



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

TEMA:

“LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORIAS SUB 10-12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FÉ EN LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2015”

Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada en Entrenamiento Deportivo

AUTORA:

Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

DIRECTOR:

Msc. Santiago Jiménez

Ibarra, 2016

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación, Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra, he aceptado participar como Director del Trabajo de Grado con el siguiente tema: **“LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORIAS SUB 10-12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FÉ EN LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2015”** Trabajo realizado por el señor egresado: **Cevallos Montalvo Lisbeth Karina**, previo a la obtención del título de Licenciada en Entrenamiento Deportivo.

Al ser testigo presencial y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad.

El Director



Msc. Santiago Jiménez

CI. 1001512464

Ibarra, 28 de Julio del 2016

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de Grado a mis padres, hermanas, sobrinas(os) y a una persona muy especial, quienes por su apoyo brindado durante esta etapa de mi vida, gracias por las palabras de aliento en los momentos más difíciles ya que con ellos logré culminar una etapa más de mi vida.

Como también a todas las personas que de una u otra manera con su sabiduría me motivaron en la elaboración y culminación del trabajo de grado.

Karina Cevallos

AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento especial a la Universidad Técnica del Norte por brindarnos una educación de alto rendimiento, a la Carrera de Entrenamiento Deportivo por permitirnos ser Profesionales con un nivel de conocimiento alto para nuestro futuro, a mi director de trabajo de grado Msc. Santiago Jiménez quien ha guiado y contribuido permanentemente en este trabajo de grado con pautas para su elaboración de manera ética y profesional.

A mi familia quienes con infinito amor a través de la vida han sabido guiarme con su ejemplo de trabajo y práctica de valores por su constante apoyo que ha permitido alcanzar esta meta personal y estudiantil.

Karina Cevallos

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
ÍNDICE GENERAL.....	v
ÍNDICE DE CUADROS.....	x
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	xiv
CAPÍTULO I	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1 Antecedentes.....	1
1.2 Planteamiento del Problema.....	3
1.3 Formulación del Problema.....	6
1.4 Delimitación del Problema.....	6
1.4.1 Unidades de Observación.....	6
1.4.2 Delimitación Espacial.....	6
1.4.3 Delimitación Temporal.....	6
1.5 Objetivos.....	6
1.5.1 Objetivo General.....	6

1.5.2	Objetivos Específicos.....	7
1.6	Justificación.....	7
1.7	Factibilidad.....	8
CAPÍTULO II.....		9
2.	MARCO TEÓRICO.....	9
2.1	Fundamentación Teórica.....	9
2.1.1	Fundamentación Filosófica.....	10
2.1.2	Fundamentación Psicológica.....	12
2.1.3	Fundamentación Pedagógica.....	13
2.1.4	Fundamentación Sociológica.....	14
2.1.5	Fundamentación Axiológica.....	15
2.1.6	Fundamentación Legal.....	16
2.1.7	La coordinación general.....	18
2.1.8	Características generales de los factores.....	19
2.1.9	El desarrollo de las cualidades coordinativas.....	20
2.1.10	Cualidades coordinativas en el deporte.....	21
2.1.11	Las percepciones optimas del movimiento.....	21
2.1.12	Capacidad del deportista.....	22
2.1.13	Modelo de estructuración.....	23
2.1.14	Estabilidad en la posición del equilibrio.....	24
2.1.15	El sentido del ritmo.....	25

2.1.16	Orientarse en el espacio.....	26
2.1.17	Coordinación de los movimientos.....	26
2.1.18	Capacidades coordinativas complejos.....	27
2.1.19	Métodos y medios para desarrollar la coordinación.....	31
2.1.20	Agilidad.....	33
2.1.21	Capacidades coordinativas movilidad.....	35
2.1.22	El pase.....	35
2.1.23	Tipos de pases.....	40
2.2	Posicionamiento Teórico Personal.....	46
2.3	Glosario de Términos.....	48
2.4	Interrogantes de Investigación.....	51
2.5	Matriz Categorical.....	52
CAPÍTULO III.....		53
3.	MARCO METODOLÓGICO.....	53
3.1	Tipo de Investigación.....	53
3.2	Métodos.....	54
3.3	Técnicas e Instrumentos.....	55
3.4	Población.....	56
3.5	Muestra.....	56
CAPÍTULO IV.....		57
4	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	57

4.1.1	Resultados de la encuesta aplicada a los entrenadores.....	58
4.1.2	Ficha de Observación de los fundamentos.....	68
CAPÍTULO V.....		69
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	69
5.1	Conclusiones.....	69
5.2	Recomendaciones.....	70
5.3	Contestación a las interrogantes de investigación.....	70
CAPÍTULO VI.....		72
6	PROPUESTA ALTERNATIVA.....	72
6.1	Título de la Propuesta.....	72
6.2	Justificación.....	72
6.3	Fundamentación.....	74
6.4	Objetivos.....	85
6.4.1	Objetivo General.....	85
6.4.2	Objetivos Específicos.....	85
6.5	Ubicación Sectorial y Física.....	85
6.6	Desarrollo de la Propuesta.....	86
6.7	Impacto.....	102
6.8	Difusión.....	103
6.9	Bibliografía.....	103
	Anexos.....	106

Árbol de Problemas.....	107
Matriz de Categorical.....	108
Matriz Coherencia.....	109
Encuesta a los entrenadores.....	110
Ficha de Observación.....	113
Fotografías.....	114
Certificados.....	115

INDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1	Población.....	56
Cuadro N° 2	Coordinación Viso Pédica.....	58
Cuadro N°3	Deportistas con capacidad coordinativa.....	59
CuadroN°4	Desarrollar la capacidad coordinativa.....	60
Cuadro N° 5	Importancia de la capacidad coordinativa.....	61
Cuadro N° 6	Importancia de la coordinación viso pédica.....	62
Cuadro N° 7	Técnica colectiva del pase.....	63
Cuadro N° 8	Cumple los objetivos.....	64
Cuadro N° 9	Importancia de la coordinación física.....	65
Cuadro N°10	Frecuencia del método de juego.....	66
Cuadro N° 11	Realiza retroalimentación.....	67
Cuadro N° 12	Resultados de la ficha de observación.....	68

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1	Coordinación Viso Pédica.....	58
Gráfico N°2	Deportistas con capacidad coordinativa.....	59
Gráfico N°3	Desarrollar la capacidad coordinativa.....	60
Gráfico N° 4	Importancia de la capacidad coordinativa.....	61
Gráfico N° 5	Importancia de la coordinación viso pédica.....	62
Gráfico N° 6	Técnica colectiva del pase.....	63
Gráfico N° 7	Cumple los objetivos.....	64
Gráfico N° 8	Importancia de la coordinación física.....	65
Gráfico N° 9	Frecuencia del método de juego.....	66
Gráfico N° 10	Realiza retroalimentación.....	67
Gráfico N° 11	Resultados de la ficha de observación.....	68

RESUMEN

El Trabajo de Investigación tuvo como propósito fundamental identificar la coordinación viso Pédica enseñanza aprendizaje que aplican los entrenadores y el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la escuela de futbol santa fe en la ciudad de Ibarra en el año 2015". Los objetivos fueron determinar la capacidad de coordinación Viso Pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol "Santa Fe" en el año 2015. El marco teórico permitió sistematizar la información científica relacionada con la coordinación viso Pédica en el fútbol, el fundamento técnico del pase en el fútbol; así como las características de los niños de 10 a 14 años de edad. La metodología se enmarca en la modalidad de investigación de campo, de tipo descriptivo, bibliográfica, y propositiva. Los métodos que se utilizó dentro del proceso de investigación, fue el inductivo, deductivo, analítico, sintético y estadístico es decir, una combinación de las investigaciones cuantitativa y cualitativa. Como técnica de investigación se utilizó la encuesta aplicada a los entrenadores y como sujetos de estudio, por los resultados se evidencia un bajo trabajo sobre la coordinación viso Pédica en el pase, posteriormente se aplica una ficha de observación a 140 deportistas de la escuela de Fútbol Santa Fe, los resultados se determinaron en porcentajes significativos en relación a la ejecución de la coordinación viso Pédica en el pase de fútbol en los niños de 10-12-14 años. Luego de conocer los resultados, se redactó las conclusiones y recomendaciones y partir de esto se plantea una propuesta factible: Elaboración de una aplicación informática que contenga información de la teoría y ejercicios de la coordinación viso Pédica en la técnica colectiva del pase en el fútbol orientados a entrenadores, cuyo objetivo fundamental sea el desarrollo armónico e integral del niño, brindándole la posibilidad de experimentar y conocer una gama interminable de gestos y movimientos, eliminando por completo la especialización temprana de un deporte.

