



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y SU INFLUENCIA EN LA INICIACIÓN AL FÚTBOL EN LOS ALUMNOS DE TERCERO DE BÁSICA DE LAS ESCUELAS JUAN MONTALVO Y FRANCISCO CALDERÓN DE LA PARROQUIA DE SAN ANTONIO DE IBARRA.

Trabajo de grado previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación especialidad Educación Física

AUTOR: ANRRANGO PISES EDISON JAVIER

DIRECTOR: MSc. ANITA GUDIÑO

Ibarra, 2014

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

En calidad de tutora de la Tesis de Grado, presentada por el Sr. ANRRANGO PISES EDISON JAVIER, con el tema: LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y SU INFLUENCIA EN LA INICIACIÓN AL FÚTBOL EN LOS ALUMNOS DE TERCERO DE BÁSICA DE LAS ESCUELAS JUAN MONTALVO Y FRANCISCO CALDERÓN DE LA PARROQUIA DE SAN ANTONIO DE IBARRA, para optar por el Título de Licenciado en Ciencias de la Educación, especialidad Educación Física, doy fe que este trabajo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a presentación pública y evaluación por parte del tribunal designado para su exanimación.

Ibarra, 19 de Diciembre del 2014.



MSc. ANITA GUDIÑO

DEDICATORIA

A Dios, por permitirme alcanzar con éxito la meta planteada y por darme su protección y bendición durante todo este periodo de estudio, en el que aprendí nuevos conocimientos que de seguro serán de mucha importancia.

A mi Familia quien se esforzó mucho durante el periodo académico, principalmente a mis padres, quienes fueron el sustento diario para poder alcanzar este anhelado triunfo, hacia ellos mi respeto y consideración.

AGRACECIMIENTO

Para los profesores del Instituto de Educación Física Deportes y Recreación de la Universidad Técnica del Norte, quienes en el transcurso de los años de estudio brindaron sus conocimientos y experiencias para lograr una amplia formación en el campo profesional.

ÍNDICE GENERAL

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	i
DEDICATORIA	iii
AGRACECIMIENTO	iv
ÍNDICE GENERAL.....	v
RESUMEN	x
ABSTRACT.....	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I.....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. ANTECEDENTES.....	1
1.2.-PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.3.-FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.4.-DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	3
1.5.-OBJETIVOS.....	4
1.5.1.-Objetivo General.....	4
1.5.2.-Objetivos Específicos.....	4
1.6.-JUSTIFICACIÓN.....	4
CAPÍTULO II.....	6
2.-MARCO TEÓRICO	7
2.1.-Fundamentación Teórica	7
2.1.1.-Fundamentación Pedagógica	7
2.1.2-Fundamentación Sociológica.....	8
Educación física y sociedad.....	9
2.1.3 -Fundamentación Educativa	9
2.1.4.- CAPACIDADES COORDINATIVAS	10
2.1.4.1.-Las Capacidades Físicas.....	10
2.1.4.6.-Las capacidades coordinativas y la movilidad	25
2.1.5.- INICIACIÓN AL FÚTBOL.....	27
2.1.5.1.-La escuela de iniciación al fútbol	27

2.1.5.2.-El Fútbol y la Educación Integral	28
2.1.6.-LA INICIACIÓN DEPORTIVA	29
2.1.6.1.-Los modelos de iniciación deportiva	31
2.1.7.-EL JUEGO	34
2.1.7.1.-El juego como herramienta de aprendizaje.....	34
2.1.8.-JUEGOS PREDEPORTIVOS	36
2.1.8.1.-Función de los juegos predeportivos en los modelos de enseñanza deportiva.....	36
2.1.8.2.-Características de los Juegos Predeportivos.....	37
2.1.9.-JUEGOS DEPORTIVOS.....	38
2.1.9.1.-Concepto de Deporte.....	38
2.1.9.2.-La educación física y el deporte	39
2.1.9.3.-Deporte educativo-formativo	39
2.1.9.4.-El deporte como formador del ser humano.....	40
2.1.9.5.-Higiene y deporte en la edad infantil.....	41
2.1.9.6.-Deporte y competencia	42
2.1.9.7.-La competición.....	42
2.2.-Posicionamiento Teórico personal.....	44
2.3.-Glosario de Términos	45
2.4.-Interrogantes de la investigación	47
2.5.-MATRIZ CATEGORIAL	48
CAPÍTULO III.....	49
3.-METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	49
3.1.-Métodos.....	49
3.2.-Técnicas e Instrumentos.....	50
3.3.-Población.....	50
3.4.-Muestra.....	51
CAPÍTULO IV	51
4.-ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.	53
4.1.-Encuesta.....	53
4.3.-Test de Coordinación Corporal Infantil de Kiphard y Schilling	68

CAPÍTULO V	72
5.1.-Conclusiones	73
5.2.-Recomendaciones	73
CAPÍTULO VI	75
6.-PROPUESTA	75
6.1.-TITULO DE LA PROPUESTA.....	75
6.2.-JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA	75
6.3.-FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	76
6.3.1.-Fundamentación Educativa	76
6.3.2.-Fundamentación sociológica	76
6.3.3.-Fundamentación pedagógica.....	77
6.3.4.-CAPACIDADES COORDINATIVAS	78
6.3.5.-INICIACION AL FUTBOL.....	82
6.4.-OBJETIVOS.....	94
6.4.1.-Objetivo General.....	94
6.4.2.-Objetivos Específicos.....	94
6.5.-UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA.....	94
6.6.-DESARROLLO DE LA PROPUESTA.....	95
6.7.-IMPACTO DE LA PROPUESTA	140
6.8.-DIFUSION DE LA PROPUESTA	140
Bibliografía.....	141
Anexos.....	144
Anexo N° 1. Árbol de Problemas	144
Anexo N° 2. Matriz de coherencia.....	145
Anexo N° 3. Encuesta.....	147
Anexo N° 4. Test Técnicos	148
Anexo N° 5. Test Motores.....	150
Anexo N° 7. Fotos.....	153

Índice de Gráficos

Gráfico 1. Análisis de la primera pregunta.	53
Gráfico 2. Análisis de la segunda pregunta.	54
Gráfico 3. Análisis de la tercera pregunta.	55
Gráfico 4. Análisis de la cuarta pregunta.	56
Gráfico 5. Análisis de la quinta pregunta.	57
Gráfico 6. Análisis de la sexta pregunta.....	58
Gráfico 7. Análisis de la séptima pregunta.....	59
Gráfico 8. Análisis de la octava pregunta.....	60
Gráfico 9. Análisis de la novena pregunta.	61
Gráfico 10. Análisis test de recepción.....	62
Gráfico 11. Análisis test de control del balón.	63
Gráfico 12. Análisis test de conducción.	64
Gráfico 13. Análisis test de aceleración.	65
Gráfico 14. Análisis coordinación estática.	66
Gráfico 15. Análisis coordinación dinámica General.....	67
Gráfico 16. Análisis test equilibrio.	68
Gráfico 17. Análisis saltos en un pie.	69
Gráfico 18. Análisis desplazamiento lateral.	70
Gráfico 19. Análisis saltos laterales.	71

Índice de Tablas

Tabla N° 1. Matriz categorial.....	48
Tabla N° 2. Población.	50
Tabla N° 3. Análisis de la primera pregunta.....	53
Tabla N° 4. Análisis de la segunda pregunta.	54
Tabla N° 5. Análisis de la tercera pregunta.....	55
Tabla N° 6. Análisis de la cuarta pregunta.	56
Tabla N° 7. Análisis de la quinta pregunta.	57
Tabla N° 8. Análisis de la sexta pregunta.	58
Tabla N° 9. Análisis de la séptima pregunta.	59
Tabla N° 10. Análisis de la octava pregunta.	60
Tabla N° 11. Análisis de la novena pregunta.	61
Tabla N° 12. Análisis test de recepción.	62
Tabla N° 13. Análisis test de control del balón.....	63
Tabla N° 14. Análisis test de control del balón.....	64
Tabla N° 15. Análisis test de control del balón.....	65
Tabla N° 16. Análisis coordinación estática.	66
Tabla N° 17. Análisis coordinación dinámica general.	67
Tabla N° 18. Análisis test equilibrio.....	68
Tabla N° 19. Análisis saltos en un pie.....	69
Tabla N° 20. Análisis desplazamiento lateral.	70
Tabla N° 21. Análisis saltos laterales.....	71

RESUMEN

El presente trabajo tiene por objeto el estudio de las capacidades coordinativas y su influencia en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Francisco Calderón y Juan Montalvo de la Parroquia de San Antonio de Ibarra, debido a que la edad escolar es base fundamental para la formación del ser humano a nivel intelectual y deportivo el desarrollo motriz de manera global constituye lo esencial en su formación, por lo que el tema de investigación es de vital importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje y aporta al proceso educativo. En el desarrollo de la investigación, para la obtención de datos el estudio se fundamenta en una investigación bibliográfica, ya que se indaga en las fuentes de libros de varios autores, lo que sirvió para sustentar el contenido teórico de la investigación, además se basa en la investigación de campo, ya que se realizó en el mismo lugar de los acontecimientos, usando diferentes técnicas como son la encuesta y la batería de test físicos lo que sirvió para obtener información que fue sumamente necesaria la misma que permitió diagnosticar, analizar y evaluar las estrategias utilizadas y su aplicación, seguidamente se realizó el análisis respectivo sobre el nivel de desarrollo motriz por medio de la batería de test físicos y también el tipo de metodología que emplean los profesores en las diferentes instituciones, la misma que demostró que existe poco conocimiento e interés sobre el tema, por lo que se hace necesario que los profesores de las diferentes instituciones realicen un trabajo metodológico mejor fundamentado y guiado, de tal forma que los métodos y contenidos utilizados en sus clases sean idóneos, conjuntamente con un trabajo específico que fortalezca el desarrollo físico. Finalmente se diseñó una guía metodológica sobre cómo desarrollar las capacidades coordinativas orientadas a la iniciación al fútbol, que contiene elementos esenciales y básicos para mejorar el desarrollo físico e intelectual de los niños, que podrá ser enriquecida por las instituciones revisadas y otras, en medida que los docentes sean conscientes de la tarea que les compete.

ABSTRACT

This work aims to study the coordination abilities and influence on the initiation football in third graders basic schools Francisco Calderon and Juan Montalvo Parish of San Antonio de Ibarra, because the school age is essential for the formation of human intellectual and sporting level motor development globally is the essential in their training base, so the research topic is of vital importance in the process of teaching and learning and contributes to the educational process. In the development of research, data collection for the study is based on a literature review as it I explore the sources of books by various authors, which served to support the theoretical content of the research, also based on field research, as was done in the same place of events, using different techniques such as survey and physical test battery which served to obtain information that it was very necessary cuts to diagnose, analyze and evaluate strategies used and their application, then the respective analysis of the level of motor development through physical test battery and also the type of methodology used by teachers in different institutions is made, the same that showed that there is little knowledge and interest in the subject, so it is necessary that teachers of different institutions conduct a methodological work better informed and guided, so that the content and methods used in their classes to be suitable, together with specific work to strengthen the physical development. Finally, a methodological guide on how to develop coordination capacities oriented introduction to football, which contains essential and basic elements for improving the physical and intellectual development of children, which may be enriched by the revised institutions and others, was designed to measure teachers are aware of the task for them.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo, pretende resalta la importancia existente entre la educación física escolar y el deporte en su fase de iniciación, por lo que se considera muy importante el desarrollo físico e intelectual en edades tempranas para una correcta formación como deportista y excelente ser humano.

En el marco de la escuela la educación física se propone contribuir a la formación integral del niño, a través de un programa de actividades adecuado y una planificación diseñada para responder a las capacidades e intereses de los niños. Fernández García, D. (2006).

El fútbol, como fenómeno social y universal cultural del nuevo milenio, como juego y deporte constituye una manifestación global que ofrece una estructura y cumple con la misión de cubrir la necesidad lúdica que tiene el ser humano en la vida.

Ya en el marco escolar, para una parte importante del alumnado el fútbol es su principal deporte y la forma más atractiva de participación en su tiempo libre. Por esta razón, se convierte en un contenido con especial relevancia en el marco escolar que no debe pasar desapercibido para el profesorado de educación física.

De acuerdo con lo expuesto, el presente trabajo está diseñado por los siguientes capítulos:

Capítulo I: contiene los antecedentes, el planteamiento y la formulación del problema además la delimitación de la investigación, los objetivos y la justificación.

Capítulo II: se describe el marco teórico, la fundamentación teórica, la secuencia de contenidos, el posicionamiento teórico personal, el glosario

de términos, las interrogantes de la investigación y la matriz categorial.

Capítulo III: abarca lo relacionado con la metodología de la investigación, la técnica e instrumentos y la población.

Capítulo IV: envuelve el análisis e interpretación de los resultados de las encuestas y la batería de test físicos realizados a los maestros y alumnos de las instituciones e la investigación.

Capítulo V: muestra las conclusiones a las que se llegó una vez concluida la investigación y por consiguiente contiene las necesarias recomendaciones de la misma.

Capítulo VI: detalla el desarrollo de la propuesta, la misma que será de gran utilidad para la educación.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. ANTECEDENTES

Desde años anteriores, como ya es una tradición las autoridades educativas conjuntamente con la comisión deportiva a nivel escolar, han venido realizando campeonatos inter-escolares de fútbol, en donde participan la mayoría de instituciones educativas que pertenecen a la parroquia de San Antonio de Ibarra, en los que se ha evidenciado que algunas instituciones no realizan una buena participación, esto debido a diferentes factores que limitan su actuación.

Se ha observado que la mayoría de niños que participan presentan un bajo nivel de desarrollo deportivo, esto se refleja claramente al momento de realizar movimientos específicos que tienen bastante relación con las capacidades físicas especialmente las coordinativas.

Se ha evidenciado también que no existe mayor interés por parte de los profesores de las instituciones por realizar algún trabajo específico previo para la participación en estos eventos deportivos esto se debe en gran medida a que no poseen algún tipo de método adecuado para la correcta preparación.

También se han venido presentado algunos inconvenientes al momento de conformar una equipo deportivo de la institución, uno de ellos es que existe un mínimo porcentaje de alumnos que están en condiciones de realizar un trabajo específico, mientras que el mayor porcentaje no se encuentran en condiciones de realizar este trabajo, esto debido a que en años anteriores no se desarrolló de manera completa

todas sus destrezas motoras.

Además se ha podido visualizar que no ha existido un interés por la práctica de la cultura física y el deporte, por parte de los profesores y autoridades de los planteles educativos.

Estos son algunos factores que han venido dificultando el completo desarrollo, dejando de lado la etapa adecuada para lograr un mejor aprendizaje, ya que como todos sabemos los años escolares son la base fundamental para desarrollar las capacidades físicas e intelectuales del ser humano.

1.2.-PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se observa que la mayoría de niños de las instituciones escolares que deciden iniciarse en algún deporte especialmente en el fútbol presentan problemas relacionados específicamente con el desarrollo de sus capacidades coordinativas esto debido a que existen diferentes factores.

Los métodos utilizados por parte de los profesores para los temas de clase en la mayoría de los casos no son los adecuados, lo que limita su completo desarrollo ocasionando que con el pasar de los años se vaya evidenciando falencias a la hora de ejecutar determinados movimientos.

El poco tiempo de clase es también otro de los factores que dificultan su completo desarrollo, debido a que existe poco tiempo y el número de clases en la mayoría de las ocasiones no se cumplen en su totalidad, todo esto acompañado también del mal uso del tiempo libre en actividades poco productivas que no fortalecen la formación del individuo tanto físico como intelectual. El poco interés por parte de los maestros en realizar un trabajo completo que estimule el desarrollo físico e intelectual,

además el desconocimiento de actividades acorde a sus necesidades, son factores que dificulta el aprendizaje de nuevos contenidos, produciendo una serie de inconvenientes directamente al niño que se va a encontrar con dificultades a la hora de ejecutar determinadas actividades de carácter individual y colectivo, así como también al entrenador que tendrá que realizar trabajos específicos que debían ser realizados en edades más tempranas lo que hará que se demore más el proceso de aprendizaje y la formación como buen deportista. Podemos también encontrar otros factores como la falta de actualización de información por parte de los maestros acerca de contenidos y actividades acordes a la edad cronológica, lo que le permitirá al alumno de una manera clara y directa la consecución de las destrezas motoras, cognitivas y afectivas que favorecerán con su desarrollo armónico.

1.3.-FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuál es el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra?

1.4.-DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Unidades de observación

Las unidades de observación fueron los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra.

Delimitación temporal.- Esta investigación se realizó desde el mes de enero del año 2013 hasta el mes de mayo del año 2014.

Delimitación espacial.- La investigación se realizó en las instalaciones de las dos instituciones.

1.5.-OBJETIVOS

1.5.1.-Objetivo General

Determinar el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra.

1.5.2.-Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de conocimiento sobre capacidades coordinativas en los profesores de cultura física de las dos instituciones.
- Establecer el estado de condición físico-motora de los alumnos de la investigación.
- Descubrir el nivel de habilidad deportiva que poseen los alumnos de la investigación.

1.6.-JUSTIFICACIÓN

La realización de esta investigación es muy importante para los profesores de educación física de las escuelas, ya que por medio de ella lograremos determinar los factores que influyen en el desarrollo físico y armónico de los niños.

Actualmente en la formación de los niños es importante realizar un trabajo específico que sirva de base fundamental para su formación, tomando en cuenta que se debe conocer sobre los procesos evolutivos y los cambios a nivel físico, fisiológico y psicológico que experimenta el niño

en esta etapa por lo que es importante contar con un recopilación de información la que se lograra por medio de la investigación y que permitirá fortalecer el desarrollo de las capacidades, para que el niño al momento de la su iniciación deportiva no tengan dificultades y cuenten con un buen nivel de desempeño físico e intelectual.

El buen desarrollo de las capacidades coordinativas en edades escolares es muy importante ya que a través de esto se logra una buena formación en el ser humano teniendo en cuenta que no solo se obtiene un desarrollo físico sino también mental que sirve de base para formar personas de calidad.

CAPÍTULO II

2.-MARCO TEÓRICO

2.1.-Fundamentación Teórica

2.1.1.-Fundamentación Pedagógica

Educación física, enfoque psicomotriz

Para Fernández García, D. (2006) expresa que:

“El eje central de la educación física se centra en el movimiento, pero no se agota en él. La aplicación más positiva de la educación física se da cuando consigue estimular el desarrollo integral del ser humano, respetando los procesos de crecimiento y maduración sin dejar de atender las necesidades de cada etapa de la vida.

En el marco de la escuela la educación física se propone contribuir a la formación integral del niño, a través de un programa de actividades adecuado y una planificación diseñada para responder a las capacidades e intereses de los niños, teniendo en cuenta las posibilidades que nos brinda esta rama educativa: desde el punto de vista fisiológico contribuye al desarrollo del niño, ya que permite incorporar conceptos como la valoración del esfuerzo, así como la adquisición de distintos niveles de destreza psicomotriz”(p 24).

Meinel, K. y Schnabel, G. (2004) dice que:

“La conducción pedagógica en la primera fase del proceso de aprendizaje motor debe basarse en las condiciones y necesidades concretas propias de cada caso, entre las cuales se debe mencionar en primera instancia el nivel motor inicial. Si el nivel de desarrollo de las cualidades no es suficientemente alto, entonces se debe realizar primeramente determinados ejercicios preparatorios. Esto atañe especialmente a las capacidades coordinativas cuyo nivel tiene que ser evaluado lo más exactamente posible” (p 211).

Para David Fernández García, en su obra Taller de Educación Física dice “A nivel motriz desarrolla la formación física y las habilidades motoras.”(p 27).

2.1.2-Fundamentación Sociológica

Gutiérrez, Sanmartín, M.(2003) expresa que:

“Desde tiempos muy antiguos, la literatura especializada nos ha venido ofreciendo de filósofos y educadores que han insistido en la necesidad de educar en valores, siendo consientes a su vez de la redundancia que esto suponía, ya que tenían muy claro <<aquello que no educa en valores no es verdaderamente educación>>, como han destacado en sucesivas ocasiones Pascual (1988), Camps (1994) o Savater (1997), entre otros” (p 19).

“El deporte puede fomentar numerosas cualidades positivas, unas de tipo social (lealtad, cooperación, deportividad, convivencia, respeto, amistad, compañerismo, trabajo en equipo), y otras más personales (responsabilidad, perseverancia, disciplina, fuerza de voluntad, espíritu de sacrificio, habilidad,

creatividad, salud, diversión, entre otras muchas).

La educación física, por su proximidad con el deporte escolar, puede asumir la importante misión de promover los valores que el deporte debe desarrollar. La educación física, a través de sus ejercicios, juegos y deportes, tiene un tremendo potencial tanto para el desarrollo físico como para la personalidad de los alumnos. Las prácticas de educación física pueden crear situaciones que faciliten el desarrollo paralelo del cuerpo, la mente, la autoestima, el sentido ético, numerosas relaciones interpersonales, autonomía y responsabilidad en una atmosfera de disfrute y confianza” (p 27).

Educación física y sociedad

Para Fernández García, D. (2006), en su obra Taller de Educación Física, dice “A nivel socio afectivo ayuda a desarrollar actitudes, intereses, sentimientos, emociones, etc. A nivel cognitivo desarrolla conocimientos, información, juicio crítico, evaluación y autoevaluación, comprensión y análisis” (p 27).

2.1.3 -Fundamentación Educativa

Para Blázquez Sánchez, D.(2010), en su obra La Educación Física dice “Ciertamente, el valor educativo del juego deportivo consiste en favorecer el desarrollo integral del individuo, viviendo una gama amplia de actividades que completen su personalidad. Además, cada día se va ensanchando la posibilidad de practicar mayor número de deportes” (p 84).

2.1.4.- CAPACIDADES COORDINATIVAS

2.1.4.1.-Las Capacidades Físicas

2.1.4.1.1.- ¿Qué son las capacidades físicas?

Guimaraes, T. (2002).Las capacidades físicas o motoras. Son capacidades necesarias para el buen desempeño físico, determinantes para el aprendizaje y la ejecución de los movimientos deportivos con sus respectivos ejercicios y se dividen en:

- Capacidades físicas condicionales
 - Capacidades coordinativas
- a) Capacidades físicas condicionales: son determinadas en primera instancia por el proceso energético; es decir, requieren para su realización de la energía (Creatin-Fosfato, Glucógeno y ATP), de lo contrario jamás habrá un movimiento correcto; estas son: la fuerza, la velocidad y la flexibilidad.
- b) Capacidades coordinativas (coordinación): son también capacidades físicas, pero determinadas en primera instancia por el proceso del sistema nervioso en la programación (imagen-idea) del movimiento y el control del mismo. (Página 61, 62)

Las Capacidades Físicas, son condiciones internas de cada ser humano, determinadas genéticamente, las mismas que se mejoran por medio de entrenamientos y permiten realizar actividades motrices, específicamente en el ámbito deportivo, las mismas que se dividen en Capacidades Físicas Básicas o Condicionales, estas se determinan por el proceso energético de cada individuo y las Capacidades Coordinativas, que están reguladas por el desarrollo de los procesos de la actividad motora.

El desarrollo de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades motrices interviene de manera determinante en que un deportista pueda desarrollar de manera más rápida las habilidades técnicas apropiadas del deporte que realice. (Edison Anrrango).

2.1.4.2.-Capacidades motoras del hombre

Verkhoshansky, Y. (2011). Las capacidades motrices (CM) son las propiedades psicomotrices que garantizan la efectividad de trabajo de la actividad muscular humana y determinan sus características cualitativas.

En la base de las CM se encuentran las disposiciones genéticas, es decir, las particularidades anatómicas, fisiológicas y psíquicas genéticamente propias de la persona que satisfacen las necesidades de su actividad hasta el punto en que las exigencias que surgen de sus condiciones superan las fronteras de sus posibilidades. En cuanto esto sucede, las disposiciones, desarrolladas según los cambios adaptativos del organismo, crecen en correspondencia con las CM. Dominando estas capacidades, la persona puede resolver con éxito las tareas motoras en condiciones más complejas y con mayor eficacia que antes.(Página 238)

Las capacidades motrices se encuentran presentes en cualquier actividad física de hecho en gran medida son las responsables de los procesos relacionados con el control corporal y regulación de los movimientos.

El ser humano en su organismo posee propiedades fisiológicas que, respaldándose en mecanismos anatómicos como son los músculos, los huesos, etc., nos permiten realizar diversos movimientos. Estas propiedades son conocidas como capacidades motrices estas, cuando actúan a determinados grados, determinar el buen rendimiento del deportista. (Edison Anrrango).

2.1.4.3.-Talento coordinativo motor

Borzi, C. A. (1999). Un niño posee talento coordinativo motor cuando, ya sea por disponer o no de una vasta experiencia de movimiento, es capaz de aprender correctamente una destreza motora después de los primeros intentos, dominarla más rápido adaptarla a situaciones desacostumbradas y sorprendidas.

El individuo talentoso hereda una compleja estructura en la que predominan algunas capacidades coordinativas más que en otras. Esto es lo que hace que pueda aprender con mayor facilidad determinadas actividades motoras, incluidas las deportivas. (Página 46)

En el medio actual en que se vive, cada vez más se siente, la necesidad de integrar todo lo que, relacionado con la actividad corporal y la actividad motriz, favorezca el desarrollo integral y contribuya a una mejor calidad de vida. (Edison Anrrango).

Un individuo mejor desarrollado a nivel motriz, mejora sus conductas para aplicarlas en diferentes situaciones y formas de ejecución ya sea en giros, saltos, lanzamiento de objetos, desplazamientos con balón, lanzamiento, recepciones, etc., lo que favorece que asimile de manera más rápida y fácil las actividades deportivas. Por lo antes mencionado es ciertamente conocido que, toda persona que posee un talentoso nivel de desarrollo motriz adquiere mayores posibilidades de adaptarse rápidamente a las situaciones de juego que exige el deporte, además de convertirse en candidato a ser un excelente deportista. (Edison Anrrango).

2.1.4.4.-Capacidades coordinativas en el deporte

Guimaraes, T. (2002).Las diferentes pruebas o movimientos de cada deporte pueden desarrollar y estimular a cada una de las capacidades coordinativas, y en algunos casos también a las capacidades

condicionales, aunque a veces predomina la sensación de la distancia, el tiempo regulado, el sentimiento por la pelota, por el agua, el viento, etcétera. (Página 62)

El ámbito del deporte, los variados movimientos y situaciones de juego, requieren una extensa aplicación de las Capacidades Coordinativas, por lo que todo deportista debe mejorarlas mediante un adecuado entrenamiento, ya que frecuentemente las personas con cualidades coordinativas más desarrolladas son, por lo general, los que mayor éxito consiguen dentro del deporte. (Edison Anrrango).

2.1.4.5.-CAPACIDADES COORDINATIVAS

Vargas, R. (2007). Capacidades coordinativas: las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora. Ellas representan requisitos indispensables que debe poseer el deportista para poder ejercer determinadas actividades deportivas más o menos adecuadamente.

Las capacidades coordinativas representan, en combinación estrecha con otras cualidades, condiciones indispensables para el rendimiento, las cuales se expresan en el grado de la velocidad y calidad del aprendizaje, del perfeccionamiento y de la estabilización de las destrezas motrices, y en su utilización adecuada de acuerdo con la situación y las condiciones reinantes (Meinel, 1988: 259-260, 261). (Página 47)

Las capacidades coordinativas son particularidades que están íntimamente relacionadas con el sistema nervioso central y dependen de él además constituyen sin duda un elemento importantísimo al momento de ejecutar determinados movimientos dentro de los deportes individuales como de conjunto, es por esto que ellas juegan un papel decisivo en el ámbito deportivo. (Edison Anrrango).

Estas capacidades, se hacen efectivas en el rendimiento deportivo, a través de la unión con las capacidades físicas básicas o condicionales, logrando así un mejor nivel de rendimiento. (Edison Anrrango).

2.1.4.5.1.-Entrenabilidad de las capacidades coordinativas

Weineck, J. (2005). Aunque los diferentes componentes de las capacidades coordinativas alcanzan su grado de desarrollo óptimo en momentos a veces muy distantes (cf. Hirtz, 1977, 509, v. pág. 494), se puede decir de forma general que las habilidades experimentan su mayor empujón de desarrollo entre el séptimo año de vida y la aparición de la pubertad (cf. Stemmler, 1977, 278; Hirtz, 1976, 385). En esta época se observa, según Bringmann (1973, 846), una maduración más rápida del SNC. Paralelamente se produce un aumento de la función de los analizadores acústico y óptico, con una mejora simultánea de la elaboración informativa, de modo que se facilita el entrenamiento de las destrezas motoras complicadas.

Por tanto, el trabajo a su debido tiempo de las capacidades coordinativas reviste una importancia decisiva para la capacidad de desarrollo que se alcanzará en momentos posteriores.

En el transcurso de la vida las capacidades coordinativas declinan con mayor o menor velocidad en función del entrenamiento, y en una relación de dependencia y paralelismo con el descenso de los factores de rendimiento físico y de la calidad de los procesos de coordinación y regulación. (Página 480)

2.1.4.5.2-Componentes de las capacidades coordinativas

Weineck, J. (2005). Para permitir un trabajo detallado de las capacidades coordinativas en el proceso de entrenamiento general, interesa tener presente la complejidad de dichas capacidades, pero

también reconocer sus componentes parciales y la importancia que éstos revisten en el marco del trabajo de las habilidades (cf. Hirtz, 1976, 384).

El conocimiento exacto de los componentes parciales, que, según los resultados de los estudios de Farfel (1979, 34), no suelen guardar correspondencia entre sí, reviste una importancia especial, dado que permite subsanar las posibles carencias parciales. Por ello, las capacidades coordinativas mejoran sustancialmente si los diferentes componentes se desarrollan de forma tan selectiva como las capacidades de condición física (cf. Blume, 1978, 141).

Como hasta la fecha no disponemos de estudios que clarifiquen de modo definitivo el número y la estructura exacta de los diferentes componentes, y las relaciones entre ellos, la indicación de dichos componentes parciales deberá tomarse como una mera ayuda orientativa para el trabajo de las capacidades coordinativas, no como un estudio científico definitivo acerca de esta cualidad compleja.

