técnica en los jugadores sometidos a los juegos predeportivos, específicamente en la prueba de la técnica del Cabeceo.

## **5 CONCLUSIONES**

EL proceso de investigación permitió determinar las siguientes conclusiones:

1. La encuesta desarrolladas por los entrenadores determinaron la importancia que reviste en el entrenamiento los juegos predeportivos, su utilidad y empleo por estos en el proceso de dirección.
2. La encuesta empleada para determinar el baremo de la prueba o test de conducción del balón, determinó los niveles que evaluarán los resultados obtenidos en el pretest y el postest.
3. Las propuestas implementadas de juegos predeportivos contribuyeron significativamente en el mejoramiento de las técnicas de los jugadores sometidos a estudio (Conducción del balón, Recepción, Pase, Tiro a Puerta y Cabeceo), según se demuestra con la Prueba de los Rangos con Signo de Wilcoxon.
4. El proceso de investigación mejoró la preparación técnica de futbolistas del Colegio Paulo VI en Quito, mediante la aplicación de juegos predeportivos diseñados al efecto.

## **6 RECOMENDACIONES**

1. Diseñar e implementar una mayor cantidad de juegos y para contribuir al perfeccionamiento de la técnica.
2. Crear medios auxiliares para facilitar la realización de la técnica de la conducción del balón.
3. Continuar esta línea de investigación para seguir mejorando la conducción del balón y demás técnicas estudiadas, ya sea en los juegos pre-deportivos, como en los partidos de fútbol.

## 7 BIBLIOGRAFÍA

- Academia Internacional de la FIFA (1999), Zúrich, Suiza, 200 p
- Álvarez, C. (1990). Enciclopedia General del Ejercicio. Sist. Práctica de la Educación Física VII. Ed: Paidotribo .Barcelona
- Anselmi (2003). Entrenamiento deportivo. Disponible en la Web: [http://www.deporteymedicina.com.ar/entrenamiento\\_deportivo.htm](http://www.deporteymedicina.com.ar/entrenamiento_deportivo.htm)
- Años. (1985). La Educación Escolar. Ed: Miñón. Valladolid, 245 p.
- Arana Gómez, L. (1994). Sistema de principios del entrenamiento deportivo. México, Comisión Nacional del Deporte.
- Ardá, A. y Casal, C. (2007). Metodología de la enseñanza del fútbol. Editorial Paidotribo, Barcelona, España; p: 79-89.
- Bangsbo, J. (2008). Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Editorial Paidotribo. Barcelona, España; p: 15-52.
- Bangsbo, J. (1993). The Physiology of Soccer: With Special Reference to Intense Intermittent Exercise, Número 619. Scandinavian Physiological Society.
- Banny y Johnson (1971). Dinámica de grupo en la Educación. Ed: Pueblo y Educación, Ciudad Habana.
- Barreiro, T. (1988). Los grupos de reflexión, encuentro y crecimiento (GREC): una propuesta para el perfeccionamiento docente en la revista Argentina de Educación. Año VI, NO.11; dic.
- Barroso, G., Calero, S. y Sánchez, B. (2015). Evaluación Ex ante de proyectos: Gestión integrada de organizaciones de Actividad Física y Deporte. Quito, Ecuador. Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Bauleo, A. (1985). Lo grupal 2. Ed: Búsqueda. Buenos Aires, Argentina.
- Bayer, C. (1986). La enseñanza en los juegos deportivos colectivos. Ed: Hispano-Europea. Barcelona.

