



# **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

## **FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA**

### **TEMA:**

“ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA “PADRE DOMÉNICO LEONATI” DURANTE EL PERIODO 2014- 2015. PROPUESTA ALTERNATIVA”

Trabajo de grado previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

### **AUTOR:**

Ruiz Tabango Juan Carlos

### **DIRECTOR:**

Dr. Vicente Yandún Yalamá Msc

Ibarra, 2015


## ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado con satisfacción participar como Director del Trabajo de Grado Titulado: **“ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA “PADRE DOMÉNICO LEONATI” DURANTE EL PERIODO 2014- 2015. PROPUESTA ALTERNATIVA”**. Trabajo realizado por el señor egresado Ruiz Tabango Juan Carlos, previo a la obtención del título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo.

Al ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación, que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentados públicamente ante un Tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar por ser justo y legal.

Ibarra, 20 de Abril del 2015



Dr. Vicente Yandún Yalamá MSc.  
DIRECTOR

## **DEDICATORIA**

Dedico el trabajo de grado a Dios que me ha dado la fortaleza en cada momento, a mi madre por sus valiosos consejos que han guiado mi camino para poder culminar con éxito mi carrera, a mis hijos que son el motor que me obliga a funcionar y ser cada día mejor.

Juan Carlos Ruiz

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por estar siempre conmigo y permitir que cumpla uno más de mis sueños. A mi Director al Dr. Vicente Yandún Yalamá MSc. que con sus conocimientos y dedicación me ayudo a concluir este trabajo. A mi familia que me han apoyado en cada paso que he dado para culminar mis estudios. A mi madre por su Amor y entrega. A mis maestros que con sabiduría han transmitido sus conocimientos para llegar a ser un profesional. Finalmente un eterno agradecimiento a esta prestigiosa Universidad Técnica del Norte que me abrió sus puertas para formarme como profesional.

Juan Carlos Ruiz

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Aceptación del Director.....	II
Dedicatoria.....	III
Agradecimiento.....	IV
Índice general de contenidos.....	V
Índice de tablas.....	IX
Índice de gráficos.....	X
Resumen.....	XI
Abstract.....	XII
Introducción.....	XIII
CAPÍTULO I.....	1
1. Problema de investigación.....	1
1.1 Antecedentes.....	1
1.2 Planteamiento del problema.....	3
1.3 Formulación del problema.....	5
1.4 Delimitación.....	5
1.4.1 Unidad de observación.....	5
1.4.2 Delimitación espacial.....	6
1.4.3 Delimitación temporal.....	6
1.5 Objetivos.....	6
1.5.1 Objetivo general.....	6
1.5.2 Objetivos específicos.....	6
1.6 JUstificación.....	7
1.7 Factibilidad.....	8
CAPÍTULO II.....	9
2. Marco teórico.....	9
2.1 Fundamentación teórica.....	9
2.1.1. Fundamentación epistemológica.....	10
2.1.2. Fundamentación psicológica.....	11
2.1.3. Fundamentación pedagógica.....	12

2.1.4	Fundamentación sociológica.....	13
2.1.5	Fundamentación legal.....	14
2.1.6	La coordinación.....	15
2.1.7	La coordinación dinámica general .....	17
2.1.8	La coordinación dinámica segmentaria.....	18
2.1.9	Tipos de coordinación.....	19
2.1.9.1	Coordinación motriz gruesa .....	19
2.1.9.2	Coordinación motriz fina .....	20
2.1.9.3	Coordinación segmentaria .....	20
2.1.9.4	Coordinación óculo - manual .....	21
2.1.9.5	Coordinación óculo – pédica.....	21
2.1.10	Capacidades coordinativas .....	21
2.1.11	Importancia de las capacidades coordinativas.....	22
2.1.12	Entrenamiento infantil y juvenil como entrenamiento de base .	24
2.1.13	El entrenamiento de coordinación y el deporte de rendimiento	25
2.1.14	Coordinación como base del éxito .....	26
2.1.15	Entrenamiento de la coordinación en el fútbol .....	27
2.1.15.1	Objetivos del fútbol infantil .....	27
2.1.15.2	Jugar y practicar .....	28
2.1.15.3	Formación de los jugadores y no del equipo.....	28
2.1.16	Finalidades y funciones del entrenamiento infantil.....	28
2.1.17	El fútbol .....	29
2.1.18	Fundamentos técnicos del fútbol .....	30
2.1.18.1	Dominio del balón .....	30
2.1.18.2	Regate .....	31
2.1.18.3	Juego de cabeza.....	31
2.1.18.4	El tiro.....	32
2.1.18.5	La conducción del balón .....	32
2.1.18.6	Formas de conducción.....	34
2.1.19	Fundamentos técnicos colectivos .....	36
2.1.19.1	El pase .....	36
2.1.20	Tipos de pase .....	36
2.1.21	La recepción y control del balón .....	36

2.2	Posicionamiento teórico personalL .....	37
2.3	Glosario de términos .....	38
2.4	Interrogantes de investigación .....	40
2.5	Matriz categorial.....	41
CAPÍTULO III.....		42
3.	Metodología de la investigación.....	42
3.1	Tipo de Investigación .....	42
3.1.1	Investigación Documental .....	42
3.1.2	Investigación de Campo.....	42
3.1.3	Investigación Descriptiva .....	43
3.1.4	Investigación Propositiva .....	43
3.2	Métodos .....	43
3.2.1	Método Científico .....	43
3.2.2	Método Inductivo.....	44
3.2.3	Método Deductivo .....	44
3.2.4	Método Analítico .....	44
3.2.5	Método Sintético .....	44
3.2.6	Método Estadístico .....	44
3.3	Técnicas e Instrumentos .....	45
3.4	Población .....	45
3.5	Muestra .....	45
CAPÍTULO IV.....		46
4.	Análisis e interpretación de resultados.....	46
4.1	Análisis descriptivo e individual de cada pregunta.....	46
CAPÍTULO V.....		60
5.	Conclusiones y recomendaciones .....	60
5.1	Conclusiones .....	60
5.2	Recomendaciones .....	61
5.3	Contestación a las preguntas de investigación .....	61

CAPÍTULO VI.....	63
6. Propuesta alternativa .....	63
6.1 Título .....	63
6.2 Justificación e importancia .....	63
6.3 Fundamentación .....	64
6.4 Objetivos .....	75
6.4.1 Objetivo general .....	75
6.4.2 Objetivos específicos .....	76
6.5 Ubicación sectorial y física .....	76
6.6 Desarrollo de la propuesta .....	76
6.7 Impacto .....	106
6.7.1 Impacto educativo .....	106
6.7.2 Impacto deportivo .....	106
6.8 Difusión .....	106
6.9 Bibliografía .....	107
ANEXOS .....	111
ANEXO 1 Árbol de problemas .....	112
ANEXO 2 Matriz de coherencia .....	113
ANEXO 3 Matriz categorial .....	114
ANEXO 5 Fotografías .....	119
ANEXO 6 Certificaciones .....	125



## ÍNDICE DE TABLAS

Cuadro N° 1	Población .....	45
Cuadro N° 2.	Correr de frente 2x15 mts. con obstáculos.....	46
Cuadro N° 3.	Desplazamiento pie derecho en zig-zag.....	47
Cuadro N° 4.	Desplazamiento pie izquierdo en zig-zag.....	48
Cuadro N° 5.	Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos .....	49
Cuadro N° 6.	Regate 20 mts con obstáculos y tiro .....	50
Cuadro N° 7.	Conducción con pie derecho 20 mts .....	51
Cuadro N° 8.	Conducción con pie izquierdo 20 mts.....	52
Cuadro N° 9.	Dominio de balón pie derecho.....	53
Cuadro N° 10.	Dominio de balón pie izquierdo .....	54
Cuadro N° 11.	Dominio muslo derecho.....	55
Cuadro N° 12.	Dominio muslo izquierdo .....	56
Cuadro N° 13.	Dominio pie alternado .....	57
Cuadro N° 14.	Dominio muslo alternado.....	58
Cuadro N° 15.	Dominio de balón con la cabeza .....	59

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1.	Correr de frente 2x15 mts con obstáculos.....	46
Gráfico N° 2.	Desplazamiento pie derecho en zig-zag.....	47
Gráfico N° 3.	Desplazamiento pie izquierdo en zig-zag.....	48
Gráfico N° 4.	Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos.....	49
Gráfico N° 5.	Regate 20 mts con obstáculos y tiro.....	50
Gráfico N° 6.	Conducción con pie derecho 20 mts.....	51
Gráfico N° 7.	Conducción con pie izquierdo 20 mts.....	52
Gráfico N° 8.	Dominio de balón pie derecho.....	53
Gráfico N° 9.	Dominio de balón pie izquierdo.....	54
Gráfico N° 10.	Dominio muslo derecho.....	55
Gráfico N° 11.	Dominio muslo izquierdo.....	56
Gráfico N° 12.	Dominio pie alternado.....	57
Gráfico N° 13.	Dominio muslo alternado.....	58
Gráfico N° 14.	Dominio de balón con la cabeza.....	59

## RESUMEN

La presente investigación se refiere a “Estudio de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la escuela “Padre Doménico Leonati”. El presente trabajo de grado tuvo como propósito esencial determinar la coordinación dinámica general y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol, Luego se realizó la justificación donde se explicó las razones del porque se realizó la presente trabajo de investigación Para la construcción y elaboración del marco teórico se recopiló la información de acuerdo a las categorías independiente y dependiente, para sustentar teóricamente, para lo cual se consultó en libros, revistas e internet. Luego se procedió a desarrollar la parte metodológica, que se refiere a los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos que guiaron el proceso de investigación. La técnica de investigación que se aplicó fue test físico y una ficha de observación a los deportistas, luego de obtener los resultados se procedió a analizar e interpretó gráficamente cada uno de los instrumentos utilizados, para redactar las conclusiones y recomendaciones, acerca de la coordinación dinámica general. La propuesta contiene aspectos relacionados con la coordinación dinámica general para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol. La Guía metodológica contendrá ejercicios, para mejorar la coordinación óculo – pédica. La coordinación es la cualidad física una de las más importantes dentro de la formación de los futuros futbolistas. El profesor juega un papel muy importante en el desarrollo de esta capacidad , por lo que él debe seleccionar los métodos, procedimientos y medios más adecuados para que el alumno pueda comprender las diferentes acciones motrices que debe realizar para apropiarse de los conocimientos necesarios para ejecutar una acción determinada y brindarle la posibilidad de ejecutar y repetir el ejercicio con el fin de automatizar los diferentes movimientos que requiere dicha acción y por último, la corrección de errores juega un papel importante en este proceso de formación del futuro deportista.

## **ABSTRACT**

The present investigation concerns "Study of dynamic coordination and its impact on the training of the technical fundamentals of football in children the Sixth and Seventh years at Padre Domenico Leonati school. This job had the essential to determine the overall dynamic coordination and its impact on the training of the technical fundamentals of football then the justification where the reasons explained that the present investigation for the construction and development of the framework was made after the information according to the different categories and dependent was collected, to support theoretically, for which he was consulted in books, magazines and internet. then proceeded to develop the methodological part, which refers to the types of research, methods, techniques and tools that guided the research process. The research technique that applied was physical test and observation sheet athletes, after obtaining the results we proceeded to analyze and graphically portrayed each of the instruments used to draw the conclusions and recommendations about the dynamic coordination. The proposal includes aspects of general dynamic coordination to improve the technical fundamentals of football. The methodological guide contains exercises to improve coordination oculus - pédica. The coordination is the physicality one of the most important in the formation of future players. The teacher does a very important role in the development of this capability, so he needs to select the methods, procedures and adequate means for the student to understand the different motor skills actions must take to the necessary skills to develop a determined action and provide the ability to make and the exercise in order to automate the different movements requiring this action and finally the error correction is an important role in this process of shaping the future athlete.

## INTRODUCCIÓN

Las capacidades de la coordinación con toda razón las determinan como una de las importantes dentro de las cualidades físicas de los futbolistas. El alto nivel de las capacidades de coordinación en gran medida determina la afectividad en la competencia. La importancia de las capacidades de coordinación en gran medida determina por el hecho de que estas permiten al joven futbolista dominar rápidamente los nuevos hábitos motores, utilizar de manera racional el existente bagaje de hábitos y cualidades motrices, garantizar una variedad necesaria de movimientos en las situaciones concretas de entrenamiento y competencia.

Los especialistas destacan la revelación general y especial de las capacidades de coordinación. La manifestación general está en relación con la capacidad de aprender nuevos movimientos y reestructurar rápidamente la actividad motriz de acuerdo a las exigencias de la situación cambiante. En gran parte las capacidades de coordinación de los futbolistas están presentes en los movimientos sin balón como los giros, los saltos, las caídas, el cambio de la dirección de la carrera.

Son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad determinada, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas del hombre y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades motrices se interrelacionan entre si y solo se hacen efectivas a través de su unidad, pues en la ejecución de una acción motriz, el individuo tiene que ser capaz de aplicar un conjunto de capacidades para que esta se realice con un alto nivel de rendimiento.

Es la cualidad que permite utilizar conjuntamente el sistema nervioso y muscular, sin que uno interfiera con el otro (ejemplo: calcular la distancia y velocidad para saltar un obstáculo).

En cuanto a su contenido está formulado por los siguientes capítulos:

Capítulo I: En este primer capítulo contiene los antecedentes, el planteamiento del problema, formulación del problema, la delimitación, espacial y temporal así como sus objetivos y justificación.

Capítulo II: El capítulo dos contiene todo lo relacionado al Marco Teórico, con los siguientes aspectos fundamentación teórica, Posicionamiento teórico personal, Glosario de Términos, Interrogantes de investigación, Matriz Categorical.

Capítulo III: En el capítulo tres, se describe la metodología de la investigación, los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, determinación de la población y muestra.

Capítulo IV: En el capítulo cuatro, se muestra detalladamente el análisis e interpretación de resultados de los test físicos aplicados a los deportistas y una encuesta a los entrenadores.

Capítulo V: Este capítulo contiene cada una de las conclusiones a las que se llegó una vez terminado este trabajo de investigación y se completa con la descripción de ciertas recomendaciones

Capítulo VI: Por último el capítulo seis, concluye con el desarrollo de la Propuesta Alternativa.

## **CAPÍTULO I**

### **1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1 ANTECEDENTES**

En la actualidad en muchos niños se ha detectado dificultades en la coordinación motriz, lo que es esta una situación preocupante, a pesar de la existencia de la asignatura de Educación Física en el ámbito escolar existen serios problemas en cuanto al desarrollo de las actividades, por la inadecuada formación de la coordinación motriz que es la base fundamental del movimiento humano. La realidad de esta problemática es que si no se exige por parte de los profesionales del área unos niveles adecuados de competencia motriz en los alumnos, se corre el riesgo de que gran parte de los mismos caigan en una pobreza motriz, condicionándoles su educación y su formación integral. Evitar este deterioro motriz pasa por una correcta evaluación de la competencia motriz de nuestros alumnos ya que como indica Ruiz (2005): “Medimos lo que hacen nuestros escolares porque deseamos conocer si su competencia motriz se desarrolla dentro de los márgenes de normalidad que aceptamos a partir de lo que conocemos del desarrollo motor, además buscamos saber si tiene algún aspecto especial que reclame una atención más individualizada.

Las razones que motivan el estudio de la coordinación en la edad escolar suelen estar relacionadas con tratar de conocer si los escolares manifiestan unos niveles de competencia motriz adecuados a la edad cronológica que poseen y en su caso detectar a quienes manifiestan dificultades para moverse con competencia. El descuido en la edad preescolar y escolar primaria del acervo motor general y de la base

motriz, son quizás los puntos más difíciles de revertir en el ámbito de la educación física y del deporte. Los profesores vinculados a la actividad física solemos detectar en nuestros alumnos problemas con las tareas motrices observando la presencia de movimientos extraños que poco ayudan en la eficacia del movimiento.

En los últimos años los test se han centrado prioritariamente en edades comprendidas entre los 9-11 años, dada la reconocida importancia de la detección temprana.

Los procedimientos para poder constatar este proceso de cambio son variados y oscilan desde la observación más naturalista, el empleo de instrumentos de observación hasta, test o baterías, especialmente contruidos con este objetivo. En la actualidad existe más de un centenar de estos instrumentos, pero no todos ellos resisten los criterios necesarios para su selección y empleo adecuado.

La Educación Física juega un papel fundamental para la formación de capacidades, habilidades, movimientos y enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol que el niño realiza y desarrolla en las instituciones educativas.

Las actividades programadas de Educación Física constituyen una de las formas fundamentales de trabajo para llevar a cabo el proceso docente-educativo y tiene como objetivo la realización de los ejercicios de forma sistemática y organizada, con el fin de lograr el correcto desarrollo físico e intelectual del niño, que aprende los principales fundamentos técnicos del fútbol. Para lograr los objetivos planteados en dichas actividades se debe iniciar con una buena preparación y estudio de los programas y orientaciones metodológicas así como de una correcta adecuación del área donde se realiza la actividad, factores primordiales para efectuar un trabajo docente-educativo con las exigencias de la pedagogía.



Con una buena coordinación se logran respuestas más rápidas y precisas, economía de esfuerzo, mejor utilización de la capacidad neuromuscular, gestos más puros y exactos, mejor utilización de otras propiedades físicas como son la velocidad, la fuerza, la resistencia, etc. La coordinación es un requisito básico para el posterior desarrollo del rendimiento motor y deportivo.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Actualmente dentro de la preparación de los niños en todas las disciplinas específicamente en la iniciación deportiva, no se puede concebir una preparación deportiva sin la presencia de programas donde se trabaje la coordinación dinámica general

En los últimos tiempos, numerosos estudios realizados en algunos países del mundo la colocan a la coordinación dinámica como la cualidad física más importante en edades tempranas. ¿Cuál es la razón? Básicamente porque es la cualidad física que permite mantener la coordinación general de todos los movimientos del cuerpo.

Evidencias de estudios científicos demuestran que el movimiento constituye una parte fundamental de la vida humana y el hombre necesita de un mínimo de movimientos para mantenerse orgánica y emocionalmente sano. El movimiento y por ende la coordinación son considerados como la esencia de la vida. Nuestra capacidad de movimiento es más que una simple conveniencia que nos posibilita andar, jugar y manipular objetos. Los movimientos están presentes en todas las actividades del ser humano. En sus actividades cotidianas en el trabajo, los juegos y la recreación, en deportes, entre otras.

Estos alumnos diagnosticados con dificultades de movimiento, en su torpeza se manifiesta por una clara falta de coordinación, tienen

dificultades al atrapar objetos; su carrera, saltos, lanzamientos, son imprecisos, poco fluidos y su impericia la muestran tanto en estas habilidades que implican una motricidad gruesa como las que implican una motricidad fina. Todo ello se constata en las clases, dónde además presenciamos multitud de escenas en las que estos alumnos son a su pesar los protagonistas principales.

Las diferencias que exhiben con el resto de compañeros pueden ser importantes para determinar no sólo los resultados a largo plazo en el dominio motor sino también en el cognitivo, afectivo y/o social. De esta manera nos encontramos ante una situación que necesita obviar las meras especulaciones e impresiones personales y exige nuestra concientización y compromiso como profesores, ya que debemos ser conscientes que la actividad normal que nosotros planteamos puede resultar de extraordinaria dificultad para estos niños.

Por lo que nosotros podemos definir los Retrasos de Coordinación Motriz, como “un deterioro de la coordinación motriz que interfiere en el correcto desarrollo de las actividades físicas sean estas programadas o no”. Siendo el lugar más habitual de identificación las clases de educación física donde es posible el reconocimiento de una serie de características que ayudan a detectar a los alumnos con estas dificultades.

En el proceso evolutivo de los estudiantes de la Escuela “Padre Doménico Leonati” en el cual se ha observado dificultades a la hora de ajustar los movimientos corporales cuando realizan determinados movimientos como desplazamientos, saltos, giros, etc. Luego de estos antecedentes se identifican las siguientes causas que configuran el problema de investigación: Docentes de cultura física y entrenadores no actualizan sus conocimientos con respecto a la coordinación dinámica general y específica, No existe un trabajo adecuado de la coordinación por parte de los docentes, Inadecuado trabajo de la coordinación incide en la formación y entrenamiento de los fundamentos del fútbol, no existe

los medios adecuados para el desarrollo de la coordinación motriz, Docentes que desconocen cómo evaluar la coordinación, no existe un seguimiento o una evaluación periódica de la coordinación, el trabajo de la coordinación ha quedado a un segundo plano, siendo esta la base para ejecutar los movimientos de calidad. Programas académicos que no incluyen variedad de actividades de coordinación.

Luego de detectado las causas surgen algunos efectos como: la falta de coordinación al correr, saltar, dominio de balón, conducción de balón, Sus desplazamientos (carrera, saltos...) son rígidos, no muestran soltura, A menudo chocan con los objetos o con los compañeros. No son capaces de mantener un ritmo en las tareas. Les resulta costoso el uso coordinado de ambos lados del cuerpo (balancear un bate) Incapacidad para adaptarse a actividades que requieren constantes cambios en la posición de su cuerpo (giros) o a los cambios del medio (deportes colectivos) Escaso dominio en el regate de balón de forma continuada. Escaso dominio corporal en tareas que reclaman equilibrio.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es la coordinación dinámica general y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati” durante el periodo 2014 – 2015?

### **1.4 DELIMITACIÓN**

#### **1.4.1 Unidad de observación**

Se realizó en la Escuela “Padre Doménico Leonati” con los niños/as de los Sextos y Séptimos años de Educación General Básica y un docente de Educación Física.

#### **1.4.2 Delimitación espacial**

La investigación se realizó en la provincia de Imbabura, ciudad de Otavalo, barrio San Eloy, vía Selva Alegre, en la Escuela “Padre Doménico Leonati”

#### **1.4.3 Delimitación temporal**

El trabajo de grado se realizó en el período académico 2014 – 2015.

### **1.5 OBJETIVOS**

#### **1.5.1 Objetivo general**

Determinar la coordinación dinámica general y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati” durante el periodo 2014- 2015.

#### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Evaluar los fundamentos técnicos básicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”
- Valorar la coordinación dinámica general y su relación con la formación de futbolistas, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”
- Elaborar una propuesta alternativa de actividades coordinativas, utilizando diferentes medios para la formación de futbolistas, en los

niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”

## **1.6 JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación del tema propuesto se justifica por las siguientes razones: Por el valor deportivo y pedagógico, puesto que proporcionó un diagnóstico realista acerca de la coordinación dinámica general que utilizan los docentes de preparar la coordinación y su influencia en la enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol.

El valor científico estuvo dado por la rigurosidad como fueron aplicadas los test de habilidad deportiva y la ficha de observación para valorar los aspectos técnicos en la disciplina del fútbol.

Si observamos cualquier movimiento que realiza el cuerpo humano, nos damos cuenta que es una perfecta combinación de músculos o grupos musculares de acciones opuestas, que por medio de la coordinación permiten una armonía perfecta para cumplir la misión requerida.