Como componentes de las capacidades coordinativas se consideran: la capacidad de adaptación motora y de adaptación a las variaciones, la capacidad de diferenciación y de regulación, la capacidad de reacción, la capacidad de orientación, la capacidad de equilibrio, la capacidad de ritmo y la capacidad de combinación y de acoplamiento de los movimientos (cf. Hirtz/Rübesamen/ Wagner, 1972, 742; Frey, 1977, 356; Colectivo de Autores, 1982, 96).

La figura 376 nos ofrece una visión global de la estructura de las capacidades coordinativas esenciales.

A continuación describiremos brevemente las siete capacidades aisladas más importantes para la capacidad de rendimiento deportivo y su importancia específica. (Página 480)

2.1.4.5.3-Capacidad de acoplamiento y combinación de los movimientos

Weineck, J. (2005). Por capacidad de acoplamiento y combinación de los movimientos entienden Meinel/Schnabel (1987, 250) la capacidad de coordinar intencionalmente movimientos parciales del cuerpo (p. ej., movimientos parciales de las extremidades, del tronco y de la cabeza) entre sí y en relación con un movimiento de todo el cuerpo dirigido a un objetivo determinado.

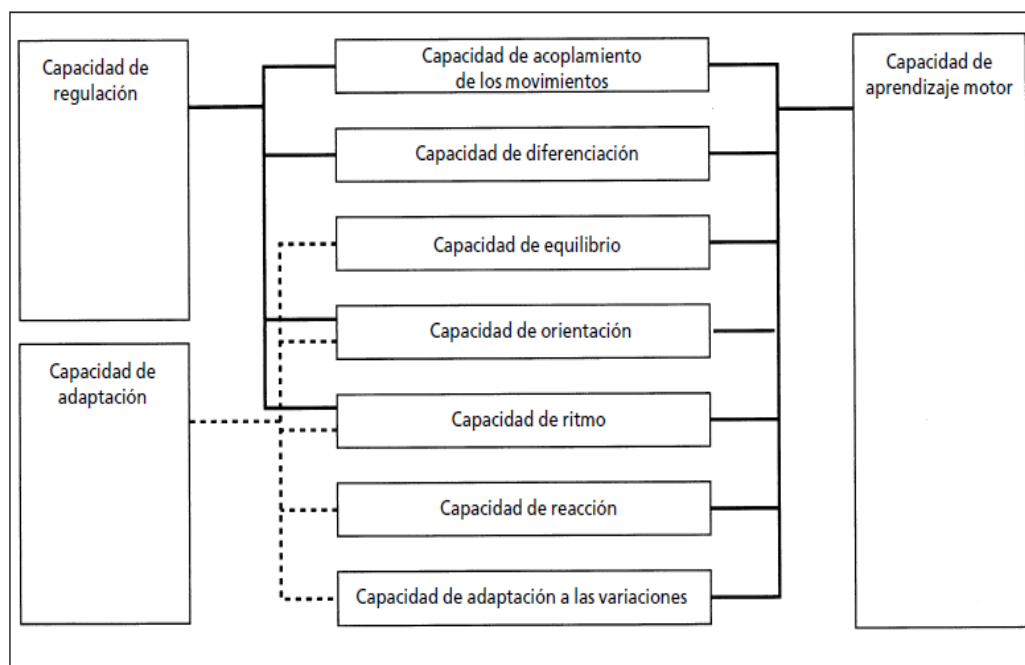


Figura 376. Marco estructural de las capacidades coordinativas (de Meinel/Schnabel, 1987, 258).

Gráfico N° 1. Estructura de las capacidades coordinativas.

Una mala capacidad de acoplamiento se observa, por ejemplo, en el esprinter cuando es incapaz de coordinar de forma óptima el trabajo de los brazos con el trabajo de las piernas. En el “ABC de la carrera” (v. pág. 427) esta carencia queda de manifiesto en los ejercicios de regate y de *skipping* si se practican con una frecuencia muy elevada. Igualmente, en el salto de altura, un trabajo de brazos mal sincronizado o no sincronizado en absoluto incidirá desfavorablemente sobre el rendimiento de salto.

La capacidad de diferenciación se expresa por lo general como sensibilidad ante el balón, ante el agua o la nieve, etc. Incluye la capacidad de ajuste fino entre los músculos y es determinante para el rendimiento en la mayoría de las modalidades.

Con su correspondiente ejercicio se desarrolla en un momento muy temprano de la vida, y en algunas modalidades no es entrenable después de la edad infantil y juvenil en una medida comparable. Ejemplo: todos los esquiadores de la selección nacional han comenzado a “experimentar” sus capacidades de diferenciación propias de la modalidad en la edad preescolar o en la edad escolar temprana (v. también pág. 482). (Página 481)

2.1.4.5.4.-Capacidad de adaptación a las variaciones

Weineck, J. (2005). Por capacidad de adaptación a las variaciones entienden Meinel/Schnabel (1987, 254) la capacidad para adaptar el programa de acción a las nuevas circunstancias durante el transcurso de la acción, basándose en cambios de la situación percibidos o anticipados, o bien de continuar la acción de forma completamente distinta.

La capacidad de adaptación a las variaciones tiene una gran importancia sobre todo en las modalidades de juego, y la práctica de éstas supone un excelente entrenamiento.

La adaptación constante al contrario, la cooperación con los compañeros teniendo en cuenta el recorrido del balón exige una adaptación constante y una reubicación en el cuadro situacional existente en cada momento.

La capacidad de reubicación está estrechamente vinculada con las capacidades de anticipación y reacción, y fuertemente influida por ellas.

Importante. Las capacidades de reacción y de adaptación a las variaciones se trabajan de forma insuficiente en algunas modalidades. Así, el gimnasta no tiene que prepararse para la intervención de ningún contrario, circunstancia que no favorece el desarrollo de estas capacidades coordinativas (cf. fig. 392). Por ello es importante que el entrenamiento de esta modalidad, y el de otras comparables, incluya juegos deportivos como medida complementaria (en el calentamiento o en la conclusión).

Del abanico de capacidades coordinativas diferentes podemos extraer *tres capacidades generales básicas* (cf. Schnabel, 1974, 627 s.):

- La capacidad de regulación motora,
- La capacidad de adaptación y adaptación a las variaciones motoras,
- La capacidad de aprendizaje motor.

Las tres capacidades básicas se encuentran en estrecha interacción (fig. 377). Sin embargo, la más relevante de ellas es la *capacidad de aprendizaje motor*, sin la capacidad para aprender movimientos (v. pág. 508), para almacenar lo aprendido y para recuperarlo en función de la situación carece de sentido toda capacidad de regulación motora, de adaptación o de reubicación. En primer lugar hay que saber lo que se tiene que hacer, y sólo después se plantean las cuestiones de la ejecución y la organización situacional. La *capacidad de aprendizaje motor* se basa sobre todo en los mecanismos de la recepción, el procesamiento y el almacenamiento de la información. De acuerdo con esto, el papel protagonista corresponde a los procesos *perceptivos* (analizadores), *cognitivos* (evaluadores/clasificadores) y *mnémicos* (procesos dependientes de la memoria, basados en rendimientos de síntesis neurofisiológica, cf. /Weineck, 1983, 32).

La *capacidad de regulación motora* se basa sobre todo en componentes coordinativos de la capacidad de diferenciación cinestésica,

de la capacidad de orientación espacial y de la capacidad de equilibrio.

La *capacidad de adaptación y reubicación motoras* presenta una marcada dependencia no sólo de la capacidad de aprendizaje motor, sino también de la capacidad de regulación motora; una adaptación óptima a los cambios de situación sólo resulta posible cuando, por una parte, se dispone de una experiencia motora suficiente, esto es, una base comparativa suficiente sobre los procesos de aprendizaje, y cuando, por otra, el proceso de adaptación se conduce con una precisión suficiente para llegar a una solución motora satisfactoria (reacción ante las exigencias del entorno). La *capacidad de adaptación y reubicación motoras* además en gran medida de la capacidad de reacción, de la capacidad de equilibrio, de la capacidad de orientación espacial y de la capacidad de diferenciación cinestésica. (Página 484, 485).

2.1.4.5.5.-Importancia de los factores de rendimiento físicos para las capacidades coordinativas

Weineck, J. (2005). Las capacidades coordinativas no son imaginables sin los factores físicos del rendimiento: fuerza, velocidad, resistencia y movilidad, y su engranaje complejo en la realización del movimiento. Por ello, en el rendimiento deportivo sólo resultan eficaces en interacción con estas capacidades físicas (cf. Hirtz, 1976, 383). Inversamente, las capacidades coordinativas son indispensables para el asentamiento y el desarrollo de las capacidades físicas, pues permiten adquirir las destrezas deportivas necesarias en el proceso de la formación y el desarrollo corporales (ampliación de los contenidos de entrenamiento) (cf. Gropler/Thiess, 1973, 513).

Los factores de rendimiento físicos o formas principales de trabajo motor influyen en diferente medida sobre el nivel de las capacidades coordinativas. Se necesita un grado mínimo de fuerza para permitir un movimiento ágil. Se necesita un alto grado de *velocidad de movimiento* si

se quiere disponer de capacidad –inherente a la agilidad– de resolución motora rápida de la situación.

Asimismo, las capacidades coordinativas deben fundamentarse un cierto grado de *movilidad*, para disponer, en la organización espacial de un movimiento (p. ej., un movimiento de esquivar), de un mayor campo de operación (movimientos con mayor o menor amplitud) y para adaptarse mejor a las necesidades de cambio espacial. Finalmente, la *resistencia* es también un componente necesario de la agilidad, pues una fatiga psicofísica precoz influye, a través de los mecanismos reguladores del sistema nervioso central, negativamente sobre la exactitud de los movimientos; pensemos en la mayor frecuencia de lesiones, en juegos deportivos, hacia el final del período de juego, momento en el que la fatiga creciente y el consiguiente descenso de la agilidad son causa frecuente de lesiones innecesarias. (Página 486).

2.1.4.5.6.-Importancia

Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. y Rost, K. (2004). Las capacidades coordinativas bien desarrolladas son condiciones previas para el aprendizaje, perfeccionamiento, estabilización, variación y práctica de las habilidades deportivomotoras, de las técnicas deportivas, de su correcta aplicación y del aprovechamiento de las capacidades físicas. Esta relación se ha demostrado en muy diversos experimentos. Además, se ha demostrado que las capacidades coordinativas que están bien desarrolladas influyen positivamente en la diferenciación de parámetros espaciotemporales de fuerza, en la contracción y relajación de musculatura, y en la velocidad y la precisión de los procesos de aprendizaje de las habilidades deportivomotoras y de las técnicas deportivas (Niklisch y Zimmermann, 1981, pag.796; Bottcher, 1983, pag.80).

En el entrenamiento técnico, el desarrollo de las capacidades

coordinativas y, con ello, de las experiencias de movimiento existentes, sigue los principios *del juego de construcción*, puesto que las nuevas habilidades de las técnicas específicas de las disciplinas deportivas se adquieren basándose en el nivel de las capacidades coordinativas y se aplican según la situación. (Página 83).

Su destacada importancia dentro del concepto-objetivo-contenido del entrenamiento infantojuvenil está caracterizada según Hirtz (1994, pág. 125 y ss.), Roth y Winter (1994, pág. 192) con los siguientes puntos:

- **Las capacidades coordinativas pertenecen** principalmente al ser humano y garantizan la superación de las exigencias de coordinación cotidianas y del trabajo, así como la *capacitación general para el aprendizaje de la disponibilidad motora*. (Página 84).

- Tienen **efectos reguladores** sobre el aprendizaje motor, sobre la apropiación de las acciones combinadas motoras y la adquisición de las habilidades deportivomotoras, ya que en los procesos de aprendizaje se puede recurrir a las *cualidades de desarrollo* determinadas y generalizadas *de las capacidades de coordinación*.

- Esto se expresa principalmente mediante la **velocidad** y la **exactitud** en la *adquisición de las habilidades motoras*, así como en su constancia (estabilidad, predisposición al error).

- Las capacidades coordinativas bien desarrolladas tienen también una considerable influencia sobre el agotamiento del **potencial de las condiciones de rendimiento organicoenergéticas**.

- Determinan en gran medida la armonización en **procesos de enlace** de *dinámica* y *ritmo* del movimiento, sobre todo en diferentes *situaciones de práctica*. (Página 85).

Alcanzando un buen desarrollo la persona adquiere mayor facilidad

para desempeñarse en las actividades cotidianas y específicamente en el campo del deporte ya que este factor es determinante en la comprensión y asimilación práctica e intelectual, facilitando así el descubrimiento y ejecución de habilidades y técnicas específicas del deporte practicado. (Edison Anrrango).

2.1.4.5.7.-Modelo de estructuración

Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C. y Rost, K. (2004). El hecho de destacar la complejidad de las características de las capacidades coordinativas se debe tanto a razones prácticas del entrenamiento como a razones de elaboración teórica (de modelos): así, *en primer lugar* se seleccionan las estructuras visibles y se construye un modelo. En *segundo lugar*, resultan las orientaciones hacia un objetivo para el entrenamiento de las capacidades coordinativas. Y en *tercer lugar*, y si el modelo estructural consigue diferenciar características, pueden diagnosticarse también las capacidades coordinativas. Los modelos estructurales y las relaciones de interdependencia entre éstos son explicados brevemente a continuación: según una consideración fenomenológica, Blume y Zimmermann (1987, pág. 242 y ss.) suponen ciertas características mediante las cuales pueden distinguirse el control del movimiento de los procesos de movimiento deportivos. Parten de la determinación de siete capacidades coordinativas: *capacidad de diferenciación, capacidad de reacción, capacidad de equilibrio, capacidad de orientación, capacidad de ritmo, capacidad de enlace y capacidad de cambio*. Hirtz (1985), entre otros, redujo todavía más estas capacidades-a fin de simplificarlas para el deporte escolar-llegando al modelo de las cinco **capacidades coordinativas fundamentales**.



Gráfico N° 2. Modelo de estructuración.

- La capacidad de reacción
- La capacidad de equilibrio
- La capacidad de orientación
- La capacidad de ritmo
- La capacidad de diferenciación

La capacidad de reacción es la realización de movimientos breves en respuesta a estímulos.

La capacidad de equilibrio entendemos por equilibrio la capacidad de mantener una o más posturas, o de recuperarlas una vez perdidas, en contra de cuantas fuerzas exógenas puedan incidir sobre nuestro cuerpo, así pues, el equilibrio está íntimamente relacionado con el control tónico-postural. El equilibrio se manifiesta en dos formas diferentes:

Equilibrio estático

Se puede definir como la capacidad de mantener el cuerpo en una posición determinada en contra de la ley de gravedad y sin desplazarse.

Equilibrio dinámico

Se puede definir como la capacidad de mantener el cuerpo en una posición estable cuando se realiza desplazamientos contrarrestando la ley de gravedad. (Página 85, 137, 138)

La capacidad de orientación determina los cambios de posición del cuerpo en el espacio y en el tiempo y por ello constituye la capacidad para orientarse y anticiparse espaciotemporalmente.

La orientación espacial la orientación espacial es la actitud para mantener la localización del propio cuerpo tanto en función de la posición de los objetos en el espacio como para referenciar dichos objetivos en función de la posición que ocupamos.

La capacidad de diferenciación posibilita lograr la armonización exacta de cada una de las fases del movimiento y diferenciar con precisión entre parámetros de fuerza, espaciales y temporales dentro de la ejecución de un movimiento. (Página 86)

La capacidad de ritmo comprende el registro, almacenamiento y representación de las estructuras dinamicotemporales dadas o intrínsecas al movimiento mismo.

La orientación temporal la lateralidad es a la orientación espacial lo que el ritmo es a la orientación temporal. En efecto, la orientación espacial se realiza en función de la lateralidad que imprime el propio cuerpo, mientras que la orientación temporal de las diversas secuencias del movimiento viene representada por el ritmo. (Página 188, 189)

2.1.4.6.-Las capacidades coordinativas y la movilidad

Meinel, K. y Schnabel, G. (2004). Lo importante es seleccionar, dentro del cumulo de cualidades que determinan el rendimiento deportivo actuando en complejo, aquellas cualidades relacionadas primeramente a los procesos de conducción y regulación, y que están condicionadas fundamentalmente por estos. Estas son las capacidades coordinativas. De acuerdo a una proposición de GUNDLACH las capacidades motoras (o físicas) se dividen en capacidades de la condición física y capacidades coordinativas. Las capacidades de la condición están determinadas preponderantemente por procesos energéticos, y las coordinativas por los procesos de la conducción y regulación motriz. O sea por procesos informativos: por lo tanto. Las cualidades fuerza, resistencia y velocidad se encuentran entre las capacidades de la condición física. (Página 258).

Por lo que, en conclusión se debe comprender que, en el campo de la educación escolar específicamente en el área de la educación física, se hace necesario y fundamental el conocimiento y función de las capacidades coordinativas, ya que estas son parte esencial del desarrollo armónico de los niños. (Edison Anrrango).

Es necesario tener en cuenta que estas capacidades dependen directamente del sistema nervioso central y dependen de él y se dividen en dos grupos:

Generales o básicas:

Adaptación y cambio motriz

Regulación del movimiento

Especiales:

Se simplifican en cinco para un mejor estudio y desarrollo en edades

escolares:

- Orientación
- Reacción
- Ritmo
- Equilibrio
- Diferenciación

Capacidad de Orientación: determinan y modifican la posición y dirección de los movimientos corporales en relación al espacio y al tiempo.

Capacidad de Reacción: es la realización de movimientos en el menor tiempo posible en respuesta a un estímulo.

La capacidad de ritmo comprende el registro de captar, de memorizar y de ejecutar el ritmo temporal-dinámico de una acción motora.

Capacidad de Equilibrio: puede ser dinámico o estático, y se entiende el control, mantenimiento y recuperación del equilibrio en situaciones cambiantes.

Capacidad de Diferenciación: comprende la posibilidad de realizar una acción con una medida adecuada de fuerza, tiempo y espacio. Por lo anteriormente expuesto es ciertamente conocido que el desarrollo de las capacidades coordinativas no solo es bueno para las técnicas deportivas sino para el desarrollo pleno y global del aspecto físico e intelectual del niño. (Edison Anrrango).

2.1.5.- INICIACIÓN AL FÚTBOL

EL FÚTBOL

Timón, L. y Hormigo, F. (2010). “Más aún que el rey de los deportes, el fútbol es el rey de los juegos. Los grandes juegos del hombre son juegos de una pelota, ya sea el tenis, el frontón o el billar. la pelota es en la vida lo que mejor se escapa a las leyes de la vida. Sobre la tierra tienes la extraterritorialidad de un bólido provisionalmente domesticado. Además de su propio principio, el del rebote, el de la independencia, el equipo da a la pelota el motor de once malicias y once imaginaciones.” (Jean Giradox). (Página 16)

Uno de los juegos que ha venido acaparando gran aceptación dentro de los juegos que invento el hombre ha sido el fútbol, que desde sus inicios hasta la actualidad a fascinado a grandes y pequeños tal es así que se ha convertido en el rey de los deportes. Desde la historia, el ser humano ha venido presentando una serie de necesidades, entre ellas de carácter lúdico, sintiendo una ansiedad de jugar la cual queda totalmente cubierta con este juego, El fútbol ofrece una satisfacción personal ya que posee una extensa gama de características que lo hacen ser el más popular. (Edison Anrrango).

2.1.5.1.-La escuela de iniciación al fútbol

Wein, H.(2007).Una “Escuela de Iniciación al Fútbol” tiene el importante objetivo de fomentar e interesar a niños de 6 a 8 años de edad en la práctica del futbol en un periodo trascendental de su formación psico-física; siendo un complemento de las actividades escolares con una finalidad eminentemente formativa y social, de acuerdo con el crecimiento sano y armónico de los niños. (Página 32)

El futbol por ser uno de los deportes más populares desde su historia hasta la presente época, en todas sus dimensiones sociales, se ha convertido en una forma de satisfacción personal, y muchos han visto en

él una manera de salir adelante económicamente ya que el fútbol se ha convertido en un gran movimiento económico que mueve grandes masas, tal es así que en la mayoría ciudades existe una escuela de futbol, la que se encarga de formar a los futuros futbolistas, y en quien muchos padres ven una de las mejores maneras de que sus hijos crezcan en un ambiente sumido en el deporte. La escuela de fútbol, es la encargada de inculcar en los niños el conocimiento básico necesario de la esencia misma del fútbol, entre ellos están el inicio hacia unos fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios los cuales serán perfeccionados con el pasar de los años, acompañados de una formación en valores humanistas que complementen su formación. (Edison Anrrango).

2.1.5.2.-El Fútbol y la Educación Integral

Timón, L. y Hormigo, F. (2010). El fútbol, en cualquiera de sus formas, ya sea como deporte o bien como un simple juego, es un medio importantísimo para la **educación integral** de los jóvenes y niños. Ya sea en un partido de competición, en un amistoso, en un entrenamiento, en las charlas que el entrenador/a les da a los niños/as antes de salir a jugar, en las reuniones de los técnicos/as con los padres y madres,...en cualquier momento podemos, además de enseñar aspectos técnicos y tácticos específicos, conseguir un desarrollo motor óptimo, adecuadas relaciones sociales y un correcto desarrollo emocional o cognitivo. (Página 35)

El Fútbol, como deporte en su etapa de formación no solo ofrece una extensa gama de características deportivas, sino además cuenta con un amplio contenido de actividades que estimulan e implantan apropiados lazos sociales. (Edison Anrrango).

Uno de ellos como ya lo hemos venido mencionando en anteriores ocasiones es el de los valores uno de tipo social, que favorece y garantiza de cierta manera la formación de personas con una actitud humana, y otro

de tipo personal, que establece en ellos valores como la responsabilidad, factor que es determinante en cada actividad sea esta en el deporte o en la vida diaria. (Edison Anrrango).

Mediante la correcta aplicación de actividades en el proceso de formación queda garantizado que estaremos cultivando personas con un mejor conocimiento físico e intelectual que contribuye a mejorar la calidad de vida social y personal. (Edison Anrrango).

2.1.6.-LA INICIACIÓN DEPORTIVA

Contreras, J. y Onofre, R. (2009). Existen dos posibilidades de acercarnos al concepto de iniciación deportiva, desde el punto de vista estricto en donde tan sólo tiene cabida la consideración de la actividad que nos proponemos definir, o bien, desde una óptica más amplia que tiene en cuenta su carácter en relación a aspectos más extensos y globales como es el fenómeno educativo.

Desde el punto de vista estricto Sánchez Bañuelos hace una aproximación al concepto de una manera negativa, así indica “un individuo no está iniciado hasta que no es capaz de tener una operatividad básica, sobre el conjunto global de la actividad deportiva, en la situación real de juego o competición”, lo que a sensu contrario habrá de significar que la iniciación deportiva va dirigida a conseguir ese estado. Ahora bien, ¿Qué es la operatividad básica?, ¿en qué consiste?, parece que nos hallamos ante una idea indeterminada, pues no es fácil deducir de su enunciado cuales son los aspectos o elementos que la integran.

La definición de iniciación deportiva adquiere una mayor concentración con Hernández Moreno al describirla como “proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento

y capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento”, así pues, parece que la operatividad práctica a la que hacía referencia Sánchez Bañuelos supone conocimiento y capacidad de ejecución práctica de un deporte, si bien, añade que se trata de un proceso de enseñanza-aprendizaje cuyo resultado habrá de ser el mencionado. Se deduce, en consecuencia, que la iniciación deportiva es precisamente el indicado proceso de enseñanza-aprendizaje. Así parece concebirla también Blázquez para quien es “el período en que el niño empieza a aprender de forma específica la práctica de uno o varios deportes”. (Página 221)

Mediante lo antes señalado, se puede llegar a una conclusión y decir que la iniciación deportiva es un proceso de enseñanza-aprendizaje mediante el cual el individuo adquiere los conocimientos necesarios para la puesta en práctica de los gestos técnicos y tácticos propios del deporte. (Edison Anrrango).

En este proceso de enseñanza-aprendizaje, el alumno debe evolucionar a un proceso en donde va a ir aprendiendo y desarrollando variados contenidos de carácter físicos, psicológicos e intelectuales adaptados a sus características y necesidades. De esa manera podrá ir progresando en el deporte de una manera secuencial y pedagógica. La iniciación deportiva puede ser considerada como una especie de evolución del juego en donde el aspecto motriz se ve más exigido debido a la aparición de las reglas de juego. (Edison Anrrango).

Desde el punto de vista educativo, la iniciación deportiva por su estrecha relación con la Educación Física, propone además un proceso de aprendizaje enfocado al aspecto social de individuo en el que encontrara contenidos no solo conceptuales y procedimentales, sino además contenidos actitudinales, ya que la construcción de valores en el

proceso de formación deportiva del ser humano juega un papel preponderante. (Edison Anrrango).

El propósito global de la Iniciación Deportiva basado además en una construcción actitudinal, es el de preparar al individuo para la asimilación, comprensión y puesta en práctica de las habilidades que exige el deporte, de esta manera ofrece contenidos que estimulen el desarrollo de sus destrezas motoras las que serán determinantes en su carrera como deportista. En efecto, los contenidos actitudinales como los deportivos, contribuyen en la formación del individuo ya que los dos están orientados hacia un fin en común que es el de formar deportistas con calidad humana. (Edison Anrrango).

2.1.6.1.-Los modelos de iniciación deportiva

Contreras, J. y Onofre, R. (2009).La estructuración del proceso de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva se ha venido decantado históricamente de acuerdo a los fines que dicho proceso perseguía, por lo que desde el punto de vista didáctico conviene conocer las grandes líneas por las que han ido evolucionando los modelos dominantes y a que objetivos sirven, así podemos distinguir. (Página 223)

Existen, dentro del proceso de iniciación deportiva diferentes modelos de enseñanza-aprendizaje, los cuales han venido incidiendo en el aprendizaje de los alumnos ya que cada uno de ellos es un mundo diferente, por lo que tienden a poseer diferentes características y por ende diferentes necesidades, las cuales deben ser descubiertas y comprendidas por parte de quienes están a cargo de su formación. (Edison Anrrango).

Dentro de la iniciación deportiva, se encuentran las fases o etapas, entre las que muchos destacar las siguientes:

Etapa de inicio o básica: en donde la prioridad es el desarrollo de las habilidades y destrezas motoras las que servirán de base para asimilar posteriores conocimientos.

Etapa de toma de contacto con la práctica deportiva: su labor es inculcar en el alumno los primeros conocimientos tanto físicos como intelectuales del deporte de manera generalizada.

Etapa de desarrollo: se centraliza en ampliar los conocimientos iniciales de manera más específica.

Etapa de perfeccionamiento: es aquí donde se complementa su aprendizaje, mediante la especialización de la técnica y táctica deportiva. (Edison Anrrango).

2.1.6.1.1.-El modelo técnico o tradicional

Contreras, J. y Onofre, R. (2009). El pensamiento científico-técnico dominante en la sociedad industrial ha extendido su influjo también, como no podía ser menos, al fenómeno cultural del deporte, aún de aquel deporte más comprometido con la educación desde la práctica escolar. Así, el modelo de enseñanza por objetivos basado en una concepción tecnológica de la enseñanza o el auge de la psicología conductista no son más que caras de la moneda que enfoca la iniciación deportiva desde la consideración del aprendiz como un sujeto pasivo que registra mecánicamente las informaciones y aprendizajes que le son suministrados, consideración propia de los modelos tradicionales o técnicos. (Página 223).

Dentro de los modelos de enseñanza-aprendizaje, existe un modelo que basa su accionar en un método muy usual, este es conocido como modelo tradicional, en donde el método y contenido de la enseñanza en cierta manera se confunden con la imitación del buen ejemplo y del ideal

planteado como modelo, cuya personificación más próxima se ostenta en el maestro. En este modelo, el alumno es considerado una especie de receptor, en donde el maestro pasa a ser el transmisor de su conocimiento de la misma manera que fue implantado en él, lo que de cierta forma hace que limite ciertas características en el niño como la imaginación y la creatividad, que de manera involuntaria influirá en etapas posteriores del deportista. (Edison Anrrango).

2.1.6.1.2.-Modelos alternativos en la iniciación deportiva

Contreras, J. y Onofre, R. (2009). Los modelos alternativos de la enseñanza de los juegos deportivos están basados en la focalización de dicha enseñanza en la táctica en lugar de en la técnica que había sido el elemento central de los modelos tradicionales. Dichos modelos tienen su antecedente en los trabajos de los alemanes Mahlo y Dobler basados en la idea de la existencia de unos principios técnicos-tácticos generales a varios deportes para cuyo aprendizaje se servían como recurso metodológico de los denominados *juegos pequeños*. (Página 225).

En la actualidad existen variados modelos de aplicación en iniciación deportiva, uno de ellos es el modelo alternativo, su objetivo es facilitar y mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje, en ellos predomina una construcción del conocimiento basada en la participación del alumno, quien descubre por sí mismo nuevos y diferentes conocimientos, en donde el maestro es considerado como un guía dentro de este proceso dando mayor libertad a la creatividad e imaginación la cual debe estar presente en esta etapa, para que de esa manera el alumno desarrolle la capacidad para tomar sus propias decisiones. (Edison Anrrango).

Su accionar se centra en el progreso realizado por parte del alumno y el esfuerzo puesto en juego. De esta forma, el alumno se enfoca en el dominio y progreso de sus actividades. Estos logros representan en él una motivación y una demostración de su capacidad. (Edison Anrrango).

2.1.7-EL JUEGO

2.1.7.1.-El juego como herramienta de aprendizaje

Fusté, X. (2009). Dentro de un proceso de aprendizaje, el juego debe permitir el desarrollo de una serie de capacidades para que cumpla con la función que le queremos asignar. En el siguiente esquema se observa cuáles son estas capacidades.