ABSTRACT

The research's main purpose was to identify coordination visuo Pedica applying teaching and learning coaches and improving the collective technique in football pass in the sub categories 10-12-14 School football faith in holy city Ibarra in 2015 ". The objectives were to determine the capacity for coordination Viso Pedica to improve collective technique pass in the Football 10-12-14 sub categories of the College Football "Santa Fe" in 2015. The theoretical framework allowed systematize scientific information related to coordination visuo Pedica in football, the technical foundation of the pass in football; and the characteristics of children aged 10 to 14 years old. The methodology is framed in the form of field research, descriptive, literature, and purposeful. The methods used in the research process was the inductive, deductive, analytical, synthetic and statistical ie a combination of quantitative and qualitative research. As research technique the survey of coaches was used as study subjects, the results low work on the coordination visuo Pedica in the pass is evidence, then a tab observation applies to 140 athletes School Football santa Fe, results in significant percentages were determined in relation to the implementation of the coordination visuo Pedica in football pass children 10-12-14 years. After the results, conclusions and recommendations were drafted and from this a feasible proposal arises: Development of a computer application that contains information theory and exercises coordination visuo Pedica in collective technique pass in football oriented coaches, whose main objective is the harmonious and integral development of the child, given the opportunity to experience and learn an endless array of gestures and movements, completely eliminating early specialization in sports

INTRODUCCIÓN

Esta investigación hace referencia al estudio de la coordinación viso pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en las categoría Sub 10, 12, 14 en la Escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

Se considera importante este problema de coordinación viso pédica, en el fútbol ya que los deportistas de la sub 10-12-14 presentan problemas a nivel de esta cualidad física coordinativa en la aplicación en la Técnica colectiva del pase, es por esta razón que se presenta el interés en el estudio sobre este tema ya que tanto las capacidades coordinativas como los fundamentos técnicos del fútbol se observan a simple vista la ejecución por los deportistas.

Es importante conocer el nivel en que se encuentra los deportistas tanto en la coordinativas y en la aplicación en la técnica colectiva del pase, esto nos brindó información concreta sobre el tema en estudio y nos servirá para mejorar en el aspecto colectivo e individual; la coordinación es de gran importancia, estas son la base en la formación de nuevas actividades motoras.

Un buen jugador debe saber dominar todas las capacidades coordinativas generales, para tener un mejor desarrollo al momento de ejecutar las técnicas colectivas en donde el deportista tendrá que realizar con precisión el pase o receptorlo para posteriormente tener una buena conducción del balón, con ello viene lo que son las técnicas tanto colectivas como individuales logrando así en el terreno de juego un mejor desenvolvimiento sea en forma individual como colectiva.

Luego de conocer la introducción del trabajo de grado se detalla a continuación los siguientes capítulos que se presentan de la siguiente manera:

En el Capítulo I: se refiere al Problema, y contiene a los antecedentes, planteamiento del problema, formulación del problema, unidades de observación, objetivos, justificación

El Capítulo II: referente al Marco Teórico, se refiere al desarrollo de las fundamentaciones categorías independiente y dependiente relacionadas al problema de investigación, posteriormente se redacta el posicionamiento teórico personal, glosario de términos, preguntas de investigación, matriz categorial

En el Capítulo III: contiene la Metodología de trabajo de grado, donde contiene aspectos como los tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos, población y muestra.

El Capítulo IV: está basado en el análisis e interpretación de resultados obtenidos a través de la aplicación de una encuesta a los deportistas y test físico, técnico.

El Capítulo V: trata sobre las conclusiones y recomendaciones a las que se llegaron acerca del problema de estudio

Al final el Capítulo VI: la Propuesta, contiene aspectos relacionados con la justificación, fundamentación, objetivos, ubicación sectorial y física: Desarrollo de la propuesta, Impacto, Difusión. Por último se plantea la Bibliografía y Anexos.

CAPÍTULO I

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 ANTECEDENTES

El desarrollo de la coordinación visopédica es uno de los aspectos fundamentales del desarrollo integral de los niños. En estas edades poco se ha preocupado de estas importantes cualidades, solamente se ha preocupado en forma parcial del desarrollo de los músculos gruesos y finos, casi mínima de la coordinación general del cuerpo y peor aún de la coordinación visomotora del desarrollo óptimo del cuerpo, apenas de sus capacidades motoras, perceptuales, requieren de oportunidades para ejercitarlo y utilizarlo en las diferentes tipos de actividades y de manera particular el fútbol, específicamente la técnica colectiva del pase en el fútbol.

La coordinación visopédica es una de las cualidades más importantes que los entrenadores deberían trabajar, dentro de los procesos de formación, para evitar errores y defectos posteriores en la ejecución de los fundamentos básicos del fútbol. Al respecto se manifiesta que si no se trabaja en forma adecuada las capacidades coordinativas en edades tempranas, seguro que el niño o el joven presentará dificultades posteriores para aprender los diferentes fundamentos técnicos del pase del fútbol.

Un deportista con una coordinación visopédica pobre tendrá dificultades para aprender los fundamentos técnicos del fútbol, es por ello que los entrenadores deben tomar muy en cuenta este aspecto de vital

importancia desde tempranas edades, por que un niño adecuadamente entrenado no tendrá dificultades para realizar los diferentes fundamentos básicos, el entrenamiento de la coordinación visopédica es fundamental, incrementa muchas posibilidades de movimiento. En síntesis la coordinación es la base para los futuros movimientos, es decir no tendrá dificultades en su vida futura en cuanto al aprendizaje de habilidades y destrezas.

Por lo tanto todos los entrenadores en estas edades deben trabajar o fomentar el desarrollo físico o de la coordinación durante los primeros años de vida, para evitar muchos problemas relacionados con otras áreas del conocimiento físico, intelectual. Sobre todo es muy importante que el niño logre una buena coordinación visopédica para que su desempeño en el fútbol sea satisfactorio. Las dificultades que se presenten en esta área limitaran posiblemente su aprendizaje y propiciarán el fracaso en el aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol.

En entrenamiento de la coordinación visopédica perfecciona con los trucos espectaculares y se consiguen situaciones que llevan al espectador a la admiración de los futbolistas. Una percepción ´por encima de lo normal procura las condiciones para una enorme rapidez de acción incluso en situaciones complejas. Expresado de otra manera: los futbolistas excepcionales tienen una capacidad de coordinación visopédica sobresaliente.

En la actualidad el entrenamiento de la coordinación en los últimos años ha ganado tanto valor dentro del fútbol. El mundo de la experimentación con los niños ha cambiado mucho en los últimos tiempos. Los niños adolecen a menudo de falta de movimiento, lo que

acarrea como consecuencia grandes déficits de coordinación. Estas deficiencias deberían compensarse por medio del trabajo de los profesores o entrenadores de fútbol en los equipos, con la ayuda de series de ejercicios suplementarios de coordinación.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El gusto y la pasión por el fútbol ha originado en el país un aumento de las escuelas de fútbol, el aumento de los jugadores de todas las edades, todos estos aspectos antes mencionados han ocasionados alteraciones en el escalonamiento de los intervalos de edad (categorías), con un consiguiente aumento en el número de partidos, que todos los fines de semana se realizan en el campo de fútbol.

El hecho de observar partidos en las diferentes ligas cantonales de la ciudad de Ibarra de las categorías seniors y posteriormente, confrontarlos o compararlos los equipos infantiles, lo que como producto de la observación se ha tenido que replantear la forma de preparar a los deportistas sea en la parte física, como técnica, es decir se les debe enseñar bastantes ejercicios de coordinación y también tener una adecuada preparación multilateral.

El entrenamiento de los niños no es un entrenamiento de adultos reducido; el de niños no es un entrenamiento de jóvenes abreviado. En las etapas de la infancia y la juventud se adquieren y se asientan las capacidades determinantes para el posterior alto rendimiento. El entrenamiento en la edad infantil se adecua a los cambios y a las posibilidades del desarrollo corporal, mental y psíquico de las diferentes etapas vitales.