Una persona bien coordinada es capaz de adaptarse a nuevas situaciones y aprender nuevas técnicas de movimientos gracias a su inteligencia motriz.

El grado de coordinación de un ser humano, estará determinado por un lado, por el desarrollo del sistema nervioso central, y por el otro por las experiencias motrices que haya tenido a lo largo de su desarrollo físico en especial en el período comprendido entre los nueve y los once años, ya que el desarrollo de esta cualidad en esta edad permite no solo el desarrollo de la coordinación, sino también el de otras cualidades físicas como la fuerza, velocidad, resistencia, y flexibilidad

Con la implementación de la propuesta, se propone un sinnúmero de ejercicios de carácter general y específico, para mejorar los fundamentos técnicos. Concluido la presente investigación los beneficiarios serán las Autoridades del plantel investigado, el docente de cultura física y los niños, que son la principal fuente de inspiración para realizar con éxito

### **1.7 FACTIBILIDAD**

Esta investigación fue factible realizarle por cuanto, luego de haber realizado los trámites correspondientes y con la autorización del Sr Director del Plantel, el docentes y los niños colaboraron en el proceso investigativo este trabajo tiene amplia bibliografía es por ello que está sustentado en una base teórica, En cuanto a la parte financiera los gastos de principio y fin fueron cubiertos de principio a fin por el investigador.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Conseguir una buena coordinación dinámica general requiere dominio del tono muscular, control de la postura, equilibrio y sensación de seguridad. Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño ha de conseguir un grado de equilibrio que le permita mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una auto seguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo. Si el niño tiene todos esos factores, probablemente dé un salto correctamente.

El cuerpo humano, está formado por un conjunto de segmentos articulados entre sí que no se mueven en bloque, sino de forma discontinua y mediante una serie de puntos de apoyo del cuerpo con el suelo (pasos, saltos) que forman una especie de divisiones dentro de un mismo movimiento. Por eso, al hablar de la coordinación dinámica general debemos tener presente dos aspectos fundamentales que la caracterizan, y que son: la organización del espacio y el tiempo.

La organización del espacio se puede trabajar utilizando el mayor número posible de sensaciones táctiles, visuales y kinestésicas.

Algo muy positivo para los niños puede ser que jueguen con objetos de gran tamaño, para que realicen movimientos con una gran amplitud y pueda observar medidas espaciales de grandes distancias. Mediante

todas las sensaciones que reciben por los sentidos gracias a los desplazamientos, ayudaremos al niño a diferenciar su “yo espacial” y la representación del esquema corporal, adquiriendo la noción de desplazamiento, el sentido y la orientación de éste (adelante, atrás, de lado, a la derecha, a la izquierda, arriba, abajo, etc.), la posición que ocupa el cuerpo con respecto a los objetos que tiene en su entorno y las demás personas (dentro-fuera, arriba-abajo, encima-debajo, delante-detrás, un lado-el otro), la noción de distancia (lejos-cerca), el intervalo de tiempo (ahora-después) y la velocidad (lento-rápido) asociando, de esta forma, el tiempo y el espacio.

### **2.1.1. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA**

#### **Teoría Constructivista**

La concepción constructivista del aprendizaje y de la enseñanza parte del hecho obvio de que la escuela hace accesible a sus alumnos aspectos de la cultura que son fundamentales para su desarrollo personal, y no sólo en el ámbito cognitivo; la educación es motor para el desarrollo globalmente entendido, lo que supone incluir también las capacidades de equilibrio personal, de inserción social, de relación interpersonal y motrices.

**La visión constructivista del aprendizaje, sin lugar a dudas una de las que goza de mayor difusión y aceptación en la actualidad, se caracteriza por atribuir un papel decisivo a lo que el aprendiz aporta al acto de aprender. Desde esta perspectiva, el aprendizaje aun siendo de naturaleza experiencial no puede ser entendido y explicado atendiendo únicamente a la naturaleza y las características de las situaciones y actividades a las que se vincula. El aprendizaje surge de la puesta en relación entre lo que el aprendiz aporta al acto de aprender los elementos y componentes de las situaciones y actividades en las que se desarrolla este acto, las experiencias y los conocimientos previos conforman la matriz inicial que le permite construir una**



**primera comprensión es decir un primer conjunto de significados relativos y el orden en los procesos de socialización y de desarrollo personal, está en la base de adquisiciones tan decisivas para nuestra supervivencia y adaptación al entorno físico y social como por ejemplo el lenguaje oral, los valores, las actitudes sociales, las costumbres, las habilidades motrices o los patrones visuales (Bustos Alfonso 2010 pág. 35)**

Al respecto se manifiesta que el constructivismo es una teoría del conocimiento e indica que el aprendizaje es esencialmente activo. Un niño/a de los centros investigados que aprende algo nuevo, lo incorpora a sus experiencias previas y a sus propias estructuras mentales

## **2.1.2. FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA**

### **Teoría Cognitiva**

Una de las principales teorías cognitivas es la teoría del procesamiento de la información, que se centra en la activación paso a paso de diferentes partes del cerebro, desde la percepción sensorial hasta el análisis y la exposición sofisticados. La teoría cognitiva que enfatiza la estructura y el desarrollo de los procesos de pensamiento manifiesta que: “Piaget, científico suizo fue el gran precursor de la teoría cognitiva. Piaget se había formado dentro de las ciencias naturales, y su especialidad académica era el estudio de los moluscos, con lo que aprendió a ser meticuloso en sus observaciones.

**Piaget es el autor más representativo de esta corriente, su teoría está basada en los estudios de desarrollo del niño destaca igualmente la importancia que concede al aprendizaje mediante la construcción, frente a la pasividad del educando. El estudio del psiquismo humano no puede ser más que genético el conocimiento es un proceso y como tal tiene que ser descrito de manera histórica, partiendo de la epistemología concebida como el estudio de la constitución de conocimientos válidos Piaget se centra enseguida en el**

**aspecto genético del conocimiento. Su psicología es pues por definición una psicología genética, su interés no está en el estudio por sí mismo del niño y de su desarrollo, estudia el desarrollo para explicar las funciones mentales por un modo de formación y por lo tanto el estudio del desarrollo ontogenético es una manera para estudiar las leyes que rigen el conocimiento general. (Guerrero Sánchez María 2014 pág. 13)**

A partir de su trabajo, Piaget desarrollo la tesis central de su teoría cognitiva: de qué modo el pensamiento de los niños cambia con el tiempo y la experiencia, que esos procesos de pensamiento siempre influyen sobre la conducta.

### **2.1.3. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA**

#### **Teoría Naturalista**

La fase evolutiva que comprende la etapa materna y preescolares un periodo de inmensos cambios, que implica crisis, con avances y retrocesos, en una búsqueda constante por lograr el equilibrio y la adaptación entre los distintos procesos de asimilación del mundo exterior y la acomodación de los esquemas y estructuras con las que se cuenta. El perfil del niño preescolar responde a la concepción curricular adoptada, centrada en el niño; con esto se aspira a formar un niño participativo, autónomo, espontáneo creativo y crítico.

**El conocimiento de la educación, nos obliga a insistir de nuevo en la connotación derivada para la educación de la condición del educando como agente de su educación. Se puede afirmar que los valores colman su aptitud pedagógica porque, además de ser cognoscibles, estimables y enseñables pueden ser realizados una vez elegidos puede convertirse en la norma que da excelencia a nuestras conductas y en el contenido propio de nuestras finalidades, y en este caso hay que decir que el modo adecuado para lograr que un educando acepte el valor de algo y lo realice de modo**

**personal, no consiste en hacerle consideraciones retóricas sobre los beneficios de un valor sino en hacerle descubrir que el buen resultado de aquello que está interesado en lograr depende de su capacidad para aceptar ese valor específico y de poner los medios adecuados para reiterar y afianzar la conducta de logro, generando un sentimiento positivo hacia el valor de lo que queremos lograr (Sáez Rafael 2012 pág. 190)**

El educador debe poseer un conocimiento cabal de las principales características evolutivas en los niveles biológico, psicológico y social, de modo que la educación no obstaculice el desarrollo, la capacidad creadora ni la libertad espontánea propia del niño en esta etapa tan plástica de la vida.

#### **2.1.4 FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA**

##### **Teoría Socio crítica**

El conocimiento es un producto de la interacción social y de la cultura. Es cierto que la teoría de Piaget nunca negó la importancia de los factores sociales en el desarrollo de la inteligencia; también lo es que es poca su aportación al respecto (excepto una formulación muy general) de que el individuo desarrolle su conocimiento en un contexto social.

**El concepto de estructura social hace referencia directa a ese objeto de estudio específicamente sociológica la sociedad concebida como entidad independiente, en este sentido también el concepto de estructura social es un referente al que se remiten otros conceptos auxiliares o subsidiarios ya sea de forma directa como el caso de los conceptos de clase social o indirecta. Expresándolo en términos causales podríamos afirmar que la estructura social cumpliría en últimas instancias la función de variable independiente en las explicaciones sociológicas, también hace referente a la concepción de la sociedad mantenida desde las distintas teorías sociológicas, por este motivo y a diferencia de otras herramientas conceptuales de la sociología que son**

**usadas de forma bastante parecida por todos los sociólogos, el concepto de estructura social dista mucho de ser un concepto unitario y en consecuencia comúnmente compartido por todos los sociólogos, en cualquiera de los casos, el concepto de estructura es un concepto referente a las relaciones entre los elementos o partes que constituyen o están integrados en la sociedad como totalidad, y que acentúa las regularidades o uniformidades que operan en esas relaciones. (Garrido Alicia 2013pág. 21)**

Al respecto se puede manifestar que el conocimiento de los niños/as es un proceso interpersonal que queda transformado en otro interpersonal. En el desarrollo cultural del niño, todas las funciones psicológicas superiores se originan como relaciones entre seres humanos y están dentro de un contexto social, el niño/a va aprendiendo, observando lo que sus amigos o padres de familia le van enseñando, es decir van adquiriendo o asimilando su conocimiento producto de la interacción social.

En estas edades tempranas no se consideró al proceso de aprendizaje como una actividad individual, sino más bien social. Se ha comprobado que el niño/a aprende de forma más eficaz cuando lo hace en un contexto de colaboración e intercambio con sus compañeros de aula y el contexto que le rodea. Expresado de otro modo, en la educación pre escolar las maestras deben considerar algunos mecanismos de carácter social los cuales estimulen y favorezcan el aprendizaje.

### **2.1.5 FUNDAMENTACIÓN LEGAL**

**Artículo 57.-** Son estudiantes de la Universidad Técnica del Norte, los nacionales y extranjeros que teniendo título de bachiller o su equivalente, han obtenido matrícula como estudiantes regulares en alguna de las carreras académicas universitarias, tras haber cumplido con los requisitos establecidos en el sistema de admisión y nivelación.

Para conservar esta calidad, los estudiantes deben registrar su matrícula al inicio de cada periodo académico de conformidad con el Reglamento de Régimen Académico de la Universidad y participar en los cursos regulares de estudio y las tareas de investigación, difusión, vinculación y pasantías en los niveles de pre y postgrado. (Estatuto Orgánico UTN p.44)

### **Derechos**

- a. Obtener la garantía de la gratuidad de la educación establecidos en el Art.80 de la Ley Orgánica de Educación Superior.
- b. Participar en el Gobierno Universitario, cumpliendo los requisitos legales, estatutarios y reglamentarios.
- c. Participación activa para alcanzar los fines y objetivos de la Universidad.

### **Obligaciones**

- d. Como requisito para la obtención del título, los y las estudiantes deberán acreditar servicios a la comunidad mediante prácticas pre profesionales en los campos de su especialidad, las que serán debidamente monitoreadas. (Estatuto Orgánico UTN p.46)

#### **2.1.6 La coordinación**

Coordinación, según el diccionario Enciclopédico Salvat, significa ordenar cosas para que formen un conjunto armónico y presenten o produzcan el resultado deseado. Pero al referirnos a la coordinación motriz, ¿a qué estamos refiriéndonos? ¿Qué es preciso ordenar para

realizar el movimiento? ¿Qué habrá de ser tenido en cuenta para que el movimiento produzca el resultado deseado? Desde el punto de la educación física y de la pedagogía deportiva, la coordinación significa ordenar las fases de movimiento o conductas parciales de una ejecución motriz.

**La coordinación es el conjunto de procesos de diferente naturaleza que organiza las diferentes acciones motoras con el fin de conseguir un objetivo previamente seleccionado, por tanto una adecuada estructuración espacio-temporal, la coordinación y el equilibrio son dos capacidades que lógicamente definirán el movimiento físico, de forma que un inadecuado desarrollo de alguna de ellas condicionará deficitariamente el movimiento, en la etapa primaria el principal objetivo es dotar a alumno de bagaje motor de forma que se desarrollen movimientos paulatinamente de mayor calidad (García Segismundo, 2013 pág. 108)**

Paralelamente, al hablar de coordinación desde el punto de vista neuronal y fisiológico hemos de referirnos al ordenamiento de trabajo muscular que realizan sinergistas y antagonistas y que, guiados al sistema nervioso, han de organizar convencionalmente la gradación de los estados de contracción y relajación que cada fase de la acción requiera. Es decir, la coordinación supone la integración sensorial de las señales precedentes del propio cuerpo (propiocepción) y las del entorno (exterocepción)

**Desde un punto de vista neurológico, la coordinación es el conjunto de acciones motrices y de mecanismos para su regulación, que permiten la adaptación postural y el movimiento voluntario, determinando y concreto de cada segmento corporal, mediante el equilibrio y ajuste de la acción motriz de los músculos agonistas, antagonistas, sinergista y concurrentes de un sistema muscular concreto. La sensibilidad profunda el cerebro y el sistema vestibular desempeñan un papel importante en la regulación. La coordinación es la interacción, el buen funcionamiento del sistema nervioso central y la musculatura esquelética durante el ejercicio, es decir la capacidad de generar movimiento de forma controlada y**

**ajustada, la organización de las sinergias musculares para cumplir un objetivo, por medio de un ajuste progresivo, condice a la estructuración de una praxis. (García Segismundo, 2013 pág. 110)**

- La integración y tratamiento de la información, referente tanto a la propia posición corporal como a las características del medio.
- La selección por parte del sistema nervioso central de los grupos musculares que actuarán, a los que enviará la correspondiente orden en forma de impulso nervioso.
- La contracción muscular que será controlada en todo momento por el sistema nervioso central, para ajustar al movimiento que finalmente se está realizando al movimiento previsto.
- A la hora de clasificar las diferentes exigencias coordinativas, habitualmente se utiliza como criterio tanto los órganos sensoriales implicados como los segmentos corporales que intervienen en el movimiento,

### **2.1.7 La coordinación dinámica general**

Hace referencia al ajuste de movimientos que afectan a la totalidad del cuerpo, como muchas formas de desplazamientos, saltos, giros.

En función de las exigencias de la acción, también podríamos hablar de coordinación viso motriz, para aquellas ejecuciones en las que la información del entorno es fundamental para la eficacia de la acción (por ejemplo, saltar a la cuerda, o saltos en goma elástica.

**La coordinación dinámica general se entiende la capacidad de poder mover todas las partes del cuerpo de una forma armónica y adaptada a diversas**

situaciones estos movimientos exigen un ajuste recíproco de todas las partes del cuerpo, rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, encaramarse, y los movimientos segmentarios en los que intervienen sólo el desplazamiento de una parte o área corporal inhibiendo las demas. Conseguir una buena coordinación dinámica requiere además de una organización nuerológica correcta dominio del tono muscular, control de la postura, equilibrio y sensación de seguridad, como ya sabemos el cuerpo humano está constituido por un conjunto de segmentos articulados que no se desplazan en bloque, sino de forma discontinua y mediante una serie de apoyos de puntos del cuerpo en contacto con el suelo que forman una especie de divisiones dentro de un mismo movimiento por eso al hablar de la coordinación dinámica general se dene tener presente dos aspectos fundamentales que la caracterizan y que son la organización del espacio y el tiempo. (Martí María Teresa 2009 pág.119)

#### **2.1.8 La coordinación dinámica segmentaria**

**Es la capacidad de controlar las distintas partes del cuerpo de forma voluntaria superando las dificultades y sincronizando los movimientos de manera armónica y sin tensión, se refiere a los movimientos que realiza un segmento brazo, pierna y que pueden estar relacionados con un objeto: balón, pelota, implemento, se diferencia dos tipos de coordinación segmentaria: coordinación óculo - pédica.- estos movimientos los organizamos con las piernas (pie) y los ojos (óculo), como en fútbol; y coordinación dinámica general.- intervienen los brazos y manos, con los ojos (Casanova Pablo 2012 pág. 111)**

Son múltiples los factores que pueden afectar a la coordinación o condicionarla, además de los relativos a los diferentes grados de alteración o disfunción de los sistemas neurológicos, óseos o musculares, podemos señalar.

**La herencia:** los aspectos determinados genéticamente, como el tipo somático o las características musculares, condicionan las capacidades



físicas (fuerza, flexibilidad, velocidad, etc.) y en consecuencia, la coordinación.

**La condición física;** no sólo afectará en la medida en que retrasará la fatiga, sino también en la exigencia que la coordinación suponga en cuanto a las capacidades físicas.

**La edad:** en general, la edad y el crecimiento suponen una mejora constante y progresiva de la coordinación, con la excepción de una cierta regresión que se produce coincidiendo con la pubertad debido, fundamentalmente, al rápido crecimiento que caracteriza dicha etapa y a la necesidad de un tiempo de ajuste, de adaptación, a las nuevas proporciones corporales. Por otra parte, en la vejez también se experimenta una regresión.

**La fatiga:** tanto física como psíquica, cuya presencia afecta negativamente a la coordinación.

### 2.1.9 Tipos de coordinación

**Coordinación dinámica general:** definida como la capacidad que permite dominar las acciones motrices con precisión y economía en situaciones determinadas, que pueden ser previstas o imprevistas y aprender de modo relativamente más rápido los gestos esto supone la posibilidad de asociar patrones motores independientes para formar otros más complejos que se irán automatizando y liberando la atención del niño para que se centre en otras tareas. (Casanova Pablo 2012 pág. 109)

#### 2.1.9.1 Coordinación motriz gruesa

Dice al respecto que: En la coordinación motriz gruesa intervienen las grandes masas musculares de ejecución de movimientos que no requieren precisión.

**La coordinación motriz gruesa corresponde a los movimientos coordinados de todo el cuerpo esto le va a permitir al niño coordinar grandes grupos musculares, los cuales intervienen en los mecanismos del control postural, equilibrio y los desplazamientos, cuanto más amplio son las experiencias del niño, cuanto más libertad de movimiento le demos al niño mayor será la posibilidad que tenga de explorar, memorizar, observar, fortalecer su musculatura, adquirir experiencia aprender e ir conociendo sus posibilidades y sus limitaciones. (Fernández María José 2010 pág. 96)**

### **2.1.9.2 Coordinación motriz fina**

Consiste en la integración de pequeños músculos para la realización de determinadas acciones físicas muy específicas, tales como muecas, guiños, recortar, ensartar, escribir, soltar, agarrar, arrugar la frente, mover los labios, los dedos de los pies, entre otros

**Las habilidades de motricidad fina suponen el desarrollo de la coordinación mano-ojo y el uso de músculos más pequeños como el de las manos y dedos, con los que se desarrollan las capacidades de agarrar y apretar de acuerdo con el modelo educativo de Montessori existe una relación entre el llamado dominio de movimiento corporal y un desarrollo saludable de la propia imagen (Bradford Helen 2014 pág. 54)**

### **2.1.9.3 Coordinación segmentaria**

Dice que: Se refiere a movimientos analíticos o sintéticos, por eso se denomina también coordinación específica”.

**La coordinación segmentaria es aquella que comprende movimientos que relacionan el sentido de la vista con algunos segmentos corporales. Atendiendo a las partes del cuerpo que intervienen en el movimiento, podemos distinguir tres tipos: coordinación óculo manual, coordinación óculo – pédica y coordinación dinámico – manual. (Delgado, 2009, pág. 129).**

#### **2.1.9.4 Coordinación óculo - manual**

Por coordinación óculo manual debe entenderse el trabajo asociado de la visión y las manos; en este grado, el niño debe ser enfrentado a tareas sobre recepción, lanzamientos y manipulación de elementos pequeños, en donde se combine la rapidez y la precisión en las ejecuciones; no se trata sencillamente de que el niño lance o reciba un objeto con una o ambas manos, sino que los lanzamientos y las recepciones deben hacerse desde diferentes situaciones ( después de una carrera, durante la carrera, después de un giro lanzamientos a un punto preciso).

**El desarrollo de la coordinación óculo - manual tiene una enorme importancia en el aprendizaje de la escritura por lo que supone de ajuste y de presión de la mano en la presión y en la ejecución de los grafemas, siendo la vista quien tiene que facilitar la ubicación de los trazos en el renglón juntos o separados, las actividades básicas de esta coordinación permite la manipulación y son la presión, el lanzamiento y la recepción son actividades que desarrollan la precisión y el control propio. Pero mientras que las actividades de recepción son típicamente de adaptación sensoriomotriz, (Martínez Eduardo 2014 , pág. 54)**

#### **2.1.9.5 Coordinación óculo – pédica**

Es aquella que abarca movimientos en los que se establece una relación entre la vista y los miembros inferiores, como, por ejemplo, al lanzar una tiro en fútbol, al saltar una valla. La coordinación óculo – pédica supone movimientos específicos con los pies, con los que al igual que en el caso de la óculo manual, se intenta conseguir la máxima precisión. (Delgado, 2009, pág. 130)

#### **2.1.10 Capacidades coordinativas**

**Es la capacidad de coordinar unos movimientos por ejemplo: generales como lo son regulación y dirección**

**del movimiento, adaptación y cambios motrices, espéciales que son orientación, equilibrio, ritmo, anticipación, diferenciación, coordinación complejas que es el aprendizaje motor o la agilidad y movilidad activa, pasiva, por lo tanto es la capacidad que tiene un individuo para solucionar con velocidad las tareas motrices planteadas. En el desarrollo de la agilidad está presente la relación con las demás capacidades y la coordinación existente entre ellas. En el momento de resolver una tarea motriz pueden estar presentes varias de esas capacidades abordadas anteriormente. Esta capacidad se desarrolla bajo del sistema energético anaerobio, requiriendo una gran intensidad de la velocidad durante los movimientos, pues generalmente se desarrolla a través de complejos ejercicios variados y matizados por constantes cambios en la dirección de los mismos, esta capacidad contribuye a la formación de destrezas y habilidades motrices y uno de los métodos más eficaces, es el juego (León, H. B. (2009 pág. 165**

Las capacidades coordinativas son capacidades determinadas sobre todo por la coordinación, esto es por los procesos de regulación y conducción del movimiento.

Habilitan al deportista para dominar de forma segura y económica acciones motoras en situaciones previstas acciones motoras en situaciones previstas.