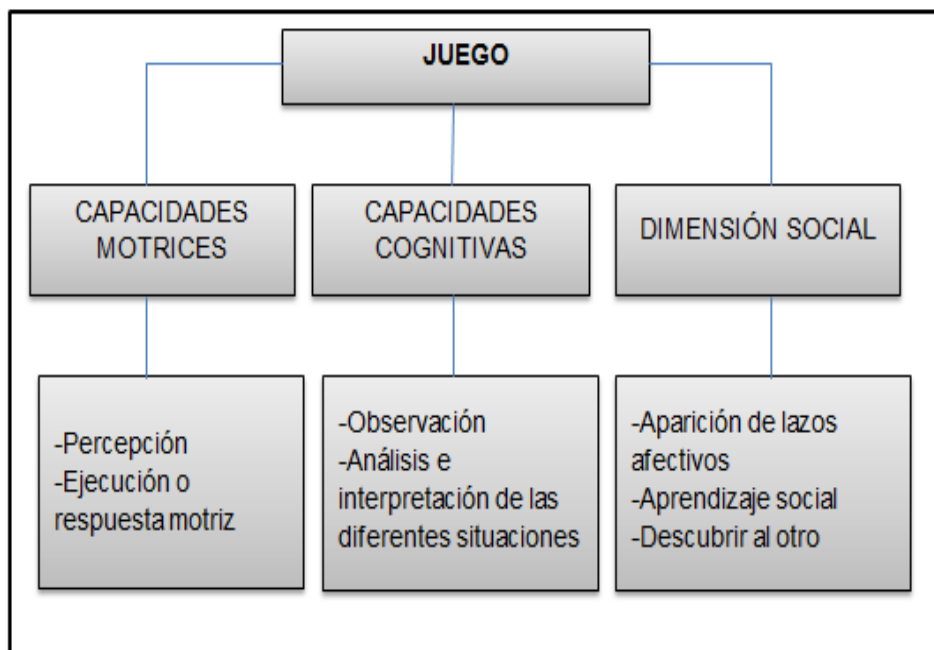


Gráfico N° 3. Juego.

El juego deportivo actúa en cada uno de estos tres campos, haciendo especial énfasis en aquellos aspectos tanto motrices, como cognitivos y sociales, que se hallan presentes en los deportes colectivos. (Página 9, 10)

De esta manera podríamos definir al juego como la actividad número uno en el niño ya que por medio de él podemos desarrollar aspectos muy importantes uno de ellos es lo corporal ya que permite una manifestación personal de manera espontánea y natural, otro aspecto a desarrollar es el de los valores que favorece e incentiva a la práctica de lazos afectivos, a la creatividad, a la automotivación, a mejorar la capacidad de superación,

etc., aspectos que son primordiales en la etapa de su formación y que se puede encontrar dentro del juego. (Edison Anrrango).

2.1.7.2.-La perspectiva de los juegos deportivos desde la acción motriz

Martínez de Aldama, I., Cayero, R., Calleja, J. (2012). Tomado como referencias principales los trabajos de Lagardera y Lavega (2003) Y Parlebas (2001), se pretende estudiar las acciones motrices que emergen en las acciones deportivas y lúdicas, como consecuencia de las relaciones que se establecen entre los participantes. Cada juego es tomado como un sistema de relaciones internas que deriva en cuatro tipos o familias de situaciones motrices, que se denominan dominios de acción motriz. Cada dominio conlleva un tipo de relaciones que orientan al jugador a una serie de conductas motrices, que pueden ser estudiadas y analizadas desde diversas perspectivas. Estos dominios aplicados a juegos deportivos conllevarían lo siguiente: a) Juegos psicomotores en los cuales el protagonista interviene sin tener ningún adversario que lo perjudique o compañero que le ayude en la realización de acciones motrices; b) Juegos de cooperación, en los cuales diferentes protagonistas tienen que ayudarse para superar un objetivo común; c) Juegos de oposición en los que los protagonistas se enfrentan a uno o más adversarios para conseguir su objetivo, y d) Juegos de cooperación y oposición, en los cuales varios jugadores que forman parte de un equipo, deben superar a otros adversarios, organizados también en equipos. (Página 162, 163)

Cada juego tiene su importancia ya que permite un desarrollo a nivel motriz, para ello existen diferentes tipos de juegos con un objetivo en común que es el de fomentar aspectos positivos de carácter social y deportivo.

Dentro del contexto social, estimulan la formación de personas con un

alto grado de calidad humana y dentro del contexto deportivo sirven de base para cultivar deportistas con un alto grado de excelencia. (Edison Anrrango).

2.1.8.-JUEGOS PREDEPORTIVOS

Méndez, Giménez, A. (2009). Navarro (1993) define los juegos predeportivos como actividades lúdicas que suponen la adaptación de otros de mayor complejidad estructural y funcional –*los deportes*- con los que comparten algún tipo de afinidad o paralelismo. Sirven, por tanto, de puente en la etapa de iniciación deportiva entre el juego más libre y el deporte, si bien muchas de estas actividades lúdicas también se utilizan en el estadio deportivo como actividades de calentamiento, de refuerzo o de predisposición a la competición. (Página 123)

Los juegos predeportivos son necesarios para introducirse en un deporte en específico, y se caracterizan por sus contenidos, los mismos que sirven de base para el aprendizaje de nuevas habilidades deportivas.

Sus características permiten la progresión del contenido de aprendizaje ya que por medio de ellos se van afianzando las reglas de juego lo que permite que el niño adquiera nuevos conocimiento, respete las normas implantadas y haga prevalecer los intereses grupales por encima de los personales. (Edison Anrrango).

2.1.8.1.-Función de los juegos predeportivos en los modelos de enseñanza deportiva

Méndez, Giménez, A. (2009). Diferentes teorías del aprendizaje han avalado y argumentado el uso de métodos y técnicas de enseñanza u otros que se concretan en la propuesta de distintos tipos de tareas para

introducir la práctica deportiva, ya sea en forma de ejercicios, formas jugadas, juegos modificados o mini deportes.

Por otro lado, las teorías asociacionistas sustentan el modelo tradicional, basado fundamentalmente en la enseñanza de las habilidades deportivas como paso previo al aprendizaje de los fundamentos tácticos y al desarrollo del juego en situación real; por otro lado, las teorías cognitivas respaldan los modelos alternativos, fundamentados en la enseñanza de los principios tácticos comunes antes de abordar los aspectos técnicos. (Página 123).

En el ámbito de la enseñanza deportiva, los juegos predeportivos ocupan una parte esencial en la formación y los modelos de enseñanza juegan un papel muy importante a la hora de aplicarlos, por eso que existen modelos de enseñanza tradicional, en donde predomina principalmente la enseñanza de los fundamentos técnicos mediante ejercicios repetitivos en lugar de una comprensión de la esencia misma del juego y existen los modelos alternativos de enseñanza, en donde se da mayor importancia al juego predeportivo como uno de los recursos metodológicos en el proceso de enseñanza-aprendizaje, de hecho a la hora de aplicarlos debemos tener en cuenta las necesidades de los niños ya que cada niño es un mundo diferente y de ser necesario se utilizara los diferentes modelos de enseñanza. (Edison Anrrango).

2.1.8.2.-Características de los Juegos Predeportivos

Martínez, E. y Serrano, A. (2010). Este tipo de juegos nos ofrecen una serie de particularidades, que los convierten en una actividad física alternativa con los siguientes atributos:

- Las reglas pueden ser creadas y/o adaptadas por los propios participantes.

- El “jugar con los demás” es más importante que el “jugar contra los demás”.
- Se practica libre y espontáneamente.
- Lo importante es participar, dejando en un segundo plano la competición.
- Fomenta la imaginación del participante, mediante la improvisación y la adaptación de las reglas de juego, los materiales y la instalación. (Página 54).

Mediante los juegos predeportivos, se logra una serie de factores positivos que favorecen la formación deportiva, esto debido a una serie de características que ellos nos ofrecen. (Edison Anrrango).

La mayoría de los juegos deberán estar guiados a conseguir una adaptación y familiarización con los elementos que posteriormente conformaran el deporte, en donde no interesa que exista una gran progresión en el aspecto técnico, en el que los juegos no deben resultar aburridos y deben estar enfocados a contenidos enlazados a la parte básica de las tareas motrices incrementando la imaginación de los niños. (Edison Anrrango).

2.1.9.-JUEGOS DEPORTIVOS

2.1.9.1.-Concepto de Deporte

Gispert, C.(2010). El deporte (y/o actividades deportivas) es, en opinión de José María Cagigal, una “diversión liberal, espontánea, desinteresada expansión del espíritu y el cuerpo, generalmente en forma de lucha, por medio de ejercicios físicos más o menos sometidos a reglas”. En esta definición aparecen como rasgos diferenciales del deporte los conceptos

de *ejercicio físico, competición y reglas*. (Página 17)

Como indica lo antes expuesto, el deporte es considerado como toda actividad física e intelectual habitualmente de carácter competitivo, dentro de normas y disciplinas establecidas, que mejora la condición física y psíquica de quienes lo practican. Además, el deporte contribuye significativamente a mejorar la calidad de vida ya que posee cualidades de manera recreativa y de libre expresión. (Edison Anrrango).

2.1.9.2.-La educación física y el deporte

Dávila, M. (2012).La educación física escolar inaugura una orientación pedagógica: el deporte escolar, con la finalidad de educar y canalizar el agón: “Significa competición, confrontación, encuentro entre iguales, aunque la igualdad de oportunidades haya sido creada artificialmente” (Caillois, 1986) (Página 21)

La Educación Física, basa su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de movimientos físicos adecuados para estimular el desarrollo motriz, con el fin de contribuir con una formación armónica e integral logrando hábitos encaminados a mejorar la calidad y estilo de vida. En el ámbito escolar, la Educación Física ofrece diferentes actividades de manera educativa, recreativa y deportiva para así fomentar el desarrollo de destrezas motoras, afectivas e intelectuales. Por su relación con el deporte la educación física, busca desarrollar en los escolares habilidades motoras básicas y necesarias las cuales serán aplicadas y perfeccionadas en el proceso de formación deportiva. (Edison Anrrango).

2.1.9.3.-Deporte educativo-formativo

Blázquez, D. (2010).Pero... realmente ¿es el deporte una actividad

educativa? En una sociedad súper competitiva, el deporte que es esencialmente competitivo ¿no favorece aún más unos extremismos de conducta que acentúan ese competitivismo? Los convencidos de que la educación física debe utilizar como medio para formar, entre otros, las prácticas sociales, sustentamos que el deporte no es una panacea pedagógica, pero si un instrumento válido si está en manos de un buen educador; un deporte bien enfocado es una práctica humana rica y llena de plasticidad; y este tipo de conductas constituyen un campo fértil para la construcción educativa. (Página 84)

El juego deportivo, por su valor educativo radica en apoyar el desarrollo integral del niño, viviendo una extensa gama de actividades que complementan su formación física e intelectual. Dando paso además a una formación educativa de manera social por medio de los valores que ofrece al practicarlos. (Edison Anrrango).

2.1.9.4.-El deporte como formador del ser humano.

Pilataxi, J. (2011). Si los programas de cultura física son parte del proceso de enseñanza y a la vez contribuyen a la formación integral de los niños, el deporte es el soporte para completar dicho proceso. Para que sea el deporte un verdadero formador del ser humano, no solo depende de la educación escolar, sino están inmersos el individuo, el estado, la familia y la sociedad en general. Mediante el deporte el individuo puede formar su carácter, ser más responsable, ser solidario, ser más transparente consigo mismo y con los demás. El deporte le da sensaciones de placer, de felicidad, de frustración de libertad, en si un conjunto de valores, los cuales le servirán para hacer su PROYECTO DE VIDA y por consiguiente debe tener una filosofía de vida, y el hacer deporte es una FILOSOFIA DE VIDA. Jorge Enrique Adoum, en su libro Ecuador: señas particulares, manifiesta: “estamos hambrientos de héroes que actúen como modelos, como norma de acción, como ética en carne y hueso”, pag.76. Y el deporte nos da esa posibilidad de no estar buscando

héroes, sino convertimos en nuestros propios héroes. He visto hombres y mujeres que comienzan hacer deporte a partir de los 40 años y llegan a ganar en algún momento una competencia. En ese momento se convierten en héroes para ellos mismos y para los que les rodean. Se imaginan si hubieran comenzado décadas atrás. (Página 65).

Como lo indica anteriormente en el texto el deporte mediante su correcta formación y práctica puede contribuir en la persona a formar una filosofía de vida, debido a la responsabilidad que implica practicarlo. Debido a que la práctica del deporte independientemente de cual sea, demanda una responsabilidad de tipo social, al practicarlo también se está formando en ellos su carácter y disciplina, factor que contribuye a mejorar su calidad de vida y de la sociedad actual. (Edison Anrrango).

2.1.9.5.-Higiene y deporte en la edad infantil

Sans Torrelles, A. y Frattarola Alcaraz, C. (2009). Entendemos por higiene deportiva la correcta regulación de una serie de hábitos que permitirán que la salud en el niño que hace deporte sea óptima y que de alguna manera nos va ayudar en lo posible a evitar la mayor cantidad de lesiones y enfermedades.

El concepto de higiene deportiva nos va a abarcar desde la nutrición, la ducha, los hábitos de sueño, etc., hasta el calzado y cuidado del aseo tanto personal como material. (Página 342)

Uno de los aspectos a tener en cuenta en el proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte, principalmente en la etapa escolar es el de la higiene corporal la que incluye un conjunto de hábitos destinados a mantener una correcta limpieza del cuerpo ya que si no se tiene especial énfasis puede traer consigo la aparición de una serie de enfermedades. (Edison Anrrango).

2.1.9.6.-Deporte y competencia

Jackson, S. y Csikszentmihalyi, M. (2010). El deporte genera preciosas oportunidades para demostrar las habilidades personales, y una vía paralela de desarrollo continuo a través de muchos niveles de logro. La mayoría de personas están motivadas para demostrar que son competentes, y muchos encuentran en el deporte las mejores oportunidades para construir sus habilidades y lucirlas. Equiparar las destrezas con los desafíos apropiados es divertido, y el deporte genera excelentes oportunidades para ampliar tales niveles a nuevas cotas. (Página 200)

Como se ha señalado anteriormente, el deporte por sus extensas cualidades brinda muchos beneficios y uno de ellos es la competencia, que es considerada por muchos como un impulso o necesidad de superación que está profundamente atada a la sobrevivencia y a las tendencias de dominio que posee el ser humano. Dicho impulso se presenta en el transcurso de la vida de manera temprana y es posible de palparlo en la infancia a través del juego. (Edison Anrrango).

En la niñez al competir ya sea desde los juegos o los deportes adaptados a sus necesidades y posibilidades, van gradualmente desarrollando habilidades físicas, psicológicas e intelectuales las que consecutivamente serán de beneficio en su vida diaria. (Edison Anrrango).

2.1.9.7.-La competición

Cantarero, L. (2013).La competición debe ser un complemento del entrenamiento en el proceso formativo del jugador, no un obstáculo (Wein, 2002). Es una experiencia muy importante para cada jugador y los que suceda en ella tendrá una enorme influencia en sus valores, creencias, actitudes, expectativas, emociones, comportamientos, decisiones y en su futuro.

La competición en el nivel de iniciación es buena cuando se le da más importancia a la realización que al resultado. Entre otras cosas, la competición bien diseñada ayuda a

- Aprender a trabajar en equipo.
- Comportarse con deportividad.
- Cumplir las reglas de juego.
- Respetar a compañeros, adversarios. árbitros, público, etc.
- Esforzarse al máximo.
- Tolerar la frustración.
- Hacer gestos técnicos y resolver situaciones tácticas que se han entrenado y que, si se quiere llegar a un nivel alto, es necesario realizar la mayor cantidad de veces en situaciones reales de competición.
- Fomentar la toma de decisiones, ser creativos.
- Tolerar el fallo; cometer errores sin ser sancionados por intentar hacer lo entrenado es fundamental, reciben *feedback*. Aprenderán de sus errores.
- ¡A divertirse!(Página 338,339)

La competición juega un papel muy importante tanto en el deporte como en la etapa formativa del niño y es un aspecto a tener muy en cuenta por lo que puede generar. (Edison Anrrango).

Competir es una actividad que abarca muchos componentes pero no todos son beneficiosos si tomamos en cuenta que estamos trabajando en

una etapa de formación educativa, por lo que dependerá de forma positiva o no en que la competencia se convierta en un aspecto favorable. No debemos olvidar que, la competitividad comienza desde muy temprano y surge a la par con el juego, debido a que el deseo de competir es considerado por algunos como una tendencia propia del ser humano que es innata y surge por instinto, de ahí que aparece el deseo de triunfar y destacarse ante los demás. Por otro lado debemos tener en cuenta que el niño en su afán de ser mejor está expuesto a situaciones que pueden obligarlo a adoptar conductas inadecuadas las mismas que pueden ir afianzándose, para ello debemos fortalecer el concepto de que existe y se puede practicar la sana competencia y que lo importante en un juego no es el resultado sino lo que se aprenda de él. (Edison Anrrango).

2.2.-Posicionamiento Teórico personal

De acuerdo con lo que se expresa textualmente Horst Wein sobre la escuela de iniciación al fútbol que dice: Una “Escuela de Iniciación al Fútbol” tiene el importante objetivo de fomentar e interesar a niños de 6 a 8 años de edad en la práctica del futbol en un periodo trascendental de su formación psico-física; siendo un complemento de las actividades escolares con una finalidad eminentemente formativa y social, de acuerdo con el crecimiento sano y armónico de los niños.

La conducción pedagógica en la primera fase del proceso de aprendizaje motor debe basarse en las condiciones y necesidades concretas propias de cada caso, entre las cuales se debe mencionar en primera instancia el nivel motor inicial. Si el nivel de desarrollo de las cualidades no es suficientemente alto, entonces se debe realizar primeramente determinados ejercicios preparatorios. Esto atañe especialmente a las capacidades coordinativas cuyo nivel tiene que ser evaluado lo más exactamente posible”, comparto esta idea que será de gran utilidad como sustento teórico para el desarrollo de la investigación.

De acuerdo con lo que se expresa textualmente David Fernández García sobre el pensamiento sociológico de la Educación Física que dice: La educación física, por su proximidad con el deporte escolar, puede asumir la importante misión de promover los valores que el deporte debe desarrollar.

La educación física, a través de sus ejercicios, juegos y deportes, tiene un tremendo potencial tanto para el desarrollo físico como para la personalidad de los alumnos. Las prácticas de educación física pueden crear situaciones que faciliten el desarrollo paralelo del cuerpo, la mente, la autoestima, el sentido ético, numerosas relaciones interpersonales, autonomía y responsabilidad en una atmosfera de disfrute y confianza.

Por todo lo expresado, en relación a la educación física y el deporte como medios para la formación del ser humano como tal, comparto esta idea, que será de gran utilidad como fundamentación y sustento teórico para el desarrollo de la investigación.

2.3.-Glosario de Términos

Capacidad de reacción es la realización de movimientos breves en respuesta a estímulos.

Capacidad de ritmo: se entiende el poder del atleta de captar, de memorizar y de ejecutar el ritmo temporal-dinámico de una acción motora y/o de encontrar la dinámica individual al realizar el gesto motor.

Capacidad: Se denomina capacidad al conjunto de recursos y aptitudes que tiene un individuo para desempeñar una determinada tarea.

Capacidades coordinativas: las capacidades coordinativas son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.

Deporte: Actividad competitiva que se lleva a cabo mediante juegos individualmente o por equipos, según unas reglas establecidas y sin fin utilitario directo.

Destreza: La destreza es la expresión del “saber hacer” en los estudiantes, que caracteriza el dominio de la acción.

Diferenciación: se entiende el poder del atleta de realizar una acción motora con una medida adecuada de fuerza, tiempo y espacio necesaria para cumplir el objetivo de la acción.

Equilibrio: se entiende el poder del atleta de mantener todo el cuerpo en una posición determinada o de recuperarla en caso de disturbios.

Flexibilidad: permite el máximo recorrido de las articulaciones gracias a la elasticidad y extensibilidad de los músculos que se insertan alrededor de cada una de ellas.

Fuerza: consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia.

Habilidad: proviene del término latino habilitas y hace referencia a la maña, el talento, la pericia o la aptitud para desarrollar alguna tarea. La persona hábil, por lo tanto, logra realizar algo con éxito gracias a su destreza.

Iniciación deportiva: Proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte.

Orientación: Es la capacidad para determinar y cambiar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo.

Pre deportivo: es una forma lúdica motora, de tipo intermedio entre el juego y el deporte, que contienen elementos afines a alguna modalidad

deportiva.

Velocidad: es la capacidad de realizar uno o varios gestos, o de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo.

2.4.-Interrogantes de la investigación

¿Qué actividades específicas utilizan los docentes para desarrollar las capacidades coordinativas?

¿Cuáles son las necesidades de los niños para el desarrollo físico motor?

¿Qué tipo de actividades realizan los niños para mejorar la habilidad deportiva?

¿Cómo elaborar la guía metodológica, de actividades para mejorar el proceso de formación deportiva en los niños?

2.5.-MATRIZ CATEGORIAL

Concepto	Categoría	Dimensión	Indicador
Son particularidades relativamente fijadas y generalizadas del desarrollo de los procesos de conducción y regulación de la actividad motora.	Capacidades Coordinativas	Equilibrio	Carrera con cambio de dirección e intercalando rotaciones.
		Diferenciación	Capacidad para lograr una alta exactitud y economía fina de movimiento.
		Ritmo	Caminar, correr, saltar según un ritmo indicado.
		Reacción	Salidas variando las pausas entre voces de comando.
		Orientación	Salto en diferentes direcciones y con rotaciones alrededor de diferentes ejes.
Proceso de enseñanza-aprendizaje, seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y capacidad de ejecución práctica del fútbol.	Iniciación al fútbol	Juegos pre deportivos	Juego del fútbol utilizando las manos y con arcos pequeños. Juego del fútbol en parejas tomados de las manos.
		Juegos deportivos	Juego del fútbol con la aplicación de las reglas básicas.

Tabla N° 1. Matriz categorial.

CAPÍTULO III

3.-METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Este proyecto se fundamenta en la investigación de campo, ya que se realizó en el mismo lugar de los acontecimientos, usando diferentes técnicas para recoger información que fue sumamente necesaria. Es bibliográfica, porque se indago en las fuentes de libros de varios autores, lo que sirvió para sustentar el contenido teórico de la investigación. Es descriptiva ya que señala las características que fundamentan el desarrollo de capacidades coordinativas. Es transversal ya que permitió investigar en nivel de desarrollo motor de los últimos periodos escolares de los sujetos de la investigación.

3.1.-Métodos

Este proyecto se realizó siguiendo los pasos del método empírico en el que se utilizó la observación, ya que se aplicó test físicos a niños, y también fue descriptiva porque permitió comprender toda la información recolectada.

Mediante el método inductivo-deductivo se procedió a inducir, para de esta manera analizar la problemática que se presentó en el transcurso de la investigación y además conocimos cuales son los factores que intervienen en el desarrollo de sus capacidades coordinativas.

Luego mediante el método analítico-sintético analizamos e interpretamos todos los datos y resultados que se obtuvieron de los test físicos y de las encuestas.

3.2.-Técnicas e Instrumentos

La técnica que se empleó para la presente investigación fue a través de la observación, la misma que permitió diagnosticar, analizar y evaluar las estrategias utilizadas y su aplicación.

La encuesta fue uno de los principales instrumentos en la investigación ya que las preguntas fueron dirigidas a los profesores con la finalidad de obtener resultados que sean claros y precisos.

Los test motores y técnicos que fueron aplicados a los alumnos de las escuelas propuestas para la investigación.

3.3.-Población

La población, fue los alumnos de tercero de educación básica de las escuelas citadas para la investigación.

POBLACIÓN	
INSTITUCIÓN	NÚMERO DE ALUMNOS
Escuela JUAN MONTALVO	56
Escuela FRANCISCO CALDERÓN	49
Total:	105

Tabla N° 2. Población.

3.4.-Muestra

Se realizó la investigación con el cien por ciento de la población, por lo que no se utilizó la fórmula para la muestra.

CAPÍTULO IV

4.-ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

4.1.-Encuesta

En las encuestas realizadas a los profesores de las dos instituciones educativas donde se realizó la investigación se obtuvo los siguientes resultados:

Primera pregunta.

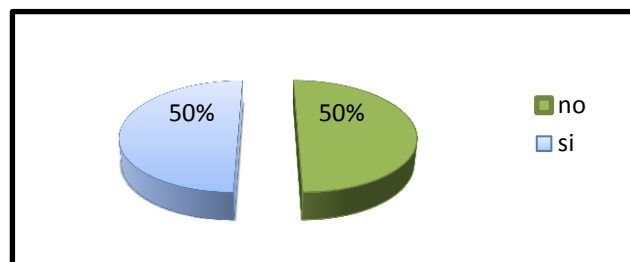
¿Sabe qué tipo de capacidades físicas existen?

Tabla N° 3. Análisis de la primera pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	1	50%
No	1	50%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 1. Análisis de la primera pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la primera pregunta fueron diferentes y se puede entender el cincuenta por ciento desconoce del tema, mientras que el cincuenta por ciento tiene algún conocimiento sobre qué tipo de capacidades físicas existen.

Segunda pregunta.

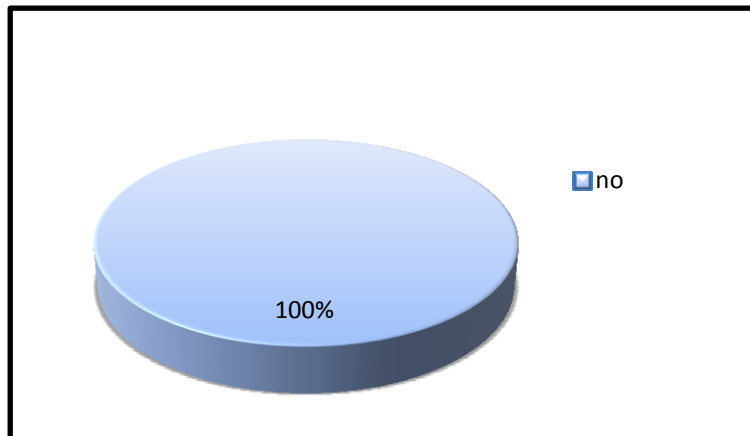
¿Sabe que son las capacidades coordinativas?

Tabla N° 4. Análisis de la segunda pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 2. Análisis de la segunda pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la segunda pregunta fueron similares y se puede entender que él cien por ciento desconoce del tema, sobre qué son las capacidades coordinativas.

Tercera pregunta.

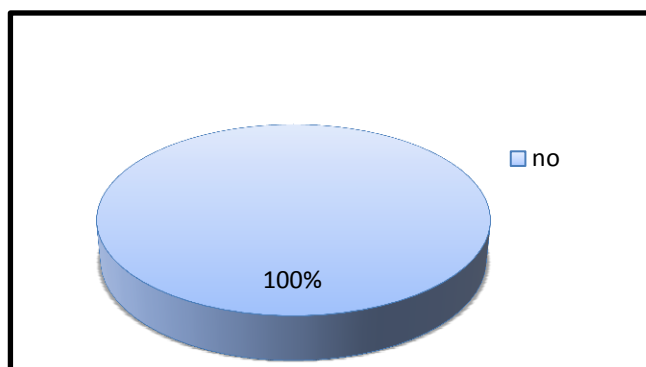
¿Sabes cuantas capacidades coordinativas existen?

Tabla N° 5. Análisis de la tercera pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 3. Análisis de la tercera pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la tercera pregunta fueron compartidas y se puede entender que él cien por ciento desconoce sobre cuantas capacidades coordinativas existen.

Cuarta pregunta.

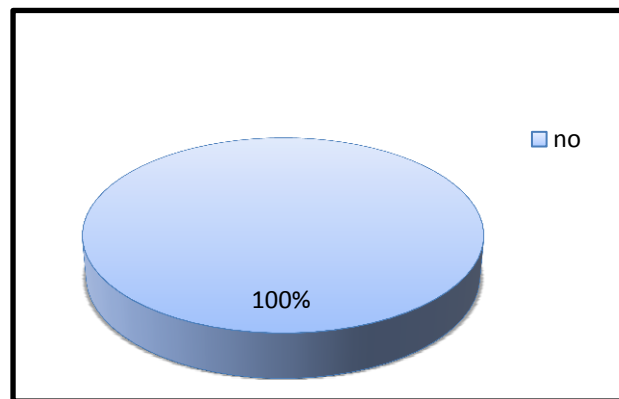
¿En caso de afirmarlo puede enumerar las que conoce?

Tabla N° 6. Análisis de la cuarta pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 4. Análisis de la cuarta pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la cuarta pregunta fueron similares y se puede entender que él cien por ciento tiene no tiene conocimiento sobre cuantas capacidades coordinativas existen.

Quinta pregunta.

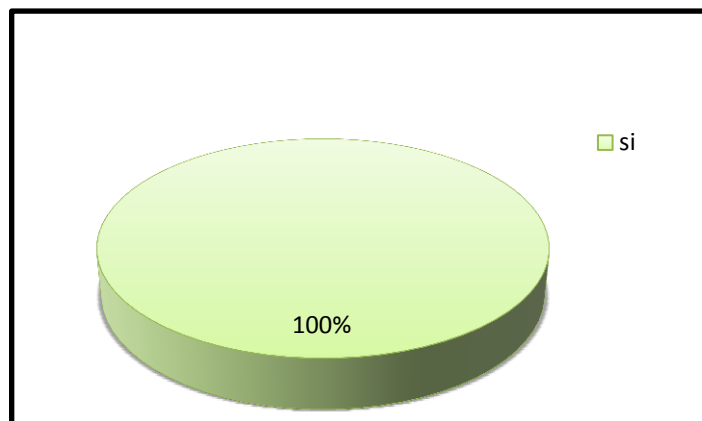
¿Cree que es importante desarrollar las capacidades coordinativas en los niños?

Tabla N° 7. Análisis de la quinta pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	100%
No	0	0%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 5. Análisis de la quinta pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la quinta pregunta fueron similares y se puede entender que él cien por ciento cree que es importante desarrollar las capacidades coordinativas.

Sexta pregunta.