- Bedolla A. (2002). Fútbol. Buenos Aires - Año 8 - N° 51, Argentina.
- Benedek, E. (2006). Doscientos 50 ejercicios de entrenamiento (fútbol). Editorial Paidotribo, Barcelona, España.
- Benítez, J., y Calero, S. (2014). Espacios para la actividad físico deportiva y recreativa. Quito, Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Blázquez Sánchez, D. (1991). Elección de un método en la Educación Física. Las situaciones Problemática. Revista Apuntes. No.74pp 91-92. Barcelona
- Blázquez, S. (1994). Iniciación y Deporte de Equipo. Ed: Paidotribo, Barcelona.
- Bruggmann, B. (2004). 1000 ejercicios y juegos de fútbol. Editorial HISPANO EUROPEA. Madrid, España.
- Calderón Jorrín Caridad (s/f). Atención a las diferencias individuales en la clase de Educación Física. (Mimeografiado). Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo.
- Calderón Jorrín Caridad. (s/f) Los principios metodológicos y los métodos en el proceso de enseñanza de la Educación Física (Mimeografiado). Instituto Superior de Cultura Física Manuel Fajardo.
- Calero, S. & Suárez, C. (2011). Acciones para perfeccionar la selección de talentos del voleibol en los programas cubanos de deporte escolar. Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - N° 156 - Mayo de 2011. Consultado: 20 de Octubre del 2015. <http://www.efdeportes.com/efd156/perfeccionar-la-seleccion-de-talentos-del-voleibol.htm>
- Calero, S. (2007). Metodología observacional para el control del rendimiento técnico-táctico en el Voleibol de alto nivel. I Curso Nacional sobre control del rendimiento en Voleibol y Voleibol Playa. Escuela Nacional de Voleibol y Escuela Internacional de Educación Física y Deportes (EIEFD), del 26 de mayo al 2 de junio del 2007. La Habana. Cuba.

- Calero, S. (2012). Aportes prácticos de la Escuela Cubana de Voleibol al proceso de selección de talentos. Conferencia especializada impartida en la I Jornada Científica de la Cultura Física, el Deporte y la Recreación, Granma, Cuba.
- Calero, S. (2013). Aportes prácticos de la Escuela Cubana de Voleibol al proceso de selección de talentos. Conferencia especializada impartida en el Instituto de Investigaciones de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil, Ecuador.
- Calero, S. (2013). Nuevas tendencias mundiales en el proceso de dirección del entrenamiento deportivo. Curso de Postgrado impartido en la Universidad de Guayaquil. Instituto de Investigaciones, Ecuador.
- Calero, S. (2014a). Fundamentos del entrenamiento deportivo optimizado. Curso impartido en la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil. Ecuador
- Calero, S. (2014b). Fundamentos del entrenamiento optimizado. Cómo lograr un alto rendimiento deportivo en el menor tiempo posible. Primer Congreso de Fisioterapia y Deporte. Universidad del Valle de México; Villahermosa, Tabasco, Estados Unidos Mexicanos.
- Calero, S. y González, S. (2015). Preparación física y deportiva. Quito, Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- Calero, S. y González, S.A. (2014). Teoría y Metodología de la Educación Física. Quito, Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE
- Calero, S. y Suárez, T. (2005). La evaluación de las categorías escolares: Según objetivos pedagógicos de la Escuela Cubana de Voleibol. Federación Cubana de Voleibol, La Habana, Cuba.
- Calero, S., & Suárez, C. (2012). Guía Operativa sobre metodología observacional para registrar rendimiento técnico-táctico en el voleibol de alto nivel. Lecturas: Educación Física y Deportes; EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, Nº 167, Consultado en Noviembre de 2015.

<http://www.efdeportes.com/efd167/metodologia-observacional-en-el-voleibol.htm>

- Calero, S., Suárez, C. y Fernández, A. (2012a). Determinación de las escalas de valores del rendimiento técnico-táctico ofensivo del voleibol cubano. Parte 1. Recuperado el 29 de Noviembre de 2015, Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, Año 15, No: 166: <http://www.efdeportes.com/efd166/escalas-del-rendimiento-ofensivo-del-voleibol.htm>
- Calero, S., Suárez, C. y Fernández, A. (2012b). Determinación de las escalas de valores del rendimiento técnico-táctico ofensivo del voleibol cubano. Parte 2, Final. Recuperado el 29 de Noviembre de 2015, Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, Año 17, No: 167: <http://www.efdeportes.com/efd167/escalas-de-valores-del-rendimiento-del-voleibol-2.htm>
- Campbell, Y. (2012). Juegos predeportivos para la masificación de la práctica del atletismo categoría 8 y 9 años en el municipio Baraguá. Lecturas: Educación Física y Deportes. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 17 - N° 170 - Julio de 2012. Consultado el día 13 de Octubre del 2015 en la Web: <http://www.efdeportes.com/efd170/juegos-predeportivos-para-atletismo.htm>
- Cantarero, L. (2013). Psicología aplicada al fútbol: Jugar con cabeza. Universidad de Zaragoza. España.
- Cañizares, M. (2009). La preparación psicológica en el entrenamiento deportivo. La preparación psicológica en el entrenamiento deportivo.
- Castro, R. y López, I. (2004). La iniciación deportiva en la educación primaria: enseñanza de los deportes de cooperación / oposición de participación simultánea y espacio compartido. Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital - Buenos Aires - Año 10 - N° 77 - Octubre de 2004.