En las edades infantiles son la época del desarrollo y la maduración corporal, mental y psíquica, la época de preparación para la edad adulta. Por ello, consideramos estos importantes años de la vida como el periodo vital en la que se desarrollan y se asientan los fundamentos corporales y mentales de una persona para su posterior vida adulta. Un deportista con una coordinación visopédica pobre, tendrá dificultades para aprender los principales fundamentos sean estos ofensivos y defensivos

La problemática en el deporte escolar es la inadecuada enseñanza de las técnicas del fútbol, por lo cual no cumple con las necesidades de formación integral que sustente el desarrollo de capacidades coordinativas y habilidades físicas - funcionales, motrices, cognitivas y deportivas del niño practicante del fútbol.

Las Universidades, las federaciones deportivas no han organizado cursos de actualización con respecto a la coordinación visopédica, esta es una cualidad física que ha sido descuidada a la hora de realizar los entrenamientos es por ello que los deportistas adolecen de la técnica, si bien es cierto esta cualidad física es la base de todos deportes, pero lamentablemente ha sido descuidada.

Los entrenadores no han seguido cursos de actualización con respecto a la coordinación visopédica estos ha ocasionado que los niños no tengan una adecuada coordinación y por ende no pueda conducir de manera eficaz o realizar un pase con una técnica depurado.

Los entrenadores dentro de los proceso de planificación deportiva no le toman en cuenta a la hora de entrenar, solo se han preocupado del desarrollo en forma parcial de la velocidad fuerza, resistencia y también solo se han dedicado a la enseñanza de los fundamentos técnicos del

fútbol o solo es hacen jugar al fútbol. Para el entrenamiento de la coordinación existen muchos medios, ejercicios y materiales, que le ayudaran en forma pronta a desarrollar esta importante cualidad.

Los entrenadores no utilizan los medios y los materiales necesarios para desarrollar esta importante cualidad, es por ello que las clases se han trasformados en monótonas, repetitivas, lo que ha ocasionado que los deportistas se desmotiven y pierdan el interés al momento de ejecutar la técnica del pase.

La implementación de ejercicios en estas edades se realiza a través de planteamientos competitivos y no mediante el método lúdico, lo que no permite tener el interés del niño y aprehensión por el juego del fútbol.

El entrenamiento general de la coordinación los niños deberían aprender lo antes posible a mover el cuerpo con precisión. Cuanto más versátiles sean los movimientos en la niñez, mejor podrán manejar los futbolistas su musculatura con la ayuda del sistema nervioso, el entrenamiento de la coordinación no es una repetición estereotipada, distraída y sin sentido de los movimientos, sino que representa una actividad centrada variada y motivadora.

A mayor edad y con la creciente capacidad de rendimiento de los futbolistas la parte del entrenamiento de coordinación específica para el fútbol debería ser más extensa. Las condiciones del juego en los deportistas deberían estar cada vez más cerca del entrenamiento de la coordinación general, los futbolistas

1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿La inadecuada coordinación visopédica influyen el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la escuela de futbol Santa Fe en la ciudad de Ibarra en el año 2015?

1.4 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

1.4.1 Unidades de Observación

La investigación se realizó a los Deportistas de las categorías Sub 10-12-14 de la escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

1.4.2 Delimitación Espacial

La investigación se llevó a cabo en la escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

1.4.3 Delimitación Temporal

La investigación se llevó a cabo durante el periodo lectivo 2015.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 Objetivo General

- Determinar la coordinativa Viso Pédica que utilizan los entrenadores y su incidencia en la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol "Santa Fe" dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015.

1.5.2 Objetivos Específicos

- Evaluar la capacidad coordinativa Viso Pédica mediante una ficha de observación a los niños de las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015.
- Valorar técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015
- Elaborar una propuesta alternativa para mejorar la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015.

1.6 JUSTIFICACIÓN

Esta investigación se la lleva a cabo, porque existe falencias a la hora de entrenar es decir no se prepara ni se desarrolla la coordinación dinámica general y peor aún la coordinación viso pédica, que es lo que se utiliza para entrenar los fundamentos técnicos. El fútbol moderno se caracteriza por un alto ritmo de juego. Los jugadores no sólo están presionados en el tiempo en las acciones con el balón sino que, además, para jugar el fútbol, hay que efectuar repentinos cambios de dirección y para esto se necesita de una buena coordinación, para realizar los movimientos sincronizados de manera adecuada.

Esta investigación fue de gran importancia y utilidad porque los entrenadores tendrán a mano los resultados de la investigación y de allí sirvió como punto de partida, para que los niños cada día sean mejores

deportistas y tengan adecuadamente desarrollada la principal cualidad física, como es la coordinación viso pédica.

Por el valor educativo: lo que permitió, establecer la importancia que la Coordinación Viso Pédica en el entrenamiento para el aprendizaje de la Técnica Colectiva del Pase en la escuela de Fútbol Santa Fe en Ibarra y los beneficios que ofrecerán en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Técnica colectiva del Pase en niños de las categorías sub 10, 12, 14.

Por el valor científico: La investigación contribuyó especialmente a determinar los conocimientos que tienen los entrenadores de la disciplina de Fútbol, sobre la Coordinación Viso Pédica, puesto que podrán mejorar el proceso de enseñanza con bases pedagógicas y científicas. La investigación pretende facilitar a los entrenadores las herramientas necesarias, con el fin de que estas actividades sean más eficientes y eficaces, el entrenamiento de la Coordinación Viso Pédica en la técnica del pase en el Fútbol infantil. Los principales beneficiarios de este proceso investigativo fueron los entrenadores, y particularmente los deportistas quienes serán los que aprovechen de la variedad de ejercicios que los entrenadores presentaran para que los niños desarrollen de manera adecuada la coordinación viso pédica.

1.7 FACTIBILIDAD

El trabajo investigativo fue factible, ya que se cuenta con el apoyo de las autoridades, directivos del área de Entrenamiento Deportivo; además, de la predisposición por parte de entrenadores y monitores de la escuela de Fútbol Santa Fe.

CAPÍTULO II

2 MARCO TEÓRICO

2.1 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La Capacidad Coordinativa que tiene el cuerpo de desarrollar una serie de acciones determinadas. Constituyen una dirección motriz de las capacidades de los niños y sólo se hacen efectivas en el rendimiento deportivo, a través de la unidad con las capacidades físicas condicionales, vienen determinadas por los procesos de dirección del sistema nervioso y dependen de él.

Las capacidades coordinativas son aquellas que se realizan conscientemente en la regulación y dirección de los movimientos, con una finalidad determinada, estas se desarrollan sobre la base de determinadas aptitudes físicas de los niños y en su enfrentamiento diario con el medio.

Las capacidades motrices se interrelacionan entre si y solo se hacen efectivas a través de su unidad, pues en la ejecución de una acción motriz, el individuo tiene que ser capaz de aplicar un conjunto de capacidades para que esta se realice con un alto nivel de rendimiento, aplicar el mismo entrenamiento a jóvenes y adultos acarrea por lo general dos consecuencias en gran medida negativas para el eventual alto rendimiento que se puede llevar a cabo con posterioridad.

En primer lugar en esta etapa de formación infantil, una serie de destrezas y capacidades esenciales no se aprenden ni se asientan en modo alguno, o bien lo hacen de forma insuficiente. En segundo lugar se les da muchas tareas de adultos, esto es, de alto rendimiento, constituyen

un sobre esfuerzo corporal o mental que los niños no pueden soportar. Las consecuencias en estas edades son grandes, es por ello que en estas edades, deben estar los mejores maestros impartiendo buenas bases para el desenvolvimiento en el fútbol.

2.1.1 Fundamentación Filosófica

Teoría Humanista

El ser humano nace con una tendencia realizada que si la infancia no la estropea, puede dar como resultado una persona plena, abierta a nuevas experiencias, reflexiva, espontánea y que valora a otros y a sí mismo. De acuerdo a la posición humanista de la fenomenología cree que el individuo percibe el mundo que le rodea de un modo singular y único. En este sentido, la conducta de la persona, no responde a la realidad, responde a su propia experiencia.