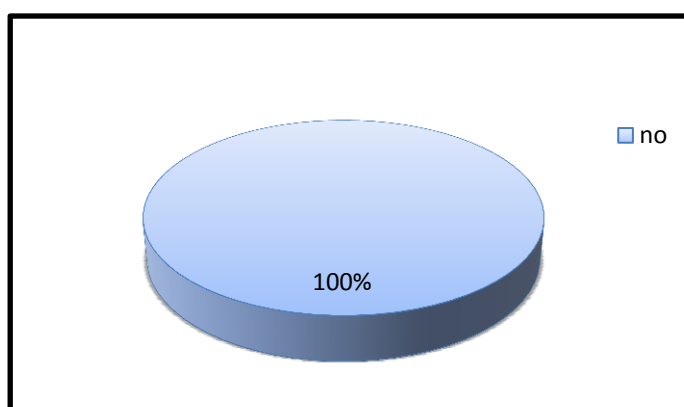
¿Ha trabajado algunas de las capacidades coordinativas para el desarrollo físico de los niños?

Tabla N° 8. Análisis de la sexta pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 6. Análisis de la sexta pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la sexta pregunta fueron similares y se puede entender que el cien por ciento no ha trabajado alguna de las capacidades coordinativas.

Séptima pregunta.

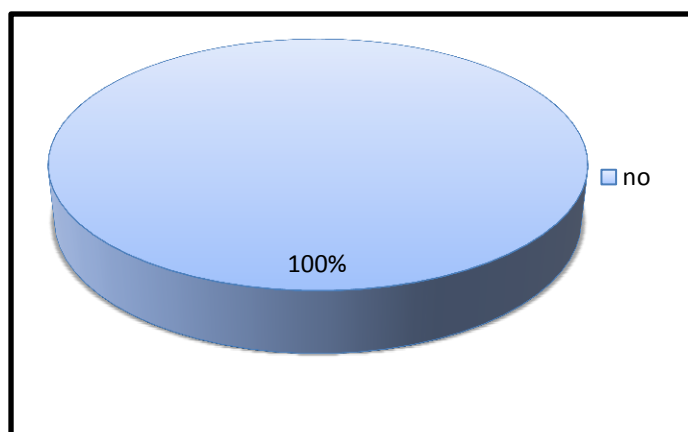
¿Sabe cómo desarrollar las capacidades coordinativas?

Tabla N° 9. Análisis de la séptima pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 7. Análisis de la séptima pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la séptima pregunta fueron similares y se puede entender que el cien por ciento manifestó que no sabe cómo desarrollar las capacidades coordinativas.

Octava pregunta.

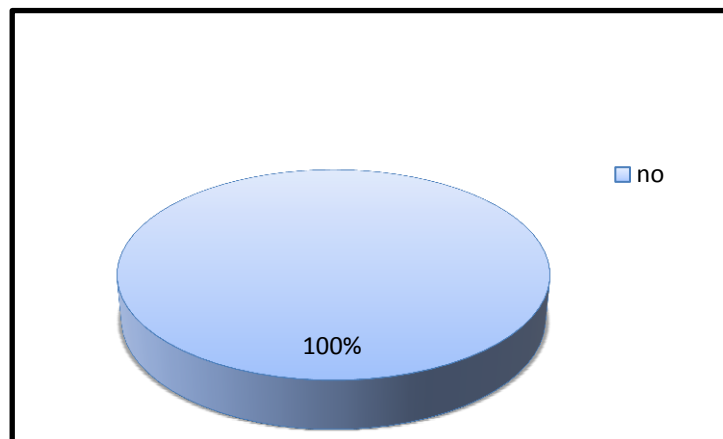
¿Cree usted que se da mayor importancia a las capacidades coordinativas en la formación de los niños?

Tabla N° 10. Análisis de la octava pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	0	0%
No	2	100%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 8. Análisis de la octava pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la octava pregunta fueron compartidas y se puede entender que el cien por ciento cree que no se da mayor importancia a las capacidades coordinativas en la formación de los niños

Novena pregunta.

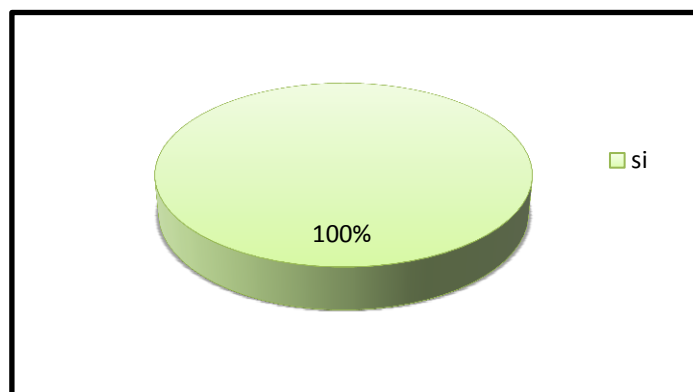
¿Utilizaría usted si existiera una guía metodológica sobre el desarrollo de las capacidades coordinativas?

Tabla N° 11. Análisis de la novena pregunta.

Alternativa	Frecuencia	%
Si	2	100%
No	0	0%
Total	2	100%

Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Gráfico 9. Análisis de la novena pregunta.



Fuente: encuesta realizada a los profesores.

Interpretación: las respuestas obtenidas en la novena pregunta fueron compartidas y se puede entender que el cien por ciento utilizaría si existiera una guía metodológica sobre el desarrollo de las capacidades coordinativas.

4.2.- TEST TÉCNICOS

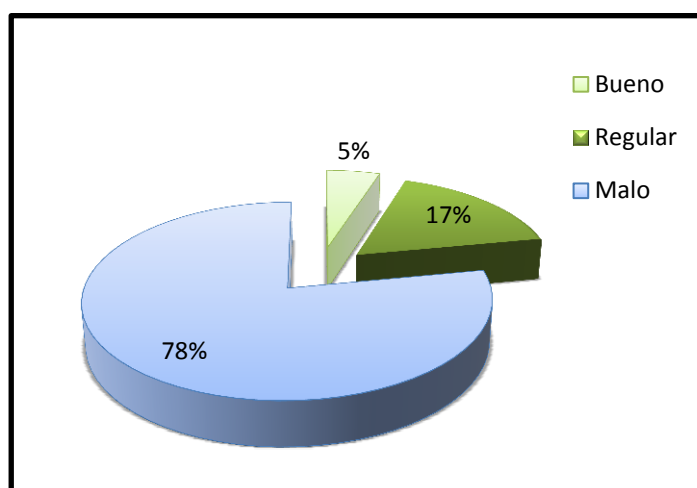
4.2.1.- TEST DE RECEPCIÓN

Tabla N° 12. Análisis test de recepción.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	5	5%
Regular	18	17%
Malo	82	78%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 10. Análisis test de recepción.



Autor: Edison Anrrango.

Interpretación: en el test técnico, se ha observado que el cinco por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el diecisiete por ciento se encuentra en un nivel regular, y el setenta y ocho por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test técnico de recepción.

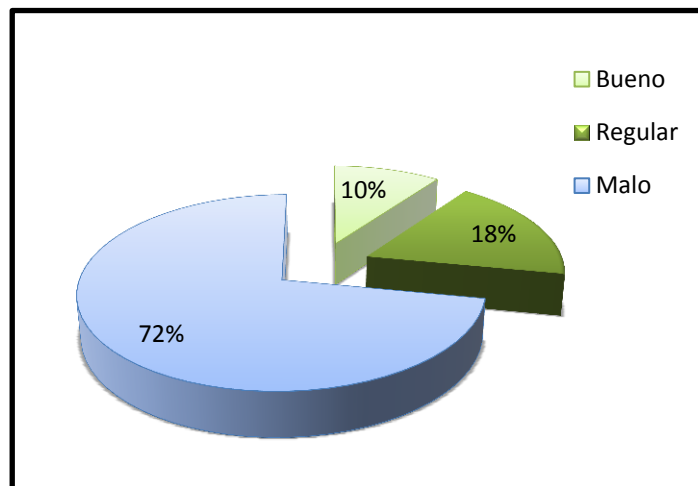
4.2.2.- TEST DE CONTROL DEL BALÓN

Tabla N° 13. Análisis test de control del balón.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	10	10%
Regular	19	18%
Malo	76	72%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 11. Análisis test de control del balón.



Autor: Edison Anrrango.

Interpretación: en el test técnico, se ha observado que el diez por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el dieciocho por ciento se encuentra en un nivel regular, y el setenta y dos por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test técnico de control de balón.

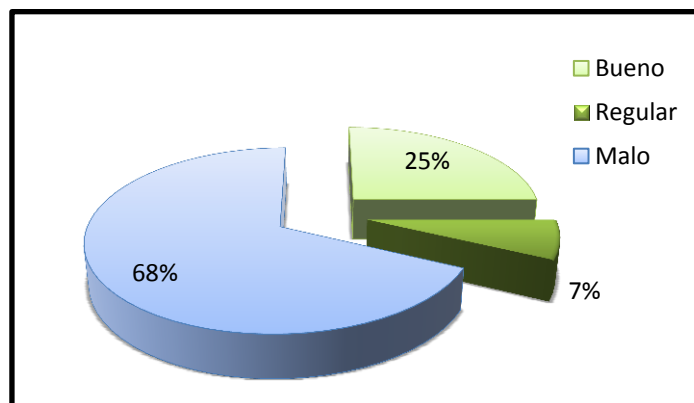
4.2.3.- TEST DE CONDUCCIÓN

Tabla N° 14. Análisis test de control del balón.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	26	25%
Regular	7	7 %
Malo	72	68%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 12. Análisis test de conducción.



Autor: Edison Anrrango.

Interpretación: en el test técnico, se ha observado que el veinticinco por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el siete por ciento se encuentra en un nivel regular, y el sesenta y ocho por ciento se encuentra en un nivel bajo en relación a los parámetros del test técnico de conducción.

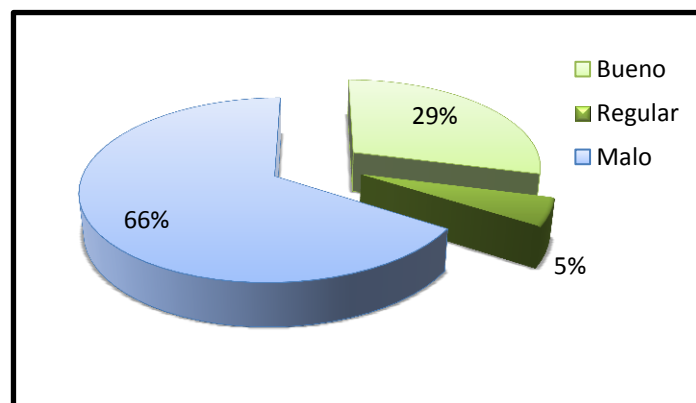
4.2.3.- TEST DE ACELERACIÓN

Tabla N° 15. Análisis test de control del balón.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	30	29%
Regular	5	5 %
Malo	70	66%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 13. Análisis test de aceleración.



Autor: Edison Anrrango.

Interpretación: en el test técnico, se ha observado que el veintinueve por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el cinco por ciento se encuentra en un nivel regular, y el 66% se encuentra en un nivel bajo en relación a los parámetros del test técnico de aceleración.

4.3.- TEST MOTOR DE OZERETSKI

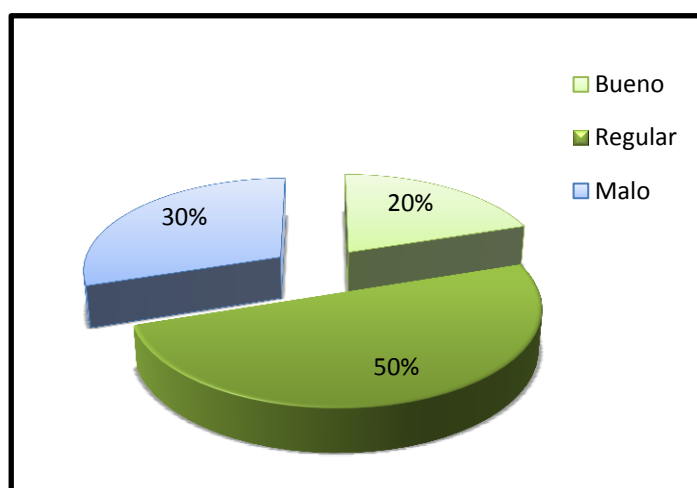
4.3.1.- Coordinación Estática

Tabla N° 16. Análisis coordinación estática.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	21	20%
Regular	52	50%
Malo	32	30%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 14. Análisis coordinación estática.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de coordinación estática, se ha observado que el veinte por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el cincuenta por ciento se encuentra en un nivel regular, y el treinta por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

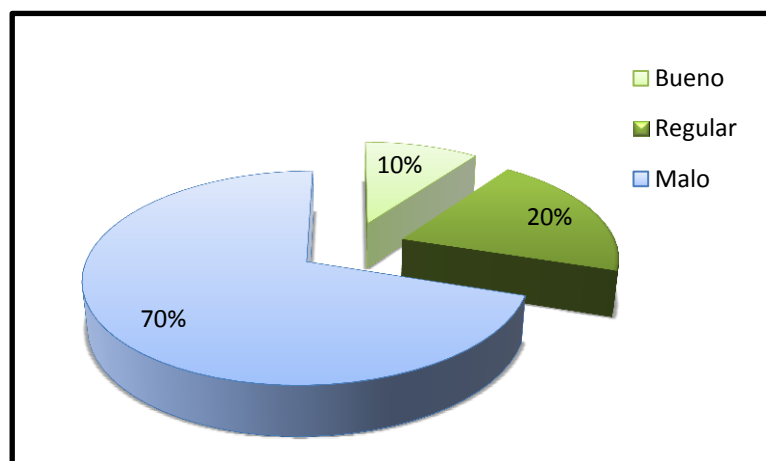
4.3.2.- Coordinación Dinámica General

Tabla N° 17. Análisis coordinación dinámica general.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	11	10%
Regular	21	20%
Malo	73	70%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 15. Análisis coordinación dinámica General.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de coordinación estática, se ha observado que el diez por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el veinte por ciento se encuentra en un nivel regular, y el setenta por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

4.3.-Test de Coordinación Corporal Infantil de Kiphard y Schilling (Körper koordinations Test für Kinder)

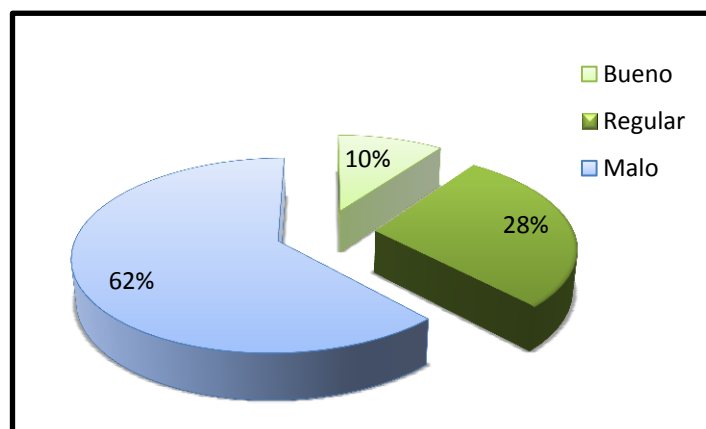
4.3.1.-Equilibrio

Tabla N° 18. Análisis test equilibrio.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	11	10%
Regular	29	28%
Malo	65	62%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 16. Análisis test equilibrio.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de equilibrio hacia atrás, se ha observado que el diez por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el veintiocho por ciento se encuentra en un nivel regular, y el sesenta y dos por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

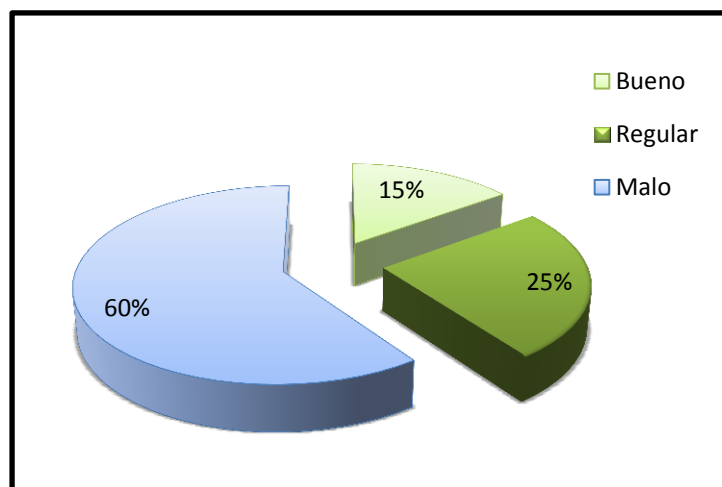
4.3.2.-Saltos en un Pie

Tabla N° 19. Análisis saltos en un pie.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	16	15%
Regular	26	25%
Malo	63	60%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 17. Análisis saltos en un pie.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de saltos en un pie, se ha observado que el quince por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el veinticinco por ciento se encuentra en un nivel regular, y el sesenta por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

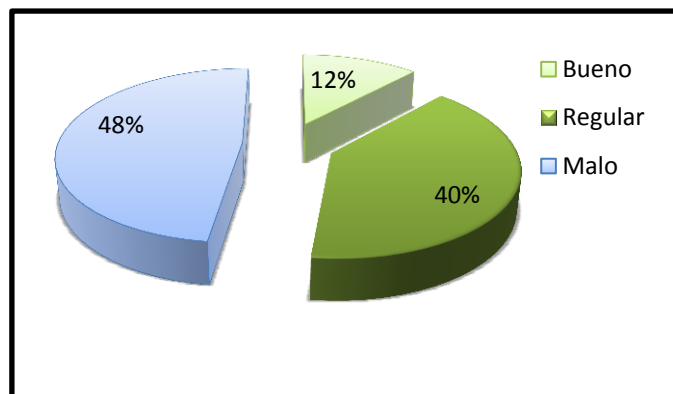
4.3.3.-Desplazamiento Lateral

Tabla N° 20. Análisis desplazamiento lateral.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	13	12%
Regular	42	40%
Malo	50	48%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 18. Análisis desplazamiento lateral.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de desplazamiento lateral, se ha observado que el doce por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el cuarenta por ciento se encuentra en un nivel regular, y el cuarenta y ocho por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

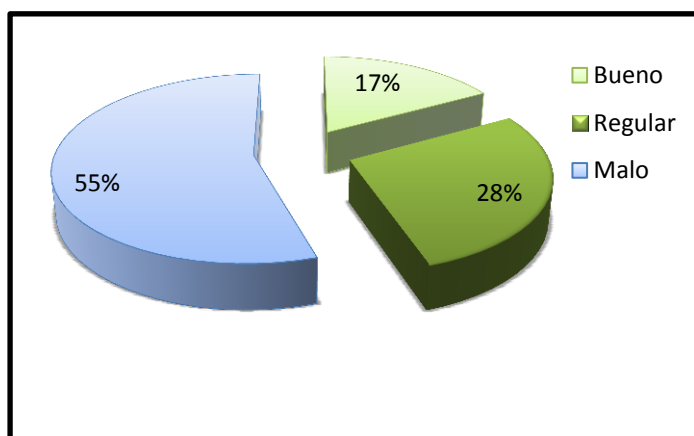
4.3.4.-Saltos Laterales

Tabla N° 21. Análisis saltos laterales.

Clasificación	Frecuencia	%
Bueno	18	17%
Regular	29	28%
Malo	58	55%
Total	105	100%

Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Gráfico 19. Análisis saltos laterales.



Fuente: Test aplicado a los alumnos.

Interpretación: En la prueba de saltos laterales, se ha observado que el diecisiete por ciento se encuentra en un nivel bueno, mientras que el veintiocho por ciento se encuentra en un nivel regular, y el cincuenta y cinco por ciento se encuentra en un nivel bajo, en relación a los parámetros que contiene el test.

CAPÍTULO V

5.-CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.-Conclusiones

En la identificación realizada con respecto al nivel de conocimiento sobre las capacidades coordinadas en los profesores en las dos instituciones demostró que más de la setentava parte no tiene conocimiento sobre el tema.

En la determinación realizada a los alumnos sobre el estado de condición físico-motora la ochentaava parte se encuentran en un bajo nivel de desarrollo.

En el descubrimiento sobre el nivel de habilidad deportiva más de la sesentaava parte se encuentran en un bajo nivel de habilidad.

Se diseñó una guía metodológica sobre cómo desarrollar las capacidades coordinativas orientadas a la iniciación al fútbol, que contiene elementos esenciales y básicos para mejorar el desarrollo físico e intelectual de los niños.

5.2.-Recomendaciones

Se hace necesario que los profesores de las dos instituciones realicen un trabajo mejor fundamentado y guiado, de tal forma que los métodos y contenidos utilizados en sus clases sean idóneos.

Es conveniente que se realice un trabajo específico que fortalezca el desarrollo físico-motor.

La guía metodológica diseñada y aplicada podrá ser enriquecida por las instituciones revisadas y otras, en medida que los docentes sean conscientes de la tarea que les compete.

CAPÍTULO VI

6.-PROPUESTA

6.1.-TITULO DE LA PROPUESTA

GUÍA METODOLOGICA DE ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ORIENTADAS A LA INICIACIÓN AL FÚTBOL.

6.2.-JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

Desde el punto de vista educativo la guía metodológica propone contribuir a la formación integral del niño, a través de un programa de actividades, adecuado y diseñado a las necesidades e intereses de los niños, que permitirá incorporar conceptos como la valoración del esfuerzo, así como la adquisición de nuevos y distintos niveles de destreza psicomotriz.

Dentro del aspecto social el deporte puede fomentar numerosas cualidades positivas como la lealtad, cooperación, deportividad, respeto, amistad, compañerismo, trabajo en equipo, y otras de tipo personal como la responsabilidad, disciplina, creatividad, diversión, perseverancia, entre otras.

Ya que está dirigida a los profesores de educación física y beneficiara de forma directa a los alumnos como medio para seleccionar, planificar y desarrollar de mejor manera las actividades acorde a las necesidades de los niños.

Por lo que la presente propuesta es legal en su totalidad para la

aplicación de sus contenidos. La propuesta es totalmente material y está diseñada para la utilización de quienes trabajan con escolares.

6.3.-FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA

6.3.1.-Fundamentación Educativa

Para Blázquez Sánchez, D.(2010), en su obra La Educación Física dice “Ciertamente, el valor educativo del juego deportivo consiste en favorecer el desarrollo integral del individuo, viviendo una gama amplia de actividades que completen su personalidad. Además, cada día se va ensanchando la posibilidad de practicar mayor número de deportes” (p 84).

6.3.2.-Fundamentación sociológica

Gutiérrez, Sanmartín, M. (2003) expresa que:

“El deporte puede fomentar numerosas cualidades positivas, unas de tipo social (lealtad, cooperación, deportividad, convivencia, respeto, amistad, compañerismo, trabajo en equipo), y otras más personales (responsabilidad, perseverancia, disciplina, fuerza de voluntad, espíritu de sacrificio, habilidad, creatividad, salud, diversión, entre otras muchas).

La educación física, por su proximidad con el deporte escolar, puede asumir la importante misión de promover los valores que el deporte debe desarrollar. La educación física, a través de sus ejercicios, juegos y deportes, tiene un tremendo potencial tanto para el desarrollo físico como para la personalidad de los alumnos. Las prácticas de educación física pueden crear situaciones que faciliten el desarrollo

paralelo del cuerpo, la mente, la autoestima, el sentido ético, numerosas relaciones interpersonales, autonomía y responsabilidad en una atmosfera de disfrute y confianza” (p 27).

6.3.3.-Fundamentación pedagógica

Educación Física, Enfoque Psicomotriz

Para Fernández García, D. (2006) expresa que:

“El eje central de la educación física se centra en el movimiento, pero no se agota en él.

La aplicación más positiva de la educación física se da cuando consigue estimular el desarrollo integral del ser humano, respetando los procesos de crecimiento y maduración sin dejar de atender las necesidades de cada etapa de la vida.

En el marco de la escuela la educación física se propone contribuir a la formación integral del niño, a través de un programa de actividades adecuado y una planificación diseñada para responder a las capacidades e intereses de los niños, teniendo en cuenta las posibilidades que nos brinda esta rama educativa: desde el punto de vista fisiológico contribuye al desarrollo del niño, y a permite incorporar conceptos como la valoración del esfuerzo, así como la adquisición de distintos niveles de destreza psicomotriz”(p 24).

Meinel, K. y Schnabel, G. (2004) dice que:

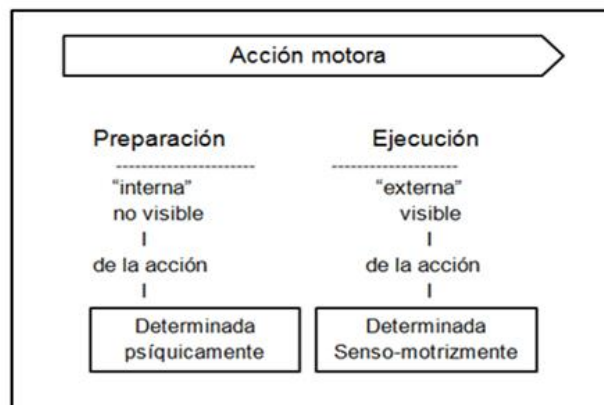
“La conducción pedagógica en la primera fase del proceso de aprendizaje motor debe basarse en las condiciones y

necesidades concretas propias de cada caso, entre las cuales se debe mencionar en primera instancia el nivel motor inicial. Si el nivel de desarrollo de las cualidades no es suficientemente alto, entonces se debe realizar primeramente determinados ejercicios preparatorios. Esto atañe especialmente a las capacidades coordinativas cuyo nivel tiene que ser evaluado lo más exactamente posible” (p 211).

6.3.4.-CAPACIDADES COORDINATIVAS

Capacidades coordinativas son pre-condiciones psicomotrices generalizadas del deportista las cuales cumplen la función de regular acciones motoras.

Las capacidades coordinativas juegan un papel importante en todas las acciones motoras. Dichas capacidades intervienen en una gran serie de acciones motoras.



Las capacidades coordinativas constituyen las precondiciones del rendimiento coordinativo. Cuanto mayor las exigencias coordinativas puestas en la competencia, mayor su influencia sobre el resultado competitivo.

Las capacidades coordinativas

- No Son Capacidades Independientes
- Aparecen Dominantemente En Forma Compleja
- Favorecen La Inter-Unión Entre Varias Acciones Parciales Formando Una Acción Completa
- Existen Solamente En Unión Con Otra U Otras Precondiciones De Rendimiento Tales como la condición física, técnica y táctica del deporte.

Las capacidades coordinativas se manifiestan

- En La Calidad Del Gesto Motor
- En La Velocidad Del Aprendizaje Motor
- En La Capacidad De Actualizar Programas Motores
- En La Efectividad y estética de movimientos

6.3.4.1.-Clasificación

Actualmente se distingue el complejo de capacidades coordinativas en cinco:

- Capacidad de orientación
- Capacidad de diferenciación
- Capacidad de equilibrio
- Capacidad de ritmización
- Capacidad de reacción

Capacidad de orientación se entiende el poder del atleta de determinar espacialmente la posición y el movimiento de su propio cuerpo y/o de un objeto móvil (rival, pelota, compañero).

Ejemplos: pase sobre la cabeza en el voleibol.

Capacidad de diferenciación se entiende el poder del atleta de realizar una acción motora con una medida adecuada de fuerza, tiempo y espacio necesaria para cumplir el objetivo de la acción.

Ejemplos: Pases cortos y largos.

Capacidad de equilibrio se entiende el poder del atleta de mantener todo el cuerpo en una posición determinada o de recuperarla en caso de disturbios.

Ejemplos: ejercicios en la viga (gimnasia artística), duelos en los juegos, fintas.

Capacidad de ritmización se entiende el poder del atleta de captar, de memorizar y de ejecutar el ritmo temporal-dinámico de una acción motora y/o de encontrar la dinámica individual al realizar el gesto motor.

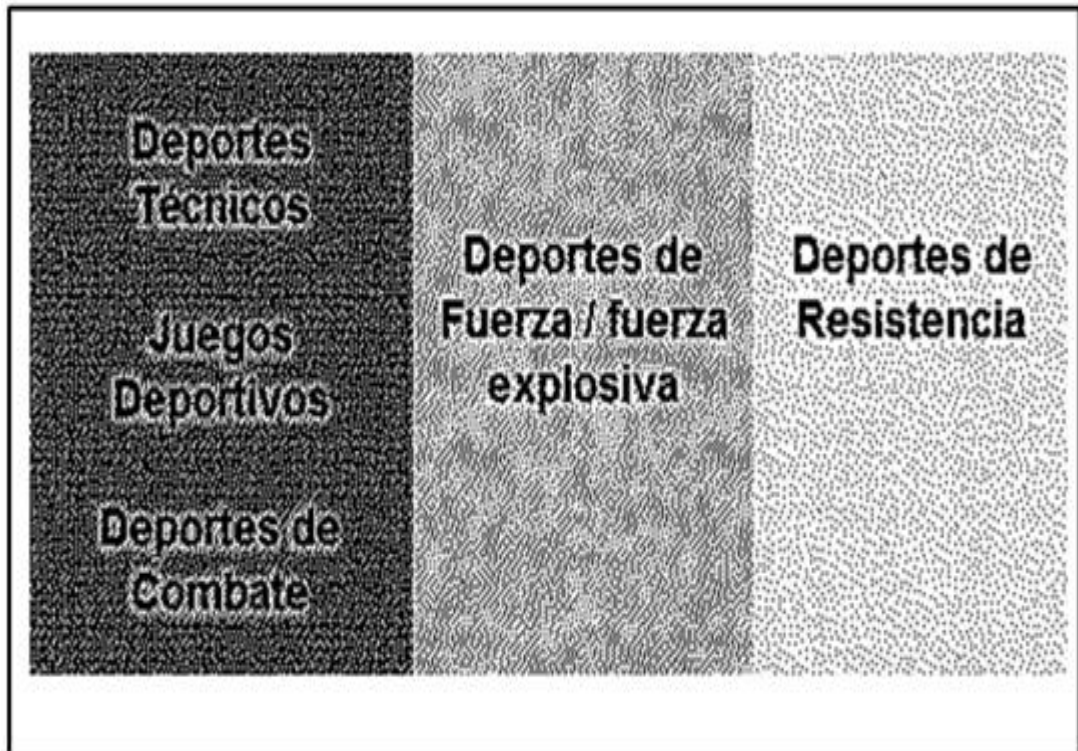
Ejemplos: carrera de vallas, gimnasia rítmica.