- Consultado el 02 de Octubre del 2015 en la Web:  
<http://www.efdeportes.com/efd77/inic.htm>
- Colectivo de autores. (2001). Manual del profesor de Educación Física. La escuela cubana. INDER, Ciudad Habana.
- Colectivo de autores. (s/f). Planes y programas de las áreas deportivas masivas, áreas especiales y EIDE. Ed:
- Csánadi, Á. (1980). El Fútbol, tomo I. La Habana, Pueblo y Educación.
- Csanadi, Arpad. (1987). El fútbol. Pueblo y Educación, Ciudad Habana, tI, p.279.
- Curbelo, A. (2011). Diseño de un conjunto de juegos predeportivos para potenciar la preparación técnica en la iniciación del karate-do categoría 8-9 años en la escuela comunitaria Lenin Albaisa. Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Buenos Aires - Año 16 - Nº 158 - Julio de 2011. Consultado el día 15 de Octubre del 2015 en la Web:  
<http://www.efdeportes.com/efd158/juegos-predeportivos-en-karate-do.htm>
- Deportivo Para la Alta Competencia.
- Díaz, A (2009). Notas de clase. Maestría en Metodología Del Entrenamiento Deportivo para la Alta Competencia. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba.
- Díaz, M., Sáenz-López, P. y Tierra, J. (1995). Iniciación deportiva en primaria: Actividades Físicas Organizativas. Sevilla: Wanceulen.
- Dotmaro (2003) Glosario de términos y conceptos utilizados en la teoría y metodología del entrenamiento deportivo. EIEFD. La Habana. Cuba.
- Durán Flores, María de la Luz. (1994). El docente como facilitador del aprendizaje significativo en Educación.48. Ed: Conatte. México.
- Estrategia Deportiva Nacional: 1997-2008. INDER. Ciudad Habana, Cuba.
- Falopa, Marco. (1997). The Brazilian way to play soccer. First Edition. Published in Trinidad /Tobago.

- Farfan, E.R. (2009). Efectos de un programa de juegos predeportivos de voleibol en el desarrollo de las capacidades físicas de un grupo de niños y niñas de ciudad de Carmen. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Editorial de la Universidad de Granada, España.
- Federación Andaluza de Fútbol. (1995). Reglamento de fútbol 7. CEDFA. Impreso Diputación de Sevilla, España..
- FIFA (2005). FIFA Couching. La preparación técnica y técnico-táctica. Lausana, Suiza.
- Flores, E.; Calero, S.; Arancibia, C. y García, G. (2014a). Determinación de parámetros básicos de aptitud física de la población ecuatoriana. Proyecto MINDE-UG. Recuperado el 29 de Noviembre de 2015, Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, Año 19, No: 197: <http://www.efdeportes.com/efd197/aptitud-fisica-de-la-poblacion-ecuatoriana.htm>
- Flores, E.; Calero, S.; Arancibia, C. y García, G. (2014b). Determination of basic parameters of physical fitness of Ecuadorian population. MINDE-UG Project. Recuperado el 29 de Noviembre de 2015, Lecturas: Educación Física y Deportes, Buenos Aires, Año 19, No: 196: <http://www.efdeportes.com/efd196/basic-parameters-of-physical-fitness-of-ecuadorian.htm>
- Fraile Aranda, A. (1996). Asignatura metodología de la enseñanza y el entrenamiento deportivo aplicado al fútbol. Sarabia, Madrid, España, 1996.
- Friol, B., Calero, S., Díaz, J.R y Guerra, C. (2012). Tests técnico-tácticos para seleccionar talentos en el voleibol femenino de 11 a 13 años. Lecturas Educación Física y Deportes; EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Año 15 - Nº 166 - Marzo de 2012. Consultado: 26 de Noviembre del 2015. <http://www.efdeportes.com/efd166/tests-tecnico-tacticos-para-talentos-en-el-voleibol.htm>