En lugar a ello la conducta humana es función del aprendizaje social y de la fuerza de la situación. Un individuo se comporta según el modo en el que ha aprendido a hacerlo mientras ese comportamiento sea compatible con las imposiciones del ambiente si la situación ambiental es relevante el efecto de los rasgos de la personalidad o de los motivos inconscientes sobre la conducta será mínimo. (Cox, 2009, pág. 23)

La conducta del ser humano niño o adulto va en relación en el ambiente que se encuentre o en el que desarrollo su infancia y adolescencia es lo principal para que tenga una actitud positiva o negativa ante la sociedad o ente caso con sus compañeros y entrenador, sea en un partido de fútbol o en el entrenamiento, es importante saber que el ambiente que se genera en ese momento influirá en su desempeño físico, mental y social.

El deporte permite ensayar modelos generales de la conducta humana. En contraposición a los intereses individuales y las obligaciones sociales, el deporte representa, una vía de escape, una vía de ilusión, una vía de liberación y un medio eficaz de integración social.

El ser humano posee un impulso o tendencia innatos a superarse a sí mismo, a desplegar sus capacidades y actuar para llegar a ser una persona autosatisfecha. En la personalidad un desarrollo la apertura a experiencias que luego moldean al individuo. (Cox, 2009, pág. 24)

El autoestima de superación de los deportista es importante porque les ayuda a mejor en todos los aspectos sea tanto personal o deportiva mejorando las capacidades coordinativas, técnicas y tácticas de los deportes en este caso se puede decir que mejoraría en el fútbol logrando que el deportista conozca nuevas experiencias y objetivos de superación que le ayudaran en un mejor desarrollo.

Cada deportista debe definir una estrategia progresiva donde se incluyan las motivaciones personales y los objetivos que se pretenden alcanzar durante su entrenamiento o competencia.

Si bien estos objetivos pueden convertirse en un gran obstáculo de superación personal para cada deportista desde los entrenamientos, ha de plantearse una estrategia adecuada que permita administrar de un modo positivo el pensamiento frente al esfuerzo y de este modo se logró una motivación constante como fuerza de auto superación. Es por ello que estas edades tempranas se debe trabajar mucho, con respecto a la preparación de la coordinación viso pédica, que son la base para ejecutar ejercicios, siguiendo los principios didácticos para desarrollar esta importante cualidad física.

2.1.2 Fundamentación Psicológica

Teoría Cognitiva

En este amplio espectro, la estructura de personalidad del deportista, sus aptitudes, el liderazgo, el cumplimiento de las normas que regulen la actividad, las dinámicas grupales, sus motivaciones singulares, el bienestar psico-físico, el rendimiento, el éxito, el fracaso, el espíritu de cuerpo, el mantenimiento y optimización de resultados, los conflictos intra e interpersonales y su resolución, la competencia, armonía del equipo, concentración, percepción.

Hoy en día todos los entrenadores y deportistas reconocen la importancia de los factores psicológicos tanto para el desarrollo como el rendimiento deportivo. Factores que de hecho intervienen positivamente en el mejoramiento de la calidad de vida profesional sino también personal del deportista.

Ningún deportista verdadero lograría disfrutar, autoestimarse, expresarse, vivir si no logra al menos en parte, sus aspiraciones en esta dirección. La motivación de rendimiento y el proceso de entrenamiento que permite su gratificación desmienten la naturaleza reaccionaria del hombre y hace lucir en todo su esplendor el propósito como característica fundamental del comportamiento humano. (Valdez, 2002, pág. 37)

A los deportistas se debe de autoestimar para lograr mejores cambios en su pensamiento al no alzar su autoestima en un partido perdido o en una situación el cual el deportista sienta o piensa que no puede es donde se debe tener una solución o estimularlo a que supere, motivar en los entrenamientos para lograr en cada sesión de entrenamiento el alumno esté dispuesto a realizar de mejor forma los ejercicios a realizar.

El aprendizaje es una actividad indivisible conformada por los procesos de asimilación y acomodación, el equilibrio resultante le permite a la persona adaptarse activamente a la realidad del medio, lo cual constituye el fin último del aprendizaje donde el conocimiento no se adquiere solamente por interiorización del entorno social, sino que predomina la construcción realizada por parte del sujeto. (Otero, 2006, pág. 88)

El deportista debe de ser una persona adaptable al medio en el que se encuentra por el cual obtiene nuevos conocimientos que serán utilizados cuando lo crea conveniente, el conocimiento adquirido por el entorno el deportista deberá mejorarlo con sus conocimientos que él ya los adquirió

2.1.3 Fundamentación Pedagógica

Teoría Naturalista

Hay un continuo perfeccionamiento de su coordinación, muestran placer en ejercitar su cuerpo, en probar y aprender nuevas destrezas. Su motricidad, fina y gruesa, en esta edad de 12 a 14 años muestra todas las habilidades posibles, aun cuando algunas de ellas aún sean ejecutadas con torpeza.

Es llamativo el desarrollo muscular y la coordinación, de forma que pueden realizar actividades complejas como deportes. Es importante que los niños hagan ejercicio a esta edad para que adquieran el hábito y disminuya el riesgo posterior de enfermedades cardiovasculares por sedentarismo. Dentro del área psicomotora se desarrollan las destrezas motoras básicas las destrezas o movimientos locomotores, las manipulativas y las de estabilidad, es decir, el desarrollo de las destrezas de juego y las destrezas sensorio-perceptuales. Esta área incluye, además, el desarrollo de la aptitud física, resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad, resistencia, muscular, y la aptitud motriz, coordinación, velocidad,

potencia. También se promueve el desarrollo del esquema corporal, el desarrollo de la ubicación espacio- temporal y la formación de hábitos de higiene y de salud. (Chacón Ramirez M. E., 2006, pág. 25)

Los deportistas deben desarrollar la mayoría de las capacidades, que le ayuden a mejorar el deporte que lo practican desarrollar las destrezas motoras básicas, las de movimiento, las destrezas de juego y las sensorio-perceptuales, en el fútbol estas destrezas van vinculadas con la técnica lo que es la vista el tacto para tener un mejor movimiento y desplazamiento sobre la cancha de juego, el niño también desarrollo el esquema corporal, desarrollo de la ubicación espacio temporal que son importantes para una actividad física o un deporte que sea de conjunto.

2.1.4 Fundamentación Sociológica

Teoría Socio critica

El fútbol es sin lugar a dudas, el deporte más popular del mundo. En primer lugar, es extremadamente versátil a la hora de ser jugado. Otras actividades exigen infraestructura mínima, poseen reglamentos complicados o requieren de habilidades demasiado específicas. El fútbol es otra cosa. Si bien lo ideal es once jugadores contra once y en un campo de juego de aproximadamente de 100 x 70 metros, también puede jugarse en un aula de escuela.

Al mismo tiempo, el fútbol posee otra característica sumamente atractiva, es muy igualitario. En algunos deportes, siempre gana el contendiente superior. En otros, el más débil puede triunfar pero debe haber jugado mejor que su rival ese día.

La mayoría de los sociólogos que se dedican a medir la opinión del pública a través de encuestas y otros mecanismos asume que el público o colectivo se

constituye solamente de individuos que las conforman. Por esta razón se ha llegado a la conclusión que el fútbol une países continentes y todos unidos por una sola pasión (Ceballos, 2002, pág. 471; Ikarán, 2005)

El fútbol es pasión de multitudes, el fútbol es un deporte que fusiona a todas las clases sociales en un único grito, el fútbol a través de sus encuentros futbolísticos enseña lealtad, compromiso y trabajo en equipo. El fútbol es uno de los deportes importantísimos que lleva a miles de fanáticos a los estadios, por medio del fútbol, une a todo un país en una sola voz, el fútbol hace olvidar las preocupaciones, tristezas, las crisis de los países, en fin.

2.1.5. Fundamentación Axiológica

Teoría de Valores

El deporte ha sido considerado tradicionalmente un medio apropiado para conseguir valores de desarrollo personal y social; afán de superación, integración, respeto a la persona, tolerancia, acotación de reglas, perseverancia, trabajo en equipo, superación de los límites, autodisciplina, responsabilidad, cooperación, honestidad, lealtad, etc. son cualidades deseables por todos y que se pueden conseguir a través del deporte y de la orientación que los profesores, entrenadores y familia le den, siempre con el apoyo de todos los agentes implicados en él, de forma que estos valores se desarrollen y perduren en la persona y le ayuden a un completo desarrollo físico, intelectual y social y por añadidura a una mejor integración en la sociedad en que vivimos.