Capacidad de reacción se entiende el poder del atleta de ejecutar rápida y correctamente acciones adecuadas contestando a una señal y/o a cambios súbitos de la situación.

Ejemplos: partida, movimientos de evadir en boxeo.

6.3.4.2.-Importancia

La importancia que se atribuye a las capacidades coordinativas depende del deporte o de la disciplina deportiva practicada.



Importancia de las capacidades coordinativas en el rendimiento deportivo.

Es relevante el desarrollo de las capacidades coordinativas en todos los deportes, pero especialmente en los deportes técnicos, en los juegos deportivos y en los deportes de combate.

Naturalmente la importancia y la interrelación entre las diferentes capacidades coordinativas mencionadas depende del deporte/de la disciplina deportiva.

Por lo general, las capacidades coordinativas son necesarias para dominar situaciones que exigen acciones motoras tanto efectivas como rápidas.

El nivel de las capacidades coordinativas del atleta determina:

- Su factibilidad al aprender gestos motores tanto generales como específicos de su deporte.

- El tiempo que lleva para aprender técnicas deportivas.
- La calidad y la economía al ejecutar movimientos.
- El grado de aprovechamiento de las capacidades condicionales para alcanzar un buen rendimiento.
- La utilización efectiva y rápida de las técnicas deportivas en situaciones y condiciones combinantes.
- La velocidad al modificar una técnica ya automatizada (atletas con varios años de experiencia deportiva).
- El límite de su rendimiento deportivo en unión con otros factores del rendimiento.

6.3.5.-INICIACION AL FUTBOL

6.3.5.1.-Sobre el entrenamiento en las edades preescolar y escolar

Bruggemann, D. (2011). El concepto de entrenamiento para los niños hasta la edad de 8 años no debería entenderse como medida deportiva para la mejora del rendimiento. Las tareas motoras apuntan sobre todo a una preparación general, de orientación coordinativa, para las posteriores tareas deportivas, y por otra parte al desarrollo y fomento de una capacidad general de juego, de una base mental, social y psíquica para los posteriores rendimientos en juegos deportivos exigentes desde el punto de vista de la creatividad. (Página 46).

En la edad escolar, dentro del entrenamiento deportivo se debe dar prioridad al desarrollo de las habilidades motoras que a conseguir un alto rendimiento deportivo, desde este punto de vista el entrenamiento debe basarse en un modelo de enseñanza-aprendizaje orientado al

perfeccionamiento de habilidades motrices básicas de manera global para luego dar paso al desarrollo de las habilidades motrices específicas.

La habilidad motriz básica es considerada como el conjunto de acciones motrices que surgen de manera natural en la evolución del ser humano, que se mejoran a través de aprendizajes, a partir de los cuales el sujeto podrá realizar habilidades motoras de mayor complejidad.

Las habilidades motoras específicas son aquellas acciones físicas encaminadas a la obtención de un propósito más definido, con un sentido de superación constante y progresivo, que van de lo más simple a lo más complejo manteniendo un objetivo de eficacia, efectividad y rendimiento centradas en la obtención de metas concretas.

La iniciación deportiva por la importancia que tiene en la formación de los futuros deportistas debe basar su accionar en actividades que complementen el desarrollo integral del niño.

6.3.5.2.-El Cuerpo: Habilidades y Destrezas

Grupo La Tarusa. (2011). Mejora las conductas motrices habituales a través del ajuste neuro-motor. Experimentación y utilización de las habilidades básicas en diferentes situaciones y formas de ejecución (desplazamientos, giros, saltos, manejo de objetos, botes, desplazamientos con balón, lanzamiento y recepciones). Aplicación de las habilidades básicas en situaciones en juego. (Página 20).

Las habilidades y destrezas, constituyen un indicador del perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas, y se convierten en un enlace para el aprendizaje de acciones deportivas.

La percepción de habilidad expresa la facilidad para desarrollar alguna tarea específica, mientras que la destreza constituye una expresión del “saber hacer” en la persona, que se caracteriza el dominio de la acción, la

característica de las dos facultades se encaminan a la consecución de un correcto aprendizaje deportivo.

6.3.5.3.-Formas jugadas sobre pases

Camacho, C, y Bonilla, C. (2010). Bajo este signo se trabajarán distintas y variadas formas de pasar el balón, preferencialmente en situaciones de grupo y de juego.

Se pondrá énfasis en la necesidad de dirección al pasar y de control al recibir el balón, sin exigir una manera específica de hacerlo, posibilitando que los niños creen múltiples opciones. (Página 207)

Trabajar con formas jugadas conlleva un desarrollo deportivo más eficiente, ya que las formas jugadas son recursos didácticos que se encuentran dentro de las actividades que ofrece el periodo o etapa de iniciación deportiva y representan trabajos que facilitan la comprensión del deporte y sus situaciones de juego y consecuentemente fomenta la creatividad de sus practicantes.

La utilización de este recurso como medio de enseñanza estimula la comprensión de los aspectos básicos sobre la técnica, entre ellos podemos mencionar el pase, recepción, remate, regates, etc., y los tácticos como por ejemplo el desmarque, ataque, relevo, anticipación, entre otros.

Desde luego la aplicación de estas actividades contempla ir de lo más general a lo más específico dejando que los primeros aprendizajes se los realice por descubrimiento o exploración, para así incrementar su creatividad.

6.3.5.4.-Iniciación temprana

Leiva Deantonio, J. H. (2010). La especialización en el deporte o la participación exclusiva en una disciplina deportiva para un joven atleta, es un tema controversial. Con el éxito de los atletas de alto perfil, como las estrellas del tenis María Sharapova o Roger Federer, el golfista Tiger Woods, futbolistas como Ronaldinho y el basquetbolista Michael Jordan, muchos entrenadores y dirigentes consideran que los logros de estos atletas solamente pueden ser alcanzados por medio de la especialización temprana.(Página 22).

6.3.5.5.-La perspectiva de los juegos deportivos desde la acción motriz

Martínez de Aldama, I., Cayero, R., Calleja, J. (2012). Tomado como referencias principales los trabajos de Lagardera y Lavega (2003) Y Parlebas (2001), se pretende estudiar las acciones motrices que emergen en las acciones deportivas y lúdicas, como consecuencia de las relaciones que se establecen entre los participantes. Cada juego es tomado como un sistema de relaciones internas que deriva en cuatro tipos o familias de situaciones motrices, que se denominan dominios de acción motriz. Cada dominio conlleva un tipo de relaciones que orientan al jugador a una serie de conductas motrices, que pueden ser estudiadas y analizadas desde diversas perspectivas. Estos dominios aplicados a juegos deportivos conllevarían lo siguiente: a) Juegos psicomotores en los cuales el protagonista interviene sin tener ningún adversario que lo perjudique o compañero que le ayude en la realización de acciones motrices; b) Juegos de cooperación, en los cuales diferentes protagonistas tienen que ayudarse para superar un objetivo común; c) Juegos de oposición en los que los protagonistas se enfrentan a uno o más adversarios para conseguir su objetivo, y d) Juegos de cooperación y oposición, en los cuales varios jugadores que forman parte de un equipo, deben superar a otros adversarios, organizados también en

equipos.(Página 162,163).

6.3.5.6.-Características generales de los jóvenes futbolistas: aspectos cognitivos, aspectos corporales y motrices, aspectos afectivos y actitudinales.

Infantiles

Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). **Aspectos cognitivos.** Período de estabilidad del crecimiento cerebral. Entran de lleno en el sub periodo de las operaciones concretas. Comienzan a utilizar la lógica y a ser más independientes de los aspectos perceptivos. Empieza a predominar la realidad sobre la imaginación, desarrollando y consolidando la capacidad analítica. Son capaces de organizar nociones espaciales y temporales, de formar clasificaciones y categorías de objetos y aparecen nociones de conservación de la sustancia, del peso y del volumen. La atención es mayor, pero aun es evidente un desasosiego general.

Aspectos corporales y motrices. Debido a que los músculos pequeños se desarrollan más que los grandes y a que hay una mejora en lo sensorial y en lo neurológico, la coordinación mejora, especialmente la óculo/manual por lo que se produce un refinamiento de la coordinación motriz.

Ganan en equilibrio y vigor. Tienen un excedente de energía, lo que se traduce en un aumento considerable de la vitalidad y en un infatigable afán de actividad, que busca el rendimiento y la competición.

Su motricidad es orientada y voluntaria, consiguiendo dominar su movimiento (total dominio motriz y mayor fuerza muscular), se produce una independencia funcional de los diversos segmentos y elementos corporales por lo que hay independencia de la derecha y de izquierda.

Aumenta la economía motriz, a favor de un movimiento más exacto y funcional. Es una fase de mayor rendimiento corporal y de movimientos más económicos y eficaces.

Aspectos afectivos y actitudinales. No suelen crear problemas de relación con el adulto ya que coincide con el desarrollo por la determinación de tomar decisiones. Suelen discutir sobre lo correcto y lo incorrecto, aunque se encuentran adaptados a sus estatus y satisfechos con el papel que les corresponde. (Página 35, 36)

6.3.5.7.-Lo que debería saber el formador antes de estimular la inteligencia de juego

Wein, H. (2013). La formación de un joven futbolista, desde el punto de vista cerebral, consiste especialmente en aportar, en momentos cuando el jugador esté atento e interesado, los **estímulos necesarios para establecer el mayor número de conexiones entre las células cerebrales**, y además rodear al joven con un ambiente afectivo y aportándole un modelo adecuado a imitar.

A medida que la maduración y el funcionamiento del cerebro avanzan, los estímulos deben ser más complejos para garantizar el crecimiento constante.

Es conveniente organizar una sucesión de estímulos adecuados que se adapten siempre al calendario del desarrollo cerebral del jugador.

Un cerebro bien desarrollado, en el que se ha establecido el mayor número posible de conexiones, es capaz de relacionar mejor, más rápido y mayor número de conceptos entre sí; puede analizar más rápida y profundamente la realidad que le rodea al jugador, imaginar y encontrar más y mejores soluciones ante un mismo problema que surge en el juego y ponderar mejor cada una de las opciones antes de adoptar una decisión

final sobre qué hacer, cómo, cuándo y en qué lugar hacerlo. (Página 25, 26).

6.3.5.8.-Iniciación Deportiva Basada en la Técnica

Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). La iniciación deportiva basada en la técnica hace énfasis en los “procedimientos de ejecución”. En líneas generales consiste en la creación en el futbolista de una amplia base técnica sobre la cual sustentar posteriormente el pensamiento o la intención táctica. Por tanto, se pretende, en un primer momento, la adquisición de habilidades (pase, regate, tiro, controles...) a partir de progresiones metodológicas, atendiendo al grado de complejidad/dificultad de los movimientos que permitan al jugador dominar un extenso abanico de acciones técnicas; las cuales, a medida que se dominan, se van introduciendo paulatinamente en contextos de juego más amplios (próximos a situaciones reales de competición) buscando la adaptación inteligente, a nivel individual y colectivo, a las diferentes situaciones de juego que se presentan en los entrenamientos y en la competición. (Página 68)

6.3.5.9.-Iniciación Deportiva Basada en la Táctica

La iniciación deportiva basada en la táctica hace énfasis en los procesos de percepción y toma de decisión, sin olvidar el de ejecución, planteando un modelo de enseñanza-aprendizaje de carácter global. Este aspecto consiste en desarrollar en el futbolista el pensamiento táctico para, posteriormente, ir puliendo la ejecución de los gestos técnicos.

La estrategia de la iniciación deportiva basada en la táctica orienta el proceso de entrenamiento desde la óptica global del juego, buscando en un principio que el joven jugador asimile conceptos, ideas, procedimientos tácticos genéricos (ataque, defensa, cooperación, oposición, ayuda, etc.) a través del planteamiento de juegos amplios para, posteriormente, y de

forma paralela, ir afinando y/o corrigiendo los procedimientos de ejecución, al tiempo que se plantean situaciones más reales de competición con el fin de que el jugador adquiriera experiencias y conocimientos sobre aspectos tácticos individuales y colectivos más específicos (coberturas, relevos, desdoblamientos, permutas, etc.). (Página 71)

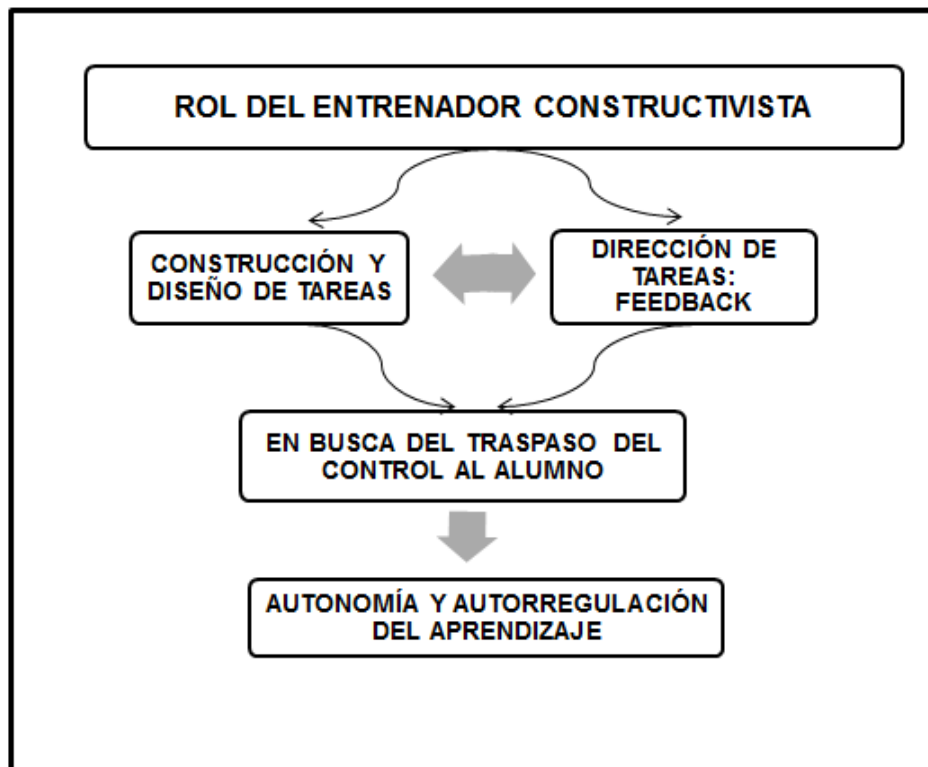
6.3.5.10.-El proceso de enseñanza-aprendizaje bajo un modelo comprensivo

Dentro de la enseñanza comprensiva aparece un modelo que busca el aprendizaje significativo y que centra el proceso de enseñanza-aprendizaje en el propio jugador; este modelo, denominado constructivista, se plantea como uno de los más adecuados para aplicarlo en el campo del deporte.

Las características distintivas del constructivismo son que:

- El jugador es el responsable último de su proceso de aprendizaje; por lo tanto el entrenador deberá favorecer que sea el propio jugador quien vaya construyéndolo involucrándole activamente en el proceso.
- Se deben generar en los jugadores procesos reflexivos que les permitan comprender y/e integrar en su estructura cognitiva los nuevos conceptos que se le presentan, comparándolos con los esquemas previos que posee favoreciendo el conflicto cognitivo.
- Requiere que el aprendizaje se ajuste a las necesidades y características de cada contexto particular en un intento de que dicho aprendizaje resulte significativo y funcional al jugador. Destaca la importancia de que se parta de aquello que ya se conoce y de sus experiencias, tratando de relacionar entre sí los nuevos aprendizajes.

- Contempla el aprendizaje no como algo exclusivo del jugador sino de un modo compartido con el profesor-entrenador que le ayudará actuando de facilitador, mediador y regulador del aprendizaje, teniendo en cuenta lo que significan los nuevos contenidos dentro de unos conocimientos previos al propio proceso de construcción. (Página 75, 76)



Papel del entrenador en el modelo de enseñanza-aprendizaje constructivista.
(Sainz de Baranda, Llopis y Ostega-2005)

6.3.5.11.-Fases para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje bajo la perspectiva constructivista

Para conseguir un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje deportivo, no será suficiente con diseñar tareas aisladas que cumplan los principios metodológicos que serán señalados posteriormente, sino que será necesario seguir un proceso en el que enlazando dichas tareas del entrenador ayude a que el joven jugador aprenda por sí mismo a solucionar infinidad de problemas de multitud de formas.

En la figura siguiente, se aprecia de forma resumida las fases de intervención diseñadas por 2000):



Enseñanza constructivista: Fases de intervención (Tomado de Cárdenas, 2000).
Citado por Sainz de Baranda, Llopis y Ortega -2005)

6.3.5.12.-Principios metodológicos para un adecuado diseño de tareas en la iniciación deportiva

Para diseñar tareas en la iniciación deportiva, que comienza en el instante en el que el jugador toma contacto por primera vez con el deporte, se deben respetar una serie de principios pedagógicos, didácticos, psicológicos y metodológicos que garanticen un proceso de formación integral de los niños que en numerosas ocasiones pasan desapercibidos, simplemente porque el entrenador tiene en mente un único objetivo: "GANAR" (Águila, 2000; Blázquez, 1995; Cárdenas y Alarcón, 2004; Cruz y cols.1996; Delgado 1990, 1995; Feu, 2001; Fraile, 1997; Gutiérrez, 1998; Lozano, 2001; Pieron 1988; Pila, 1988; Sánchez, 1986; Seybold, 1976).



Principios metodológicos para un adecuado diseño de tareas en la iniciación deportiva.

6.3.5.12.1.-Principio de Totalidad

Desde un punto de vista general, diferentes autores señalan que el proceso de enseñanza-aprendizaje de un deportista debe contemplar diferentes parcelas; en concreto el entrenador deberá preparar al futbolista desde un punto de vista técnico, táctico, psicológico, físico, biológico y teórico.

El principio de totalidad señala que el deportista actúa como un todo, y cuando el joven futbolista realiza un determinado ejercicio, éste estará provocando una respuesta concreta a nivel técnico, táctico, psicológico,, físico, biológico y teórico.

Es posible focalizar la atención en cada una de las parcelas del entrenamiento, pero incluso en estas situaciones es prácticamente imposible que la intervención del resto sea nula. Por lo tanto, cuando un entrenador diseña una tarea debe conocer como afectará en cada una de las parcelas del entrenamiento. (Página 83)

6.3.5.12.2.-Principio de máxima participación

En este sentido dentro de las sesiones de entrenamiento, se debe reflexionar sobre la importancia de buscar organizaciones eficaces que permitan por un lado fomentar la variabilidad en la práctica, y por otro lado aumentar el tiempo de práctica y en consecuencia disminuir el tiempo dedicado a las explicaciones, a la organización de los jugadores en la tarea y/o a la organización del material, tiempos que en muchas ocasiones aumentan al cambiar varias veces durante el mismo entrenamiento de tareas, normalmente utilizando diferentes espacios, materiales, o cambios en la organización del grupo como por ejemplo de situaciones colectivas a individuales, de parejas a tríos, etc. (Página 86)

6.3.5.12.3.-Satisfacción deportiva.

Las experiencias planteadas tienen que ser del agrado del niño, motivándole para estimular la continuidad en la práctica deportiva. Para cumplir este objetivo, será necesario conocer las diferentes necesidades que el joven deportista dispone durante su desarrollo.

Al atender a las necesidades psicoevolutivas del niño en las etapas de iniciación deportiva, se cree necesario tener siempre presente tres consideraciones:

- El juego será la base sobre la que se construirá el aprendizaje del niño, siendo el correcto uso de éste, uno de los objetivos fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que se evitarán tareas exentas de significado, ya que no se encontraría en el contexto propio de juego (Conde y Delgado, 2000).
- Debido al carácter egocéntrico del niño, el contacto de éste con el balón durante todo el entrenamiento deberá ser máximo (Ortega y cols., 1999 y Ortega, 2004). El niño necesita sentirse parte principal del

juego, y cuanto mayor tiempo dispone de la pelota, mayor sensación de haber practicado durante el entrenamiento como protagonista principal.

- Debido a la peculiaridad del puesto específico del portero, se debe proporcionar la posibilidad de éxito en sus acciones, ya que en muchas ocasiones, con las tareas de superioridad numérica de ataque que se plantean, o las situaciones de 1 x portero, es difícil conseguir el objetivo del rol del portero, sobre todo en su aspecto defensivo. (Página 89)

6.4.-OBJETIVOS

6.4.1.-Objetivo General

Mejorar el nivel de desarrollo de las capacidades coordinativas para la iniciación al fútbol en los alumnos de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra.

6.4.2.-Objetivos Específicos

- Socializar el documento a los maestros del área de cultura física de las instituciones.
- Contribuir a los maestros con actividades específicas y acordes a las necesidades de los niños.
- Aplicación del documento por parte de los maestros del área de cultura física en sus clases.

6.5.-UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA

La propuesta está dirigida a las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón, las mismas que están situadas en la parroquia de San Antonio de Ibarra y principalmente a los maestros del área de cultura física de las dos instituciones.

6.6.-DESARROLLO DE LA PROPUESTA

METODOLOGÍA

ESTRATEGIAS

Cada entrenador, independientemente del deporte, debe tomar en cuenta los principios siguientes al entrenar las capacidades coordinativas:

1°. Se debe comenzar a entrenar las capacidades coordinativas en edades tempranas.

¡Porque!

- Las bases psico-físicas coordinativas pueden ser óptimamente desarrolladas en la edad de niño.
- Dentro del sistema nervioso central, las regiones responsables para regular la motricidad deben ser estimuladas en edades tempranas.
- La alta “plasticidad” del sistema nervioso central permite un excelente desarrollo de las capacidades coordinativas en la edad joven.
- Más tarde, el aprendizaje motor llevara mucho menos tiempo si la persona dispone de muchos programas motores elementales ya elaborados.
- Los procesos de procesamiento de estímulos van empeorando en edades avanzadas.

2°. Para desarrollar y perfeccionar una sola capacidad coordinativa, se debe utilizar varios movimientos diferentes que sirven para desarrollar la capacidad en cuestión.

¡Porque!

Solo así se puede generalizar los procesos de coordinación (rápido, exacto, diferenciado, variable etc.).

3°. Las capacidades coordinativas deben ser entrenadas primero generalmente, pero ya con orientación al deporte practicado y en unión con otros factores de rendimiento (condición física, técnica).

¡Porque!

- Más tarde, al realizar exigencias coordinativas más complicadas, el atleta puede basarse en las capacidades coordinativas generales ya apropiadas.
- Por tal metodología va ampliando la experiencia motora del deportista.
- El deportista, dominando cada vez mejor los ejercicios específicos, podrá mejorar decisivamente su rendimiento técnico-táctico.

4°. Las capacidades coordinativas específicas deben ser entrenadas junto con otras tareas deportivas.

¡Porque!

Existe una interrelación estrecha entre las capacidades coordinativas, las destrezas técnicas y el rendimiento deportivo.

5°. Se debe aumentar continuamente la dificultad de los ejercicios que todos deben ser de principio bien dominados.

¡Porque!

- Realizando cada vez lo mismo, sube el límite de estímulos que desencadenan respuestas y se pierde el efecto del entrenamiento.
- Los ejercicios así variados quedaran interesantes para el atleta por más tiempo y así el deportista trabaja más conscientemente.
- Solo así será posible solucionar mejor las exigencias coordinativas en situaciones cambiantes.

Orientaciones fundamentales

El entrenamiento de las capacidades coordinativas está orientado ante todo a los aspectos siguientes:

- Gran variedad de movimientos que sirven para desarrollar la capacidad coordinativa en cuestión.
- Aumento de las exigencias coordinativas tomando las medidas siguientes:

Variar la ejecución motora.

Variar la captación de los estímulos.

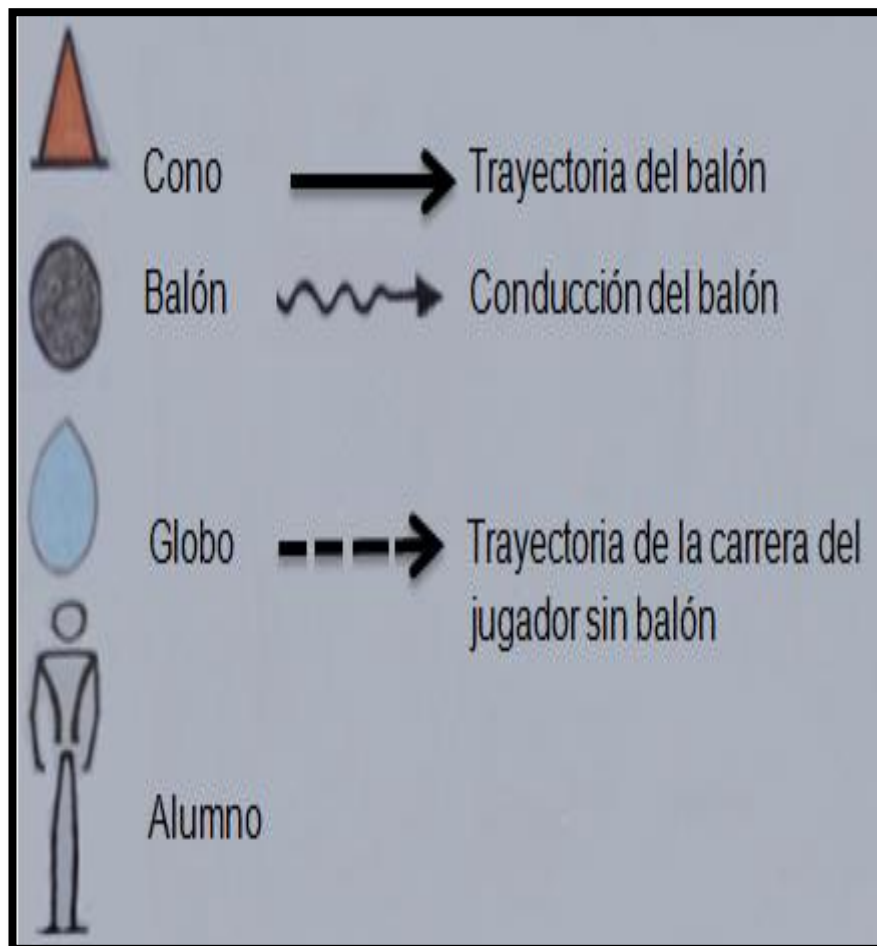
Combinar destrezas motoras.

Modificar las condiciones externas.







Estas medidas metodológicas pueden ser utilizadas tanto más variablemente cuanto mejor el atleta domine los ejercicios.

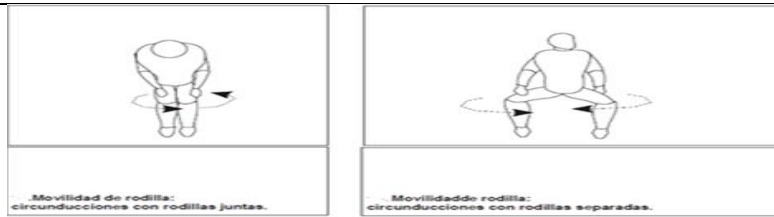
Las capacidades coordinativas cumplen un aspecto general y además un aspecto específico lo que se debe tomar en cuenta en los entrenamientos.

LEYENDA



Fuente: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la capacidad de orientación mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios de orientación en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circundaciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y talón: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Isquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".



- Movimiento circular de cuello
- Movimiento de hombros
- Movimiento brazos
- Movimiento circular de rodillas
- Movimiento circular de tobillos
- Trote alrededor de la cancha
- Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
- Trote rodillas al pecho, taloneo
- Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
- Trote lateral
- Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
- Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

Demostración

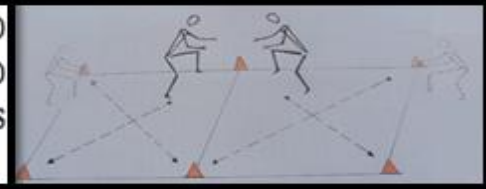
Progresión

<p>Situado en el centro de los cuatro conos, dirigirse hacia la caja de madera y observar en orden de los números expuestos en una tarjeta que el entrenador deberá mostrar y luego dirigirse hacia ellos en el orden indicado lo más rápido posible.</p>	
<p>En la posición inclinado, flexionando las rodillas, desplazarse en slalom rodando una pelota con la mano dominante, el regreso se lo realizara con la mano menos dominante.</p>	

En la posición de pie, sosteniendo el globo por arriba de su cabeza, deberá desplazarse en slalom hacia atrás.



Situados de frente entre sí, en el centro de su respectivo espacio cuadrado, uno de los dos deberá realizar los mismos desplazamientos que su compañero.



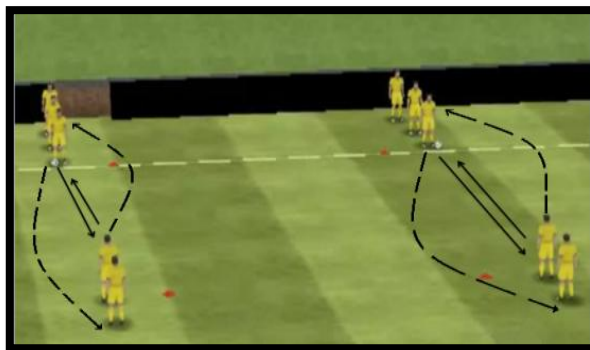
Situado en el centro de los cuatro conos, deberá lanzar el balón hacia arriba, realizar un giro, receptor el balón con las manos y dirigirse al cono con el número indicado por el entrenador.



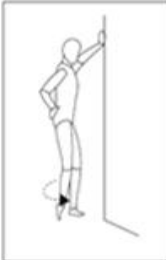





Parte Final

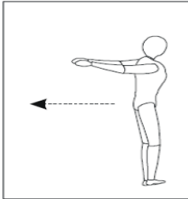
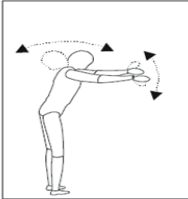
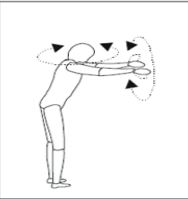
Tiempo 5'

Juego de concentración.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la creatividad de juego mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios de precisión de juego en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circuncducciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y sólo: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Iquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".