### **2.1.11 Importancia de las capacidades coordinativas**

De forma muy general, las capacidades coordinativas se necesitan para dominar situaciones que requieren una actuación rápida y orientada a un objetivo. La habilidad tiene un gran valor en el sentido de una profilaxis de los accidentes permite evitar colisiones y caídas.

**Las capacidades coordinativas dependen predominantemente del proceso de control del movimiento condicionando el rendimiento del deportista, necesario en mayor o menor grado, para realizar con acierto ciertas actividades deportivas que el aprende y**

**perfecciona con el entrenamiento. Ellas condicionan el rendimiento junto con otras cualidades de la personalidad y se pueden expresar por el nivel de velocidad y calidad del aprendizaje, perfeccionamiento, estabilización y aplicación de las habilidades técnico-deportivo dentro de lo dicho anteriormente se pueden distinguir siete capacidades coordinativas teniendo en cuenta las características del deportista, en cada deporte son fundamentales el deportista en general debe de traer consigo una serie de capacidades coordinativas que tuvo que haber adquirido a lo largo de su plan de entrenamiento o de iniciación deportiva la técnica y el grado de dominio representa un componente de mucha importancia dentro de lo que es las capacidades coordinativas (Casimiro Antonio, 2014 pág. 132)**

El alto grado de economía propia de una habilidad bien desarrollada se debe a la precisión de la regulación motora y permite ejecutar movimientos idénticos con un gasto escaso, con el consiguiente ahorro de energía. De esta forma la habilidad determina el grado de aprovechamiento de las capacidades de la condición física.

Sobre la base una capacidad de rendimiento coordinativo bien desarrollada se puede aprender y reaprender destrezas deportivas-técnicas incluso en años de entrenamiento tardío. Un alto nivel de capacidades coordinativas permite adquirir de forma racional destrezas deportivas-técnicas procedentes de otras modalidades, que se pueden aprovechar, por ejemplo la condición física general y para el entrenamiento compensatorio

**Las capacidades de la coordinación son los indicadores de la coordinación específica del fútbol son valiosos a la hora de predecir el rendimiento al que puedan llegar los futbolistas, así como también intervienen en la selección de talentos otros factores como los indicadores de habilidad para el ajuste motor y reorganización y la diferenciación cenestésica. De entre todos los índices de coordinación, los de ajuste y reorganización motriz y diferenciación cenestésica son los más útiles para la evaluación de las habilidades perceptivo-motrices en**

**futbolistas. (Solana, Antonio; Muñoz, Alejandro 2011, pág. 53)**

Los especialistas destacan la revelación general en esta relación con la capacidad de aprender nuevos movimientos y reestructurar rápidamente la actividad motriz de acuerdo a las exigencias de situación cambiante. En gran parte las capacidades de coordinación de los futbolistas están presentes en los movimientos sin balón como los giros, los saltos, las caídas, el cambio de dirección de la carrera. Las investigaciones sobre las capacidades de coordinación en los futbolistas y de alto rendimiento han demostrado en las diferentes opciones motrices. Este hecho es importante tanto para la selección de los índices de control como de los medios de su perfeccionamiento.

#### **2.1.12 Entrenamiento infantil y juvenil como entrenamiento de base y de profundización**

El entrenamiento infantil y juvenil configura el fundamento para el posible alto rendimiento deportivo posterior. El objetivo del entrenamiento infantil y juvenil es un desarrollo y asentamiento óptimo de todos los factores motores, cognitivos, psíquicos y sociales que determinan el posterior alto rendimiento. El contenido, la dificultad y la configuración del entrenamiento en las edades infantil y juvenil deben adecuarse a las posibilidades de rendimiento en el estado individual. En las edades infantil y juvenil se crean las condiciones para el alto rendimiento en la posterior edad adulta. El entrenamiento en estos años de desarrollo y asentamiento humano ha de crear los fundamentos de capacidades motoras, cognitivas, psíquicas y sociales de la forma más variada y polifacética posible. Y es necesidad imperiosa, para optimizar el desarrollo y asentamiento de estas capacidades y el desarrollo de la personalidad en su conjunto, hacer frente con decisión al cambio del entorno actual, claramente perjudicial, con unas condiciones de aprendizaje nuevas modificadas, que favorezcan

el desarrollo del niño. Cuando más profundo y variado sea el asentamiento de todas las fuerzas importantes para el alto rendimiento, tanto mayores serán los rendimientos duraderos obtenibles posteriormente, en la edad del alto rendimiento. Las carencias o déficit en el llamado entrenamiento de base limitan posteriormente el rendimiento y son recuperables, por lo menos no de forma completa. Así, en nuestros días resulta imprescindible conceder tiempo y margen a la capacidad general de juego y la adquisición de virtudes sociales y esquemas de valores, fundamentales para jugar con éxito en un equipo de fútbol y también en la vida cotidiana en etapas posteriores.

**El entrenamiento deportivo puede realizarse con objetivos directores muy distintos y por tanto en relación con compromisos muy distintos el entrenamiento orientado al alto rendimiento es básicamente un proceso a largo plazo en el transcurso de los esfuerzos enfocados a obtener un nivel cada vez más alto en el elite deportiva se ha producido un considerable aumento de la carga no sólo en la edad adulta sino también en la edad infantil y juvenil un desplazamiento del inicio del entrenamiento a una edad cada vez más temprana . (Duarte Redondo, 2012 , pág. 337)**

### **2.1.13 El entrenamiento de coordinación y el deporte de rendimiento**

Diversos autores destacan las etapas en las que el deportista es más receptivo a determinados estímulos es decir, si deseamos obtener los mejores beneficios respecto a ciertas capacidades deberemos aplicar los estímulos en los momentos adecuados. Las fases sensibles son etapas de mayor entrenabilidad, es decir, de mejor adaptación para las capacidades de condición física y coordinación. Se trata de períodos particularmente favorables, durante el desarrollo del niño y del adolescente, para el reforzamiento de factores determinantes para el rendimiento deportivo. Estas fases se encuentran determinadas por factores promovidos por el desarrollo corporal. Por ejemplo, el período comprendido desde los 5 o 6 años hasta los 11 o 12 años (antes de la

explosión puberal) es la fase sensible de la coordinación, (cualidad física requerida para el aprendizaje y ejecución de cualquier gesto técnico)

**Resulta indispensable a la hora de elaborar un plan de trabajo teniendo en cuenta que en esta edad se encuentran factores que limitan los objetivos en capacidades tales como la fuerza máxima y la resistencia anaeróbica láctica. Ello indica claramente en qué contenido estará el mayor porcentaje del entrenamiento en esta etapa, fundando el desarrollo coordinativo como sustento de las adquisiciones técnicas. Se habla de que es más fácil influir sobre distintas funciones y capacidades cuando están en proceso de maduración que cuando ya han madurado. En la elección de los periodos sensibles debemos tener en cuenta el fenómeno de la maduración biológica con sus precocidades y sus retrasos. Para el máximo aprovechamiento de las fases sensibles es necesario prepararlas a largo plazo, utilizando modelos adecuados y recordando que no habrá niveles de maduración facilitados si no existen las bases estructurales y funcionales adecuadas. Por esta razón se habla de “La teoría del tren perdido” para referirse a que el tiempo no aprovechado en un periodo sensible, de una capacidad motora no siempre se recupera y que perdido el tren no podemos tomarnos el siguiente esperando el mismo efecto adaptativo. (López Fernando 2013, pág. 13)**

#### **2.1.14 Coordinación como base del éxito**

Es necesario un gran número de músculos para que el cuerpo pueda realizar movimientos rápidos, con fuerza y resistencia. Por ello los músculos de los futbolistas deberían ser controlados por un sistema nervioso muy desarrollado. El trabajo conjunto de la musculatura esquelética y el sistema nervioso central está regulada mediante procesos corporales y controla todo lo que está relacionada con el concepto de coordinación es sin embargo mucho más amplio

Básicamente se trata del aprendizaje, conducción y adaptación de los movimientos. Los futbolistas deberían estar en situación de aprender



rápidamente las nuevas técnicas y dirigidas de manera económica y precisa, adaptándose a situaciones imprescindibles. Los jugadores que tienen una buena coordinación dominan, a pesar de hallarse bajo la presión de un contrario o en un espacio reducido (precisión espacial, los movimientos deportivos aprendidos. (Castillo Iván 2013. pág., 10)

### **2.1.15 Entrenamiento de la coordinación en el fútbol**

¿Cómo se puede entrenar todos estos componentes? ¿Qué consecuencias tienen en el entrenamiento de los futbolistas? La coordinación del movimiento contiene una gran componente de percepción, de imaginación de movimiento (intuición en el pensamiento, anticipación en los cambios) así como la concentración.

En el entrenamiento general de la coordinación de los niños deberían aprender lo antes posible a mover el cuerpo con precisión.

Cuando más versátiles sean los movimientos en la niñez, mejor podrán manejar los futbolistas su musculatura con la ayuda del sistema nervioso.

**La coordinación es una condición física imprescindible de cualquier movimiento propio de la actividad tanto deportiva como cotidiana. Si conseguimos tener una mejor coordinación, conseguiremos aumentar el rendimiento físico reduciendo el consumo energético. La coordinación es el quinto elemento de las facultades físicas junto a la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad. Todas las facultades están relacionadas entre sí (Vázquez Pablo 2013, pág. 5)**

#### **2.1.15.1 Objetivos del fútbol infantil**

Los niños acuden al club de fútbol para jugar al fútbol. Con ello ya se identifica el objetivo: los niños buscan oportunidades intensivas para jugar y aprenden a jugar a este deporte. (Walter, 2010, pág. 261)

### **2.1.15.2 Jugar y practicar**

“Para saber jugar correctamente se requiere técnica y comprensión del juego. El joven jugador adquiera la técnica solamente a través de la práctica y del juego constituyen las piedras angulares del entrenamiento”. (Walter, 2010, pág. 261)

### **2.1.15.3 Formación de los jugadores y no del equipo**

**El éxito del equipo se sitúa en un segundo término para el fútbol infantil. Naturalmente resulta más fácil entrenar a un equipo que tiene éxito en los partidos. Pero lo importante para el fútbol infantil no es el éxito, es decir, la victoria del equipo, sino el jugador individual o sea, el elemento estructural con el que se construye, luego un equipo. Este elemento estructural debe ser de la máxima calidad. Esto significa que el jugador ha de recibir la mejor formación posible en el fútbol infantil (Walter, 2010, pág. 261)**

### **2.1.16 Finalidades y funciones del entrenamiento infantil**

El entrenamiento del niño constituye el comienzo del desarrollo deportivo de nuestros jóvenes deportistas.

El objetivo principal es estabilizar el interés por jugar a fútbol y, en relación con ello, por participar regularmente en una actividad deportiva, motivándoles a ello y acercando a los niños a entrenamientos sistemáticos y regulares.

**En esta etapa í se abordaran aquellos temas pedagógico-didácticos que se consideran trascendentales y que respondan en parte del desarrollo integral del individuo, a decir, los factores físicos, cognitivos y emocionales, no solo, desde la perspectiva del ámbito deportivo, sino también, desde la perspectiva del ámbito psicosocial. Partiendo de lo anterior, es que en el presente capítulo**

**se abordarán temas que serán el marco conceptual para que el entrenador pueda plantear sesiones prácticas de entrenamiento, acorde con los intereses psicológicos de los participantes, respete el nivel de desarrollo biológico de los mismos y a su vez maximice su comportamiento competitivo (entiéndase esto como el desarrollo de las áreas técnico-táctica, física y volitiva), todo ello en concordancia con la edad de los individuos y siempre desde la visión integradora del rendimiento deportivo (Rivas Borbón 2013 pág. 6 )**

El entrenador que trate con estas edades tiene una gran responsabilidad; el contribuye a la definición de los rasgos esenciales de su carácter de sus principios y actitudes fundamentales.

Sienta las bases tanto de comportamiento elemental, que coinciden con una progresiva comprensión de la jugada, como los conocimientos técnicos y tácticos.

Los descuidos en esta época serán la causa de que más adelante sea difícil e incluso imposible de recuperar todo lo anteriormente expuesto, ya que de esta edad, por razones ontogenéticas, hay fases especialmente indicadas para determinar determinadas aptitudes motoras y, con ello también, la adquisición de las correspondientes capacidades de movilidad

### **2.1.17 El fútbol**

El fútbol es un deporte físicamente exigente caracterizado por actividades intensas frecuentes, tales como carreras de alta intensidad, giros y saltos.

Se ha demostrado que un jugador de futbol varón de primera categoría ejecuta aproximadamente 1.100 cambios en la intensidad del ejercicio y cubre una distancia de unos 11 km durante un partido.

**Se trata de que en las fases iniciales de creación del deportista busquemos un desarrollo armónico de todas las cualidades físicas para especializarles bastante más adelante, La especialización debe ser continua y progresiva, y en las fases iniciales con deportistas jóvenes, seguiremos manteniendo estímulos multilaterales en algunas sesiones, ante un mismo estímulo, la adaptación es distinta según las personas por factores como la herencia, la motivación o las influencias ambientales. También deberemos tener en cuenta la capacidad de rendimiento y desarrollo del deportista y la adaptación de la carga externa a dicha capacidad. (Gutiérrez Santiago 2011, pág. 109).**

### **2.1.18 Fundamentos técnicos del fútbol**

“Es el instrumento principal de la práctica deportiva y le son dotados al jugador en el proceso de enseñanza-aprendizaje, se realiza en el propio terreno para ir agregando espacio en la cancha en movimiento”. (Naranjo, 2009, pág. 59)

#### **2.1.18.1 Dominio del balón**

**El manejo de balón de un jugador podemos definirlo como: "Los movimientos que realiza un jugador cuando entra en contacto con el balón. Con el objetivo de obtener seguridad en su posesión y disposición para la acción posterior que vaya a realizar" Así pues, es de vital importancia que un jugador adquiera un mínimo de nivel del manejo del balón dado que en el transcurso de los partidos, la necesitará. El proceso de aprendizaje, debe comenzar desde edades muy tempranas para que los chicos o chicas puedan ir descubriendo cómo reacciona el balón, y como tienen que ir comportándose cuando tienen la posesión. Para ello, los juegos con balón son necesarios e imprescindibles, para obligar al jugador a desenvolverse con la pelota de la forma más natural posible. Recordar que los objetivos principales del manejo de balón, es obtener seguridad en la posesión y disposición para realizar las acciones posteriores. Cuando obtenemos estas dos premisas, seguridad y**

**disposición, y estemos en un partido real (Varela José Miguel 2011 pág. 2)**

#### **2.1.18.2 Regate**

El regate es uno de los gestos técnicos más apreciados por el público aunque a veces no tanto por técnicos y entrenadores, sobre todo cuando se abusa del mismo, es un gesto muy característico de cada jugador y no es fácil su mejora, la cualidad física más importante relacionada con este gesto es la velocidad, ya que en la mayoría de los regates no es complicado sino que la dificultad estriba en realizarlos de manera rápida y coordinada.

También es muy importante el trabajo de potencia, ya que una vez realizado el regate debemos salir lo más velozmente posible para no perder la ventaja conseguida.

**Para saber que tipo de regate queremos aprender o mejorar primero se debe observar detenidamente como lo realizan los jugadores, en segundo lugar hay algo muy importante que podemos realizar, con permiso de la psicología deportiva que consiste en dedicar un poco de tiempo a imaginar qué queremos hacer y cómo lo vamos a hacer, esto se llama visualización del gesto, cualquier gesto técnico al que dediquemos unos minutos en pensar cómo lo haríamos nos resultará más fácil llevarlo a la práctica y lo realizaremos mejor y más rápido. (Cuenca Francisco 2009 pág. 118)**

#### **2.1.18.3 Juego de cabeza.**

El juego de cabeza es una variación de la volea en la cual el balón es golpeado con la frente y no con el pie. Los principales usos del juego de cabeza incluyen despejar el balón fuera de peligro, pasarlo a un compañero y remata.

**Es todo contacto que se le da al balón con la cabeza. Se suele utilizar este fundamento técnico para los remates al arco (cuando el jugador es atacante) y para los despejes o rechazos (cuando el jugador está defendiendo), las superficies de contacto utilizadas en este fundamento técnico son las siguientes: frontal: para dar potencia y dirección, parietal: usualmente se utiliza para los desvíos o rechazos, pero también suele ser útil en los remates al arco. (González José Miguel, 2010, pág. 5)**

#### **2.1.18.4 El tiro**

Es la acción a través de la cual se buscan concluir las situaciones de ataque de un equipo. La eficacia del tiro depende de la precisión, la potencia, la velocidad y su forma de ejecución. De acuerdo con el lugar, la situación y la posición en que se encuentra el jugador en el terreno de juego, podrá utilizarse uno de los siguientes tipos de tiros:

- Tiro con la parte interna del pie
- Tiro con el empeine del pie
- Tiro con la cara externa del pie
- Remate de cabeza

El tiro puede ser un tiro libre directo o tiro libre indirecto en los tiros libres el balón debe estar inmóvil, se puede ejecutar el tiro elevando el balón con 1 ó 2 pies simultáneamente utilizar fintas durante un tiro es bueno para confundir al adversario (Clavellinas Rafael 2010 pág. 230)

#### **2.1.18.5 La conducción del balón**

La conducción es la acción individual en plena posición-dominio del balón que nos permite, mediante una sucesión de golpes precisos al

balón, progresar por el terreno de juego cuando las circunstancias del mismo lo aconsejan, en busca de posiciones ventajosas para el equipo.

**La conducción se maneja en carrera continua con el balón desplazándose por todo el terreno de juego la conducción se realiza en zig-zag entre 5 conos que están separados dos metros entre si al finalizar en la zona de zig-zag se realiza un lanzamiento a portería (Costa Ramos Jorge 2009 pág. 39)**

Sin embargo, la conducción del balón debe considerarse dentro del juego de equipo como un recurso, ya que la conducción excesiva resta velocidad al juego, permitiendo a los contrarios buscar posiciones favorables respecto al mismo. “Pero aunque la conducción retiene en ocasiones la velocidad del juego, en otras se beneficia de su temporalización, por lo que la necesidad de la conducción está en la sincronización ideal de la preparación del juego en cada instante”.

Para realizar la conducción del balón de forma eficaz, el jugador debe tener en cuenta una serie de aspectos:

- Buena técnica de carrera, que será la apropiada en función de la velocidad. Como norma general debemos adaptar un perfecto equilibrio estando en situaciones de acción sobre el balón.
- Control permanente del balón, que este no se aleja en exceso del poseedor del mismo, y dependerá en cada caso en la distancia en que se encuentren los jugadores rivales.
- Visión perfecta de la situación de juego, para ello no se debe mirar constantemente al balón, obligando al jugador que conduzca con la cabeza levantada, mirando alternativamente y a intervalos al balón y al terreno de juego, para dominar la situación del resto de los jugadores y así facilitar la tarea de decisión más adecuada en cada momento.

- Acostumbrar desde el principio a que se realice la conducción del balón con ambos pies y distintas superficies de contacto (exterior, interior, planta, empeine, entre otras.), con lo cual se conseguirá una extensa variedad en las formas de ejecución, adaptando la más idónea en cada situación.
- Además de prestar atención a estos aspectos fundamentales, también deberemos tener en cuenta otros que dependen de diversas circunstancias, tales como distancias mínima del contrario, lugar por donde intenta el rival arrebatarse el balón, estado del terreno de juego entre otros, que nos indicaron las posibles variaciones útiles y convenientes para mayor efectividad de la conducción.

#### **2.1.18.6 Formas de conducción**

“La conducción del balón puede hacerse con un solo pie o con los dos. El contacto del balón puede realizarse con diferentes superficies de contacto: interior, exterior, empeine, puntera, planta, entre otros”.

Cuando la conducción se realiza con un solo pie, se llevara el balón golpeándolo indistintamente con la parte interior y exterior del mismo pie. Cuando se hace con los dos pies deberá golpearse suavemente el balón con la parte interior de ambos pies, haciéndolo avanzar en forma de zigzag, ósea de un pie al otro.

- La conducción en carreras se realiza en carrera continua con manejo del balón desplazándose por todo el terreno de juego
- Conducción más lanzamiento se forma dos filas en el centro del campo y cada una de las filas se orienta hacia una portería, así el primero de cada fila sale haciendo conducción del balón y lanza a portería cada 5



lanzamientos se intercambia el portero por el alumno que en ese momento esté colocado en primera fila

- **Conducción de protección:** se utiliza cuando hay un defensor cerca, debiéndose realizar con el pie más alejado del contrario y al ser posible con el exterior, interponiendo la pierna de apoyo y el tronco entre el balón y el defensor para proteger el balón del mismo, con una sucesión de topes cortos.
- **Conducción de velocidad:** se realiza para avanzar el balón rápidamente sin proximidad defensiva. El balón toca el suelo por delante o/y a un lado del jugador. Los toques sucesivos pueden ser más largos pero procurando que el balón no se aleje en exceso, la carrerara debe realizarse con el tronco inclinado hacia delante y la cabeza alta.
- **Conducción con cambio de ritmo:** se trata de pasar de conducción de velocidad a conducción de protección para volver a salir en arrancada conduciendo en velocidad. Este tipo de conducción se utiliza para obtener ventaja sobre el defensor y escaparse.
- **Conducción con cambio de dirección:** el atacante conduce el balón hacia un lado como si fuera a arrancar, obligando al defensor a seguirle. En un momento determinado el atacante para y pasa el balón por delante (o por detrás), cambiando el balón de pierna, a la vez que se coloca entre su defensa y el balón.
- **Conducción en arrancada o salida en conducción:** desde la posición de parado, arrancando en velocidad con control del balón, se realiza según la posición del defensor.
- **Arrancaremos por el lado de la pierna adelantada del defensor (o lado débil),** ya que reaccionará peor. Se realiza con toques sucesivos, normalmente con el exterior del pie y pierna más alejada del defensor

de forma explosiva para sorprenderle. (Costa Ramos Jorge 2009 pág. 39)

## **2.1.19 Fundamentos técnicos colectivos**

### **2.1.19.1 El pase**

“Es el acuerdo tácito entre dos jugadores que llegan a ser dos puntos de unión del balón. Uno transmite el balón, el otro ejecuta el movimiento (control, amortiguado, etc.) para apropiárselo” (Regodón, 2010, pág. 7).

### **2.1.20 Tipos de pase**

Los pases se pueden clasificar, según diferentes criterios:

**Distancia:** pases cortos, medios y largos.

**Dirección:** pases hacia delante, en diagonal, laterales y hacia atrás.

**Altura:** pases rasos, media altura y altos.

**Fuerza:** pases flojos, fuertes y templados.

El pase en el fútbol: elemento base de la creación colectiva (Regodón, 2010, pág. 7).

### **2.1.21 La recepción y control del balón**

Aclara que: en la enseñanza/aprendizaje del fútbol, deberemos enseñar a controlar y a recibir el balón, amortiguándolo y dominándolo para que el joven pueda jugar con mayor eficiencia.