Por lo tanto el objeto de la práctica deportiva a estas edades debe ser fomentar hábitos saludables y valores morales y convivencias que ayuden a la formación integral de los futuros adultos el entrenador, como figura significativa y de gran importancia para los niños, puede colaborar

preguntando e interesándose por su rendimiento escolar, lo que reforzará positivamente este desempeño y, además puede obtener pistas sobre cuestiones que puedan (Schreiner, 2002) incidir en el rendimiento deportivo. Si se produce simultáneamente una disciplina en el rendimiento deportivo y académico, será indicativo de que algo le está pasando al muchacho. En este caso podría ser recomendable hablar con él y/o con los padres para tratar de ayudarlo. (Ikarán, 2005, pág. 21)

Los entrenadores como principales formadores deben fomentar los valores en las edades tempranas a los futuros deportistas, la importancia de tener interés por sus deportistas ayuda en el rendimiento escolar lo que reforzará positivamente el vínculo entre deportista y entrenador, con ayuda de los padres los valores inculcados en los deportistas serán más firmes en su desarrollo.

El entrenamiento, por su relación con el Deporte escolar, debe promover los valores que el deporte debe y puede desarrollar; esta disciplina tiene, a través de sus contenidos y actividades, un enorme potencial para desarrollar al niño tanto física como personalmente y, de esta forma, para contribuir a la mejora de la persona.

2.1.6 Fundamentación Legal

Ley del deporte 2015

Art. 1.- Ámbito.- Las disposiciones de la presente Ley, fomentan, protegen y regulan al sistema deportivo, educación física y recreación, en el territorio nacional, regula técnica y administrativamente a las organizaciones deportivas en general y a sus dirigentes, la utilización de escenarios deportivos públicos o privados financiados con recursos del Estado.

Art. 2.- Objeto.- Las disposiciones de la presente Ley son de orden público e interés social. Esta Ley regula el deporte, educación física y recreación; establece las normas a las que deben sujetarse estas actividades para mejorar la condición física de toda la población, contribuyendo así, a la consecución del Buen Vivir.

Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas.

Estado. Art. 4.- Principios.- Esta Ley garantiza el efectivo ejercicio de los principios de eficacia, eficiencia, calidad, jerarquía, desconcentración, descentralización, coordinación, participación, transparencia, planificación y evaluación, así como universalidad, accesibilidad, la equidad regional, social, económica, cultural, de género, estaría, sin discriminación alguna.

Art. 5.- Gestión.- Las y los ciudadanos que se encuentren al frente de las organizaciones amparadas en esta Ley, deberán promover una gestión eficiente, integradora y transparente que priorice al ser humano.

Las organizaciones que manteniendo su autonomía, reciban fondos públicos o administren infraestructura deportiva de propiedad del Estado deberán enmarcarse en la Planificación Nacional y Sectorial, sometiéndose además a las regulaciones legales y reglamentarias, así como a la evaluación de su gestión y rendición de cuentas.

Las organizaciones deportivas que reciban fondos públicos responderán sobre los recursos y los resultados logrados a la ciudadanía, el gobierno autónomo descentralizado competente y el Ministerio Sectorial.

2.1.7 La Coordinación General

El pase preciso y bien sincronizado no es una tarea fácil. El grado de dificultad aumenta notablemente cuando el pase tiene que ser efectuado bajo la influencia del contrario más o menos activa. En la disputa por el balón con el jugador contrario se tiene que asegurar una postura que generalmente posibilite la ejecución eficaz del pase, no importa si la continuación se efectúa directamente, tras una recepción, una conducción de balón o bien de una finta.

Un entrenamiento de coordinación general y versátil forma parte en un todo caso de la forma básica de los jóvenes futbolistas; sin embargo, la necesidad de un entrenamiento suplementario de coordinación se extiende a todos los niveles y edades. Según sea el nivel y la edad de los grupos van cambiando los puntos principales y los objetivos mientras que, por ejemplo, los niños de nueve años necesitan de ejercicios de movimiento lo más versátil posibles incluidos en el entrenamiento de la coordinación general, los futbolistas de competición deberían utilizar técnicas de fútbol contenidas en el ámbito del entrenamiento de coordinación bajo diferentes circunstancias. (Schreiner, 2002, pág. 12)

Para iniciar el entrenamiento con las capacidades coordinativas generales se debe de tomar en cuenta la edad de los deportistas para plantear los objetivos que se desea desarrollar con los futbolistas en estas edades tempranas se realiza ejercicios de movimientos incluido la técnica y la táctica.

2.1.7.1 Importancia de las capacidades coordinativas

Las capacidades coordinativas es una de las cualidades de mayor eficacia, ya por medio de ellas se puede hacer unos adecuados movimientos eficaces, eso es lo que destaca a que un futbolista tenga una exquisita técnica deportiva.

El alto grado de economía propio de una habilidad bien desarrollada se debe a la precisión de la regulación motora y permite ejecutar movimientos idénticos con un gasto escaso, con el contingente de ahorro de energía. De esta forma la habilidad determina el grado de aprovechamiento de las habilidades de la condición física. Sobre la base de una capacidad de rendimiento coordinativo bien desarrollada se puede aprender y reaprender destrezas deportivo- técnicas incluso en años de entrenamiento tardíos. (Weineck J. , 2005, pág. 479)

Un alto nivel de capacidades coordinativas permite adquirir de una forma racional destrezas deportivo – técnicas procedentes de otras modalidades, que se puedan aprovechar por ejemplo, para la condición física general y para el entrenamiento compensatorio.

2.1.8 Características generales de los factores que determinan la coordinación de los deportistas.

Entre los factores que determina el nivel de coordinación (las capacidades de coordinación) del deportista es necesario destacar la percepción multilateral y el análisis de sus propios movimientos, la existencia de imágenes de las características dinámicas, especiales y de tiempo del cuerpo y de sus diferentes partes en una compleja interacción, la comprensión por el deportista del objeto motor planteado ante él y finalmente la formación del plano y del método concreto de ejecución de los movimientos.

El factor de similar importancia es el control operativo de las características de los movimientos, efectuados por el

deportista y el análisis de los resultados de dicho control. En este mecanismo, el papel especial lo desempeña la precisión de los impulsos aferentes que llegan de los receptores de los músculos de los tendones, articulaciones, cartílagos articulares, y también y también de los analizadores vestibular y ocular, eficacia del análisis de estos impulsos aferentes que aseguran la calidad de los movimientos adecuados. (Polischuk V. , 2005, pág. 128)

Considerando la sensibilidad muscular articular como el factor básico que asegura la eficacia de los impulsos aferentes, se ha de indicar la selectividad de su formación, que corresponda estrictamente a la específica de la modalidad del fútbol en concreto y a la riqueza técnica del deportista.

Entre los muchos factores importantes que predeterminan el nivel de las capacidades coordinativas, está la coordinación intramuscular eficaz. La capacidad de activar rápidamente la cantidad necesaria de unidades motoras, de asegurar la interacción óptima de los músculos sinérgicos y músculos antagónicos y el paso rápido y eficaz de la tensión de los músculos a su relajación, son capacidades que poseen los deportistas de alto nivel que se distinguen por el elevado grado de las capacidades de coordinación.

2.1.9 El desarrollo de las cualidades coordinativas

Los seres humanos con cualidades coordinativas más desarrolladas son, por lo general, los que mayor éxito obtiene en el deporte. Todo deportista debe mejorar debe mejorar las cualidades coordinativas a través de una preparación multilateral (muchos ejercicios diferentes). “También en cada deporte existen ejercicios específicos para desarrollar las cualidades coordinativas especiales. Por ejemplo, en

deportes de pelota se pueden realizar ejercicios con balón”. (Guimares, 2002, pág. 97)

2.1.10 Las cualidades coordinativas en el deporte

Fútbol, necesitan capacidad de orientación (espacio, direcciones, distancias, velocidades), capacidad de adaptación (anticipación, es decir, capacidad de cambiar de un movimiento a otro con seguridad), capacidad de diferenciación y reacción.