		
<p>..Pectoral: manos unidas, tirar atrás durante 15" sacando pe- cho.</p>	<p>..Cuello y muñecas: flexiones y extensiones.</p>	<p>..Cuello y muñecas: circunducciones.</p>

Movimiento circular de cuello
 Movimiento de hombros
 Movimiento brazos
 Movimiento circular de rodillas
 Movimiento circular de tobillos
 Trote alrededor de la cancha
 Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
 Trote rodillas al pecho, taloneo
 Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
 Trote lateral
 Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
 Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

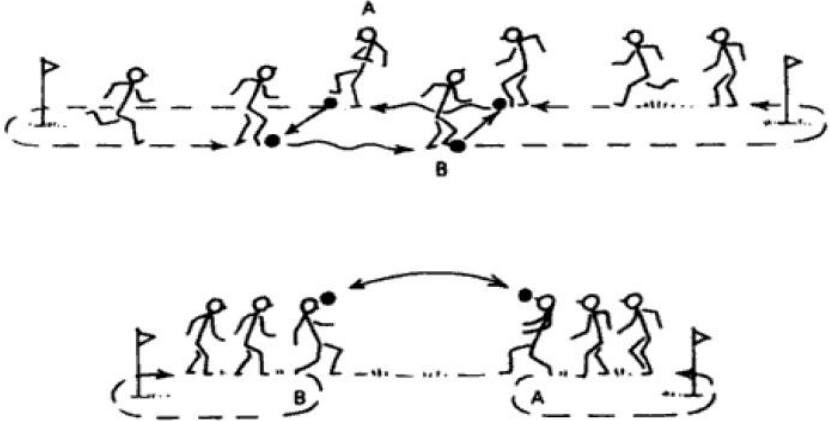
CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

Demostración

Progresión



Participantes 4-8 jugadores.

Material 1 pelota – 2 banderines.

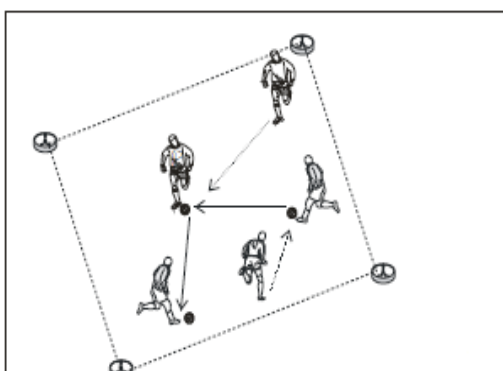
Descripción del ejercicio *Ejercicio* Se colocarán los banderines con una separación de 25 metros. Los grupos A y B formarán delante de los mismos. El primer jugador del grupo A lleva la pelota hacia el grupo B; de aquí sale el primer jugador a su encuentro. Cuando ambos están casi a la misma altura, A₁ realiza un pase lateral a B₁, quien se la lleva rápidamente y la juega al jugador A₂ con un pase lateral. Después del pase todos los jugadores corren hacia el final de la fila del otro grupo, pasando detrás de los banderines colocados.

Ejercicio Colocar los banderines a una distancia de 15 metros. Ambos grupos están enfrentados a 3 metros de distancia y cabecean la pelota uno al otro. Después de cada pase corren velozmente hasta ubicarse en el último lugar de la fila pasando detrás del banderín.

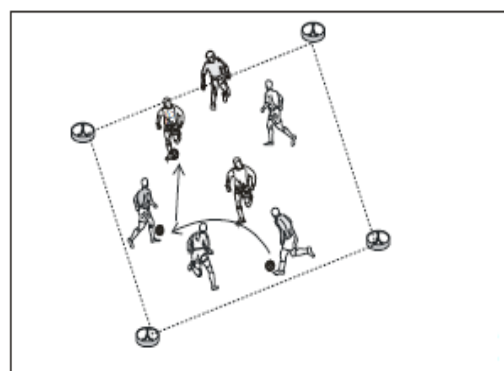
Puntos esenciales

1. Precisión en el pase en profundidad hacia el compañero.
2. Llevar rápidamente la pelota.
3. Precisión en el cabeceo
4. Pase y pique.

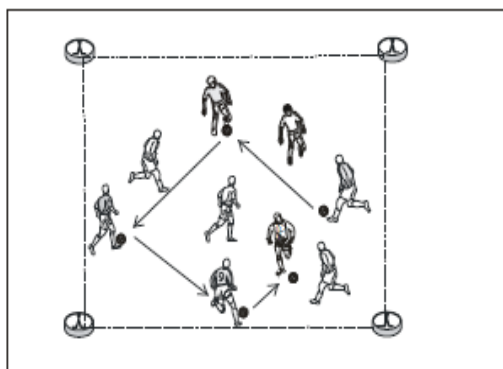
Indicaciones La distancia entre banderines puede variar. A mayor distancia, mayor rendimiento en la carrera. Al iniciar el entrenamiento se emplean estos ejercicios con un desarrollo menos intensivo para la familiarización con la pelota.



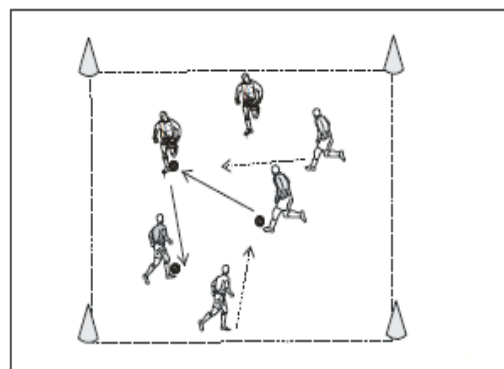
SUPERFICIE DE ÁREA: CUADRADO DE 15 x 15 m. DE LADO.
Nº JUGADORES : 5
DISTRIBUCION: DENTRO DEL CUADRADO 2 x 2 Y 1 PIVOTE.
TOQUES : 2, 3...LIBRE
TAREA: UNA PAREJA CONSERVAR EL BALON, LA OTRA ROBARSELO.



SUPERFICIE DE ÁREA: CUADRADO DE 15 x 15 m. DE LADO.
Nº JUGADORES: 7 (2 TRIOS + 1 PIVOTE)
DISTRIBUCION: DENTRO DEL CUADRADO 3 x 3 JUGADORES + EL PIVOTE.
TOQUES : DOS, TRES... LIBRE
TAREA: UN TRIO CONSERVA EL BALON, EL OTRO INTENTA ARREBATARSELO.



SUPERFICIE DE ÁREA: 15 x 20 m., 20 x 20 m.
Nº JUGADORES: 9 (2 CUARTETOS + 1 PIVOTE)
DISTRIBUCION: DENTRO DEL CUADRADO 4 x 4 JUGADORES Y EL PIVOTE.
TOQUES: 1, 2, 3...LIBRE
TAREA: CUATRO JUGADORES MANTIENEN, LOS OTROS RECUPERAN.



SUPERFICIE DE ÁREA: 15 x 15 m. 15 x 20 m.
Nº JUGADORES: 6 (3 PAREJAS)
DISTRIBUCION: DENTRO DEL CUADRADO 2 x 2 + 2 JUGADORES..
TOQUES: 1, 2, 3...LIBRE
TAREA: DOS PAREJAS CONSERVA EL BALON, LA OTRA ROBARSELO.

PASES LARGOS DESDE EL CENTRO DEL CAMPO

Cada equipo coloca un jugador en la zona de remate del campo contrario. Para marcar gol los dos medio campistas restantes deben realizar un pase desde el centro del campo al atacante en punta. En ningún momento, ningún jugador puede salir de la zona a él asignada.

VARIANTE 1

En caso de recibir el atacante en punta el balón en una posición frontal (y no perfilada) , el siguiente gol no será considerado válido.

VARIANTE 2

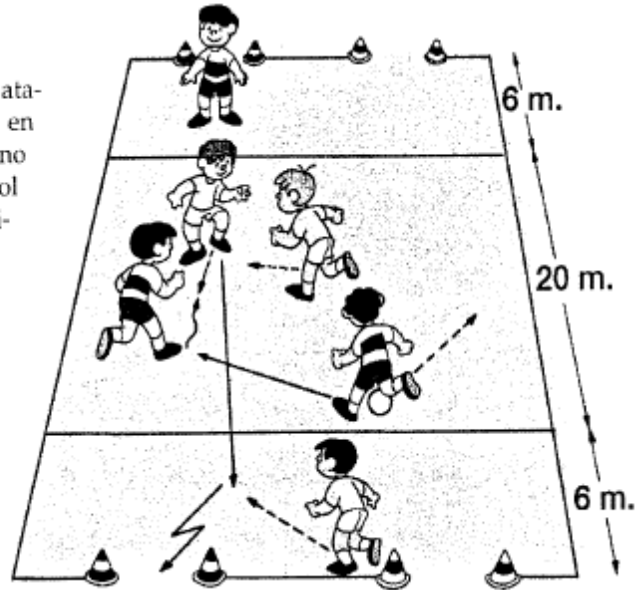
Para mejorar la recepción de balones altos se permite sólo pases altos al atacante en punta.

VARIANTE 3


A los medio campistas se permite sólo entrar en la zona de remate después de encontrarse el balón en la misma.

VARIANTE 4

El único jugador que no puede marcar gol es el atacante en punta, lo que obliga a los medio campistas decidir quién de ambos apoya al atacante en punta y quién cubre en medio campo.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE	
1.-DATOS INFORMATIVOS	
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”
Año:	Tercero de básica
Año Lectivo:	2013-2014
Área:	Cultura Física
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE	
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol
TEMA:	Aprendiendo el fútbol
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO: Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.	
3.-OBJETIVOS	
EDUCATIVO:	Desarrollar la capacidad de diferenciación mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios de diferenciación en determinadas actividades deportivas.
4.-ACTIVIDADES	
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE	
Parte Inicial	Tiempo 5'
PREREQUISITOS	
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase	
CALENTAMIENTO	
Juego predeportivo: el torito.	
	
Parte principal	Tiempo 30'

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

Demostración

Progresión

En la posición de frente, lanzando levemente el globo hacia arriba de la mano derecha hacia la izquierda y viceversa de forma simultánea, deberá desplazarse en línea recta hacia adelante.



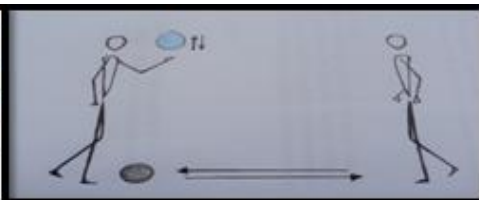
En la posición de frente, lanzando el globo hacia arriba de la mano derecha hacia la izquierda y viceversa de forma simultánea, deberá desplazarse en slalom hacia adelante.



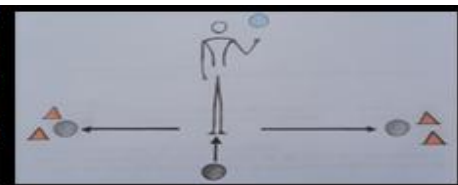
En la posición de frente, lanzando el globo hacia arriba con su mano izquierda, deberá conducir el balón con los pies en línea recta hacia adelante.



En la posición de frente, lanzando el globo hacia arriba con su mano izquierda, deberá realizar un pase hacia adelante con en pie, luego que el entrenador lanzara en balón hacia él.



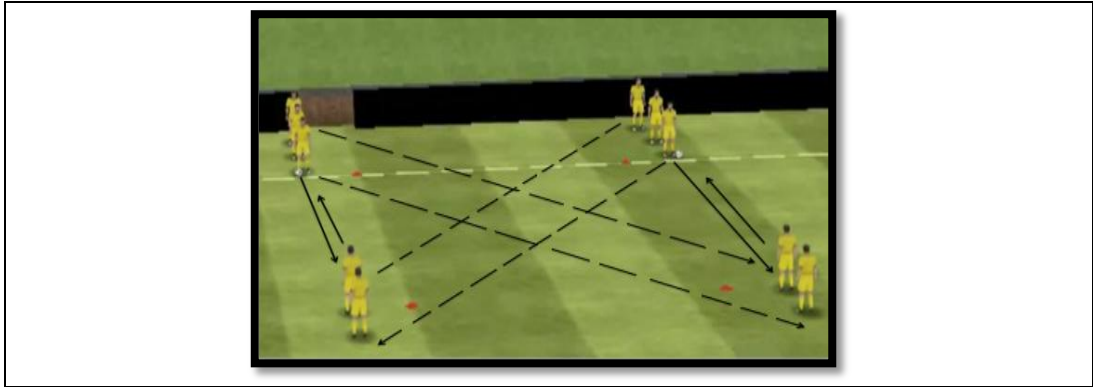
En la posición de frente, lanzando el globo hacia arriba con su mano izquierda, deberá realizar un pase hacia el lado derecho/izquierdo con en pie, luego que el entrenador lanzara en balón hacia él.








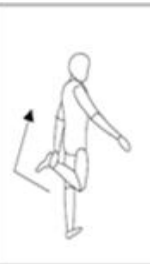
Parte Final

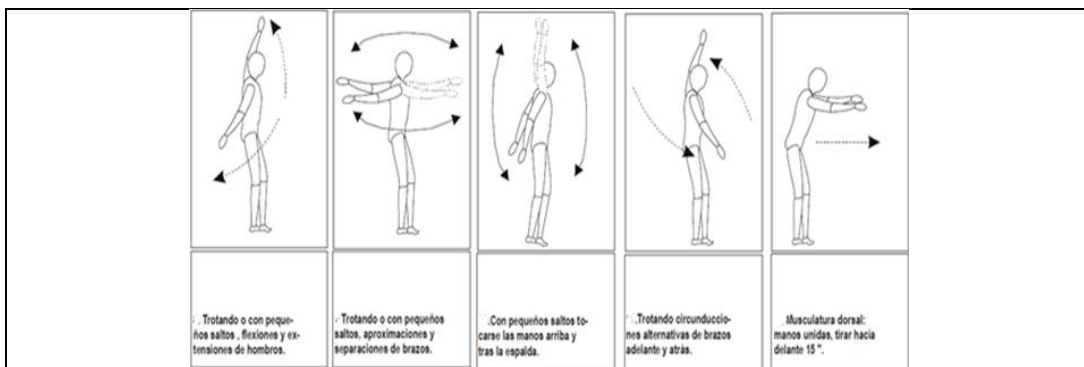
Tiempo 5'

Juego de concentración.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la habilidad deportiva mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios de precisión y control en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circundaciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y sóleo: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Isoquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".



Movimiento circular de cuello
 Movimiento de hombros
 Movimiento brazos
 Movimiento circular de rodillas
 Movimiento circular de tobillos
 Trote alrededor de la cancha
 Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
 Trote rodillas al pecho, taloneo
 Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
 Trote lateral
 Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
 Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

Demostración

Progresión

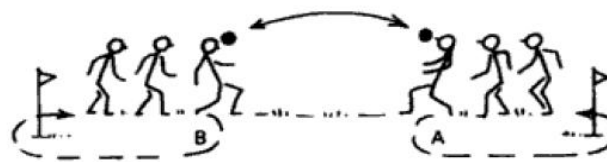
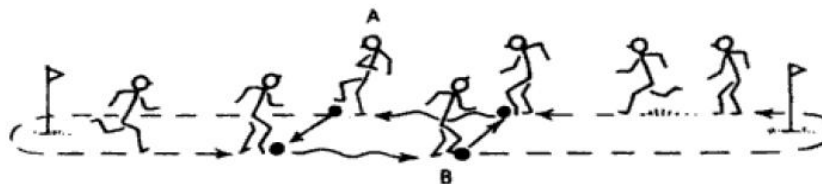
Participantes 4 a 8 jugadores.

Material 1 pelota.

Descripción del ejercicio Los grupos A y B se colocarán enfrentados a 10 metros de distancia. La pelota se jugará ininterrumpidamente en forma baja. Después de cada pase los jugadores correrán hacia el otro grupo.

El primer jugador del grupo A juega bajo hacia B, quien la recibirá girando, correrá con la pelota alrededor de su grupo y la jugará nuevamente baja hacia A. Ahora A recibe la pelota también girando, la conduce alrededor de su grupo y la juega baja a B. Después del pase los jugadores se colocarán al final de su grupo.

- Puntos esenciales**
1. Jugada baja hacia el compañero.
 2. Llevar la pelota con un giro simultáneo.
 3. Rápida conducción de la pelota.



Participantes 4-8 jugadores.

Material 1 pelota – 2 banderines.

Descripción del ejercicio *Ejercicio* Se colocarán los banderines con una separación de 25 metros. Los grupos A y B formarán delante de los mismos. El primer jugador del grupo A lleva la pelota hacia el grupo B; de aquí sale el primer jugador a su encuentro. Cuando ambos están casi a la misma altura, A₁ realiza un pase lateral a B₁, quien se la lleva rápidamente y la juega al jugador A₂ con un pase lateral. Después del pase todos los jugadores corren hacia el final de la fila del otro grupo, pasando detrás de los banderines colocados.

Ejercicio Colocar los banderines a una distancia de 15 metros. Ambos grupos están enfrentados a 3 metros de distancia y cabecean la pelota uno al otro. Después de cada pase corren velozmente hasta ubicarse en el último lugar de la fila pasando detrás del banderín.

- Puntos esenciales**
1. Precisión en el pase en profundidad hacia el compañero.
 2. Llevar rápidamente la pelota.
 3. Precisión en el cabeceo
 4. Pase y pique.

Indicaciones La distancia entre banderines puede variar. A mayor distancia, mayor rendimiento en la carrera. Al iniciar el entrenamiento se emplean estos ejercicios con un desarrollo menos intensivo para la familiarización con la pelota.

Parte Final	Tiempo 5'
-------------	-----------

Juego de concentración.

Participantes 3 jugadores por grupo. Pueden practicar más grupos a la vez.

Material 1 pelota por grupo – 4 banderines.

Descripción del ejercicio Colocar los banderines de tal manera que formen un rectángulo. La distancia de A a B es de 15 metros, de A a C 10 metros. El jugador A le pasa una pelota baja a B, quien la pasa a C y corre hacia el banderín libre. El jugador C juega directamente hacia ese lugar. El jugador B la pasa a A y corre hacia su punto de partida. Mientras A y C mantienen su lugar, el jugador B se desplaza de banderín a banderín hasta que el entrenador ordene un cambio de lugar.

Puntos esenciales

1. Pase y pique.
2. Jugada de precisión baja hacia el compañero.
3. Jugada directa.

Indicaciones Es conveniente que el jugador B juegue la pelota fuerte hacia A y C, mientras éstos la hacen rebotar sin detenerla. Los jugadores con poca práctica pueden detener primero la pelota, antes de pasarla.

Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE

1.-DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la Institución: "JUAN MONTALVO"/"FRANCISCO CALDERÓN"
 Año: Tercero de básica
 Año Lectivo: 2013-2014
 Área: Cultura Física

2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

UNIDAD DIDACTICA: Fútbol
 TEMA: Aprendiendo el fútbol
 METODOLOGIA: Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.
 ESTRATEGIA METODOLOGICA: Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.
 RECURSOS: Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.
 DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO: Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.

3.-OBJETIVOS

EDUCATIVO: Desarrollar la capacidad de equilibrio mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.
 INSTRUCTIVO: Aplicar ejercicios de equilibrio en determinadas actividades deportivas.

4.-ACTIVIDADES

PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE





Parte Inicial	Tiempo 5'
----------------------	------------------

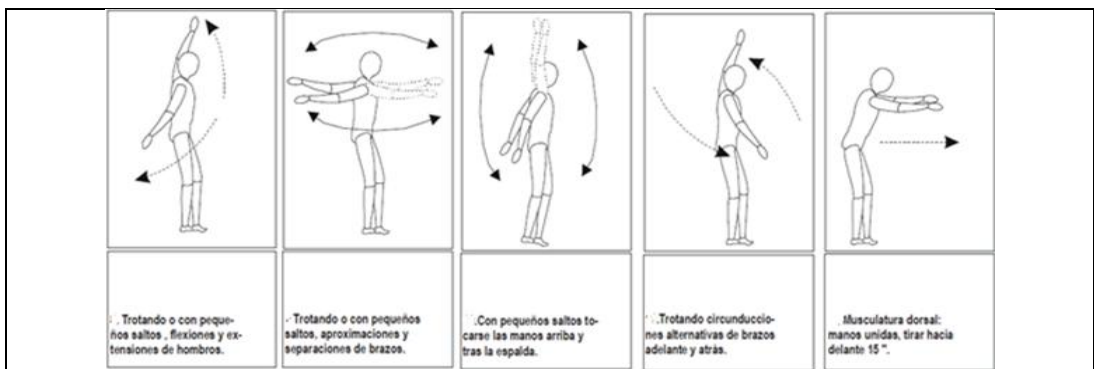
PREREQUISITOS

Explicación del tema de clase
 Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase

CALENTAMIENTO

Movilidad articular

			
· Gemelos y sólo: llevar el talón hasta el suelo y mantener 15".	· Isquiotibiales y glúteos: llevar la frente hasta las rodillas mantener 15".	· Aductores: flexión lateral del tronco hacia las piernas, mantener 15".	· Cuádriceps y tibial: llevar la rodilla hasta la cadera y mantener la posición durante 15".



- Movimiento circular de cuello
- Movimiento de hombros
- Movimiento brazos
- Movimiento circular de rodillas
- Movimiento circular de tobillos
- Trote alrededor de la cancha
- Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
- Trote rodillas al pecho, taloneo
- Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
- Trote lateral
- Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
- Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal **Tiempo 30'**

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

- La explicación
- Demostración
- Progresión

En la posición de frente, sosteniendo el globo por arriba de su cabeza, deberá desplazarse en línea recta hacia adelante.

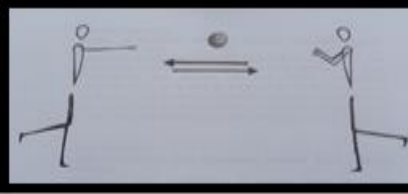
En la posición de pie, sosteniendo el globo por arriba de su cabeza, deberá desplazarse en línea recta hacia atrás.

En la posición de pie, sobre una línea, deberá lanzar hacia arriba el globo de su mano derecha y de su mano izquierda de manera alternada. Tratar de mantener la posición.

En la posición de pie, con una pierna levantada y flexionada hacia atrás, hasta poder ser agarrada por la mano del mismo lado y con la otra mano sosteniendo el globo, deberá mantenerse en una posición estática.

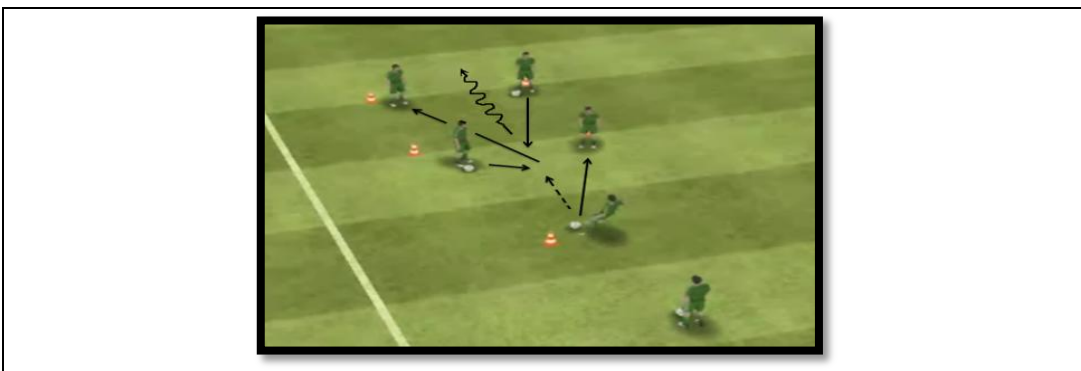


En la posición de pie, de frente entre sí, deberán pasarse el balón sin dejarlo caer, flexionando hacia atrás una de las dos piernas.






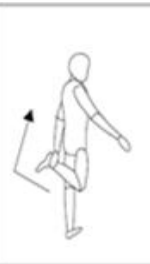


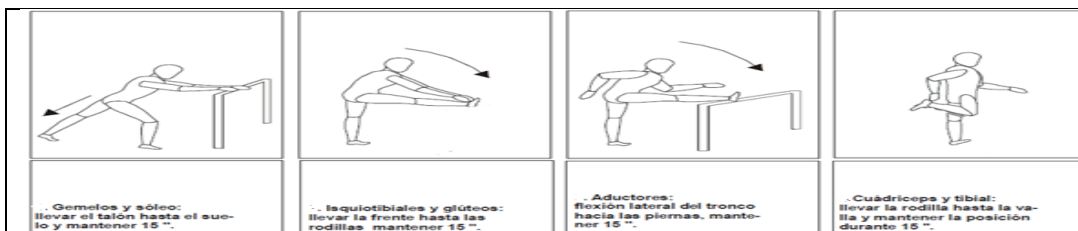
Parte Final	Tiempo 5'
--------------------	------------------

Juego de concentración.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la habilidad de juego mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios secuenciales en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circundaciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y sóleo: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Isoquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".



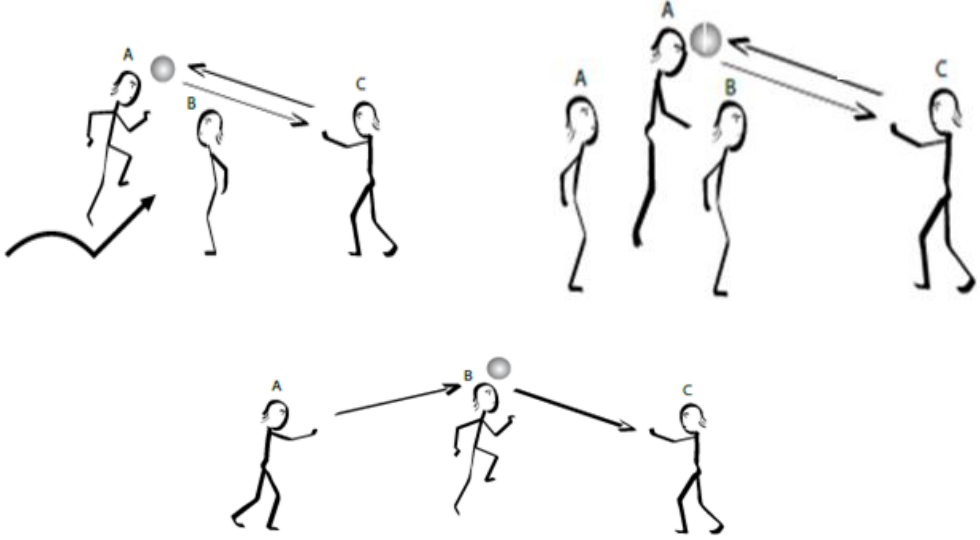
Movimiento circular de cuello
 Movimiento de hombros
 Movimiento brazos
 Movimiento circular de rodillas
 Movimiento circular de tobillos
 Trote alrededor de la cancha
 Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
 Trote rodillas al pecho, taloneo
 Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
 Trote lateral
 Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
 Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

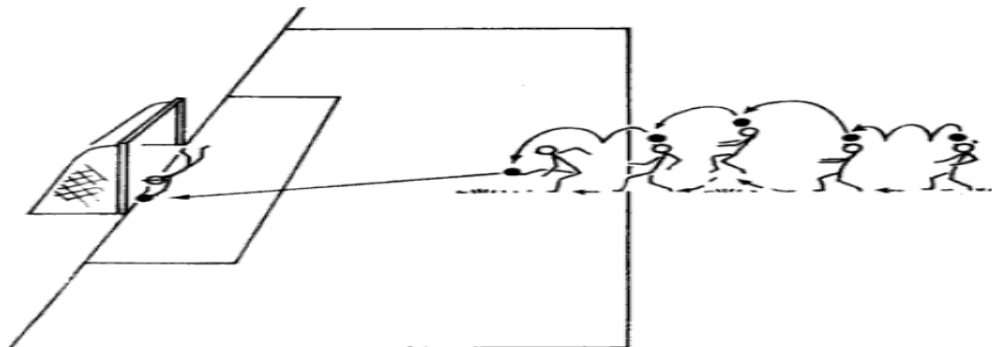
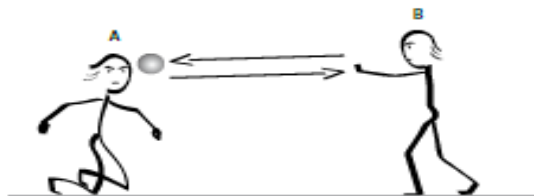
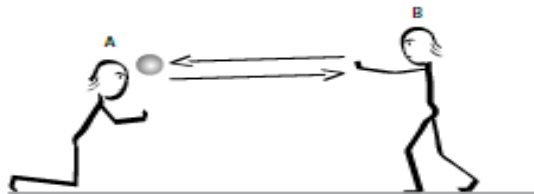
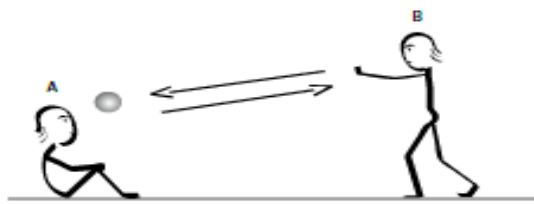
Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación
 Demostración
 Progresión





Participantes 1-8 jugadores.

Material 1 pelota para cada jugador.

Descripción del ejercicio Los jugadores se colocarán cada uno con su pelota frente al arco a 40 metros de distancia. Con cabeceo múltiple se dirigirán hacia el arco. Entre medio, la pelota se cabeceará más alto y se la recibirá directamente con un salto continuando con el cabeceo. En el límite del área penal la pelota se pateará hacia el arco en la dirección establecida cuando todavía está en el aire.

Puntos esenciales

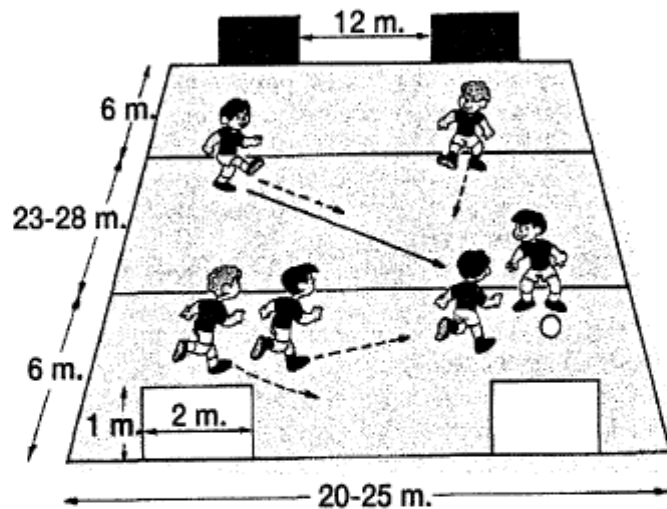
1. Mejorar el contacto con la pelota.
2. Tiro al arco bajo en la dirección establecida.
3. Seguir la pelota después del remate al arco.