**Un control no es otra cosa que la acción mediante la cual nos apropiamos del balón dejándolo en condiciones de ser jugado seguidamente, las claves para realizar un buen control son el momento de realizarlo o momento en el que tomamos contacto con el balón. Y la forma en la que dejamos preparado el balón para ser jugado. En la acción técnica como tal no interviene si el balón llega de un compañero o de un contrario. (Varela José Miguel 2011, pág. 5**

## **2.2 POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL**

Las Cualidades Motrices son aquellos componentes responsables de los mecanismos de control del movimiento. Es un concepto íntimamente relacionado con el de habilidad motriz, definida como capacidad de movimiento adquirida con el aprendizaje. La habilidad motriz corresponde a modelos de movimientos que se producen sobre la base de todos los componentes cuantitativos y cualitativos. Es la habilidad motriz un instrumento de desarrollo de las cualidades motrices. Cuantas más habilidades aprendamos, mejor desarrollaremos dichas cualidades. La presente investigación está fundamentada en la teoría humanista, porque al niño en su formación o entrenamiento debe ser tratado con una excelente calidad humana aplicando altamente los principios pedagógicos y del entrenamiento deportivo.

Esta denominación es la que más se acerca a la reflejada en el Decreto 105/1992, más concretamente, dentro del bloque de Conocimiento y Desarrollo Corporal, en el apartado de Educación Física de Base. De esta manera, podemos observar la gran importancia que tiene el desarrollo de la coordinación y el equilibrio para el movimiento del cuerpo.

Nunca es demasiado tarde para comenzar a desarrollar la percepción de su propio cuerpo y el sentido del movimiento. Esto se logra a través de ejercicios apropiados, variados e inteligentemente combinados, que estimulen al mismo tiempo la capacidad de aprendizaje. El sentido del

movimiento adquirido en una etapa precoz, es muy importante para su posterior control y dosificación.

La formación de base de los principiantes debe por lo tanto, estar encaminada a desarrollar sistemáticamente las cualidades de coordinación con la ayuda de ejercicios gimnásticos y de destreza. De esta forma el alumno desarrolla un sentido del movimiento diferenciado muy útil para el control motor y puede adquirir una técnica correcta desde el principio. Los factores que determinan la condición física afectan el rendimiento –físico y técnico de forma variable según las exigencias del deporte de que se trate. Los mismos determinan en gran medida la acción muscular y son indispensables para el aprendizaje y la ejecución del gesto técnico. Es conveniente por lo tanto, realizar una diferenciación de los factores físicos adaptados óptimamente a la próxima etapa de desarrollo. Esto permite que los alumnos puedan progresivamente forjarse una imagen correcta del movimiento. La diferenciación es el elemento clave que permite combinar capacidades de condición física y cualidades de coordinación lo cual asegurará un excelente nivel de rendimiento.

### **2.3 GLOSARIO DE TÉRMINOS**

**Aprendizaje.**-puede ser definido como un cambio interno en el individuo, que se deduce a partir de un mejoramiento relativamente permanente en la realización como consecuencia de la experiencia y la práctica.

**Capacidad motriz.**-rasgo o actitud de un individuo, que está relacionada con el nivel de ejecución de una variedad de habilidades motrices por ser un componente de la estructura de esas habilidades.

**Desarrollo.**-Se refiere a los cambios en el nivel de funcionamiento de los individuos. Es el apareamiento y ampliación de las capacidades del niño de funcionar en niveles cada vez más altos.

**Edad mental.**-Es determinada a través de la observación del desarrollo mental del individuo, que envuelve varios aspectos como la ampliación de los horizontes intelectuales y temporales.

**Estadio de desarrollo.**-Se refiere a periodos en el desarrollo de una persona, que son caracterizados por determinados tipos de comportamientos que reflejan un estado neural y todo tipo de procesamiento cognitivo que orientará una determinada acción.

**Habilidad.**-Acción compleja e intencional, que envuelve toda una cadena de mecanismos sensoriales, de procesamiento central y motor.

**Juego.**-Actividad lúdica de niños y adultos donde rigen por cierto tiempo reglas especiales, fuera de la seriedad de la vida normal.

**Lúdico.**- Perteneciente o relativo al juego.

**Marcha rítmica.**-Caminar con regularidad al son de un ritmo determinado.

**Masificación.**-Acción que conduce a la realización de actividades por un gran número de personas. Meta del deporte para todos.

**Habilidad básica.**-Actividad caracterizada por una meta general y que sirve de base para la adquisición de habilidades más específicas.

**Maduración.**-Hace referencia a los cambios cualitativos que capacitan a una persona para pasar a niveles más altos de funcionamiento.

**Movimiento.**- Acción y efecto de mover. Estado de los cuerpos mientras cambian de lugar o de posición. Alteración, inquietud o conmoción.

**Patrón de movimiento.**-, Se refiere a una serie de acciones o movimientos organizados en una secuencia algorítmica, cuya combinación permite el ejercicio de la función motriz.

**Patrón motor.**-Organización de una serie de comandos motores (impulsos nerviosos de tipo referente) que son enviados al sistema neuromuscular.

**Posición.**-Ubicación del cuerpo en el espacio. Postura como modo de estar de una persona o cosa.

**Relajamiento.** Acto efecto de disminuir la tensión de un músculo colocándola en reposo y disminuyendo de esta forma el tono.

## **2.4 INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN**

- ¿Cuál es el nivel en la ejecución de los fundamentos técnicos básicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la escuela “Padre Doménico Leonati”?
- ¿Cuál es el nivel de coordinación dinámica general y su relación con la formación de futbolistas, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la escuela “Padre Doménico Leonati”?
- ¿La aplicación de una alternativa de actividades coordinativas, ayuda en la formación de futbolistas, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la escuela “Padre Doménico Leonati”?

## 2.5 MATRIZ CATEGORIAL

Concepto	Categorías	Dimensión	Indicador
<p>Acción y efecto de disponer elementos metódicamente o Concertar medios y esfuerzos para buscar un objetivo común.</p>	COORDINACIÓN	Coordinación Global	Aprendizaje motor
		Coordinación Dinámica	Ejecución de movimientos
		Coordinación General	Desplazamiento corporal
		Coordinación Especifica	Ajuste corporal
<p>Son todos los movimientos basados en modelos técnicos deportivos que realiza el jugador de fútbol con el balón, utilizando las superficies de contacto que permite el reglamento y que garantizan la eficiencia.</p>	FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL	Fundamentos individuales	Conducción pie izquierdo, derecho, Regate Dominio, tiro
		Fundamentos colectivos	Pases, recepción

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1 Tipo de Investigación**

El trabajo de investigación se enmarca en algunos criterios de clasificación: debido a su naturaleza es de carácter cualitativo, porque se inició con la recolección de la información específicamente en la etapa de diagnóstico del fenómeno, estudio y análisis de la situación, dentro de una estructura y formato de investigación.

##### **3.1.1 Investigación Documental**

Se utilizó la investigación documental porque se manejó documentos, bibliografías, consultas realizadas en textos, libros, revistas, folletos, periódicos, archivos, internet, correo electrónico entre otros; los mismos que ayudaron a plantear y fundamentar la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”

##### **3.1.2 Investigación de Campo**

Se utilizó también la investigación de campo, en los sitios donde se recopiló los datos y aportes que ayudaron al trabajo investigativo de los la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los



fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.1.3 Investigación Descriptiva**

Este tipo de investigación se utilizó para describir cada uno de los pasos del problema de investigación en este caso de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.1.4 Investigación Propositiva**

Sirvió para plantear una alternativa de solución luego de conocer los resultados, en este caso de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

## **3.2 Métodos**

### **3.2.1 Método Científico**

Este método sirvió para desarrollar cada una de las etapas del proceso de investigación:

Desde el problema de investigación, hasta la propuesta que es la solución al problema planteado acerca de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.2.2 Método Inductivo**

Se utilizó este método para determinar por medio de la observación como están con respecto a la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.2.3 Método Deductivo**

Se utilizó este método para seleccionar el problema de investigación, es decir de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.2.4 Método Analítico**

A través del análisis permitió al investigador conocer la realidad que sirvió para estudiar la situación actual de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.2.5 Método Sintético**

Se utilizó para redactar las conclusiones y recomendaciones acerca de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### **3.2.6 Método Estadístico**

Se utilizó un conjunto de técnicas para recolectar, presentar, analizar e interpretar los datos, y finalmente graficar mediante cuadros y

diagramas circulares acerca de la coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### 3.3 Técnicas e Instrumentos

Se aplicó test físico cuyo propósito es conocer el nivel de coordinación dinámica y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”.

### 3.4 Población

**Cuadro N° 1 Población**

<b>Escuela “Padre Doménico Leonati”</b>			
<b>Paralelos</b>	<b>Niños</b>	<b>Niñas</b>	<b>Docente entrenador</b>
Sexto “A”	13	19	1
Sexto “B”	13	19	
Séptimo “A”	13	19	
Séptimo “B”	13	18	
<b>SUBTOTAL</b>	<b>52</b>	<b>75</b>	<b>1</b>
<b>TOTAL</b>	<b>127</b>		<b>1</b>

**Fuente: Escuela “Padre Doménico Leonati”**

### 3.5 Muestra

Se trabajará con el 100% de la población para la obtención de los mejores resultados. Y no se aplicó la fórmula, ya que la población es inferior a 200 individuos.

## CAPÍTULO IV

### 4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

#### 4.1 Análisis descriptivo e individual de cada pregunta

##### Test N° 1 Correr de frente 2x15 mts. con obstáculos

##### Cuadro N° 2. Correr de frente 2x15 mts. con obstáculos

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	10	19
Muy bueno	14	27
Bueno	25	48
Regular	3	6
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

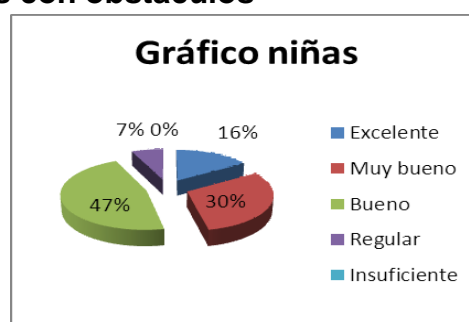
Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	12	16
Muy bueno	23	31
Bueno	35	47
Regular	5	7
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

##### Gráfico N° 1. Correr de frente 2x15 mts con obstáculos



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos



### INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de bueno con respecto al test de Correr de frente 2x15 mts. con obstáculos, lo que se nota que no hay una diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas excelente, muy bueno y regular. Al respecto se manifiesta que a los niños y niñas se les debe hacer mucho trabajo de coordinación.

## Test N° 2 Prueba de desplazamiento pie derecho en zig-zag con balón

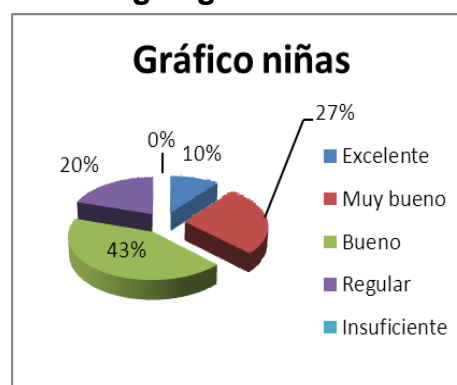
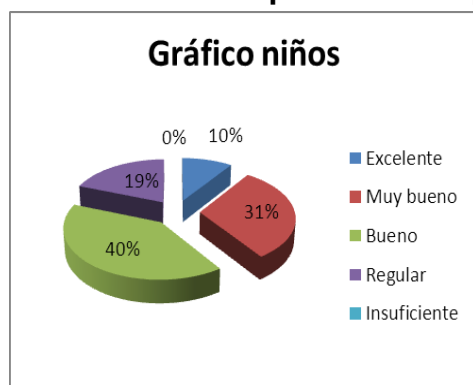
**Cuadro N° 3. Desplazamiento pie derecho en zig-zag**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	5	10
Muy bueno	16	31
Bueno	21	40
Regular	10	19
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	8	11
Muy bueno	20	27
Bueno	32	43
Regular	15	20
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 2. Desplazamiento pie derecho en zig-zag**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de bueno con respecto al test de Desplazamiento pie derecho en zig-zag, lo que se nota que no hay diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas excelente, muy bueno y regular. El docente de cultura física debe presentar variedad de actividades para mejorar esta importante cualidad, que es una de las más importantes, después de la preparación de las capacidades condicionales.

### Test N° 3 Prueba de desplazamiento pie izquierdo en zig-zag con balón

**Cuadro N° 4. Desplazamiento pie izquierdo en zig-zag**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	3	6
Muy bueno	9	17
Bueno	16	31
Regular	24	46
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	8	11
Muy bueno	18	24
Bueno	20	27
Regular	29	39
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

**Gráfico N° 3. Desplazamiento pie izquierdo en zig-zag**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

### INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Desplazamiento pie izquierdo en zig-zag, lo que se nota que no hay una diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas excelente, muy bueno y bueno. Al respecto se manifiesta que la coordinación es la cualidad física que debe ser desarrollada todos los días dentro del periodo de preparación.

## Test N° 4 Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos

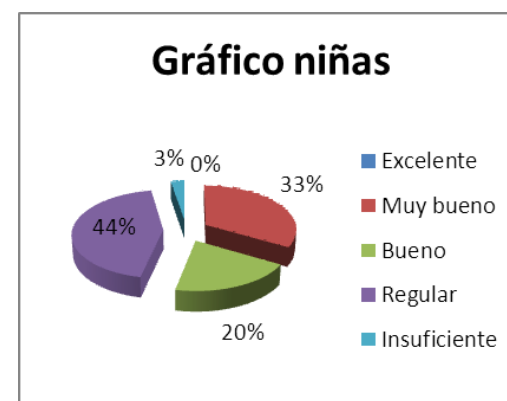
Cuadro N° 5. Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	15	29
Bueno	10	19
Regular	24	46
Insuficiente	3	6
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	25	33
Bueno	15	20
Regular	33	44
Insuficiente	2	3
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Gráfico N° 4. Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos lo que no existe una diferencia significativa, en menor porcentaje está las alternativas excelente, muy bueno, bueno e insuficiente. Al respecto se manifiesta que la coordinación es la calidad física que debe ser desarrollada todos los días dentro del periodo de preparación.

## Test N° 5 Regate 20 mts con obstáculos y tiro a la portería

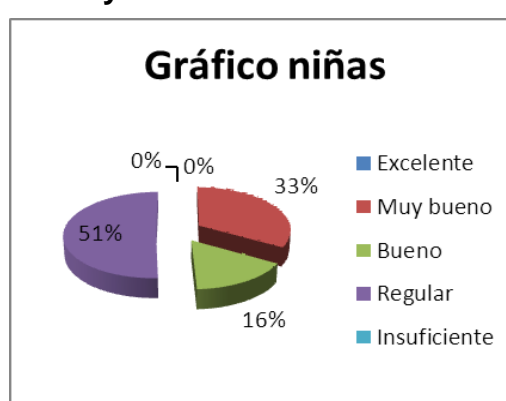
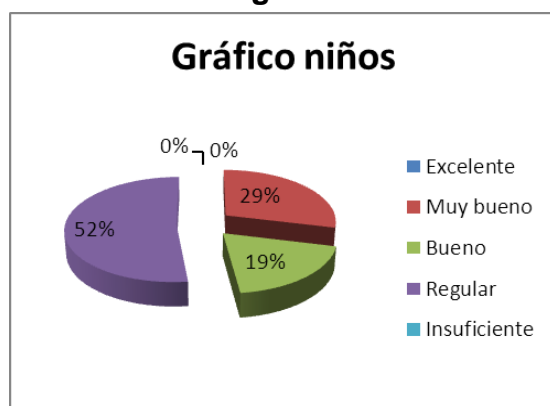
**Cuadro N° 6. Regate 20 mts con obstáculos y tiro**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	15	29
Bueno	10	19
Regular	27	52
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	25	33
Bueno	12	16
Regular	38	51
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 5. Regate 20 mts con obstáculos y tiro**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de regate 20 mts con obstáculos y tiro lo que no existe una diferencia significativa entre los dos géneros en menor porcentaje está las alternativas muy buenas, bueno. También es importante desarrollarle la coordinación con un poco de dificultad, en este caso ya se utilizó el implemento y el estudiante tiene que coordinar sus movimientos y la conducción del balón



## Test N° 6 Conducción con pie derecho 20 mts con conos

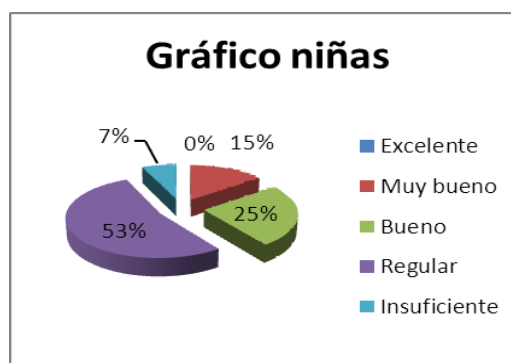
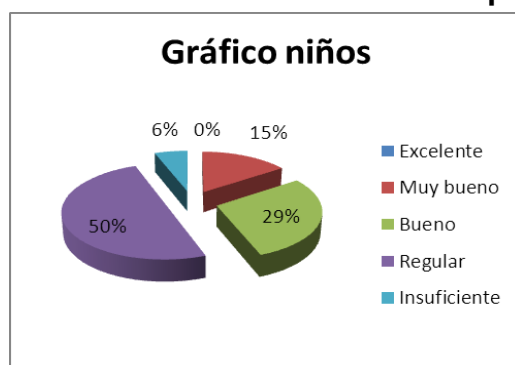
**Cuadro N° 7. Conducción con pie derecho 20 mts**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	8	15
Bueno	15	29
Regular	26	50
Insuficiente	3	6
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	11	15
Bueno	19	25
Regular	40	53
Insuficiente	5	7
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 6. Conducción con pie derecho 20 mts**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Conducción con pie derecho 20 mts con conos lo que se evidencia que no hay una diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas muy buena, bueno. El docente de Cultura física debe ofrecerle al estudiante variedad de ejercicios de coordinación, por qué es la base para el perfeccionamiento de la técnica de cualesquier movimiento

## Test N° 7 Conducción con pie izquierdo 20 mts con conos

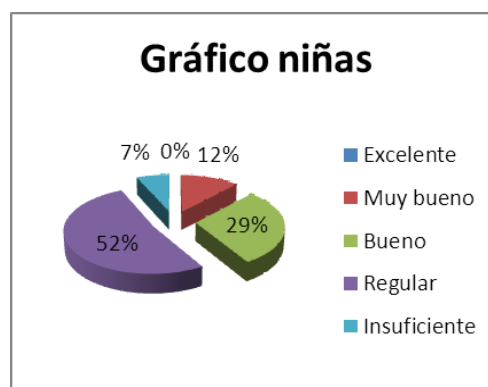
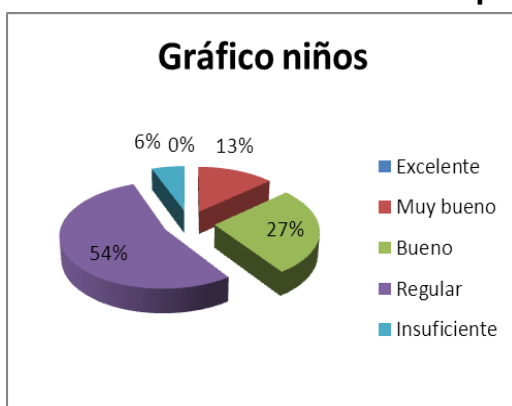
**Cuadro N° 8. Conducción con pie izquierdo 20 mts**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	7	13
Bueno	14	27
Regular	28	54
Insuficiente	3	6
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	9	12
Bueno	22	29
Regular	39	52
Insuficiente	5	7
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 7. Conducción con pie izquierdo 20 mts**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Conducción con pie izquierdo 20 mts con conos lo que se evidencia que no existe diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas muy buena, bueno. El docente de Cultura física debe trabajar el aspecto técnico y el coordinativo siempre con ambas piernas, para evitar dificultades posteriores a la hora de definir.

## Test N° 8 Dominio de balón pie derecho

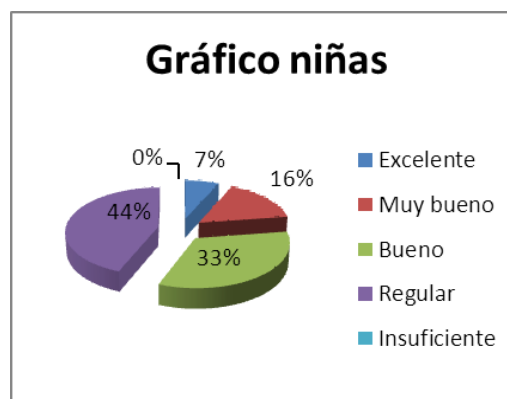
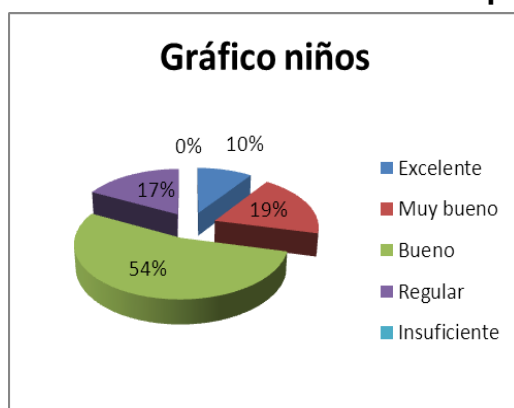
### Cuadro N° 9 Dominio de balón pie derecho

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	5	10
Muy bueno	10	19
Bueno	28	54
Regular	9	17
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	5	7
Muy bueno	12	16
Bueno	25	33
Regular	33	44
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

### Gráfico N° 8. Dominio de balón pie derecho



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de bueno y regular con respecto al test de Dominio de balón pie derecho, lo que se evidencia que los hombres tienen mejor dominio, en menor porcentaje está las alternativas Excelente, muy buena, bueno. El docente de Cultura física debe trabajar el aspecto técnico y el coordinativo siempre con ambas piernas, para evitar dificultades posteriores a la hora de definir.