En otros deportes, también se utilizan otras cualidades como la capacidad de reacción, sincronización, velocidad para asimilar más información, capacidad de diferenciación (relajación soltura de los músculos agonistas y antagonistas, estos movimientos se les debe realizar a plenitud, para asimilar una técnica y realizar de una manera adecuada. (Guimares, 2002, pág. 98)

También se necesita capacidad de orientación (visual), capacidad de reacción, capacidad de sincronización de los movimientos y la capacidad de diferenciación, es importante trabajar esta cualidad desde edades tempranas, para que los niños deportistas no tengan dificultades a la hora de entrenar alguna técnica deportiva.

2.1.11 Las percepciones óptimas del movimiento

Los ojos reflejan en nuestra conciencia lo que nos rodea, razón por la cual los órganos de los sentidos tienen gran importancia. A través de los ojos podemos captar varias partes como pequeñas fotos y se puede dar diferentes interpretaciones.

Un deportista debe ser capaz de realizar sus movimientos sin permitir que los ruidos o estímulos del exterior lo desconcentren. Mientras más cerca está la competencia, más fuerte debe ser la concentración sobre la tarea por realizar. (Guimares, 2002, pág. 101)

Como se manifestó en párrafos anteriores, el entrenamiento de la coordinación es importante practicarle en todos los deportes, porque son la base para realizar movimientos sin dificultad, ahorrando, tiempo y esfuerzo físico.

2.1.12 Capacidad del deportista de valoración y regulación de los parámetros dinámicos y el espacio tiempo de sus movimientos.

Los mejores resultados los presentan los deportistas con buena percepción, sea, los que posean alto nivel de posibilidades sensoriales y la percepción. La capacidad del deportista de regulación de diversos parámetros de los movimientos se predetermina por la precisión de las sensaciones y percepciones motoras que muchas veces estarán acompañadas por las percepciones visuales y auditivas.

Los deportistas de alto nivel poseen asombrosas capacidades en relación con la valoración y regulación finísima de los parámetros dinámicos y del espacio y el tiempo de los movimientos. En base a la metodología de perfeccionamiento de la capacidad de valoración y regulación de los movimientos debe haber una selección de los medios de entrenamiento que aseguren las altas exigencias de la precisión de parámetros dinámicos y de espacio tiempo de los movimientos. (Polischuk V. , 2005, pág. 131)

El papel importante en el perfeccionamiento de las capacidades, basadas en la sensibilidad propioceptiva se da a los ejercicios dirigidos al aumento de la claridad de percepciones musculares y motoras o sentidos del aparato, este tipo de capacidad se utilizará con el propósito de perfeccionar los movimientos, en el momento de realizar los gestos deportivos.

Las capacidades coordinativas de desarrollo relativamente determinadas y generalizadas de los procesos de regulación del movimiento y las

capacidades del rendimiento para superar las exigencias de su coordinación. (Rost, 2005, pág. 85)

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.

Tienen efectos reguladores sobre el aprendizaje motor, sobre la apropiación de las acciones combinadas motoras y la adquisición de habilidades deportivo motoras, ya que en los procesos de aprendizaje se puede recurrir a las cualidades de desarrollo determinadas y generalizadas de las capacidades de coordinación. Esto expresa principalmente mediante la velocidad y la exactitud en la adquisición de las habilidades motoras, así como en su constancia (estabilidad, predisposición al error) (Rost, 2005, pág. 86)

Las capacidades coordinativas bien desarrolladas tienen también una considerable influencia sobre el agotamiento del potencial de las condiciones de rendimiento orgánico energéticas. Determinan en gran medida la armonización en procesos de enlace de dinámica y ritmo de movimiento, sobre todo en diferentes situaciones de práctica.

2.1.13 Modelo de estructuración

El hecho de desatacar 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 diagnosticar también las capacidades coordinativas.

Las capacidades coordinativas son las siguientes: la capacidad de diferenciación, capacidad de reacción, capacidad de equilibrio, capacidad de orientación, capacidad de ritmo, capacidad de enlace y capacidad de cambio.

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

La capacidad de equilibrio comprende el mantenimiento y la recuperación de equilibrio en situaciones cambiantes y la resolución de tareas motoras en relaciones de equilibrio lábiles. (Rost, 2005, pág. 86)

Capacidad de ritmo comprende el registro, almacenamiento y representación de las estructuras dinámico temporales dadas o intrínsecas al movimiento mismo.

La capacidad de diferenciación posibilita lograr la armonización exacta de movimientos realizados lentamente con una retroacción suficiente es una capacidad de base; sin embargo, para la superación de exigencias bajo la presión del tiempo se ejercitan condiciones de rendimiento neuromusculares jerárquicamente más altas (Rost, 2005, pág. 86)

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

2.1.14 Capacidad del deportista de mantener la estabilidad en la posición del equilibrio

El equilibrio como capacidad de mantener la estabilidad de mantener la posición puede manifestarse en condiciones estáticas y dinámicas, con y sin apoyo. Si analizamos la multitud de las acciones motoras de entrenamiento y competitivas en tales modalidades de fútbol.

Cuando se habla de los factores que aseguran la capacidad del deportista de mantener el equilibrio, respecto a las particularidades de una concreta modalidad de fútbol, en todos los casos se constatan la movilización conjunta de las posibilidades de los sistemas visual articular, vestibular y somato- sensorio. Naturalmente, la situación concreta de la actividad de entrenamiento o competitiva de los deportistas, relacionadas con el mantenimiento del equilibrio establece como dominantes a unos u otros sistemas. Con más frecuencia estos resultan ser somato sensorio (ante todo su componente propioceptivo) y el vestibular. (Polischuk V. , 2005, pág. 133)

Se han de destacar dos mecanismos de mantenimiento del equilibrio. El primero se manifiesta cuando el objeto motor principal es el mantenimiento del equilibrio. El segundo mecanismo se lleva a cabo cuando las reacciones de la postura están incluidas en el contenido del movimiento con difícil coordinación y cada una de estas reacciones lleva el carácter adelantado, en vez del reflejo y componente la parte del programa de acción motora.

2.1.15 El sentido del ritmo

El sentido del ritmo, como capacidad del deportista de reproducir exactamente y variar directamente los parámetros de velocidad. Fuerza y espacio tiempo de los movimientos predetermina en grado considerable el nivel de logros en cualquier modalidad de fútbol.

Un lugar especial ocupa este sentido en las modalidades de fútbol que se distinguen por la estructura especialmente difícil y previamente determinada de la actividad deportiva, en particular, en los pases de fútbol. Precisamente aquí unas variaciones muy pequeñas del ritmo dado de movimientos que se manifiestan en los cambios de direcciones velocidades aceleraciones, exactitud de los esfuerzos aplicados, alteraciones de las tensiones y relajaciones de los músculos, etc. pueden

influir considerablemente en la eficiencia de actividad competitiva del fútbol. (Polischuk V. , 2005, pág. 135)

La elección del contenido de los medios y métodos de perfeccionamiento de este tipo de capacidades coordinación característica para la modalidad concreta del fútbol se funda en lo específico del sentido del ritmo, es decir, en su relación orgánica con la técnica de ejecución, por el deportista de los movimientos concretos.

2.1.16 Capacidad del deportista de orientarse en el espacio

La capacidad del deportista de orientarse en el espacio determina por su habilidad de valorar operativamente la situación creada referente a las condiciones del espacio y reaccionar a dicha situación con las acciones racionales que aseguran una ejecución eficaz de los ejercicios de entrenamiento o de competición.

En base a la orientación racional en el espacio se halla la actividad compleja de diferentes analizadores que permite valorar las condiciones para la ejecución de las acciones concretas llevar a cabo la selección de una decisión motora racional y asegurar su realización. El papel decisivo lo desempeñan los sistemas visuales y soma – sensorio. (Polischuk V. , 2005, pág. 137)

Sin embargo en el deporte de alto nivel incluido el fútbol los objetivos de una orientación eficaz en él, espacio siempre son el resultado de la actividad conjunta de varios analizadores y de la memoria motora, lo que asegura la valoración momentánea de la situación y realización de acción motora válida.