Indicaciones Cada jugador busca la pelota que pateó con un pique, la conduce al punto de partida y se dirige al final de su grupo. Si se aplica este ejercicio al iniciar el entrenamiento, suprimir el pique. Los jugadores corren a buscarla y la conducen lentamente al punto de partida. Para mejorar la capacidad de concentración se les exigirá constantemente a los jugadores no dejar caer la pelota.

Juego de concentración.

3:3 (equipo 1-2-4 vs. 3-5-6)


- Valen las reglas oficiales del Mini Fútbol sin porteros. Gana el equipo que marca en tres tiempos de 3 minutos más goles. Cada jugador del equipo vencedor acumula para el test 3 puntos.



Gana el test de la capacidad de juego en el Mini Fútbol el jugador con la puntuación más alta. En caso de haber realizado con un segundo grupo de 6 jugadores el mismo test, los primeros así como los últimos 3 jugadores de cada grupo se enfrentan nuevamente para poder establecer una clasificación final.

Nota: Interviniendo 18 jugadores, se organizan tres rondas finales: una con los dos primeros, una con los terceros y cuartos y finalmente la última con los quintos y sextos de cada grupo.

Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE	
1.-DATOS INFORMATIVOS	
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”
Año:	Tercero de básica
Año Lectivo:	2013-2014
Área:	Cultura Física
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE	
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol
TEMA:	Aprendiendo el fútbol
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.
3.-OBJETIVOS	
EDUCATIVO:	Desarrollar la capacidad de ritmización mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios de ritmización en determinadas actividades deportivas.
4.-ACTIVIDADES	
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE	
Parte Inicial	Tiempo 5'
PREREQUISITOS	
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase	
CALENTAMIENTO	
Juego predeportivo: dominar los globos.	
	

Parte principal

Tiempo 30'

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

Demostración

Progresión

Desplazándose hacia adelante, deberá realizar un determinado número de golpes con las palmas de las manos en cada paso, de acuerdo al número de conos.



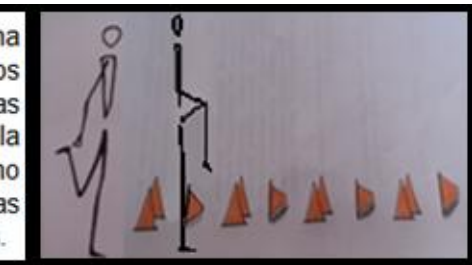
Desplazándose hacia adelante, deberá realizar un determinado número de saltos con los pies juntos, de acuerdo al número de conos.



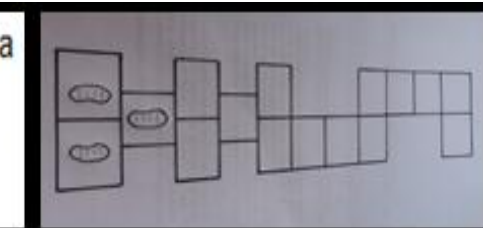
Desplazándose hacia adelante con una leve carrera, deberá realizar dos golpes con las palmas de las manos cuando tenga al lado un solo cono y dos golpes con las palmas de las manos sobre los muslos cuando tenga al lado dos conos.



Desplazándose hacia adelante con una leve carrera, cuando tenga al lado dos conos, deberá topar los talones a las manos por la parte posterior de la cadera y cuando tenga al lado un cono deberá realizar dos golpes con las palmas de las manos sobre los muslos.



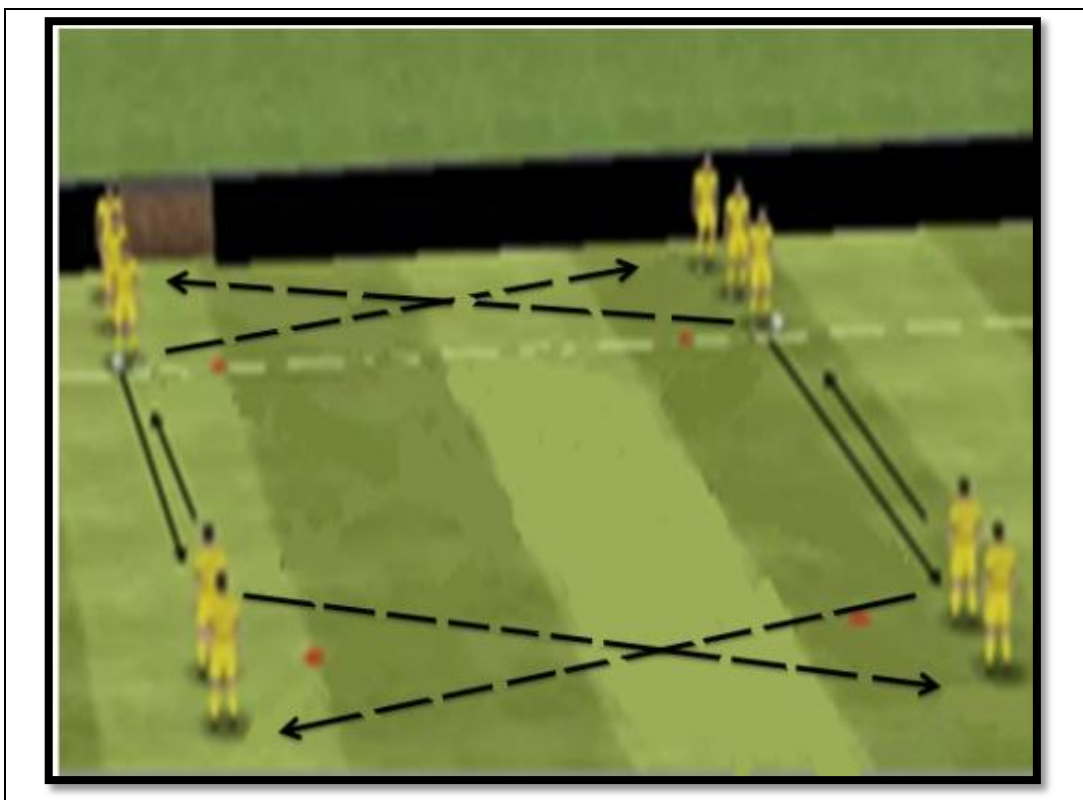
Desplazándose hacia adelante con una leve carrera, deberá colocar los dos pies cuando existan dos cuadros y un solo pie cuando exista un cuadro.









Parte Final

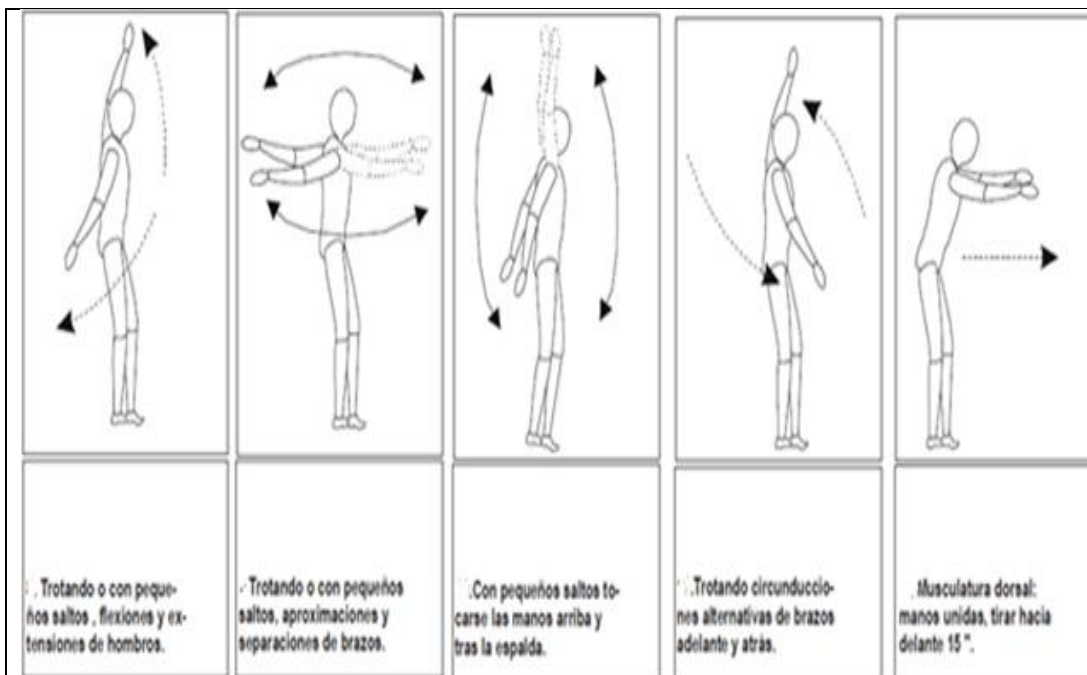
Tiempo 5'

Juego de concentración.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la habilidad deportiva mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios secuenciales en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circundaciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y sóleo: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Isoquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".



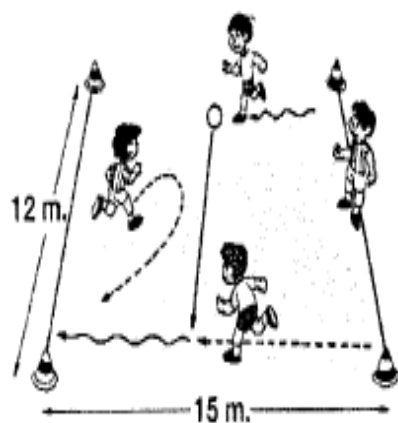
Movimiento circular de cuello
 Movimiento de hombros
 Movimiento brazos
 Movimiento circular de rodillas
 Movimiento circular de tobillos
 Trote alrededor de la cancha
 Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
 Trote rodillas al pecho, taloneo
 Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
 Trote lateral
 Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
 Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

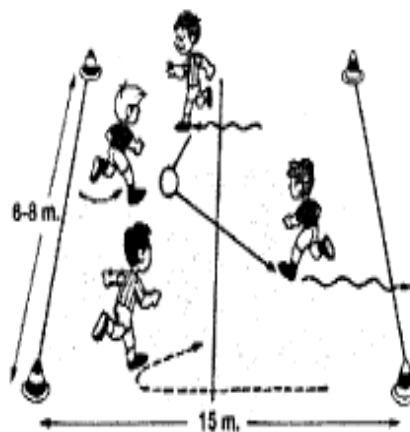
CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)
 La explicación
 Demostración
 Progresión

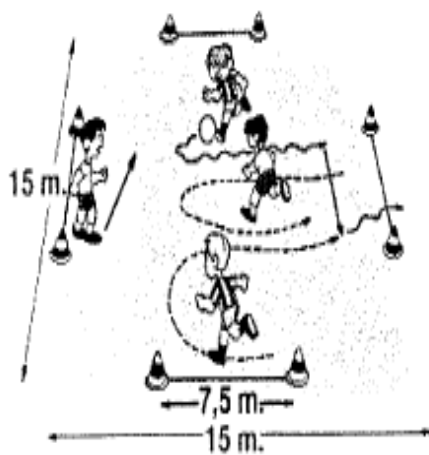
Juegos simplificados para equipos formados por dos jugadores



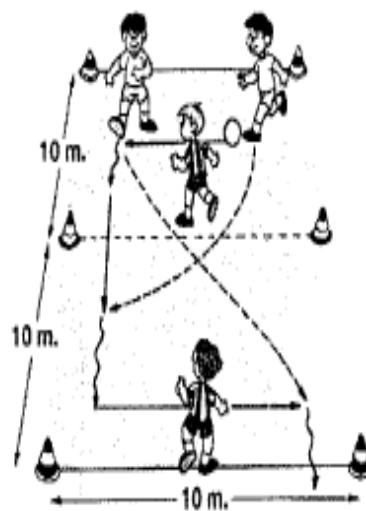
CON DOS PORTERÍAS ANCHAS



CON DOS PORTERÍAS ANCHAS Y CONTRAATAQUE

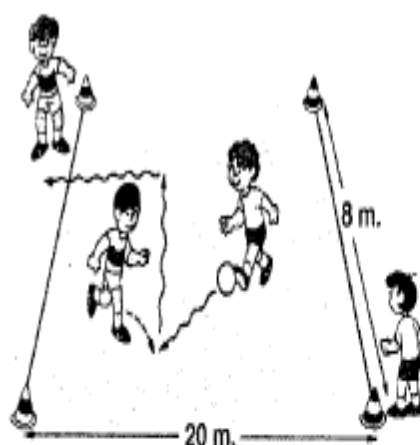


CON 4 PORTERÍAS CRUZADAS

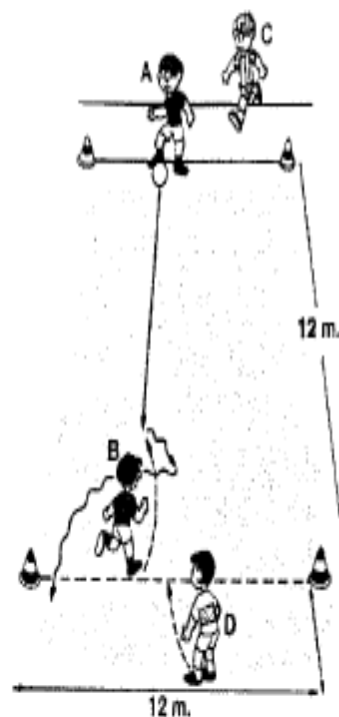


DOS Ó TRES VECES 2:1 CON TIRO A PORTERÍA

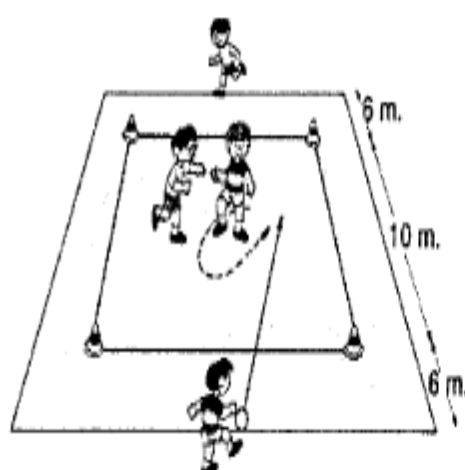
Juegos simplificados para equipos formados por dos jugadores



CON SUSTITUCIONES



CONTROL DEL BALÓN CON POSTERIOR REGATE AL CONTRARIO



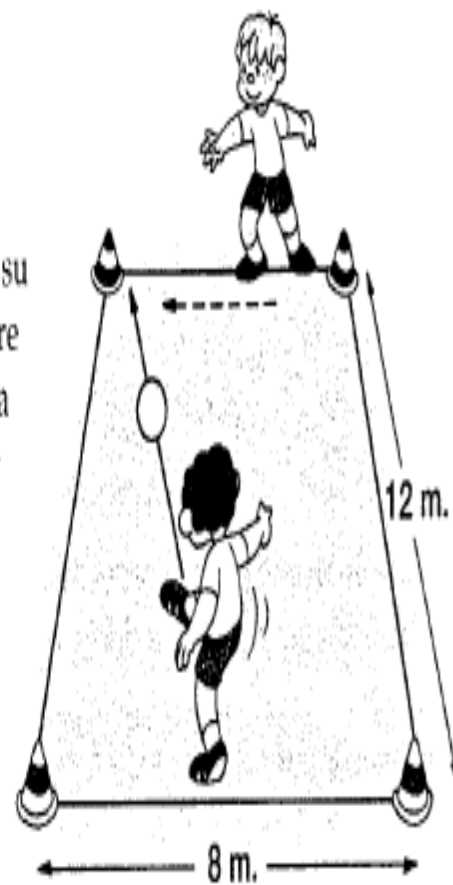
PASE AL COMPAÑERO MARCADO



MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN EN LA SITUACIÓN

TIRO Y CONTROL

- Dos jugadores, cada uno en el centro de su portería (8 m.), deben lanzar el balón sobre una distancia de 12 metros a ras de suelo a la portería contraria. No se permite entrar en el campo para tirar o parar el balón.
- En caso de una infracción (pase alto por encima del nivel de las rodillas, entrar en el campo, o utilizar las manos), se penaliza al infractor con un penalti desde el centro del campo (6 m.).
- Gana la prueba el jugador que marca primero cuatro goles.

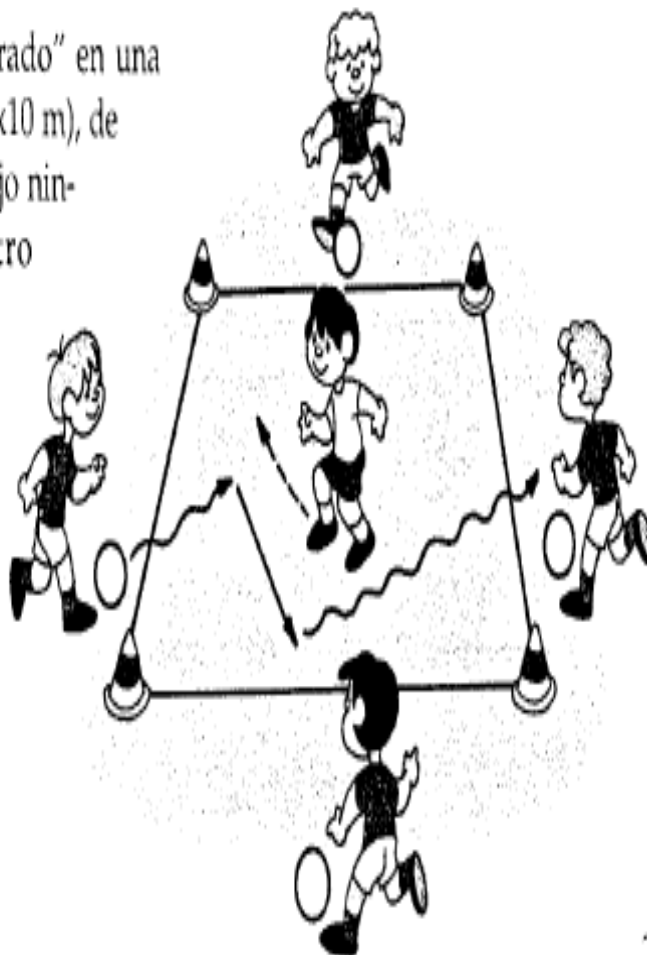


Objetivos Formativos

- Saber "camuflar" la trayectoria del balón.
- Saber lanzar el balón a ras de suelo (evitar levantar el balón) y darles precisión y potencia.
- Interceptar el balón en movimiento, desplazándose tanto a la derecha como hacia la izquierda.
- Como defensa, experimentar la amplitud del campo que uno puede controlar.
- Leer el juego del contrario y anticipar la trayectoria de su pase.

Juego de concentració: La Jaula.

- Un defensa está "encerrado" en una "jaula" (cuadrado de 10x10 m), de la que no puede salir bajo ningún concepto; cuatro atacantes, cada uno de ellos en posesión de un balón, están fuera de la "jaula" y a 6 metros de distancia de cada uno de sus cuatro lados.



- El monitor llamará por su nombre a un atacante para que intente cruzar la "jaula" hasta salir con el balón controlado por la línea de fondo opuesta.
- A los 8 ataques individuales se cambia el defensa, hasta que cada uno de los 5 jugadores hayan sido una vez defensas.
- Gana aquel que permite menos penetraciones a través de la "jaula".

Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE

1.-DATOS INFORMATIVOS

Nombre de la Institución: "JUAN MONTALVO"/"FRANCISCO CALDERÓN"
Año: Tercero de básica
Año Lectivo: 2013-2014
Área: Cultura Física

2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

UNIDAD DIDACTICA: Fútbol
TEMA: Aprendiendo el fútbol
METODOLOGIA: Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.
ESTRATEGIA METODOLOGICA: Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.
RECURSOS: Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO: Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.

3.-OBJETIVOS

EDUCATIVO: Desarrollar la capacidad de reacción mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.
INSTRUCTIVO: Aplicar ejercicios de reacción en determinadas actividades deportivas.

4.-ACTIVIDADES

PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE

Parte Inicial

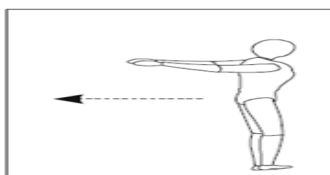
Tiempo 5'

PREREQUISITOS

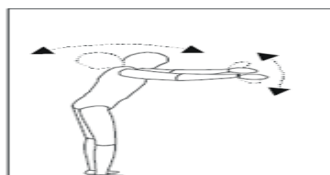
Explicación del tema de clase
Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase

CALENTAMIENTO

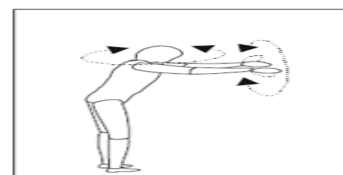
Movilidad articular



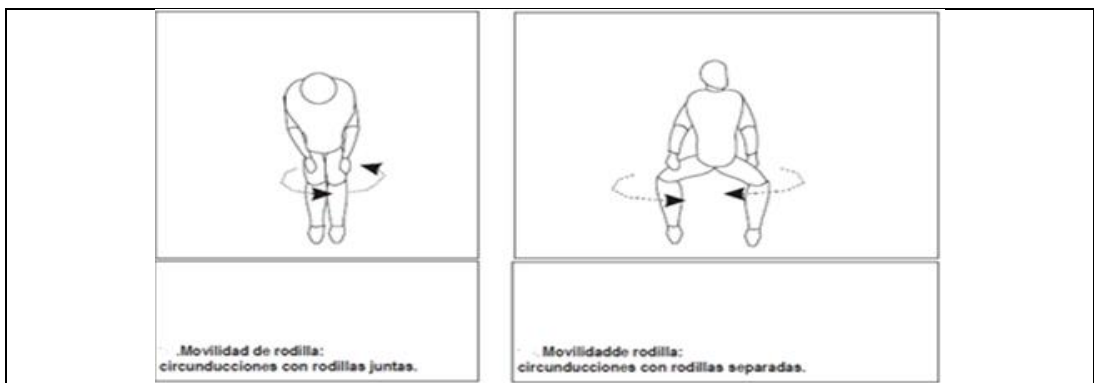
... Pectoral:
manos unidas, tirar atrás
durante 15" sacando pe-
cho.



... Cuello y muñecas:
flexiones y extensiones.



...Cuello y muñecas:
circunducciones.



Movilidad de rodilla:
circunducciones con rodillas juntas.

Movilidadde rodilla:
circunducciones con rodillas separadas.

- Movimiento circular de cuello
- Movimiento de hombros
- Movimiento brazos
- Movimiento circular de rodillas
- Movimiento circular de tobillos
- Trote alrededor de la cancha
- Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
- Trote rodillas al pecho, taloneo
- Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
- Trote lateral
- Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
- Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal

Tiempo 30'

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

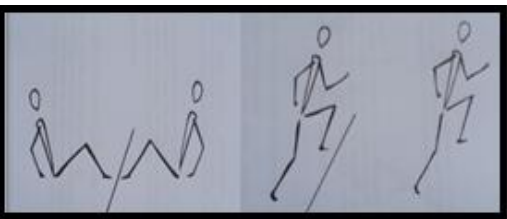
Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación

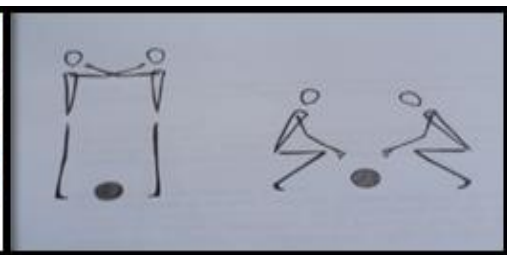
Demostración

Progresión

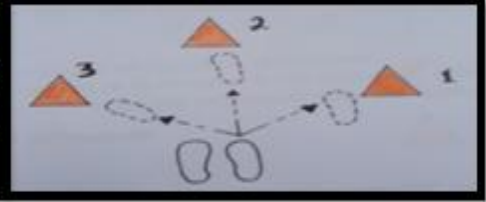
En la posición sentado con las piernas flexionadas, de frente entre sí, tras la orden del entrenador deberán levantarse lo más rápido posible y uno de ellos deberá atrapar al otro en el menor tiempo posible.



En la posición de frente entre sí, el entrenador tendrá que indicar que parte de la cara deben tocarse y repentinamente dirá la palabra balón tras lo cual deberán tomar el balón lo más rápido posible.

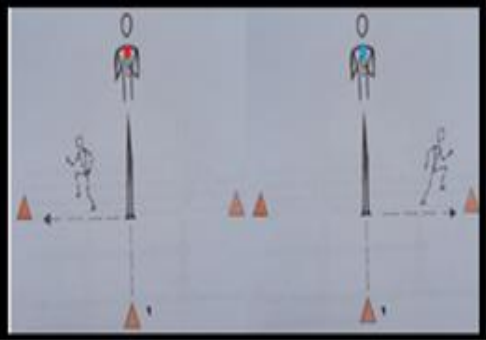


En la posición de pie, tras la señal del entrenador, tendrá que topar con el pie el número del cono indicado en el menor tiempo posible.

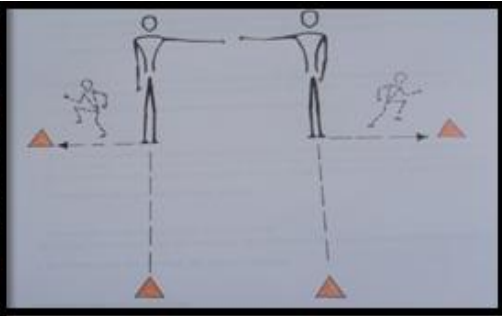


En la posición de pie, de frente y distante al entrenador, debe correr hacia él, en el momento en que se acerca, el entrenador mostrara una tarjeta ya sea de color azul o rojo la misma que determinara si debe dirigirse hacia el lado derecho o izquierdo del entrenador.

Tarjeta roja: lado izquierdo del alumno
Tarjeta azul: lado derecho del alumno



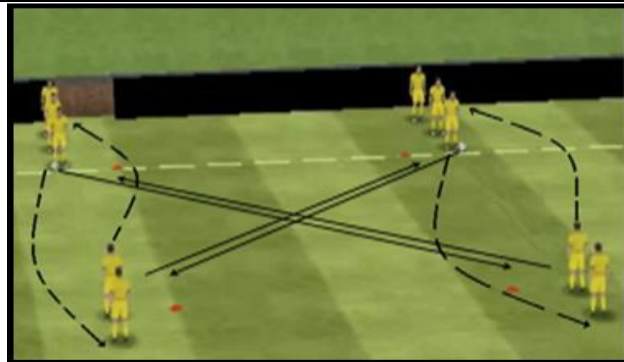
En la posición de pie, de frente y distante al entrenador, debe correr hacia él, en el momento en que se acerca, el entrenador levantara uno de sus brazos, debiendo el alumno dirigirse hacia el lado opuesto, lo que hará que determine si debe desplazarse hacia la derecha o hacia la izquierda.









Parte Final

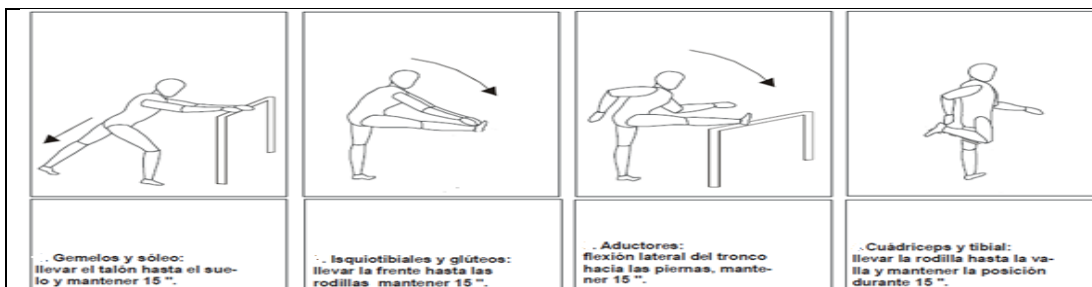
Tiempo 5'

Juego de concentración.



Autor: Edison Anrrango.

PLAN DE CLASE					
1.-DATOS INFORMATIVOS					
Nombre de la Institución:	“JUAN MONTALVO”/“FRANCISCO CALDERÓN”				
Año:	Tercero de básica				
Año Lectivo:	2013-2014				
Área:	Cultura Física				
2.-ORGANIZACIÓN DE LA CLASE					
UNIDAD DIDACTICA:	Fútbol				
TEMA:	Aprendiendo el fútbol				
METODOLOGIA:	Aplicación de tareas secuenciales y progresivas.				
ESTRATEGIA METODOLOGICA:	Dialogo y explicación sobre los contenidos planteados, aplicaciones prácticas.				
RECURSOS:	Balón, conos, globos, caja de madera, tarjetas con numeración en desorden del uno al cuatro.				
DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO:	Desarrollar la coordinación motora por medio de actividades secuenciales y progresivas.				
3.-OBJETIVOS					
EDUCATIVO:	Desarrollar la habilidad deportiva mediante actividades secuenciales y progresivas, para mejorar el rendimiento deportivo.				
INSTRUCTIVO:	Aplicar ejercicios secuenciales en determinadas actividades deportivas.				
4.-ACTIVIDADES					
PROCESO DIDACTICO DE LA CLASE					
Parte Inicial	Tiempo 5'				
PREREQUISITOS					
Explicación del tema de clase Dialogo sobre nivel de conocimiento del tema de clase					
CALENTAMIENTO					
Movilidad articular					
					
Movilidad de tobillos: circundaciones con la puntera apoyada.	Movilidad de tobillo: movimiento en todas las direcciones.	Movilidad de tobillo: oscilaciones laterales.	Gemelos y sóleo: llevar el talón hasta el suelo en tierra inclinada y mantener la posición 15".	Isoquiotibiales y glúteos: mantener adelante la posición 15".	Cuádriceps: mantener cuerpo recto y rodilla flexionada durante 15".