## Test N° 9 Dominio de balón pie izquierdo

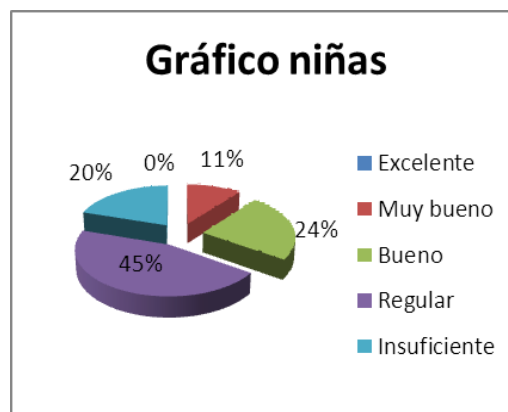
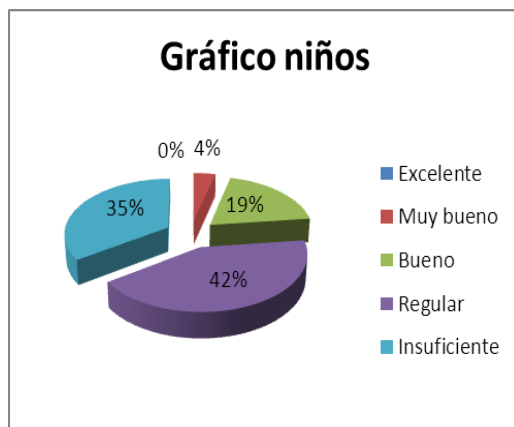
**Cuadro N° 10. Dominio de balón pie izquierdo**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	2	4
Bueno	10	19
Regular	22	42
Insuficiente	18	35
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	8	11
Bueno	18	24
Regular	34	45
Insuficiente	15	20
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 9. Dominio de balón pie izquierdo**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Dominio de balón pie izquierdo, lo que se evidencia que no existe diferencia significativa con respecto a la práctica de este fundamento en menor porcentaje está las alternativas muy buena, bueno. El docente de Cultura física debe trabajar el aspecto técnico y el coordinativo siempre con ambas piernas, para evitar dificultades posteriores a la hora de definir.

## Test N° 10 Dominio muslo derecho

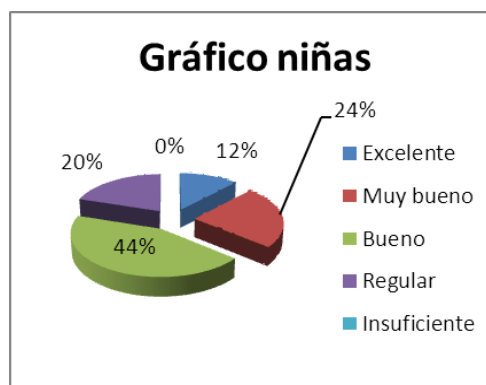
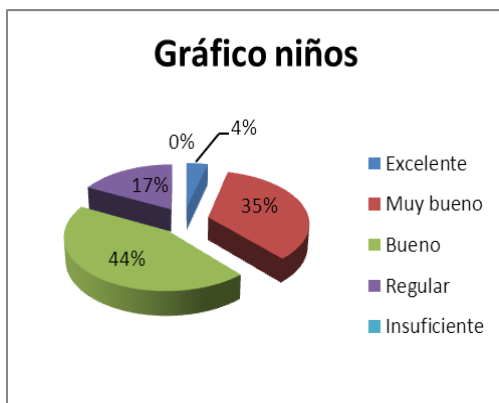
**Cuadro N° 11. Dominio muslo derecho**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	2	4
Muy bueno	18	35
Bueno	23	44
Regular	9	17
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	9	12
Muy bueno	18	24
Bueno	33	44
Regular	15	20
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 10. Dominio muslo derecho**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos d de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de bueno con respecto al test de Dominio de balón muslo derecha, lo que se evidencia que no existe diferencia significativa entre los dos géneros en menor porcentaje está las alternativas Excelente, muy buena, regular. El docente de Cultura física debe trabajar esta cualidad física permanentemente ya que con el entrenamiento y preparación, ayuda a desarrolla el aspecto técnico.

## Test N° 11 Dominio muslo izquierdo

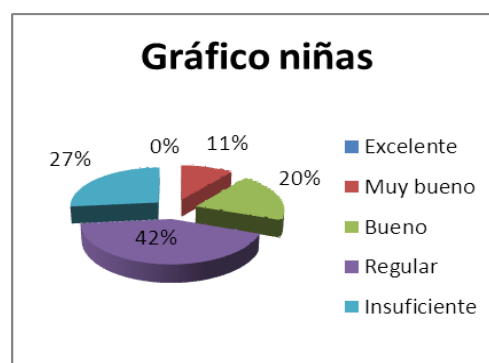
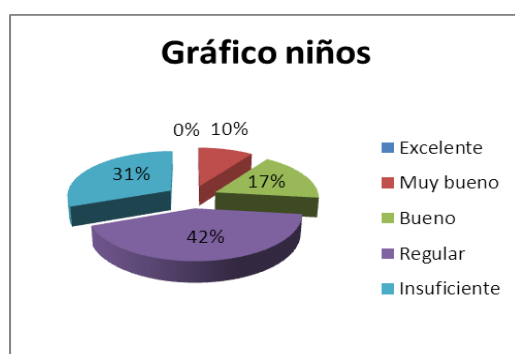
**Cuadro N° 12. Dominio muslo izquierdo**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	5	10
Bueno	9	17
Regular	22	42
Insuficiente	16	31
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	8	11
Bueno	15	20
Regular	32	43
Insuficiente	20	27
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 11. Dominio muslo izquierdo**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Dominio de balón muslo izquierda, lo que se evidencia que no existe una diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas muy buena, buena e insuficiente. El docente de Cultura física debe trabajar esta cualidad física permanentemente ya que con el entrenamiento y preparación, ayuda a desarrollar el aspecto técnico.

## Test N° 12 Dominio pie alternado

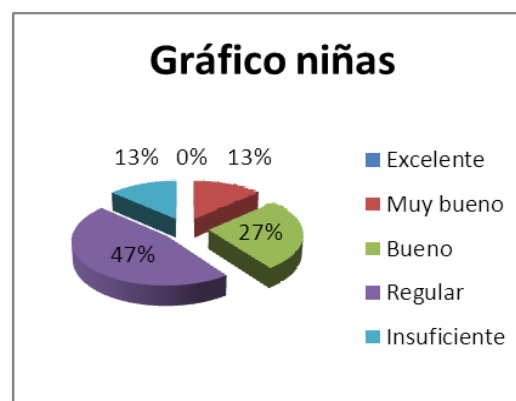
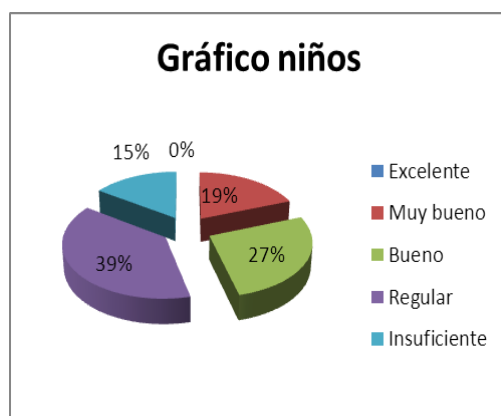
**Cuadro N° 13. Dominio pie alternado**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	10	19
Bueno	14	27
Regular	20	38
Insuficiente	8	15
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	10	13
Bueno	20	27
Regular	35	47
Insuficiente	10	13
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 12. Dominio pie alternado**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Dominio de balón pie alternado lo que se evidencia que no existe diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas muy buena, buena e insuficiente. Al niño desde edades tempranas se le debe trabajar mucho en lo referente hasta esta cualidad, porque es la base para el aprendizaje y desarrollo de otras técnicas.

## Test N° 13 Dominio muslo alternado

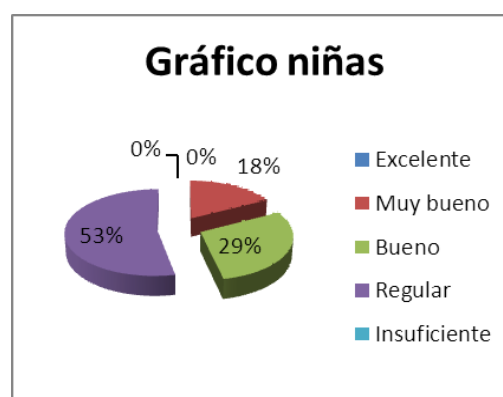
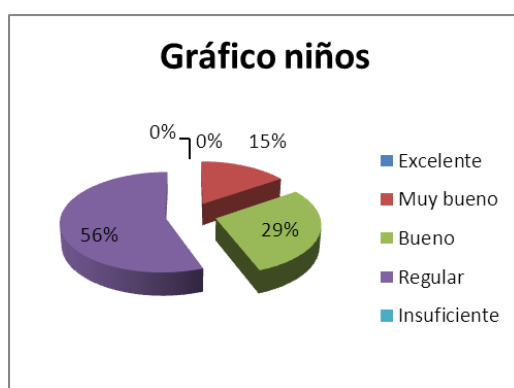
**Cuadro N° 14. Dominio muslo alternado**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	8	15
Bueno	15	29
Regular	29	56
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	13	17
Bueno	22	29
Regular	40	53
Insuficiente	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

**Gráfico N° 13. Dominio muslo alternado**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos más de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Dominio de balón muslo alternado, lo que se evidencia que no existe una diferencia significativa en menor porcentaje está las alternativas muy buena, buena e insuficiente. Como se manifestó anteriormente la coordinación es la cualidad física que se le debe trabajar más que las otras cualidades físicas, en tempranas edades.



## Test N° 14 Dominio de balón con la cabeza

**Cuadro N° 15. Dominio de balón con la cabeza**

Niños		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	0	0
Bueno	7	13
Regular	25	48
Insuficiente	20	38
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>100</b>

Niñas		
Condición	Estudiantes	%
Excelente	0	0
Muy bueno	0	0
Bueno	18	24
Regular	32	43
Insuficiente	25	33
<b>TOTAL</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de coordinación aplicada a los niños

**Gráfico N° 14. Dominio de balón con la cabeza**



Autor: Ruiz Tabango Juan Carlos

## INTERPRETACIÓN

De acuerdo a los datos obtenidos menos de la mitad de los niños y niñas evaluados tienen una valoración de regular con respecto al test de Dominio de balón con la cabeza, lo que se nota que no existe diferencia significativa entre los géneros en menor porcentaje está las alternativas buena, buena e insuficiente. Al respecto se manifiesta que el docente de cultura física debe planificar ejercicios para todos los segmentos corporales con el afán de mejorar la capacidad de coordinación.

## **CAPÍTULO V**

### **5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones**

- Se considera que más de la mitad de los niños y niñas evaluados con respecto a la coordinación sin implementos tienen una valoración de regular, lo que en estas edades no se evidencia diferencias significativas
- Se ha evidenciado que más de la mitad de los niños y niñas evaluados con respecto a la coordinación con implementos tienen una valoración regular y no existe diferencia significativa, al respecto se manifiesta que en estas edades tempranas se debe trabajar mucho en la coordinación
- Se ha considerado más de la mitad de los niños y niñas investigadas tienen la coordinación dinámica general poco desarrollado por los resultados presentados, luego de realizar algunas evaluaciones de coordinación.
- Se ha revelado que es muy importante que el investigador elabore una Guía didáctica de ejercicios de coordinación para la preparación de los futuros futbolistas.

## **5.2 Recomendaciones**

- A los docentes de Cultura física se recomienda trabajar las capacidades coordinativas desde tempranas edades, porque es la base fundamental para el aprendizaje y desarrollo de los fundamentos técnicos del fútbol.
- A los estudiantes tomar mucha conciencia en el entrenamiento de la coordinación general y específica con y sin implementos; ya que el entrenamiento de esta importante cualidad ayuda a mejorar aspectos técnicos del futuro futbolista.
- A los docentes de Cultura Física se recomienda trabajar mucho con respecto a la coordinación dinámica general, ya que en un encuentro de fútbol trabajan todos los segmentos corporales y es imprescindible en la formación del futuro futbolista.
- Se recomienda a los docentes de Cultura Física utilizar la Guía didáctica que contiene ejercicios de coordinación dinámica general y específicas las mismas que servirán para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol.

## **5.3 CONTESTACIÓN A LAS PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

### **PREGUNTA N°1**

**¿Cuál es el nivel en la ejecución de los fundamentos técnicos básicos del fútbol en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”?**

Con respecto a la ejecución de los fundamentos técnicos de dominio y conducción del balón los niños y niñas tienen una valoración entre buena

y regular, estos datos son preocupantes, pero nada difíciles, porque con el entrenamiento de los fundamentos en forma repetitiva se va perfeccionando poco a poco.

## **PREGUNTA N°2**

**¿Cuál es el nivel de coordinación dinámica general y su relación con la formación de futbolistas, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”?**

Con respecto al nivel de coordinación dinámica general, los niños y niñas tienen una valoración entre buena y regular, estos datos preocupan, pero si son superables con el entrenamiento, como se dijo en párrafos anteriores la coordinación es una de las cualidades físicas más importantes que deben ser entrenadas o preparadas desde tempranas edades.

## **PREGUNTA N°3**

**¿La aplicación de una alternativa de actividades coordinativas, ayuda en la formación de futbolistas, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati”?**

Se recomienda aplicar la Guía didáctica a los docentes de Cultura física, porque ayudara a perfeccionar y mejorar la coordinación de los movimientos con y sin implemento.

## **CAPÍTULO VI**

### **6. PROPUESTA ALTERNATIVA**

#### **6.1 TÍTULO**

GUÍA DIDÁCTICA DE EJERCICIOS DE COORDINACIÓN DINAMICA GENERAL PARA MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS.

#### **6.2 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

De acuerdo con los datos obtenidos se llegó a concluir en los siguientes aspectos, que posteriormente serán solucionados a través de una propuesta más de la mitad de los estudiantes observados, se detectó que tienen una condición física entre buena y regular de acuerdo a los porcentajes de calificación de la evaluación de la coordinación dinámica general

La propuesta contendrá aspectos relacionados con la coordinación dinámica general, ya que a través de sesiones de preparación de la coordinación general se obtendrá buenos resultados para representar de una manera aceptable en diferentes campeonatos o festivales.

La guía contendrá aspectos relacionados con la coordinación dinámica general para la enseñanza del fútbol. Esta guía didáctica es importante, porque los niños mejoraran sus aspectos técnicos de manera notable, debido a que el docente de cultura física dominara una gran variedad de

ejercicios, para mejorar aspectos técnicos, que es de vital importancia en estas edades tempranas.

El análisis de los criterios de evaluación para estos contenidos se pone de manifiesto la necesidad de diseñar estrategias de evaluación que permita determinar su grado de desarrollo. Al respecto se manifiesta que la coordinación es la cualidad física que a todos los niños y los adolescentes se les debe dar una infinidad de ejercicios, para mejorar la cualidad física antes mencionada.

Sin embargo se indica que cuando observa una acción técnica de un deportista de alto nivel, la elegancia y economía de sus movimientos nos transmiten la sensación de armonía, de sencillez, aparentemente está basada en una serie de complicadísimos mecanismos que, interactuando ordenada y sincronizada unos con otros, nos dan como resultado ese movimiento digno de admirar. Sí bien es cierto la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensando de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento o gesto deportivo concreto.

### **6.3 FUNDAMENTACIÓN**

#### **Concepto de coordinación**

La coordinación es un aspecto motriz tan amplio que origina la existencia de una gran diversidad de conceptos, de caracterizaciones, de factores intervinientes sobre ella, dependen en gran manera de la mayor especificidad del campo en el que se intenta definir (fisiológico, neuromotor, mecánico, entre otros).

Desde una perspectiva fisiológica “la coordinación es la regulación armónica de las diferentes partes que intervienen en la actividad, cuya

misión es que sus efectos se sumen o sucedan, según convenga el objetivo final del acto motor, evitando que se contrarresten o anulen.

**La coordinación es una capacidad motriz tan amplia que admite una gran pluralidad de conceptos, La coordinación va a influir de forma decisiva sobre la velocidad y la calidad de los procesos de aprendizajes de destrezas y técnicas específicas, que más tarde harán su aparición en el mundo escolar. Es por ello que la coordinación es una cualidad neuromuscular íntimamente ligada con el aprendizaje y que está determinada, sobre todo, por factores genéticos. (Redondo Cristina 2010, pág. 2).**

### **La Coordinación dinámica**

Al tratar el tema de la coordinación dinámica debemos dedicar una especial atención a la coordinación dinámica específica, propia de aquellas tareas en las cuales el niño actúa sobre los objetos. En ocasiones, el estudio de este tema se limita a la coordinación óculo manual, dado que esta se halla en la mayoría de actividades más corrientes de la persona, como coger, lanzar, escribir, dibujar, etc.

**La coordinación dinámica es la aptitud para integrar capacidades distintas en una tarea compleja es un uso simultáneo y ordenado de varios músculos o grupos de músculos, organización de los movimientos que se realizan simultáneamente con diferentes grupos musculares y con una finalidad ya conocida, en esta actividad interviene todo el cuerpo (camina, correr, trepar, saltar) (Navarro Vicente 2009, pág. 21 )**

La coordinación dinámica general abarca los movimientos globales que comportan en un desplazamiento en el espacio de todas partes del cuerpo; rastrear, gatear, rodar, caminar, correr, saltar, trepar y los movimientos segmentarios en los que interviene sólo el desplazamiento de una parte o área corporal, inhibiendo las demás. Conseguir una buena coordinación dinámica requiere además de una organización neurológica

correcta, dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad. Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño a de conseguir un grado de equilibrio que le permite mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una auto seguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo

### **Fases y canales de la coordinación**

**Para que todo esto se cumpla requiere la intervención de los receptores propioceptivos y los receptores exteroceptivos para conseguir el movimiento adecuado. “Para poder realizar el movimiento coordinado correcto, es necesario recibir la información correcta. De esto se encargan los receptores específicos de los sentidos, influyendo sobre la ejecución y el control del movimiento”. (Romero Cipriano 2009 pág. 6)**

Los canales de la coordinación están relacionados entre sí, para que se cumpla un movimiento totalmente coordinado se deben dar las tres fases correctamente. Los receptores deben captar la información correctamente para que el sistema nervioso central pueda enviar las señales a los músculos y estos realizar la acción con la mayor precisión y velocidad posible. Cuanto más complejo sea el movimiento más receptores sensitivos tendremos que utilizar.

### **Pruebas de coordinación**

#### **Prueba de desplazamiento en un Zig Zag con balón**

El objetivo de esta prueba es medir la coordinación dinámica general del alumno.

**A la señal del controlador, el ejecutante saldrá corriendo dejando el primer poste a su izquierda, y realizará todo el recorrido botando el balón y desplazándose en zig- zag**



**sobre los cinco postes, hasta sobrepasar la última línea paralelo a la de salida “El ejercicio continuará realizando el camino de vuelta en zigzag, pero en este caso, el candidato deberá controlar el balón con el pie hasta sobrepasar la línea inicial”. (Romero Cipriano 2009 pág. 10)**

Inicialmente, el ejecutante estará en posición de salida alta tras la línea de partida y mirando hacia el frente, A 1 m de distancia, existirá un circuito que consiste en cinco postes alineados de 1,70 m de altura, separados 2 m entre ellos y la distancia entre el último poste y el final del circuito será de 1 m.

### **Prueba de conducción del balón con el pie sobre circuito**

**Su principal objetivo es medir la coordinación óculo – pédica del sujeto en desplazamiento con múltiples cambios de dirección. La realización de esta prueba consiste en un circuito formado por seis postes, colocados en dos filas alineadas a tres pilares cada una, de forma paralela y separado ambas líneas 6 metros. La línea de salida estará colocada de frente a las dos líneas, y separada del primer poste a 2,5 m. La separación longitudinal entre postes es de 2 m. (Martínez Emilio 2002 pág. 205)**

El ejecutante se colocará en posición de salida alta en el punto medio entre ambas líneas y detrás de la línea de salida. Un balón estará sobre el suelo justo detrás de la línea de comienzo y delante del ejecutante.

A la señal del controlador, el alumno correrá hacia el circuito, conduciendo el balón con el pie, dejando el primer poste a su izquierda y corriendo en zigzag sobre el circuito, realizando ida y vuelta dos veces hasta sobrepasar finalmente la línea de salida.

Se cronometrará el tiempo empleado en realizar dos veces seguidas el circuito. El material precisado para la realización de esta prueba consiste en seis postes, balón, tiza y cronómetro.

## **Test de Coordinación dinámica general**

**Su principal objetivo es medir la coordinación dinámica global del sujeto. Para su realización, inicialmente el sujeto se colocará en posición erguida con los pies juntos, los brazos estirados a lo largo del cuerpo, y las manos sostiene, por los extremas, una cuerda de 60 cm de longitud. (Martínez Emilio 2002 pág. 256)**

El sujeto deberá saltar verticalmente pasando los pies por encima de la cuerda, sin soltarla y guardando el equilibrio.

Se realizarán cinco repeticiones penalizándose toda tentativa en la cuerda se suelte al saltar.

La coordinación es la capacidad muy variada y específica para cada deporte. Sin embargo, es posible diferenciar distintos aspectos según las particularidades, los criterios de evaluación y los factores que determinan.

Las capacidades de coordinación basadas en las manifestaciones de reacciones motrices y anticipaciones espaciotemporales son el fundamento de la actividad de los deportistas en situaciones inesperadas y muy variables.

Anticipar las interrelaciones de la distancia con los compañeros y los rivales pasar de una acción a otra y elegir el momento para iniciar la acción son las capacidades especializadas más frecuentes de los deportistas que necesitan el desarrollo de las cualidades.

## **Factores de la coordinación**

Como explicamos anteriormente la coordinación está determinada por el correcto funcionamiento del sistema nervioso central y del aparato locomotor. Cuando este funcionamiento se vea distorsionado, la

coordinación no será adecuada. Los factores que pueden condicionar a la coordinación son los siguientes:

**a) En el ámbito general**

- Nivel de desarrollo y de aprendizaje motor
- Capacidad de someterse al aprendizaje y del momento evolutivo.
- Capacidad de control corporal ante la exigencia de la actividad motriz.
- Capacidad de adaptación y readaptación motriz como consecuencia del bagaje de experiencias motrices.

**b) En el ámbito particular**

- Zona del cuerpo implicada en el movimiento.
- Destreza del miembro solicitado (lateralidad).
- El sentido y dirección del movimiento, condicionando la fluidez del mismo.

**Capacidades coordinativas y habilidad motriz**

**Capacidades coordinativas se les podría llamar al conjunto de factores que determinan la coordinación motriz, cualidades motrices, entre los cuales se tiene: la coordinación dinámica general; que trata de la utilización adecuada del cuerpo para la realización de movimiento, coordinación óculo-manual; que relaciona los miembros superiores con distintos elementos, coordinación óculo-pédica; relacionando los miembros inferiores con distintos elementos. Estas cualidades están dadas por el grado o no de organización, regulación y control de los movimientos y son efectoras de las áreas cognitiva, motora, sensitiva y neurofísica. El adecuado desarrollo de estas capacidades parecen facilitar las acciones motoras de la vida diaria, favorecer el aprendizaje motor y condicionando el rendimiento deportivo. Dichas capacidades pueden ser desarrolladas teniendo una adecuada base motora, grados de movilidad dependiendo del acto motor, agilidad, algún grado de**

**fuerza y definitivamente cierto grado de resistencia tanto física como neurofisiológica. Es de amplio conocimiento que las funciones del cuerpo humano son reguladas por el sistema nervioso que se encarga del control de la información. (Montaño Estanly 2011, pág. 4)**

Esta información llega al cuerpo por unos canales denominados vías aferentes quienes determinan la posición de cada una de las partes del cuerpo, respecto de otras y del medio externo; esta capacidad es llamada proyección. Otra parte de la información es recolectada por los sistemas auditivo, visual, olfativo, táctil, la presión y la temperatura para lo cual el cuerpo humano está dotado de mecánicos receptores encargados de recibir la información y llevarla al encéfalo encargado de la generación de las respuestas realizadas de forma eferente lo que lleva a la ejecución del acto motor. El desarrollo de las capacidades coordinativas nos lleva a la realización económica del acto motor.