2.1.17 Coordinación de los movimientos

La coordinación de los movimientos como capacidad del deportista de manifestar y transformar racionalmente, en base de las habilidades y

de los hábitos acumulados, sus acciones motoras efectuadas en condiciones concretas tienen mucha importancia en el logro de altos resultados en las modalidades de fútbol de coordinación difícil donde se crea constantemente la necesidad de cambio rápido de las acciones motoras manteniendo su interacción y secuencias adecuadas. Así mismo la coordinación resulta ser con frecuencia un factor importante de éxito en las modalidades de las fases de enseñanza de los pases.

En base a la metodología del perfeccionamiento de la coordinación de los movimientos del deportista está el perfeccionamiento técnico muy variado, basado en el amplio uso de ejercicios de preparación general, auxiliares de preparación especial y de competición. Es importante que durante el entrenamiento técnico, el perfeccionamiento este estrechamente relacionado con la necesidad de resolver tareas tácticas concretas y con el desarrollo de diferentes cualidades motoras. (Polischuk V. , 2005, pág. 143)

La coordinación de los movimientos de los futbolistas está muy vinculada con otros componentes de las capacidades de coordinación en primer lugar, con la capacidad de valorar y regular los parámetros dinámicos y de espacio tiempo de los movimientos. El alto nivel de estas capacidades ocasiona una influencia positiva sobre el aumento de la coordinación de todos los tipos de las capacidades de coordinación.

2.1.18 Capacidades Coordinativas Complejas

2.1.18.1 Aprendizaje motor

La interacción del individuo con su medio se manifiesta por sus conductas para comprender el entorno e influir en él. La conducta humana es producto de una sucesión de aprendizajes y de una serie de movimientos que ejecuta el individuo para realizar los gestos técnicos del

pase. Esta sucesión de aprendizajes afecta tanto al ámbito motor como al intelectual.

El aprendizaje motor se va a centrar en las ejecuciones motrices, siendo su expresión una manifestación global de la conducta humana. Con esta premisa el aprendizaje motor se va a centrar en las ejecuciones motrices, como manifestación externa de lo cognitivo, social, afectivo y motriz.

En el momento en que el deportista realiza un aprendizaje de una nueva habilidad motriz, se da puesta en marcha de los siguientes procesos, la atención, la percepción sensorial, la percepción, la memoria, la toma de decisiones, la organización y la programación, los procesos generadores de la respuesta motora y el control de la regulación. (Rios, 2005, pág. 317)

El mecanismo senso perceptivo es el responsable de un grupo de acciones muy determinadas; la dirección de estímulos, la comparación de las informaciones recibidas con las ya almacenadas, la vigilancia y la anticipación. En cuanto al mecanismo de toma de decisiones, este es el encargado de transformar información, de buscar en la memoria (tanto a corto como a largo plazo), de elaborar el plan de acción y finalmente, de seleccionar el programa motor.

2.1.18.2 Coordinación motriz

La correcta ejecución de acciones en las que se requieren del movimiento de ciertos grupos musculares y la inhibición de otros, se basa en una buena integración del esquema corporal, así como el conocimiento y control del cuerpo. Los ejercicios que a continuación se presentan, han sido divididos en tres segmentos corporales.

2.1.18.3 Coordinación dinámica general

Las actividades propuestas tienen como finalidad que el niño aprenda a movilizar su cuerpo de manera organizada, para lo cual se sugiere lo siguiente.

Realizar movimientos básicos como caminar, correr y saltar, son habilidades básicas que los deportistas tienen que dominar, entrenar desde los primeros momentos que está asistiendo a los entrenamientos de fútbol infantil. Movilizar el cuerpo de manera global y segmentaria. Realizar ejercicios en los que se requiera del movimiento coordinado de extremidades superiores e inferiores. (Díaz N. , 2001, pág. 53)

Coordinación viso motriz: La coordinación viso motriz es el ámbito privilegiado para la utilización de balones de fútbol de todos los tamaños, así como los materiales, conos, banderines, escaleras, con el propósito de entrenar la coordinación de los movimientos finos y gruesos de los deportistas. Ejemplo aquí se puede ejercitar los malabares de dominio de balón, que es fundamental en la iniciación deportiva. Realizar juegos en los que un objeto se movilece con distintas partes del cuerpo.

Las capacidades de coordinación se desarrollan rápidamente, finalizando prácticamente en la fase puberal. En la maduración se evidencian desde el cuarto al doceavo mes de vida los primeros movimientos de coordinación, adoptando las formas motoras típicas de la especie humana de forma gradual. Los primeros movimientos para la motricidad humana. (Torres C. , 2006, pág. 134)

El desarrollo de la motricidad está íntimamente ligado a la maduración del sistema nervioso. En la medida en que se desarrolla, permite un control del movimiento cada vez más alto y, por tanto, una mayor coordinación. Desde los 6 a los 11 – 13 años, las capacidades de coordinación tendrán un desarrollo más marcado y en la práctica se podrán ver notables progresos en estas edades, a las que seguirá una posterior estabilización.

Como se ha mencionado anteriormente, las fases sensibles serían aquellas etapas en las que el final de periodos rápido de crecimiento nos encontramos en condiciones especialmente favorables para el entrenamiento de determinadas capacidades. El ritmo de desarrollo de las distintas capacidades es diferente para cada individuo y para cada capacidad.

Para las capacidades de coordinación estas fases sensibles están directamente relacionadas con el proceso de maduración del sistema nervioso, al que están directamente vinculadas. Las fases sensibles para el desarrollo de las capacidades coordinativas. (Torres C. , 2006, pág. 134)

Para la capacidad de orientación espacio, temporal se situaran entre los 11 y los 16 años.

La capacidad de diferenciación la fase sensible se situara entre los 10 y los 13 años.

La capacidad de equilibrio estático, dinámico alcanzaría el momento de óptimo para su desarrollo entre los 10 y los 13 años.

La fase sensible de la capacidad de reacción motriz se situaría entre los 8 y los 11 años.

La capacidad de transformación del movimiento situaría su fase sensible de los 8 a los 13, especialmente entre los 11 y los 13 años.

La capacidad de ritmización incluiría su fase sensible de 7 a 14 años, especialmente entre los 10 y 12 años.

2.1.19 Métodos y medios generales para desarrollar las capacidades de coordinación

2.1.19.1 La capacidad de combinación y apareamiento de los movimientos.

Para el desarrollo de esta capacidad debemos utilizar ejercicios que utilicen combinaciones de diferentes habilidades motrices automatizadas. Esto se puede realizar combinando habilidades básicas como saltos, carreras, lanzamientos, etc.; ya sea en mescolanza en diferentes tipos dentro de una misma habilidad. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.2 La capacidad de orientación espacio – temporal: para desarrollar la capacidad de orientar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y el tiempo podemos utilizar tareas de este tipo:

Ejercicios y juegos en los que tengamos que reorientar la posición del cuerpo frente a objetos en movimiento: que el objeto en movimiento haga perder el punto de referencia teniendo que volverlo a encontrarlo. (Torres C. , 2006, pág. 134)

Ejercicios y juegos en los que se tenga que modificar la posición del cuerpo en función de puntos de referencia del campo del juego, ya sea fijos o móviles. Por ejemplo, juegos en los que en función de la posesión o no del balón se tengan que cambiar los puntos de referencia del juego, y por tanto reorientar la posición del cuerpo. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.3 La capacidad de diferenciación: utilización de ejercicios con diferentes tipos de móviles (diferentes en tamaño, textura, peso, etc) que nos posibilite la capacidad de adaptarse a los nuevos parámetros

dinámicos, temporales y espaciales en función a las características del móvil. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.4 La capacidad de equilibrio estático – dinámico: La capacidad de equilibrio se puede trabajar básicamente mediante juegos y ejercicios bajo dos condiciones: modificando la base de sustentación (los apoyos que se realizan), o reduciendo el espacio delimitado para la actividad. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.5 La capacidad de reacción motriz: se puede desarrollar mediante ejercicios bien conocidos en los que se realizan del modo más rápido posible atendiendo a los estímulos – señales que pueden ser de tipo acústico, visual, táctil, etc.