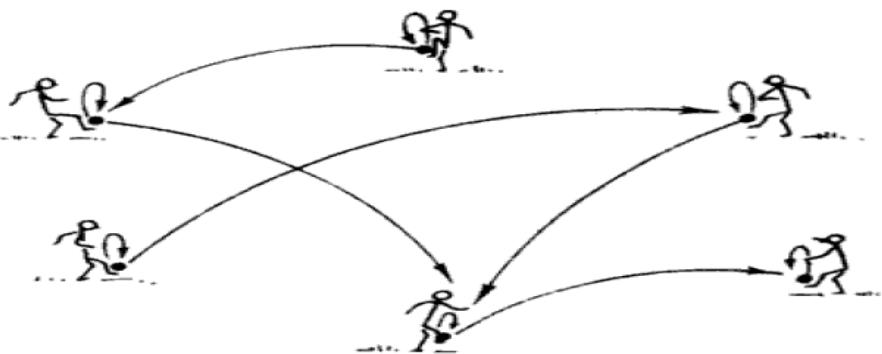
Movimiento circular de cuello
 Movimiento de hombros
 Movimiento brazos
 Movimiento circular de rodillas
 Movimiento circular de tobillos
 Trote alrededor de la cancha
 Trote alrededor de la cancha frente, espaldas.
 Trote rodillas al pecho, taloneo
 Trote rodillas al pecho, taloneo alternado
 Trote lateral
 Trote lateral en parejas saltar lo que más puedan a topar las manos en el aire
 Trote saltando y estirándose con las manos extendidas.

Parte principal	Tiempo 30'
------------------------	-------------------

CONSTRUCCION DE CONOCIMIENTOS Y EXPERIENCIAS

Estrategias Didácticas (Maestro)

La explicación
 Demostración
 Progresión

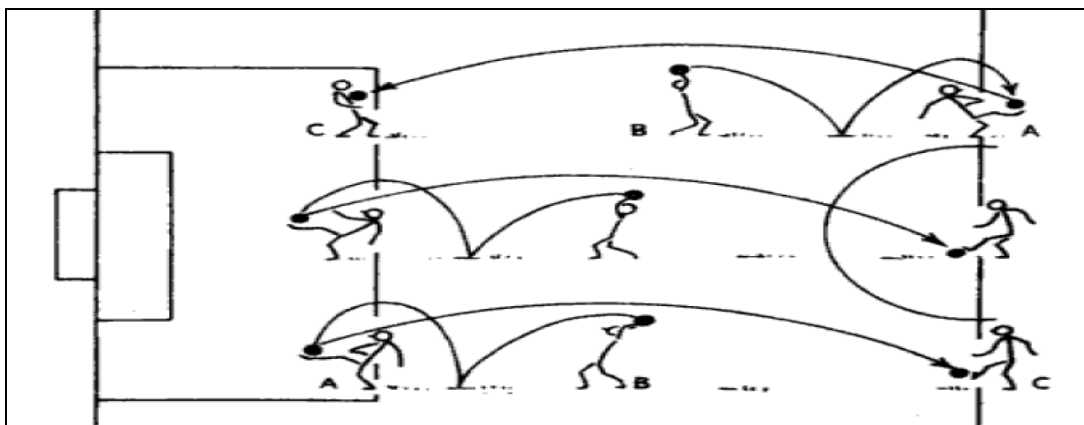


Participantes	6 defensores o mediocampistas.
Material	2 pelotas.
Descripción del ejercicio	Seis jugadores se ubicarán en círculo. Las distancias las determinará el entrenador. La pelota será pasada hacia el compañero a media altura y recibida por éste de modo que estando todavía en el aire puede hacer el pase. La dirección del pase puede ser indistinta.
Puntos esenciales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Precisión en el pase a media altura. 2. Mejorar la recepción de la pelota. 3. Desarrollar la capacidad de reacción (si se juega con dos pelotas).
Indicaciones	Se practicará con dos pelotas, si los jugadores ya juegan bien. Al recibir la pelota observar a los compañeros, para pasar la pelota también a un jugador libre.

Participantes	1-5 mediocampistas o interiores atacantes.
Material	1 pelota para cada jugador – 3 banderines.
Descripción del ejercicio	Colocar los banderines a 4 metros de distancia entre sí. El primero estará a 20 metros del arco. Los jugadores se ubicarán a 35 metros del arco. El entrenador se parará a la altura del último banderín. Un jugador picará hacia los banderines. El entrenador lanzará una pelota a su carrera. El jugador conducirá velozmente la pelota entre los banderines y rematará desde el área penal al arco.
Puntos esenciales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Llevar velozmente la pelota. 2. Conducción corta de la pelota. 3. Después de llevar la pelota, remate al arco en plena carrera. 4. Seguir la pelota después del remate al arco.
Indicaciones	Los jugadores deberán buscar la pelota después del remate al arco, la devolverán al entrenador y correrán hacia el punto de partida. Para lograr la necesaria intensidad en el ejercicio, no deberán practicar más de cinco jugadores a la vez. Si no hay arquero, el arco será dividido por medio de dos sogas en tres partes. Al jugador se le indicará antes del remate a qué sector deberá patear.

Parte Final	Tiempo 5'
-------------	-----------

Juego de concentración.



Participantes 3 defensores o mediocampistas.

Material 1 pelota por cada tres jugadores.

Descripción del ejercicio El jugador B, ubicado en el medio, lanzará con ambas manos la pelota al suelo de modo tal, que pique nuevamente detrás de A. Pero el jugador A girará velozmente, correrá hacia la pelota y antes del segundo pique realizará un pase hacia atrás sobre su cabeza hacia el jugador C. Este devolverá a B.

Puntos esenciales

1. Precisión en el pase hacia atrás sobre la cabeza.
2. Desarrollo de la movilidad.
3. Desarrollo de la concentración.

Indicaciones Se recomienda que practiquen varios grupos a la vez (ver dibujo). Las pelotas que no llevan buena dirección pueden ser atajadas por los jugadores de otros grupos. Así el ejercicio será intenso y contínuo. También se logrará un ejercicio intenso si hay suficiente material para cada grupo.

Autor: Edison Anrrango.

Objetivos generales y objetivos específicos, en el fútbol formativo

Según lo expresado por Wanceulen Moreno, Antonio (2008), formamos a continuación un resumen abreviado de objetivos para cada nivel.

ETAPA DE INICIACIÓN	
OBJETIVOS GENERALES	<ul style="list-style-type: none">• Aprendizaje de los fundamentos y acciones esenciales y generales del juego.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none">• Formación integral y global del joven.• Desarrollo de los mecanismos perceptivos de toma de decisión y ejecución.• Desarrollo de la creatividad.• Fijación de los esquemas perceptivos de la técnica individual.• Mejora de la Educación Física de Base como fundamento para armonizar su desarrollo psicomotor.

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

Contenidos según la etapa de iniciación

Los cuadros 1- TÉCNICA, 2-TÁCTICA, 3-PREPARACIÓN FÍSICA Y 4-FACTORES PSICOLÓGICOS, contienen una propuesta esquemática de contenidos aplicables según metería y edad, redactados según lo expresado por Wanceulen Moreno, Antonio y José Francisco (2008).

1. TÉCNICA

TÉCNICA: CONTENIDOS	NIVEL: Infantil. EDAD: 8-9
<ul style="list-style-type: none">• El Control: Parada, semi-parada y amortiguamientos.• El Golpeo: Ambos pies.• Habilidad: Estática (suelo y aire).• Pases: Cortos y Medios.• Conducciones: Cambios de dirección, cambios de sentido, con giro, conducción circular y con distintas superficies.• Iniciación al Tiro: Distintas Superficies, insistir en tiro estático e introducir poco a poco en movimiento (Control+tiro; Conducción+Tiro).• Familiarización con el regate y Finta.• Acciones técnicas Combinadas.	

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

2. TÁCTICA

TÁCTICA: CONTENIDOS	NIVEL: Infantil. EDAD: 8-9
<ul style="list-style-type: none">• Concepto de "Ataque".• Concepto de "Defensa".• Posicionamiento.• Sistemas.	

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

3. PREPARACIÓN FÍSICA

EDUC. FÍSICA / PREP. FÍSICA: CONTENIDOS	NIVEL: Infantil. EDAD: 8-9
<ul style="list-style-type: none">• Iniciación a la resistencia aeróbica.• Iniciación a la velocidad de reacción, gestual, y de desplazamiento (frecuencia de zancada).• Iniciación a la fuerza (A.F. General) (autocargas, luchas, tracciones, empujes y arrastres)• Iniciación de la flexibilidad.• Aplicación a través de Formas Jugadas.• Aplicación de Actividades Polideportivas.• Iniciación de la agilidad. • Desarrollo de la Coordinación D. General, Segmentaria, Visomotora y Equilibrio.• Desarrollo de las Habilidades Perceptivas.	

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

4. FACTORES PSICOLÓGICOS

Desarrollo de los contenidos psicológicos en una progresión adecuada a cada edad, categoría y desarrollo evolutivo del joven futbolista.

NIVEL	EDAD	CONTENIDOS
TODOS	DESDE 7 AÑOS	<ul style="list-style-type: none">• Creatividad.• Inteligencia Táctica: Comprensión de la lógica de juego.• Autoconfianza.• Predisposición al Esfuerzo.• Perseverancia.• Capacidad de sacrificio.• Auto exigencia.• Disciplina.• Valentía.• Decisión• Control Emocional.• Resistencia al Fracaso.• Atención.• Concentración.• Anticipación.• Consejos y Técnicas Simples para afrontar la Competición.• Transmitir valores éticos en la Competición y fuera de ella.• Transmitir valores de apego al Club.

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

CONTENIDOS SOCIALIZADORES

NIVEL	EDAD	CONTENIDOS
INFANTIL	EDAD: 8-9	<ul style="list-style-type: none"> • Conductas prosociales, tales como: la solidaridad, la reciprocidad, la tolerancia, el bienestar común, la tolerancia, la cooperación, la ayuda, etc. • Habilidades sociales positivas (llevarse bien con otros, preocuparse por los demás, ponerse en el punto de vista del otro, etc.) • Hábitos sociales positivos (ser solidarios, comprender a los demás y cooperar con ellos, etc.). • Identidad. • Integración. • Interrelación con desarrollo afectivo y la competencia cognitiva. • Saber ganar y saber perder. • Valorar el espíritu deportivo, atenerse a una adecuada disciplina y respetar las reglas de juego. • Proyectar nuestra idea de éxitos en el fútbol, siempre a través de Juego Limpio. Superando las reglas pero no vulnerándolas (UNICE, 2004).

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

CONTENIDOS REGLAMENTARIOS

NIVEL		JUGADOR	PORTERO
INFANTIL	Vestimenta	Botas Espinilleras Calcetas Pantalón Camiseta	Botas-Espinilleras Calcetas-Pantalón Camiseta-Guantes Rodillera-Coderas
	Elementos	Porterías –Balón –Compañeros –Adversarios Portero –Líneas del campo –Línea de fuera de juego.	
	Objetivo	Meter gol	Evitar el gol
		Con cualquier parte del cuerpo menos con las manos.	Con cualquier parte del cuerpo menos con las manos
	No caer en el fuera de juego		

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

CONTENIDOS DE SALUD

NIVEL				
INFANTIL	NORMAS BÁSICAS Y HABITUALES DE HIGIENE Y SALUD	Higiene personal	-Antes de la actividad	-Cambiar en el vestuario -Vestimenta necesaria para entrenar o jugar
			-Durante la actividad	-Mantenerse hidratado. -Mantener temperatura corporal
			-Después de la actividad	-Ducharse y afeitarse
		Higiene postural	-En ejercicios y actividades -En desplazamientos	
		Alimentación	-Dieta equilibrada -Hábitos alimenticios antes del partido	

Fuente: Wanceulen, A., Valenzuela, M., Wanceulen, J., Wanceulen, A. (2011). Fútbol Formativo. Aspectos Metodológicos.

6.7.-IMPACTO DE LA PROPUESTA

Con la aplicación de la propuesta espero que se mejore el proceso de formación tanto a nivel físico como intelectual y así lograr por medio de la educación física y el deporte el desarrollo armónico e integral del niño.

6.8.-DIFUSION DE LA PROPUESTA

La difusión se la realizará a través de la entrega de documentación la misma que será presentada a los directores de cada institución para luego ser entregada a los docentes de cultura física.

Bibliografía

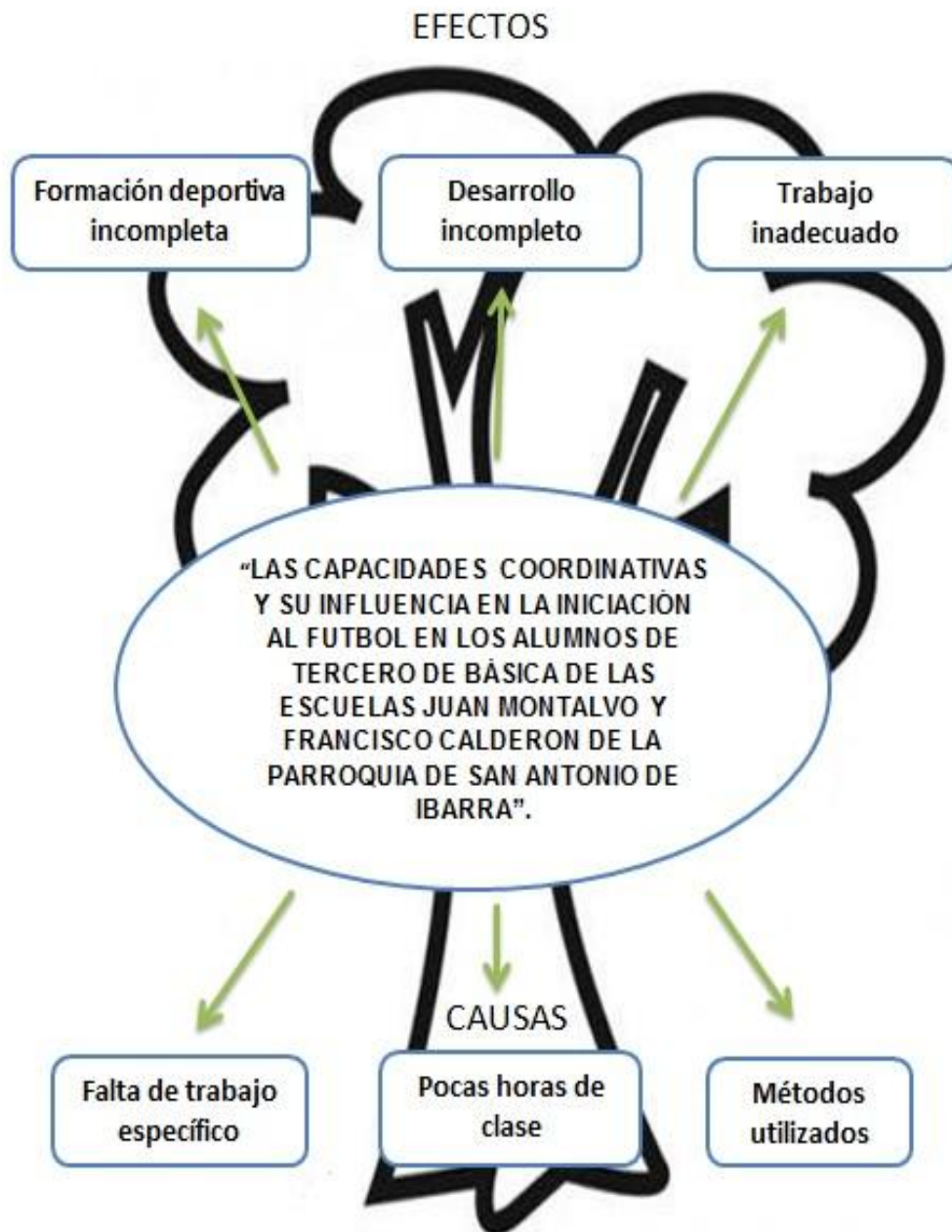
- Blázquez Sánchez, D. (2010). *Evaluar en Educación Física*. (11a. ed.). Barcelona: Inde.
- Blázquez Sánchez, D. (2010). *La Educación Física*. (2a. ed.). Barcelona: Inde.
- Borzi, C. (1999). *Fútbol Infantil, Entrenamiento Programado*. (1a. ed.). Buenos aires: Stadium.
- Bruggemann, D. (2011). *Fútbol, entrenamiento para niños y jóvenes*. (1a. ed.). Badalona: Paidotribo.
- Camacho, C. y Bonilla, C. (2010). *Programas Educación Física Básica Primaria*. (3a. ed.). España: Kinesis.
- Cantarero, L. (2013). *Psicología Aplicada al Fútbol: Jugar con cabeza*. (1a. ed.). Zaragoza: Prensas de la Universidad De Zaragoza.
- Contreras, J. y Onofre, R. (2009). *Didáctica De La Educación Física: Un Enfoque Constructivista*. (3a.ed.). Barcelona: Inde.
- Dávila Soza, M. A. (2012). *La Enseñanza De La Educación Física: Propuesta para Desarrollar Competencias en la escuela*.(1a. ed.). España: Trillas.
- Fusté Masuet, X. (2009). *Juegos de Iniciación a los Deportes Colectivos*. (5a. ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Gispert, C.(2010). *Manual de Educación Física Y Deportes*. (1a. ed.). Barcelona: Océano.
- Grupo La Tarusa. (2011). *Educación Física en Primaria a Través del Juego*. (3a. ed.). Barcelona: Inde.
- Guimaraes Rodríguez, T. (2002). *El Entrenamiento Deportivo. Capacidades físicas*. (1a. ed.). Costa Rica: Universidad Estatal a Distancia San José.
- Jackson, S. y Csikszentmihalyi, M. (2010). *Fluir en el Deporte: Claves para las experiencias y actuaciones óptimas*. (1a. ed.).Barcelona: Paidotribo.
- Leiva Deantonio, J. H. (2010). *Selección y Orientación de Talentos Deportivos*.(1a. ed.).Armenia: Kinesis.
- Martin, D., Nicolaus, J.,Ostrowski, C. y Rost, K. (2004).*Metodología*

General Del Entrenamiento Infantil Y Juvenil. (1a. ed.).Barcelona: Paidotribo.

- Martínez de Aldama, I., Cayero, R., Calleja, J. (2012).Investigación e Innovación en el Deporte.(1a. ed.).España: Paidotribo.
- Martínez López, E. y Serrano Rodríguez, A. (2010).Educación Física 2º Eso. (1a. ed.). Badalona: Paidotribo
- Meinel, K. y Schnabel, G. (2004). Teoría del Movimiento, Motricidad Deportiva. (2a ed). Buenos Aires: Stadium.
- Méndez Giménez, A. (2009). Nuevas Propuestas Lúdicas para el Desarrollo Curricular de Educación Física: Juegos Con Material Alternativo, Juegos Predeportivos y Juegos Multiculturales.(1a. ed.).Barcelona: Paidotribo.
- PilataxiAlmendariz, J. (2011). Didáctica de la Cultura Física. (2a. ed.).Quito: Codeu.
- Sans Torrelles, A. y Frattarola Alcaraz, C. (2009). Entrenamiento en el Fútbol Base. (5a. ed.). Badalona: Paidotribo.
- Timón Benítez, L. y Hormigo Gamarro, F. (2010). Futbol como Deporte Educativo: Modificaciones metodológicas y actividades para su enseñanza en la escuela. (1a. ed.). Sevilla: Wanceulen.
- Vargas, R. (2007). Diccionario de Teoría del Entrenamiento Deportivo. (2a ed.). México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Verkhoshansky, Y. (2011). Teoría Y Metodología Del Entrenamiento Deportivo. (1a. ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Wanceulen Ferrer, A., Valenzuela Lozano, M., Wanceulen Moreno, J., Wanceulen Moreno, A. (2011). Futbol Formativo. Aspectos Metodológicos. (1a. ed.). España: Wanceulen.
- Wein, H. (2013). Fútbol a la medida del niño, desarrolla la inteligencia de juego para jugadores hasta catorce años. (1a. ed.). México: Trillas.
- Wein, H.(2007). Futbol a la Medida del Niño, desarrollar la inteligencia de juego para jugadores hasta diez años. (1a. ed.). España: Cedif.
- Weineck Jurgen. (2005). Entrenamiento Total. (1a. ed.). Barcelona: Paidotribo.

ANEXOS

Anexo N° 1. Árbol de Problemas



Anexo N° 2. Matriz de coherencia

Del tema	sale	El problema
Las capacidades coordinativas y su influencia en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra.		¿Cuál es el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra?
Del problema	sale	Objetivo general
¿Cuál es el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de tercero de básica de las escuelas Juan Montalvo y Francisco Calderón de la parroquia de San Antonio de Ibarra?		Determinar el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de la investigación.
Objetivo general	sale	Objetivo específico 1
Determinar el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de la investigación.		Identificar el nivel de conocimiento sobre capacidades coordinativas en los profesores de cultura física de las dos instituciones.
Objetivo general	sale	Objetivo específico 2
Determinar el grado de influencia de las capacidades coordinativas en la iniciación al fútbol en los alumnos de la investigación.		Establecer el estado de condición físico-motora de los alumnos de la investigación.
Objetivo general	sale	Objetivo específico 3
Determinar el grado de influencia de las capacidades coordinativas		Descubrir (el nivel) de habilidad deportiva que poseen los alumnos

en la iniciación al fútbol en los alumnos de la investigación.	de la investigación.
Objetivo específico 1	sale Interrogante 1
Identificar el nivel de conocimiento sobre capacidades coordinativas en los profesores de cultura física de las dos instituciones.	¿Qué actividades específicas utilizan los docentes para desarrollar las capacidades coordinativas?
Objetivo específico 2	sale Interrogante 2
Establecer el estado de condición físico-motora de los alumnos de la investigación.	¿Cuáles son las necesidades de los niños para el desarrollo físico motor?
Objetivo específico 3	sale Interrogante 3
Descubrir (el nivel) de habilidad deportiva que poseen los alumnos de la investigación.	¿Qué tipo de actividades realizan los niños para mejorar la habilidad deportiva?

Anexo N° 3. Encuesta

Encuesta	
Datos personales:	
1) Apellido	y
Nombre: _____	
2) Istitucion: _____	
—	
Cuestionario:	
¿Sabe qué tipo de capacidades físicas existen?	
Si ()	No ()
¿Sabe que son las capacidades coordinativas?	
Si ()	No ()
¿Sabes cuantas capacidades coordinativas existen?	
Si ()	No ()
¿En caso de afirmarlo puede enumerar las que conoce?	

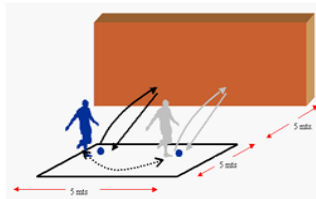
¿Cree que es importante desarrollar las capacidades coordinativas en los niños?	
Si ()	No ()
¿Ha trabajado algunas de estas capacidades coordinativas para el desarrollo físico de los niños?	
Si ()	No ()
¿Sabe cómo desarrollar las capacidades coordinativas?	
Si ()	No ()
¿Cree usted que se da mayor importancia a las capacidades coordinativas en la formación de los niños?	
Si ()	No ()
¿Utilizaría usted si existiera una guía metodológica sobre el desarrollo de las capacidades coordinativas?	
Si ()	No ()

Anexo N° 4. Test Técnicos

TEST TÉCNICOS

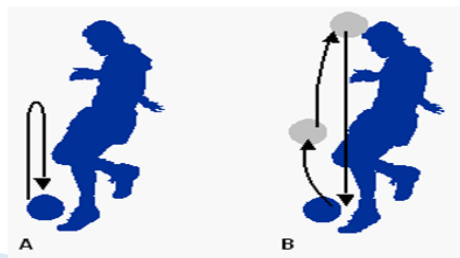
▶ TEST DE RECEPCIÓN

El jugador se coloca en un terreno delimitado por un cuadrado de 5 mts. Y separado 5 mts de la pared con dos balones. Hace rebotar la pelota contra la pared y la deja en el cuadrado; busca el otro balón y repite la acción. Se contabilizan la cantidad de veces que el balón rebota en la pared en 30".



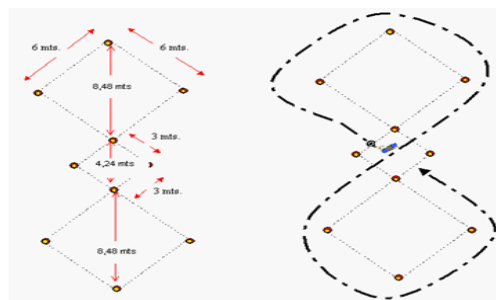
TEST DE CONTROL DE BALON

- ▶ Mantener la pelota en el aire con sucesivos toques del pie. Contar cuantos toques se hicieron (parar la cuenta en 50). Se realizarán dos intentos con pierna hábil y dos con pierna inhábil contabilizando los mejores con cada pierna.



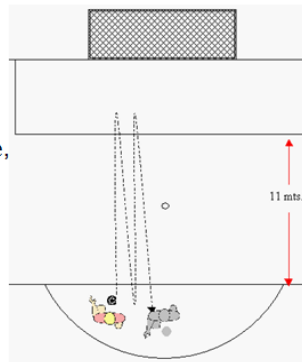
TEST DE CONDUCCIÓN

- ▶ un jugador parte con pelota dominada y realiza el recorrido, según el esquema, en el menor tiempo posible.



TEST DE ACELERACIÓN

un jugador parte con un balón desde la media luna, tiene que ingresar el balón en el área chica y nuevamente ir a la medialuna y repetir toda la acción una vez más a la máxima velocidad posible, tomándose el tiempo de todo el recorrido (aproximadamente 11 mts. x 4 largos = 44 mts.)



Anexo N° 5. Test Motores

TEST MOTOR DE OZERETSKI

Pruebas		Parámetros												Total
Coordinación Estática	7	Int.1.				Int.2.				Int.3.				
		F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	
	8	Int.1				Int.2								
		Fallo.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	
Coordinación Dinámica General	7	Int.1				Int.2								
		D.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	
	8	I.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	
			Int.1				Int.2				Int.3			
			F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.	F.

Observaciones _____

Test de Coordinación Corporal Infantil de Kiphard y Schilling. El KKTK (Körperkoordinations Test für Kinder).

Pruebas	Parámetros									Total
Equilibrio hacia Atrás.	1(1)	1(2)	1(3)	2(1)	2(2)	2(3)	3(1)	3(2)	3(3)	
Saltos con un Pie.	Alt. 1 (1)		(2)	(3)	Alt. 2 (1)		(2)	(3)		
	D.									
	I.									
Saltos Laterales.										
Transposición Lateral.										

Observaciones _____

Anexo N° 6. Certificados



ESCUELA DE EDUCACION BASICA
"JUAN MONTALVO"

DIRECCION: RAMON TEANGA Y HNOS MIDEROS

CORREO ELECTRONICO: escuelajuanmontalvo01@gmail.com 2932-490

SAN ANTONIO DE IBARRA

San Antonio, 15 de mayo del 2014


CERTIFICADO

La que suscribe, Lic. Paulina Rueda, Directora Encargada de la Institución certifica

Que: El señor **EDISON JAVIER ANRRANGO PISES** estudiante de la Universidad Técnica del Norte realizó la investigación en el Área de Cultura Física, aplicando una batería de test físicos a los alumnos del Tercer Año de Básica.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, pudiendo la parte interesada hacer uso del presente como creyere conveniente.

Atentamente;


Lic. Paulina Rueda
DIRECTORA (E)



ESCUELA FISCAL MIXTA "FRANCISCO CALDERON"
San Antonio de Ibarra – Tanguarin – Telf. 2550 473

En calidad de Director de la Escuela Fiscal Mixta "FRANCISCO CALDERON"


CERTIFICO QUE:

El señor EDISON JAVIER ANRRANGO PISES estudiante de la carrera de EDUCACIÓN FÍSICA de la UNIVERSIDAD TÉCNICA DE NORTE, realizo la investigación en el área de Cultura Física, aplicando una batería de test físicos a los alumnos de tercero de básica de la institución.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, pudiendo el interesado dar el uso que estime conveniente, en los tramites universitarios.

San Antonio de Ibarra – Tanguarin, 22 de Abril de 2014

Atentamente



Prof. FERNANDO CHUQUIN B.
Director



Anexo N° 7. Fotos













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:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1003719216		
APELLIDOS Y NOMBRES:	ANRRANGO PISES EDISON JAVIER		
DIRECCIÓN:	San Antonio de Ibarra		
EMAIL:	edissonjavyer@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2933295	TELÉFONO MÓVIL:	0982936704

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y SU INFLUENCIA EN LA INICIACIÓN AL FÚTBOL EN LOS ALUMNOS DE TERCERO DE BÁSICA DE LAS ESCUELAS JUAN MONTALVO Y FRANCISCO CALDERÓN DE LA PARROQUIA DE SAN ANTONIO DE IBARRA.
AUTOR (ES):	ANRRANGO PISES EDISON JAVIER
FECHA: AAAAMMDD	2014/01/19
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciado en Ciencias de la Educación especialidad Educación Física
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. ANITA GUDIÑO

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, ANRRANGO PISES EDISON JAVIER, con cédula de identidad Nro. 1003719216, en calidad de autor y titular 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 manifiesta 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 el titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 18 días del mes de diciembre de 2014

EL AUTOR:

(Firma) .....

Nombre: ANRRANGO PISES EDISON JAVIER



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Yo, ANRRANGO PISES EDISON JAVIER, con cédula de identidad Nro. 1003719216, 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 denominado: LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y SU INFLUENCIA EN LA INICIACIÓN AL FÚTBOL EN LOS ALUMNOS DE TERCERO DE BÁSICA DE LAS ESCUELAS JUAN MONTALVO Y FRANCISCO CALDERÓN DE LA PARROQUIA DE SAN ANTONIO DE IBARRA., que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en la Especialidad de Contabilidad y Computación 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 19 días del mes de diciembre de 2014

(Firma)

Nombre: ANRRANGO PISES EDISON JAVIER

Cédula: 1003719216