## **Tipos de coordinación**

### **Coordinación dinámica general**

La coordinación dinámica general es la actividad que requiere el movimiento de todas las partes del cuerpo.

Conseguir una buena coordinación dinámica general requiere dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad.

Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño ha de conseguir un grado de equilibrio que le permita mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una autoseguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo. Si el niño tiene todos esos factores, probablemente dé un salto correctamente. El cuerpo humano, está formado por un conjunto de segmentos articulados entre sí que no se mueven en bloque, sino de

forma discontinua y mediante una serie de puntos de apoyo del cuerpo con el suelo (pasos, saltos) que forman una especie de divisiones dentro de un mismo movimiento.

Por eso, al hablar de la coordinación dinámica general debemos tener presente dos aspectos fundamentales que la caracterizan, y que son: la organización del espacio y el tiempo.

Mediante todas las sensaciones que reciben por los sentidos gracias a los desplazamientos, ayudaremos al niño a diferenciar su “yo espacial” y la representación del esquema corporal, adquiriendo la noción de desplazamiento, el sentido y la orientación de éste (adelante, atrás, de lado, a la derecha, a la izquierda, arriba, abajo, etc.)

La posición que ocupa el cuerpo con respecto a los objetos que tiene en su entorno y las demás personas (dentro-fuera, arriba-abajo, encima-debajo, delante-detrás, un lado-el otro), la noción de distancia (lejos-cerca), el intervalo de tiempo (ahora-después) y la velocidad (lento-rápido) asociando, de esta forma, el tiempo y el espacio.

Coordinación dinámica general, es el tipo de coordinación en el que se exige el movimiento o actividad de todas las partes del cuerpo.

**Coordinación óculo-motriz o segmentaria**, es aquella en la que utilizamos las extremidades de forma específica, y la vista es el sentido que adquiere el papel más relevante. Este tipo de coordinación, se divide a su vez, en dos subgrupos:

**Coordinación óculo-manual**, es aquella en la que los movimientos que se realizan son con las extremidades superiores.

**Coordinación óculo-pédica**, es el tipo de coordinación que se encarga del movimiento de las extremidades inferiores.

## **Objetivos de la coordinación Dinámica General:**

- Conocer la variedad de las posturas corporales.
- Experimentar la posibilidad de movimiento dentro de cada postura.
- Experimentar situaciones de equilibrio con diferentes bases de sustentación.
- Experimentar situaciones de equilibrio en diferentes planos y superficies.
- Reaccionar ante situaciones que provocan el desequilibrio postural.
- Los objetivos operativos vienen dados en cada sesión.

## **Cualidades de la coordinación**

La coordinación es uno de los factores responsables de proporcionar calidad al movimiento mediante:

- 1- Precisión: Tanto en la velocidad como en la dirección.
- 2- Eficacia: En los resultados intermedios y finales.
- 3- Economía: En la utilización de la energía muscular y nerviosa requeridas.
- 4- Armonía: En la complementariedad de los Estados de contracción y descontracción usados.

Es evidente que la estructura del sistema nervioso y la funcionalidad del aparato locomotor son la doble vertiente evolutiva ligada al crecimiento infantil.

Son factores necesarios pero no suficientes para el desarrollo de la coordinación, pues a esta hay que acompañarla con el ejercicio de la

percepción y los factores de la propia corporalidad, así como la espacialidad y la temporalidad.

## **DESARROLLO Y EVOLUCIÓN**

### **9-11 AÑOS**

- Comienzo de las coordinaciones motoras complejas, siendo capaz de enlazar ejercicios
- Se realizan coordinaciones específicas para determinadas actividades o deportes
- Los ajustes motores son muy eficaces (Romero Cipriano 2009)

## **LA COORDINACIÓN EN EL CURRÍCULUM DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

### **OBJETIVOS DE LA COORDINACION:**

- La mejora de la plasticidad en el ajuste motor del niño; es decir, la mejora de su calidad y de su velocidad de adaptación motriz a las diversas situaciones a las que se enfrenta.
- El aumento de su bagaje de experiencias motrices, que se produce de forma simultánea a la perspectiva de mejora de las capacidades de adaptación.
- Desarrolla las posibilidades de ajuste a una nueva situación experimentada.
- Refuerza ciertos factores de ejecución: agilidad y vivacidad en la acción, y fomenta el carácter dinámico de la motricidad infantil.

En segundo lugar, haremos alusión a los objetivos generales de la etapa de educación primaria para el área de educación física, que creemos, se cumplen con el trabajo de la coordinación en los niños. Éstos objetivos, son los siguientes: Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre. Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. (Romero Cipriano 2009)

Adquirir, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores y actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas. A continuación, y en referencia a los 5 bloques de contenidos que se trabajan en el área de Educación física en primaria, que son los siguientes:

- El cuerpo: imagen y percepción
- Habilidades motrices
- Actividades físicas artístico-expresivas
- Actividad física y salud
- Juegos y actividades deportivas,

Creemos que la coordinación se encuentra presente en dos de ellos, que son el bloque 1 (el cuerpo: imagen y percepción) y el bloque 2 (habilidades motrices), ya que interviene en el proceso de aprendizaje y desarrollo motor, permitiendo adaptar el movimiento a las diferentes situaciones.

En el ámbito específico de la coordinación dinámica general, los objetivos y criterios de evaluación para el 1er ciclo, en el que nos hemos centrado son los siguientes:



### **Objetivos:**

- Coordinar las distintas formas de desplazamientos.
- Coordinar acciones combinadas de desplazamientos y saltos.
- Experimentar formas básicas de los giros.
- Explorar las distintas habilidades de los saltos.
- Realizar de forma global y coordinada desplazamientos con saltos y giros.

### **Criterios de evaluación:**

- Realiza con eficacia diferentes tipos de desplazamientos.
- Gira sobre el eje longitudinal.
- Se desplaza por la espaldera.
- Rueda en torno al eje transversal.
- Adapta la carrera y el salto ante una serie de obstáculos.
- Coordina brazos y piernas en carrera.
- Trepa hasta el descansillo de la espaldera.

Además, la coordinación dinámica general se trabaja buscando el desarrollo de sus contenidos desde una triple vertiente, como todos los demás. Es decir, se desarrolla a nivel conceptual, procedimental y actitudinal, que a continuación se desglosan:

## **6.4 OBJETIVOS**

### **6.4.1 Objetivo General**

Elaborar una guía didáctica de ejercicios físicos para mejorar la coordinación dinámica general y por ende los fundamentos técnicos del fútbol.

#### **6.4.2Objetivos Específicos**

- Seleccionar ejercicios de coordinación con el propósito de mejorar los fundamentos técnicos del fútbol.
- Socializar a las autoridades, docentes la guía didáctica de ejercicios de coordinación para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol

#### **6.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA**

**País:** Ecuador

**Provincia:** Imbabura

**Ciudad:** Otavalo

**Beneficiarios:** Docente, Deportistas de la Escuela “Padre Doménico Leonati”

#### **6.6 DESARROLLO DE LA PROPUESTA**

Esta guía ha sido elaborada con la finalidad de que los deportistas desarrollen esta importante cualidad física.

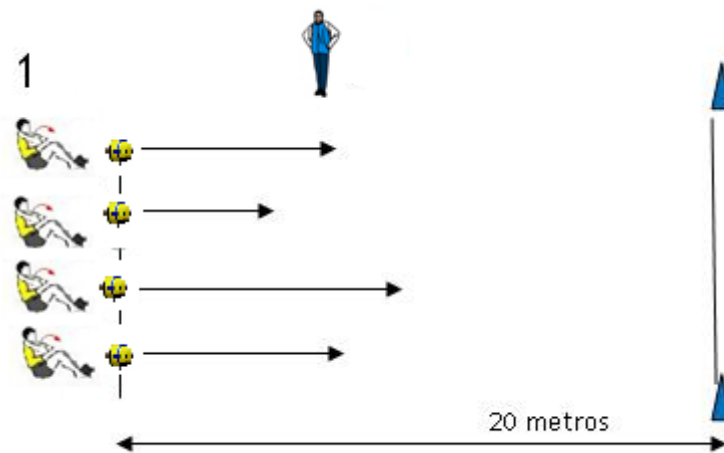
Conseguir una buena coordinación dinámica general requiere dominio del tono muscular, control de la postura y equilibrio, y sensación de seguridad. Por ejemplo, a la hora de dar un salto, el niño ha de conseguir un grado de equilibrio que le permita mantenerse de pie, una capacidad de impulso suficiente para levantar los dos pies del suelo y una auto seguridad en sí mismo que le permita no necesitar ayuda externa para conseguirlo. Si el niño tiene todos esos factores, probablemente dé un salto correctamente.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 1

**TEMA:** CONDUCCIÓN DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



A la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacia la meta, situada a mitad del campo. Realizar el ejercicio 5 x 20 m. al 100% con recuperación de 1 minuto entre repeticiones realizando ejercicios de flexibilidad

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

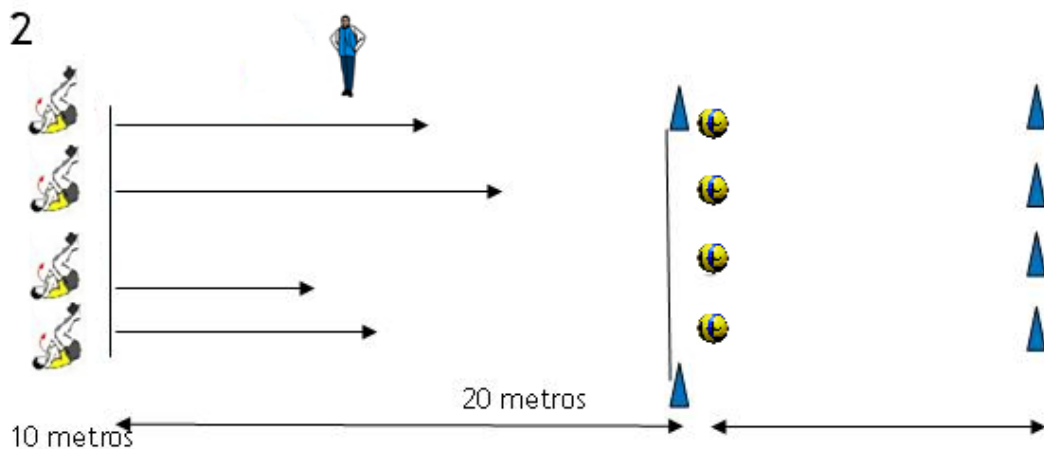
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 2

**TEMA:** VELOCIDAD Y TIRO

**OBJETIVO:** Mejorar la velocidad y tiro a la portería mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Los jugadores, tumbados boca arriba, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible hacia el medio campo, a partir de la señal del silbato del entrenador. Una vez se encuentren con el balón lo deberán chutar lo más rápido y fuerte posible a un cono situado a 10 metros. Realizar el ejercicio 5 x 20 m. al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones realizando ejercicios de estiramiento.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

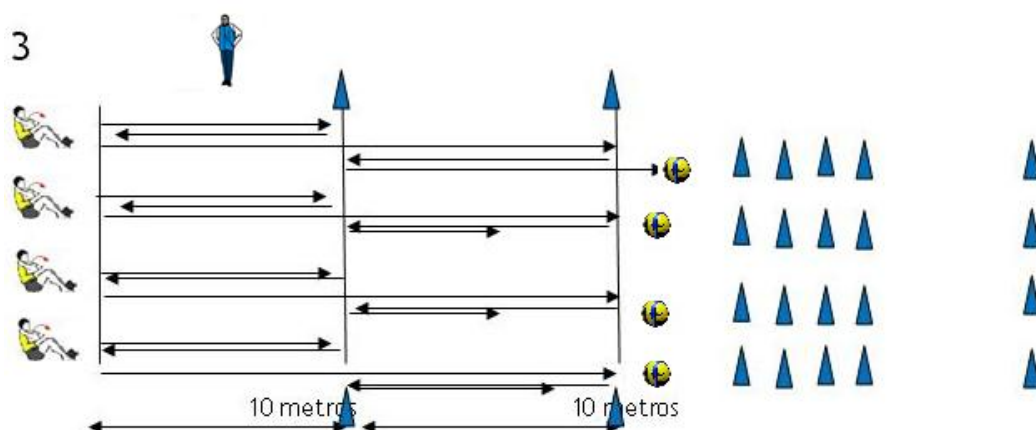
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

### EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 3

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y REGATE

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción y regate del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar este fundamento

**DESARROLLO:**



Los jugadores, sentados, mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible al oír el silbato del entrenador. Irán hacia la primera línea situada a 10 metros, la pisarán y volverán hacia la salida, pisarán la línea de salida e irán hacia la segunda línea (medio campo), la pisarán y volverán hacia la primera línea, la pisarán y terminarán a mitad del campo controlando un balón y conduciéndolo entre los conos en forma de “slalom”, para terminar chutando el balón a un cono. Realizar el ejercicio 5- 7 veces al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones realizando ejercicios de estiramiento.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

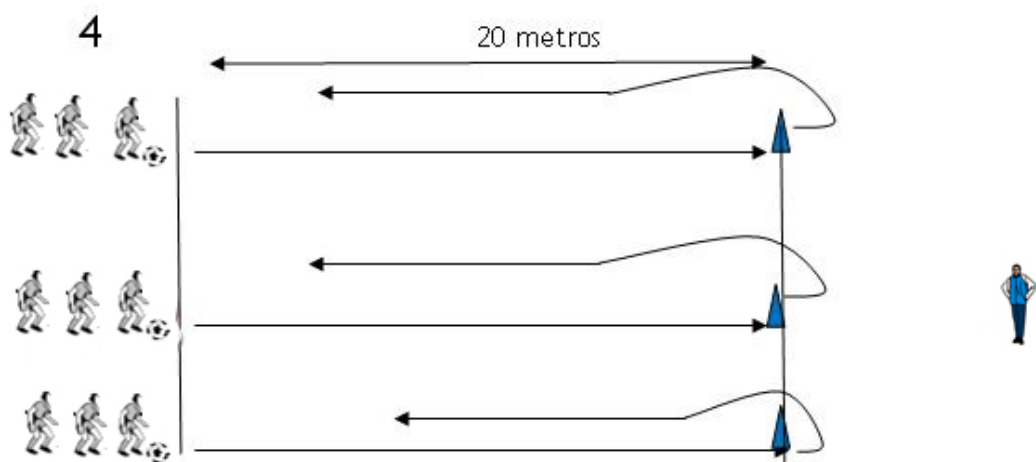
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 4

**TEMA:** CONDUCCIÓN DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



A partir de la señal del silbato del entrenador los jugadores saldrán lo más rápido posible hacia el medio campo conduciendo el balón, realizarán un giro en el cono y volverán a la salida, pasarán el balón al compañero de su fila. Realizar el ejercicio de relevos al 100%, 3 veces x 6 recorridos por pareja. Cada 6 recorridos (3 x jugador) recuperación 1 minuto de estiramiento repetición.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

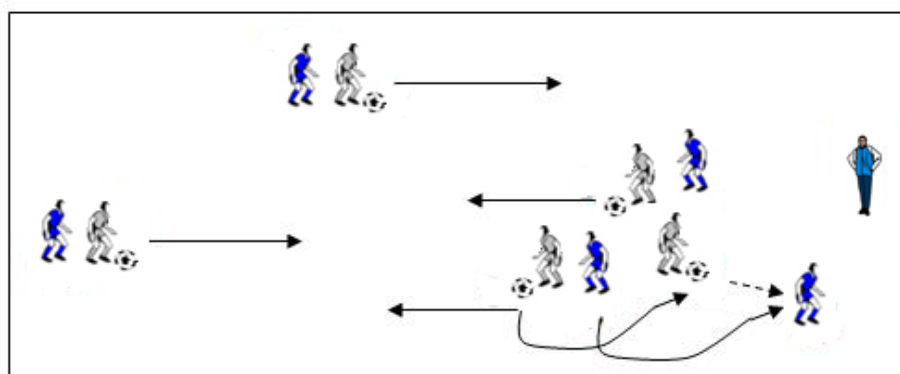
## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 5

**TEMA:** EL TIRO

**OBJETIVO:** Mejorar el tiro mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**

5



Trabajando sólo en medio campo, los jugadores por parejas, uno con balón, el otro detrás lo sigue, cuándo el de atrás le golpea la espalda con la mano, el de delante se gira rápidamente para chutar el balón al compañero que a su vez se ha girado y corre para que no le den. Realizar el ejercicio 5 -7 veces cada jugador al 100% y se intercambian los papeles.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

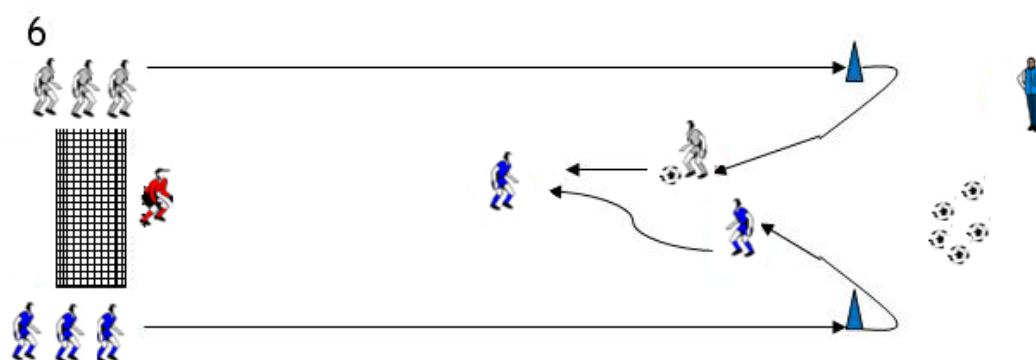
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 6

**TEMA:** FINTA Y CONTROL DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la finta y control del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para este fundamento.

**DESARROLLO:**



Salen dos jugadores a la señal del entrenador hacia el cono situado a 20 metros, giran e intentan poseer el balón. El jugador que lo posee tiene derecho a chute, el otro pasa a ser defensa junto con el portero. Realizar el ejercicio 5 veces cada jugador al 100%.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.



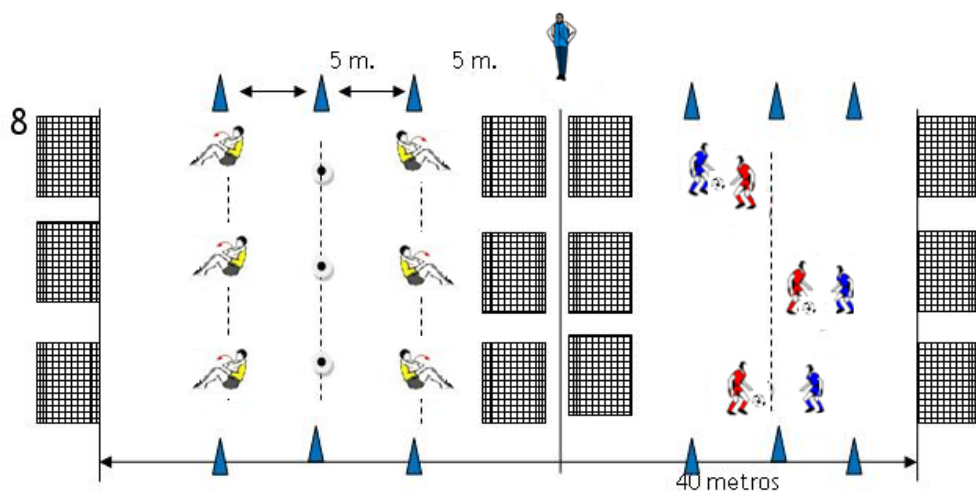


## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 8

**TEMA:** VELOCIDAD Y CONTROL DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la velocidad y control del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador los jugadores que están sentados en el suelo mirando hacia su portería, giran e intentan poseer el balón situado a 5 metros de ellos, el primero que lo consigue es el atacante, el otro hace de defensa (1x1). Se utilizan mini porterías, conos, bolsas deportivas, etc. Gana el jugador que consigue meter 10 goles al contrario. El ejercicio se debe hacer al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

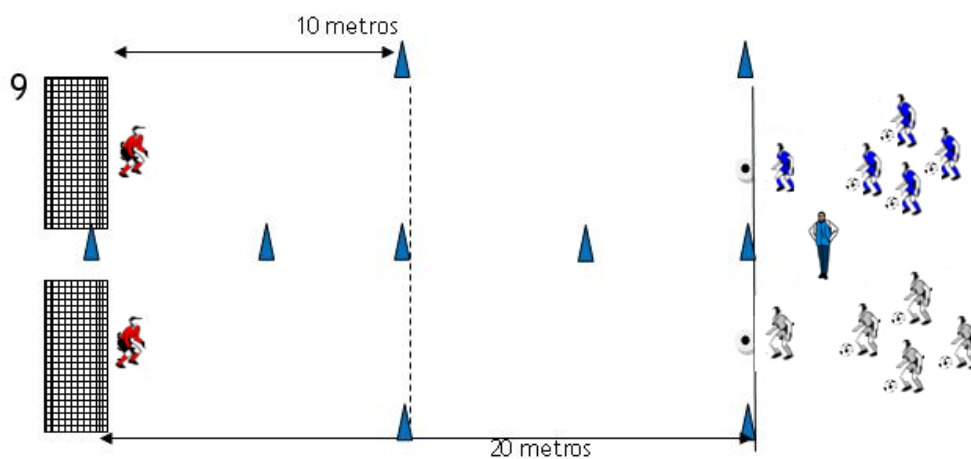
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 9

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y TIRO A PORTERIA

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón y tiro a la portería mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados

**DESARROLLO:**



Salen dos jugadores con balón a la señal del entrenador hacia la portería con intención de marcar, deben conducir el balón lo más rápido posible y chutar a 10 metros. Nada más chutar salen otros dos. Gana el equipo que primero llegue a marcar 12 goles o el primer jugador que marque 5, puede haber otras alternativas...El ejercicio debe realizarse al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