- Fuste, Javier. (1999). Juego de iniciación en los deportes colectivos. Ed. Paidotribo, España.
- Fusté, X. (2004). Juegos de iniciación a los deportes colectivos. Editorial Paidotribo, Barcelona, España; p: 9-11.
- Fútbol base. (2000). Consejo Deportes Fuente Ventura. Gran Canaria, Las Palmas, España
- Galicchio, J.M. (2014). Los Juegos de Cooperación y Oposición en el Fútbol Base. FXT Fútbol; p: 49
- Guimaraes, T. (2002). Sistema, la Táctica Y Los Jugadores. Editorial Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica; p: 265-266
- Harre, D. (1989). Teoría del Entrenamiento Deportivo. Editorial Científico Técnica, La Habana, Cuba, pp. 314-363; 18.
- Hernández, A., José, R. y Dapresa, I. (2003). Folleto. Pruebas Funcionales Neuromusculares. Facultad de medicina, Enrique Cabrera, Instituto de Medicina del Deporte. Departamento de docencia. Ciudad de la Habana, Cuba
- Koch, W. (2006). Fútbol base. (12-13 años). Programas de entrenamiento. Editorial Paidotribo, Barcelona, España; p: 7
- León, S., Calero, S. y Chávez, E. (2014). Morfología funcional y biomecánica deportiva. Quito, Ecuador: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE.
- López León, Rafael (2003). Iniciación de las Habilidades Específica: El Balonmano. Comunicación Técnica nº 162.
- Loscher, A. (2006). Juegos predeportivos en grupo. Editorial Paidotribo, Barcelona, España, p: 69-87.
- Mahlo, F. (1981). La Acción Táctica en el Juego. Editorial Pueblo y Educación. La Habana, Cuba.
- Martínez, G. (2008). Caracterización del fútbol. Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - Nº 127 - Diciembre de

2008. Consultado el día 02 de Octubre del 2015 de la Web:  
<http://www.efdeportes.com/efd127/caracterizacion-del-futbol.htm>
- Matvéev, L. (1983). Fundamentos del Entrenamiento Deportivo. Editorial Raduga, Moscú, URSS.
- Mora Ayllón, Francisco, (2000). Programa de preparación del deportista, voleibol. Ciudad de la Habana.
- Navarro, V., De la Rica, M. y Gil, F. (1993). Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria. Vol II. Barcelona: INDE.
- Ozolin, N. (1988). Sistema Contemporáneo de Entrenamiento Deportivo. Editorial Científico Técnica, La Habana, Cuba. pp. 11-12
- Pila, A. (1988). Educación físicodeportiva: enseñanza-aprendizaje. Madrid: Ed. Pila Teleña.
- Reilly, T. & Williams, M. (2003). Science and Soccer. Psychology Press. Routledge, Taylor & Francis Group. USA; p: 164
- Reilly, T. y Gilbourne, D. (2003). Science and football: a review of applied research in the football codes. J Sport Sci, 21(9), 693-705. doi:10.1080/0264041031000102105
- Romero, B. (2013). Juegos pre-deportivos. Una alternativa de ejercitación del voleibol para la Educación Primaria. Lecturas: Educación Física y Deportes. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 183, Agosto de 2013. Consultado el día 12 de Octubre del 2015 en la Web:  
<http://www.efdeportes.com/efd183/juegos-del-voleibol-para-la-educacion-primaria.htm>
- Romero, C. (2000). Hacia una concepción más integral del entrenamiento en el fútbol. Lecturas: Educación Física y Deportes. revista digital | Buenos Aires | Año 5 - Nº 19 - Marzo 2000. Consultado el día 12 de Octubre del 2015 en la web: <http://www.efdeportes.com/efd19a/futbol.htm>
- Sans, A. y Frattarola, C. (1999). Manual para la organización y el entrenamiento en las escuelas de fútbol. Editorial Paidotribo, Barcelona, España; p: 7

- Svensson, M. y Drust, B. (2005). Testing soccer players. *J Sport Sci*, 23 (6), 601-618. doi:10.1080/02640410400021294
- Tejedor M. Marta y Valverde T. Karmele (2003). Fútbol Femenino: Situación actual en entrenamiento y competición. Disponible en: <http://www.futbolcarrasco.com/apartados/articulos/articulos/MARTA%20TEJEDOR%20Y%20KARMELE%20TORES.pdf>
- Vázquez, S. (2001). Mil 22 ejercicios de ataque en fútbol. Editorial Paidotribo, Barcelona, España.
- Vázquez, S. (2007). Mil 10 ejercicios de defensa en fútbol. Editorial Paidotribo, Barcelona, España.
- Wilkinson, R. & Critchell, M. (2000). 300 Innovative Soccer Drills for Total Player Development. Reedswain Inc. Michigan, USA.