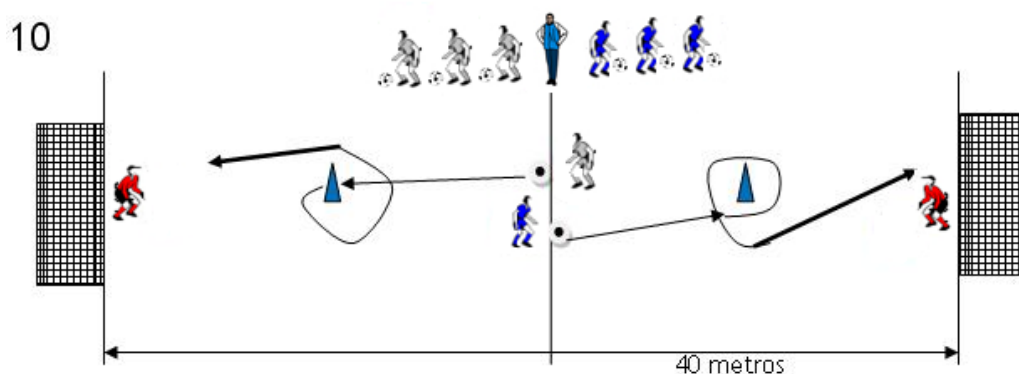
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad de realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 10

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y TIRO A PORTERÍA

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción y tiro a la portería mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores conduciendo el balón hacia un cono situado a 10 metros delante suyo, giran y nada más salir del giro chute directo portería. Los otros jugadores preparados con un balón para continuar el ejercicio. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

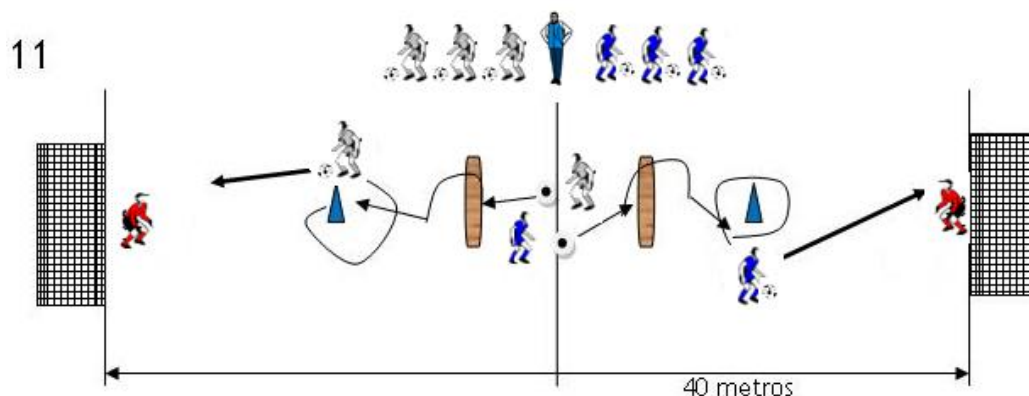
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 11

**TEMA:** CONDUCCIÓN DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón mediante la utilización de ejercicios que ayuden a mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores de medio campo conduciendo el balón hacia un banco situado a 5 m., elevan el balón, saltan el banco y conducen hacia el cono situado a 10 metros (con respecto al medio campo) que está delante suyo, giran y nada más salir del giro chute directo portería. Los otros jugadores preparados con un balón para continuar el ejercicio. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

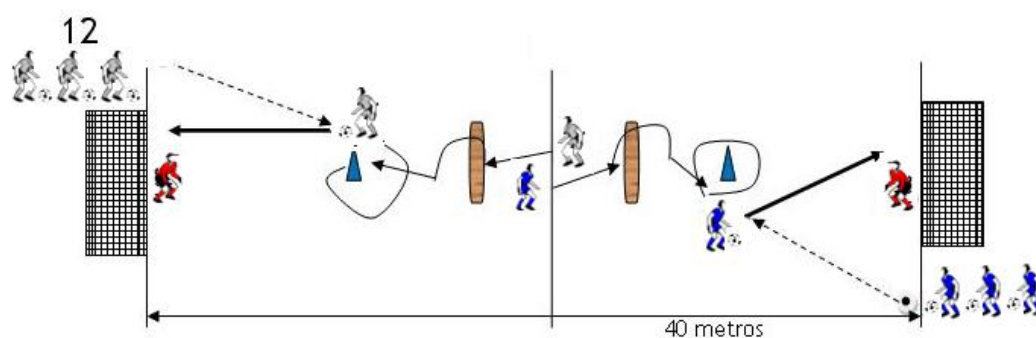
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 12

**TEMA:** VELOCIDAD Y TIRO

**OBJETIVO:** Mejorar la velocidad y tiro mediante la utilización de ejercicios para mejorar la coordinación de los movimientos a la hora de definir

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores de medio campo hacia un banco, saltan el banco y corren hacia el cono situado a 10 metros (con respecto al medio campo) que está delante suyo, giran y nada más salir del giro chute directo portería. Los otros jugadores preparados con un balón para efectuar el pase raso al compañero que realiza el ejercicio. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

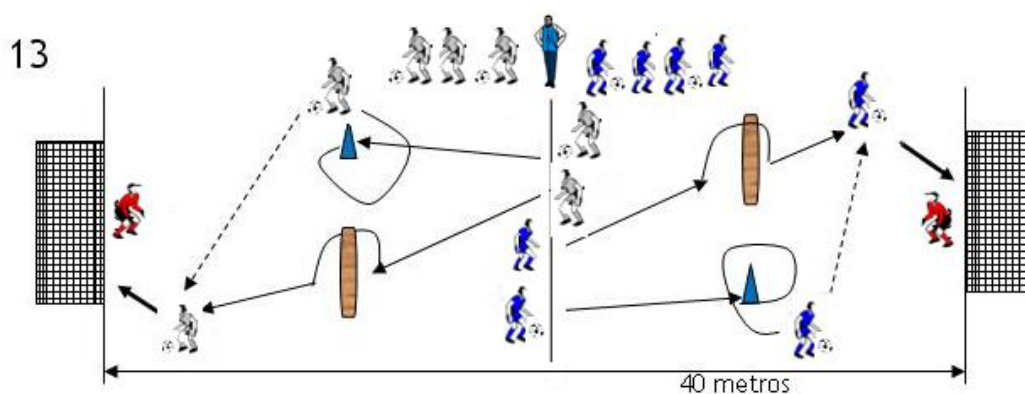
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 13

**TEMA:** VELOCIDAD Y TIRO

**OBJETIVO:** Realizar variedad de ejercicios de velocidad y tiro para mejorar la coordinación de los movimientos implicados en este fundamento.

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores, uno con balón, el otro sin, mientras que uno conduce el balón hacia el cono situado a 10 metros, gira en él y pasa rápidamente al 2º palo, el otro, corre hacia un banco, también situado a 10 metros, que salta y chuta el balón de primeras que viene de pase del compañero. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

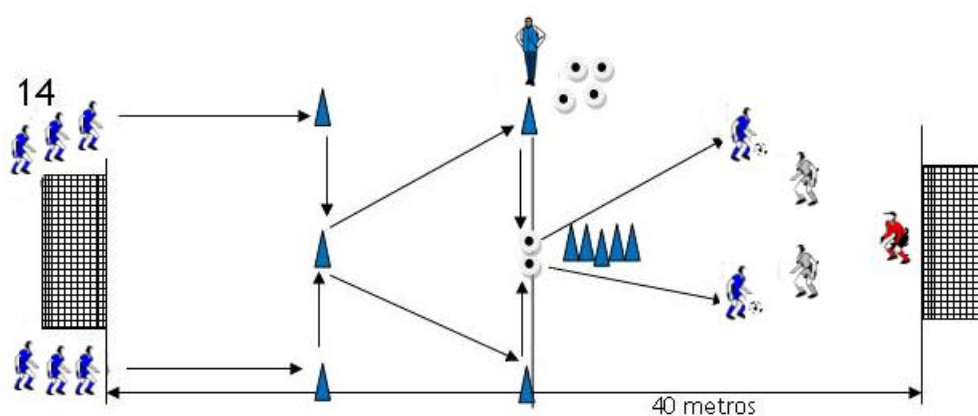
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 14

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y FINTA

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción y finta mediante la utilización de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores a tocar con la mano un cono situado a 10 m., nada más tocarlo, se desplazan de lado al cono central que también lo tocan, continúan hacia el cono de medio campo, que lo tocan y de nuevo se desplazan de forma lateral hasta el balón situado a medio campo, continúan conduciendo el balón por su lado, hasta que se encuentran a un adversario (1x1) e intentan definir la acción. Al terminar la acción se intercambian los papeles y los que defendían marchan a la fila de la salida. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

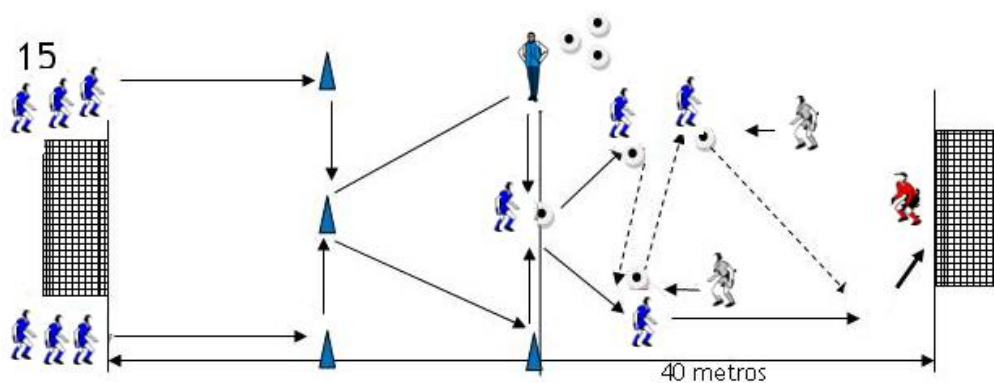


## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 15

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y FINTA

**OBJETIVO:** Realizar variedad de ejercicios de conducción y finta mediante la utilización de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores a tocar con la mano un cono situado a 10 m., nada más tocarlo, se desplazan de lado al cono central que también lo tocan, continúan hacia el cono de medio campo, que lo tocan y de nuevo se desplazan de forma lateral hasta el balón situado a medio campo, el primero que posee el balón inicia el 2x2, mientras que el otro se incorpora a la acción e intentan definir la acción. Al terminar la acción se intercambian los papeles y los que defendían marchan a la fila de la salida. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

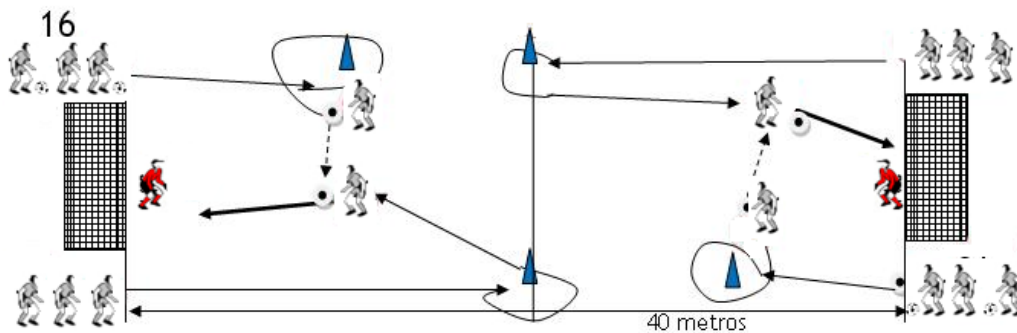
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 16

**TEMA:** EL PASE Y TIRO A PORTERIA

**OBJETIVO:** Mejorar el pase y tiro a la portería mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador salen dos jugadores a la vez, uno conduciendo el balón hacia un cono situado a 10 metros delante suyo, gira y nada más salir del giro pase al compañero. Mientras, el otro jugador, corre lo más rápido posible hacia el cono de medio campo, gira y va a buscar el balón de pase para realizar un chute de primeras. Realizar el ejercicio 5-7 veces cada jugador al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

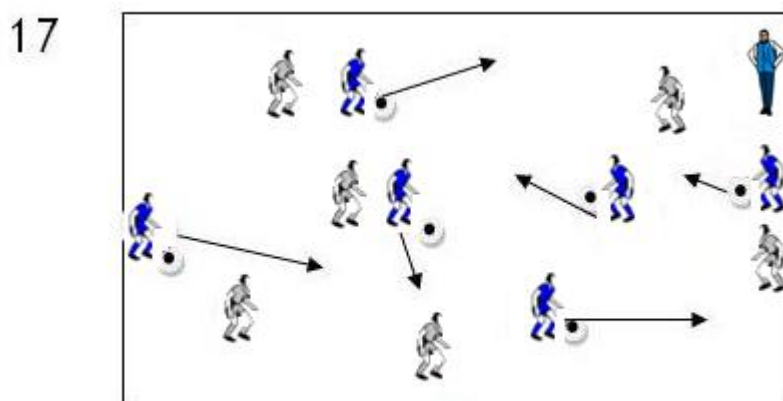
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 17

**TEMA:** CONDUCCIÓN Y PASE

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción y pase del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Trabajando en un espacio reducido, la mitad de jugadores conducen el balón, la otra mitad están parados en "stop", a la señal sonora del entrenador, los parados intentan realizar un toque o un golpe al balón del jugador más cercano a ellos para sacarlo del terreno y vuelven a quedarse parados. Una vez parados todos de nuevo se inicia el ejercicio. Realizar el ejercicio 5 -7 veces cada jugador al 100% y se intercambian los papeles.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

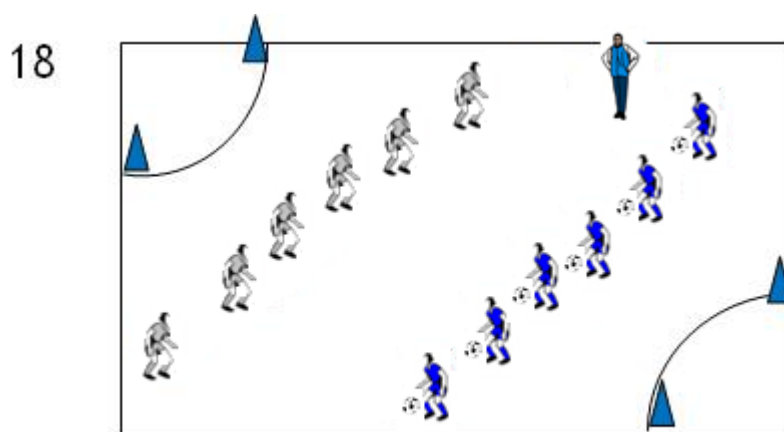
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 18

**TEMA:** CONDUCCIÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón (slalom) mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Trabajando en un espacio reducido (medio campo), la mitad de jugadores poseen un balón, su objetivo es que a base de conducciones y pases lo depositen dentro de la zona de conos, la otra mitad deben arrebatárselos y una vez lo poseen intentar depositarlos en la zona de conos contraria. Se inicia el ejercicio a una señal sonora del entrenador. Gana 1 punto el equipo que más balones deposita en la zona de conos del equipo contrario. Gana el juego el equipo que más puntos tiene al final. Realizar el ejercicio 10 veces a la máxima intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

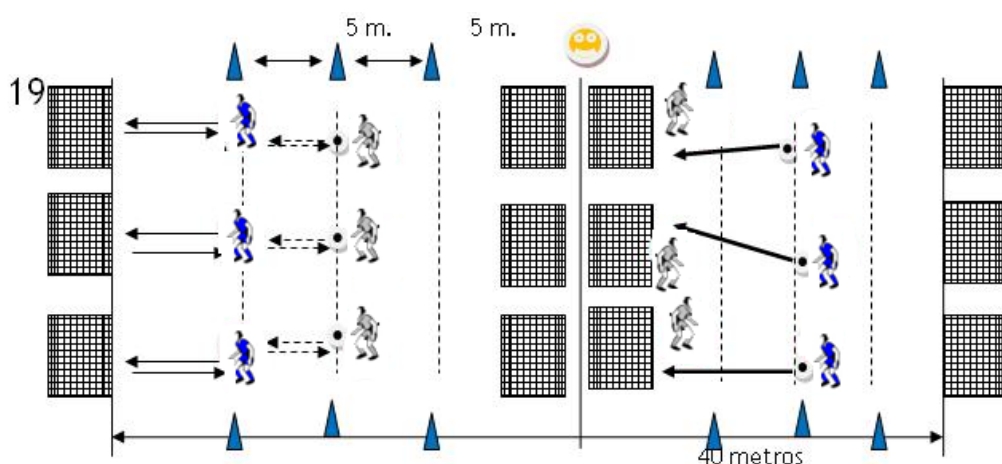
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 19

**TEMA:** EL PASE

**OBJETIVO:** Mejorar la pase mediante la utilización de variedad de repeticiones para mejorar la coordinación de los movimientos

**DESARROLLO:**



A la señal sonora del entrenador los jugadores que no tienen el balón corren de frente lo más rápidamente posible hacia la línea de la mini portería, la pisan y vuelven a la salida, mientras los jugadores que poseen el balón realizan un pase suave para que cuando vuelva el compañero, éste lo pase. Se repite toda la acción 2 veces (sin pausa y a la máxima intensidad), a la tercera repetición y una vez el jugador (sin balón) pasa el balón, se convierte en portero y el que posee el balón chuta de primeras a la mini portería. Se utilizan mini porterías, conos, bolsas deportivas, etc. Gana el jugador que consigue meter 5 goles al contrario. El ejercicio se debe hacer al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 21

**TEMA:** RECEPCIÓN

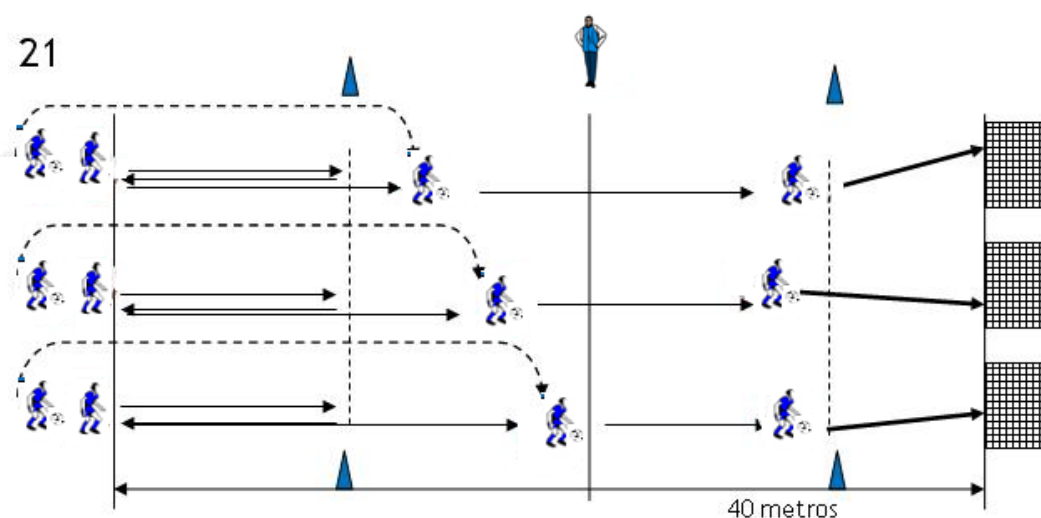
**TEMA:** CONTROL DEL BALÓN Y TIRO

**OBJETIVO:** Mejorar la recepción del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**OBJETIVO:** Mejorar el control y tiro del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**

**DESARROLLO:**



A la señal sonora del entrenador, los jugadores que no tienen el balón corren de frente lo más rápidamente posible hacia la línea situada a 10 metros, la pisan y vuelven a la salida, pisan la línea y corren hacia la mitad del campo, mientras el compañero de atrás, con balón lanza con la mano éste hacia adelante, sin sobrepasar el medio campo. El jugador que corre, recibe el balón, lo controla, lo conduce y realiza un chute antes de sobrepasar otra línea situada a 10 metros de la mini portería. Realizar 5-7 veces el ejercicio al 100% de intensidad.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

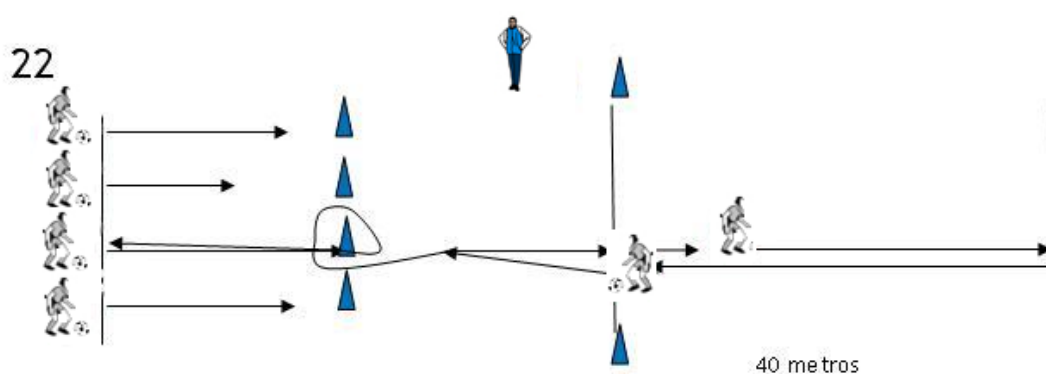
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACION N° 22

**TEMA:** CONDUCCION

**OBJETIVO:** Mejorar la conducción del balón mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



A la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacia el cono situado a 10 m., girarán y continuarán hasta medio campo, dejarán el balón y correrán lo más rápido posible hasta la línea de fondo, la pisarán y volverán a medio campo, controlarán y conducirán el balón hasta el cono, girarán y conduciéndolo llegarán a la línea de salida. Realizar el ejercicio 5 veces al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones realizando ejercicios de estiramiento.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

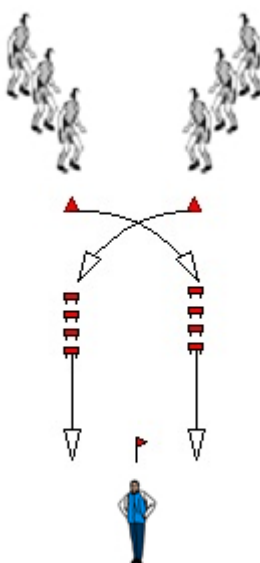
**EVALUACION:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 23

**TEMA:** FINTA

**OBJETIVO:** Mejorar la finta mediante variedad de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general

**DESARROLLO:**



A la señal del entrenador, arrancan un jugador de cada cono, primero se cruzaran y a continuación saltarán las vallas cayendo cada vez encima de una pierna. Al salir de las vallas deberán llegar a sprint hasta la posición del entrenador.

Elemento técnico: regate y finta.

**MATERIALES:** Cancha de futbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

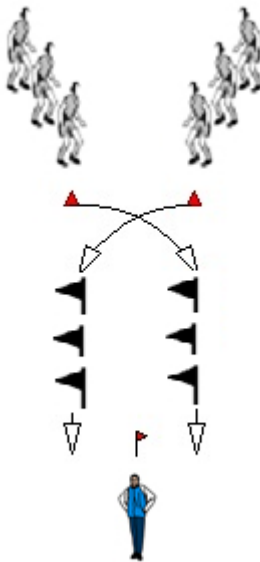


## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 24

**TEMA:** FINTA

**OBJETIVO:** Mejorar la finta mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



La mecánica del ejercicio es igual al anterior, la diferencia que se incluye en esta es que en vez de saltar las vallas deberemos hacer un slalom entre ellas y salir a sprint hasta la posición del entrenador.

Elemento técnico: regate y finta.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

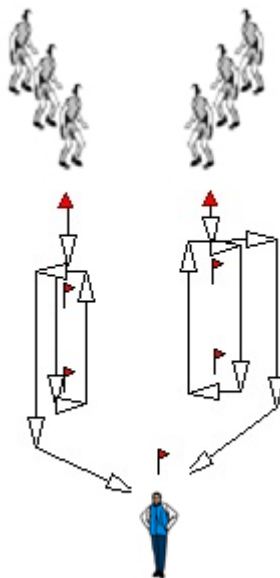
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 25

**TEMA:** FINTA

**OBJETIVO:** Mejorar la finta mediante la utilización variedad de ejercicios para mejorar la coordinación dinámica general

**DESARROLLO:**



Saldrán un jugador desde cada cono, deberán realizar una carrera a sprint alrededor de las marcas y salir a sprint hacia la posición del entrenador. Además deberá realizar el ejercicio conduciendo un balón cada uno.

Elemento técnico: regate y finta.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.



## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 27

**TEMA:** EL REGATE

**OBJETIVO:** Mejorar el regate mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Los jugadores se colocan delante de un cono (“para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono más grande o una pica) y el entrenador explica el tipo de regate que vamos a realizar, cuando se haya entendido los jugadores individualmente practican el regate con el cono, mientras el entrenador corrige las dificultades. Una vez dominado el tema del regate al cono se realizará el mismo tipo de ejercicio pero en lugar de conos situaremos jugadores estáticos y sin intentar defender.

**MATERIALES:** Cancha de futbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 28

**TEMA:** EL REGATE

**OBJETIVO:** Mejorar el regate mediante la utilización de ejercicios para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador A debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al segundo jugador y si lo consigue al tercero. Si logra salir airoso de todos los defensores podrá tirar a portería. Los defensores en el momento que son superados dejan de luchar por el balón, ya que no podrán salir de una zona asignada a cada defensor de unos 5 metros de longitud.

**MATERIALES:** Cancha de futbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

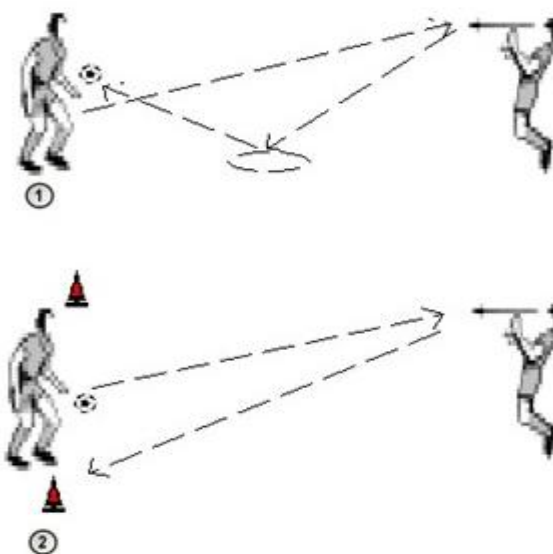
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 29

**TEMA:** CABECEO

**OBJETIVO:** Mejorar el cabeceo en forma estática y dinámica mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



Por parejas uno delante del otro a escasos metros, se pasa el balón con la cabeza intentando realizarlo el mayor número de veces posibles. En este ejercicio se puede hacer más difícil obligando a que antes de pasar el balón al compañero, el jugador tiene que haber dado un toque vertical el mismo.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

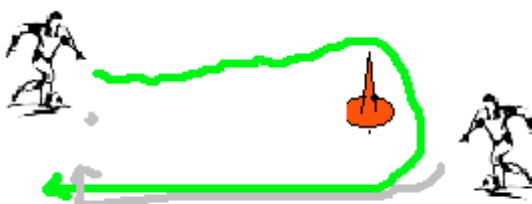
**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## EJERCICIOS DE COORDINACIÓN N° 30

**TEMA:** COBERTURA DEL BALÓN

**OBJETIVO:** Mejorar la cobertura mediante la utilización de ejercicios adecuadamente seleccionados para mejorar la coordinación.

**DESARROLLO:**



El jugador con balón realiza una conducción hasta un cono situado a 10 metros de él, al llegar a esa zona su compañero intentará quitarle el balón en el camino de vuelta al punto de inicio del ejercicio.

**MATERIALES:** Cancha de fútbol, conos, balones, chalecos, estacas, trineo, paracaídas.

**EVALUACIÓN:** Al culminar esta rutina de ejercicios de coordinación en el fútbol los estudiantes están en capacidad realizar la conducción, fintas, tiro, control del balón, pase, regates, entre otras en el fútbol.

## **6.7 IMPACTO**

### **6.7.1 Impacto Educativo**

El trabajo sobre coordinación y equilibrio se realizará a través de las habilidades y destrezas básicas. En los primeros años escolares, la mejora funcional del dominio corporal supone la adquisición de múltiples conductas motrices de carácter y a utilitario, lúdico o expresivo, que son fundamentales para el desarrollo integral del alumnado. Se trata de que adquieran el mayor número de patrones posibles con los que poder construir nuevas opciones de movimiento y desarrollar correctamente las capacidades motrices y las habilidades básicas.

### **6.7.2 Impacto Deportivo**

Desde los 9 a los 11 años constituye la mejor etapa para aprender y perfeccionar difíciles destrezas de movimientos. La fase de coordinación gruesa del movimiento es la que debemos programar en la niñez; debe alcanzarse a los 9-11 años de edad y es cuando el movimiento puede manejarse con relativa seguridad, en condiciones fáciles, con buena respuesta física, adecuada concentración, respetando sus puntos esenciales, aunque sigan apareciendo errores.

## **6.8 DIFUSIÓN**

La socialización de la presente propuesta se la realizó a los señores docentes y Autoridades del Plantel haciendo conocer sus beneficios y su importancia de la Coordinación en el entrenamiento de los fundamentos básicos del fútbol, para ello se elaboró sesiones, para desarrollar la coordinación, utilizando métodos adecuados,



## 6.9 BIBLIOGRAFÍA

1. Bradford Helen (2014), Observación infantil y planificación educativa: de bebés a tres años, España, Narcea
2. Bustos Alfonso (2010), Desarrollo, aprendizaje y enseñanza en la educación secundaria, España, Grao
3. Casanova Pablo (2012), Técnico en Educación Infantil, España, Paraninfo
4. Casimiro Antonio (2014), Actividad física, educación y salud, España, Universidad Almería
5. Castillo Iván (2013), Coordinación como base del éxito, <http://www.fuerzaexplosiva.com/articulos/2-coordinacion-como-base-del-exito.html>
6. Clavellinas Rafael (2010), Manual didáctico de reglas de fútbol, España, Paidotribo
7. Costa Ramos Jorge (2009), El calentamiento general y específico en la educación Física. Ejercicios prácticos, España, Cultivalibros
8. Cuenca Francisco (2009), Mejora tu rendimiento medicina deportiva aplica futbol base. España, Tres Frontera
9. Delgado Daniel (2009), Fundamentos técnicos de la Educación Física, España, Pila Teleña
10. Duarte Redondo (2012), Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas, México, Ministerio de Educación
11. Fernández María José (2010) El libro de la estimulación, Argentina, Albatros

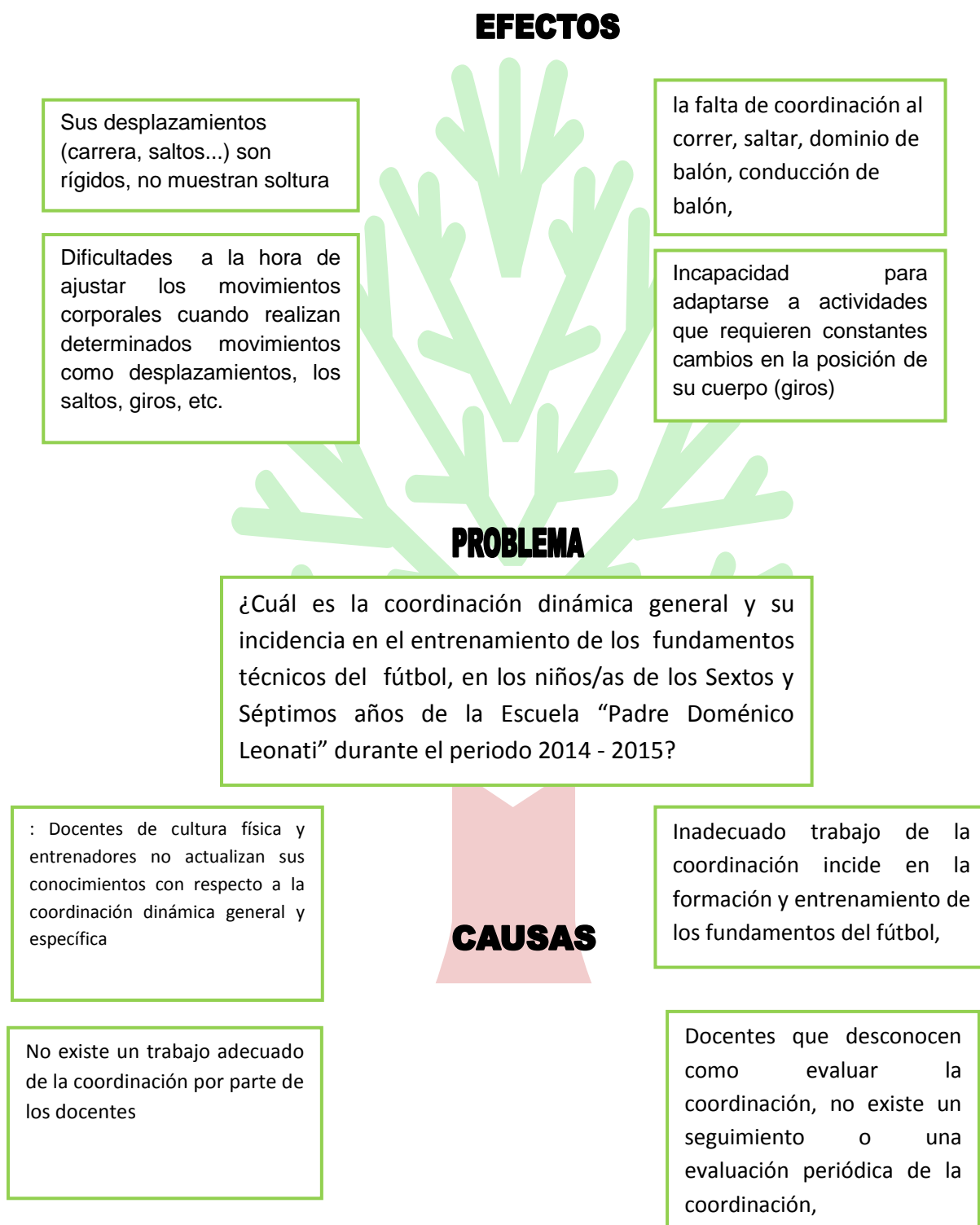
12. García Segismundo (2013), Educación física sesiones tercer ciclo primaria, España, Pila Teleña,
13. Garrido Alicia (2013) Fundamentos sociales del comportamiento humano, Barcelona, UOC
14. González José Miguel, (2010), Técnicas y tácticas del fútbol, <http://tectacfutbol.blogspot.com/2010/10/juego-de-cabeza.html>
15. Guerrero Sánchez María (2014) Aspectos básicos de la intervención educativa en Educación Infantil, España, Marpadal
16. Gutiérrez Santiago, (2011), Entrenamiento de la condición física, <http://es.slideshare.net/santionil/entrenamiento-de-la-condicion-fisica>
17. León, H. B. (2009), Dimensiones corporales de estudiantes de nivel avanzado de ballet y danza de Cuba, <http://search.proquest.com/docview/882074345?accountid=36862>
18. López Fernando (2013), Fases sensibles y entrenamiento de la coordinación, <http://es.slideshare.net/fernandolopezpf/fases-sensibles-y-coordinacion>
19. Martí María Teresa (2009), La educación psicomotriz (3-8 años): Cuerpo, movimiento, percepción, afectividad: una propuesta teórico-práctica, España, Grao
20. Martínez Eduardo (2014), Desarrollo psicomotor en educación infantil. Bases para la intervención en psicomotricidad, España, Universidad Almería
21. Martínez Emilio (2002), Pruebas de aptitud física, España Paidotribo

22. Montaña Estanly (2011), Habilidades motrices básicas y capacidades coordinativas, <http://gesena5.blogspot.com/2011/11/habilidades-motrices-basicas-y.html>
23. Navarro Vicente, (2009), Investigación y juego motor en España, España, Lleida
24. Redondo Cristina (2010), "Coordinación y equilibrio: base para la educación física en primaria, file:///C:/Documents%20and%20Settings/Administrador/Mis%20documentos/Downloads/CRISTINA\_REDONDO\_1.desbloqueado.pdf
25. Rivas Borbón, (2013), Guía Didáctica para la Enseñanza de la Técnica (Niños y Adolescentes de 8 a 16 años), file:///C:/Documents%20and%20Settings/Administrador/Mis%20documentos/Downloads/5324-11590-1-SM.pdf
26. Romero Cipriano, (2009), La coordinación dinámica general, <https://portafolioscardenas.files.wordpress.com/2009/06/gta06-coordinacion-dinamico-general-trabajo-escrito.pdf>
27. Sáez Rafael, (2012), Teoría de la educación, metodología y focalizaciones: la mirada pedagógica, Netbiblo España
28. Solana, Antonio; Muñoz, Alejandro (2011) Importancia del entrenamiento de las capacidades coordinativas en la formación de jóvenes futbolistas, México, Universidad Autónoma de Tamaulipas
29. Varela José Miguel (2011), Control y recepción de balón, <http://www.futbolfacilísimo.com/2011/04/manejo-de-balon.html>

30. Varela José Miguel (2011), Manejo de balón, <http://www.futbolfacilísimo.com/2011/04/manejo-de-balón.html>
31. Vázquez Pablo, (2013) Ejercicios para la mejora de la coordinación en el fútbol, <http://entrenarfutbol.com/ejercicios-para-la-mejora-de-la-coordinacion-en-el-futbol/>
32. Walter Bucher (2010), 1000 ejercicios y juegos de fútbol base Barcelona España Editorial Hispana europea

# ANEXOS

## ANEXO 1 ÁRBOL DE PROBLEMAS



## ANEXO 2 MATRIZ DE COHERENCIA

EL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿Cuál es la coordinación dinámica general y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños/as de los Sextos y Séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati” durante el periodo 2014- 2015?</p>	<p>Determinar la coordinación dinámica general y su incidencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol, en los niños/as de los sextos y séptimos años de la Escuela “Padre Doménico Leonati” durante el periodo 2014- 2015.</p>
INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>¿Cuál es el nivel en la ejecución de los fundamentos técnicos básicos del fútbol?</p> <p>¿Cuál es el nivel de coordinación dinámica general y su relación con la formación de futbolistas?</p> <p>¿La aplicación de una alternativa de actividades coordinativas, ayuda en la formación de futbolistas?</p>	<p>Evaluar los fundamentos técnicos básicos del fútbol.</p> <p>Valorar la coordinación dinámica general y su relación con la formación de futbolistas.</p> <p>Elaborar una propuesta alternativa de actividades coordinativas, utilizando diferentes medios para la formación de futbolistas.</p>

### ANEXO 3 MATRIZ CATEGORIAL

Concepto	Categorías	Dimensión	Indicador
<p>Acción y efecto de disponer elementos metódicamente o Concertar medios y esfuerzos para buscar un objetivo común.</p>	COORDINACIÓN	Coordinación Global	Aprendizaje motor
		Coordinación Dinámica	Ejecución de movimientos
		Coordinación General	Desplazamiento corporal
		Coordinación Especifica	Ajuste corporal
<p>Son todos los movimientos basados en modelos técnicos deportivos que realiza el jugador de fútbol con el balón, utilizando las superficies de contacto que permite el reglamento y que garantizan la eficiencia.</p>	FUNDAMENTOS DEL FÚTBOL	Fundamentos individuales	Conducción pie izquierdo, derecho, regate Dominio, tiro
		Fundamentos colectivos	Pases, recepción





## Test de habilidad deportiva

### Correr de frente 2x15 mts con obstáculos

Edad: 9-11 años

Condición	Tiempo niños	Tiempo niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	12,50,seg	14,seg	10 – 9
Muy Buena	13 seg	14,50 seg	8,5 – 8
Buena	13,50 seg	15, seg	7,5 – 7
Regular	14,00 seg	15,50 seg	6,5 – 6
Deficiente	Más14,50 seg	Más16 seg	5,5 – 1

### Correr de espalda 2x15 mts con obstáculos

Edad: 9-11 años

Condición	Tiempo niños	Tiempo niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	15 seg	17 seg	10 – 9
Muy Buena	15,50 seg	17,50 seg	8,5 – 8
Buena	16 seg	18 seg	7,5 – 7
Regular	16,50 seg	18,50 seg	6,5 – 6
Deficiente	más17	más 19 seg	5,5 – 1

## Dribling 20 mts con obstáculos y tiro a la portería

### Edad: 9-11 años

Condición	Tiempo niños	Tiempo niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	12,50,seg	14,seg	10 – 9
Muy Buena	13 seg	14,50 seg	8,5 – 8
Buena	13,50 seg	15, seg	7,5 – 7
Regular	14,00 seg	15,50 seg	6,5 – 6
Deficiente	Más14,50 seg	Más16 seg	5,5 – 1

### Dominio pie derecho

#### Edad: 9-11 años

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### Dominio pie izquierdo

#### Edad: 9-11 años

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### **Dominio muslo derecho**

**Edad: 9-11 años**

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### **Dominio muslo izquierdo**

**Edad: 9-11 años**

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### **Dominio pie alternado**

**Edad: 9-11 años**

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### **Dominio muslo alternado**

**Edad: 9-11 años**

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

### **Dominio de balón con la cabeza**

**Edad: 9-11 años**

Condición	Repeticiones niños	Repeticiones niñas	Calificación cuantitativa
Excelente	10	8	10 – 9
Muy Buena	8	6	8,5 – 8
Buena	6	4	7,5 – 7
Regular	4	2	6,5 – 6
Deficiente	2	1	5,5 – 1

**Nota:** Las niñas realizan el mismo ejercicio pero con menor intensidad que los niños.

## ANEXO 5 FOTOGRAFÍAS



Elaborado por: Juan Carlos Ruiz



Elaborado por: Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz





**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz



**Elaborado por:** Juan Carlos Ruiz

## ANEXO 6 CERTIFICACIONES



**UNIDAD EDUCATIVA "SANTA JUANA DE CHANTAL"**  
Esc. "P. Domenico Leonati"

En calidad de Directora de la Escuela Particular "Padre Domenico Leonati"

### CERTIFICO:

Que, el señor JUAN CARLOS RUIZ TABANGO de la carrera de Entrenamiento Deportivo realizó los test físicos a los niños y niñas respectivamente, con el fin de realizar el trabajo de grado titulado: "ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL", EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA "PADRE DOMÉNICO LEONATI" DURANTE EL PERIODO 2014- 2015" previo a la obtención del título de Licenciado de Entrenamiento Deportivo.

Faculto a la parte interesada hacer uso del presente documento en lo que a bien tuviere.

Otavaló, 05 de marzo de 2015



*Sor Mirtha Cadena*  
Sor Mirtha Cadena

**DIRECTORA**

Vía Selva Alegre y Pedro Pérez Pareja

Primaria y Jardín: 06 2 921 365 Ext. 101  
OTAVALO – ECUADOR



**UNIDAD EDUCATIVA "SANTA JUANA DE CHANTAL"**  
**Esc. "P. Domenico Leonati"**

En calidad de Directora de la Escuela Particular "Padre Domenico Leonati"

## **CERTIFICO:**

Que, el señor JUAN CARLOS RUIZ TABANGO de la carrera de Entrenamiento Deportivo realizó la socialización con las autoridades, los niños y niñas respectivamente, con el fin de realizar el trabajo de grado titulado: "ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL" , EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA "PADRE DOMÉNICO LEONATI" DURANTE EL PERIODO 2014- 2015" previo a la obtención del título de Licenciado de Entrenamiento Deportivo.

Faculto a la parte interesada hacer uso del presente documento en lo que a bien tuviere.

Otavaló, 02 de abril de 2015

*Sor Mirtha Cadena*  
Sor Mirtha Cadena.

**DIRECTORA**





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE  
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN  
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

**1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA**

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

<b>DATOS DE CONTACTO</b>			
<b>CÉDULA DE IDENTIDAD:</b>	1002288668		
<b>APELLIDOS Y NOMBRES:</b>	Ruiz Tabango Juan Carlos		
<b>DIRECCIÓN:</b>	Otavalo ciudadela Imbaya Diego López de Zúñiga y Alonso de Carvajal		
<b>EMAIL:</b>	ruizjuankrlos@hotmail.com		
<b>TELÉFONO FIJO:</b>	2924848	<b>TELÉFONO MÓVIL</b>	0989280902

<b>DATOS DE LA OBRA</b>	
<b>TÍTULO:</b>	"ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA "PADRE DOMÉNICO LEONATI" DURANTE EL PERIODO 2014- 2015. PROPUESTA ALTERNATIVA"
<b>AUTOR (ES):</b>	Ruiz Tabango Juan Carlos
<b>FECHA: AAAAMMDD</b>	2015/04/22
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
<b>PROGRAMA:</b>	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
<b>TÍTULO POR EL QUE OPTA:</b>	Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo
<b>ASESOR /DIRECTOR:</b>	MSc. Vicente Yandún

## **2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD**

Yo, Ruiz Tabango Juan Carlos, con cédula de identidad Nro. 1002288668, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

## **3. CONSTANCIAS**

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 20 días del mes marzo de 2015

### **EL AUTOR:**

(Firma).....  


Nombre: Ruiz Tabango Juan Carlos  
C.C. 1002288668



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

### CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, Ruiz Tabango Juan Carlos, con cédula de identidad Nro. 1002288668 manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado titulado: **“ESTUDIO DE LA COORDINACIÓN DINÁMICA Y SU INCIDENCIA EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL EN LOS NIÑOS/AS DE LOS SEXTOS Y SÉPTIMOS AÑOS DE LA ESCUELA “PADRE DOMÉNICO LEONATI” DURANTE EL PERIODO 2014- 2015. PROPUESTA ALTERNATIVA”** que ha sido desarrollada para optar por el Título de Licenciado en Entrenamiento Deportivo en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 20 días del mes de marzo de 2015

(Firma) .....  
Nombre: Ruiz Tabango Juan Carlos  
Cédula: 1002288668