Pueden ser de reacción simple, es decir, respondiendo a estímulos ya previstos y conocidos con movimientos ya preparados, o de tipo de reacción compleja, reaccionando a estímulos no previstos y con una amplia gama de respuestas posibles. Esto es de gran aplicación en el ámbito de la táctica individual. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.6 La capacidad de transformación del movimiento: Su desarrollo se posibilita con ejercicios en los deportistas tanga que adaptar la técnica deportiva a diferentes situaciones del juego. Hay tantas variantes como posibilidades se pueden dar situaciones de juego real. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.19.7 La capacidad de ritmización: Todo tipo de ejercicios en los que tenga que adaptar el ritmo de ejecución de la actividad: actividades con cambios de ritmo, juegos en los que el cambio de frecuencia de carrera

sea una exigencia diferentes tipos de desplazamientos encadenados. (Torres C. , 2006, pág. 134)

2.1.20 Agilidad

La agilidad y el equilibrio son factores clave en cualquier esfuerzo atlético. La necesidad constante de cambiar de dirección en la mayoría de deportes requiere que el atleta mantenga una buena postura sobre su base de soporte para permanecer de pie. Ello puede ser muy difícil por ejemplo, cuando se hace un giro lateral a gran velocidad. La información siguiente trata de cómo la agilidad y el equilibrio se pueden mejorar mediante un uso sensato de ejercicios específicos.

2.1.20.1 Desarrollar la agilidad

En general, la agilidad se relaciona con dos tipos de funciones motoras. Por un lado, es crucial para la capacidad de arrancar de forma explosiva, desacelerar, cambiar de dirección y acelerar de nuevo rápidamente mientras se mantiene el control del cuerpo y se minimiza la pérdida de velocidad.

La agilidad es importante en el deporte porque los movimientos a menudo se inician a partir de diversas posiciones corporales. Por ello los atletas deben ser capaces de reaccionar con fuerza, con explosividad y rapidez desde estas distintas posiciones.

Por otra parte la agilidad, se refiere a la capacidad de coordinar varias tareas de deportes específicos simultáneamente, como cuando un jugador dribla una pelota en baloncesto en una situación de presión de todo el campo mientras busca a un compañero libre al que debe pasar el

balón. Diversos estudios demuestran que la agilidad en estas tareas es el principal factor determinante para predecir el éxito en un deporte.

Muchos deportistas y entrenadores creen que la agilidad viene determinada en primer lugar por la genética, de modo que es difícil mejorarla en un grado significativo. A menudo los entrenadores se entusiasman con deportista que posee condiciones físicas naturales, estatura, potencia vertical y horizontal, una constitución ideal, que se asocian con actuación eficaz. Sin embargo, estas condiciones por si solas no garantizan el éxito en los deportes que requieren agilidad. (Brown L. , 2007, pág. 143)

Desafortunadamente, como la atención se centra en las condiciones físicas, los programas de fuera de temporada a menudo giran alrededor del entrenamiento de fuerza y la condición física. El desarrollo de la agilidad y rapidez a velocidades para deportes específicos se negligé o se hace hincapié sólo durante breves lapsos de tiempo predeterminado. En realidad la agilidad requiere importantes adaptaciones neurales que solamente se pueden desarrollar con el tiempo y con muchas repeticiones.

A los deportistas les lleva semanas y meses notar mejoras en la velocidad y la agilidad. Por ello, el entrenamiento de la agilidad debería considerarse como un componente esencial del programa de entrenamiento anual.

Las capacidades motoras y los movimientos específicos de un deporte deben realizarse a alta velocidad durante la competición tiene poco tiempo para mejorarse si no se trabaja a lo largo de la temporada baja, ya que existe una correlación directa entre al aumento de la agilidad y el desarrollo de la sincronización atlética, el ritmo y el movimiento.

2.1.21 Capacidades Coordinativas Movilidad

Por método de estiramiento activo entendemos una serie de ejercicios gimnásticos que amplían los límites normales de la movilidad articular por medio de rebotes elásticos y movimientos oscilatorios. Estos ejercicios se pueden subdividir en activo dinámico y pasivo dinámicos.

Los ejercicios de estiramiento activo dinámicos (los llamados movimientos balísticos), el trabajo de estiramiento se produce a través de movimientos de rebote clásico repetidos. En el activo estático los antagonistas de los músculos objeto de estiramientos se contraen de forma isométrica en la posición final del estiramiento. (Sostener la posición final).

Esta fijación en la posición final puede ir precedida de tres o cuatro movimientos oscilares (rebote clásico y sujetar) el estiramiento estático clásico presenta un efecto menos relevante, pues los antagonistas de los músculos flexores que el estiramiento pone en tensión no pueden en ningún caso producir fuerza isométrica necesaria para conseguir el cambio de longitud eficaz del musculo que se estira. Por el contrario, la aproximación activo dinámica provoca, con las fuerzas de oscilación producidas, estímulos de estiramiento más fuertes y aporta mayor intensidad al ejercicio. (Rusch, 2004, pág. 276)

La ventaja de los ejercicios de estiramiento activos se fundamenta en el hecho de que el estiramiento de determinados grupos musculares tiene lugar mediante la contracción activa de sus antagonistas, y contribuye por tanto al fortalecimiento de estos.

2.1.22 El pase

El fútbol es, por encima de todo, un juego de conjunto en la que el pase constituye la forma de enlazar las jugadas para conseguir la

finalidad suprema, que es el gol. De ahí se puede deducir, por consiguiente, que difícilmente se logran buenas jugadas si los jugadores se pasan mal el balón.

En el pase intervienen dos factores fundamentales: el toque en lanzamiento del balón y la recepción del mismo. Ya se ha visto en un apartado anterior, como se consigue una buena recepción del balón, ahora es el momento de hablar de la técnica del toque. Hay varias maneras de tocar el balón para realizar un pase, según cual sea la zona del pie que contacta con el esférico. (Planells, 1995, pág. 108)

Los pases es el fundamento técnico, el más importante dentro de todos los aspectos, ya que mediante la efectividad del mismo se puede ganar un encuentro, mediante la efectividad del mismo.

2.1.22.1 El pase con la parte interna del pie

Fijar la vista en el balón

Colocar el pie de apoyo a una distancia aproximada de 15 cm a un lado del balón. Mantener esta pierna ligeramente flexionada dejando recaer en ella el peso del cuerpo. Extender ambos brazos de manera que permitan mantener el equilibrio.

Flexionar por la rodilla la pierna que va a lanzar el balón y girar la punta del pie hacia afuera, para que sea la parte interna la que contacte con el balón. Adelantar el pie con fuerza hacia la pelota a la vez que la pierna se estira produciendo el toque en la mitad del pie. Si el pase o tiro quiere realizarse al ras del suelo, debe tocarse el balón por en medio. (Planells, 1995, pág. 108)

Si se quiere levantar el contacto será en su mitad de abajo. La pierna, una vez el balón sale despedido, debe continuar su movimiento mientras el cuerpo se encuentra, desde la altura de la cadera un poco inclinada hacia atrás.

2.1.22.2 Pase con la parte externa del pie

Se realiza del mismo modo que el pase anterior con la única diferencia que la punta del pie, en vez de apuntar hacia afuera, se gira hacia el interior de nuestro cuerpo con lo que el toque se hace con la parte externa del pie en su zona media.

Es muy frecuente, en este tipo de pase que el jugador de efecto al balón, como consecuencia que la superficie de contacto es más o menos circular. Esto debe tenerse presente para, en caso de producirse, darle el efecto apropiado para que el compañero pueda ser una buena recepción del balón. (Planells, 1995, pág. 108)

Existen diversos tipos de pases, y que se utilizan de diversas maneras, sino que el deportista debe conocer en qué momento se debe aplicar, para que dicho pase gane efectividad dentro de un encuentro de fútbol.

2.1.22.3 El pase de talón

Es un pase menos usual que los anteriores, y puede utilizarse para enviar el balón a corta distancia. Resulta efectivo frecuentemente porque sorprende al adversario, aunque también conlleva más posibilidades de error, puesto que el jugador que pasa se encuentra de espaldas al posible destinatario, desconociendo por lo tanto su posición exacta, y si se aproxima algún jugador contrario.

Los puntos básicos a tener en cuenta en este tipo de pases son: ajustar la velocidad propia a la del balón. Mantener la pierna de apoyo flexionada ay a un lado del esférico. Pasar la pierna libre también flexionada por encima del balón y colocar el pie en posición recta. Mover el pie hacia atrás hasta que el talón contacte con la zona media de la superficie del esférico. (Planells, 1995, pág. 108)

Para conseguir mayor potencia en el pase es conveniente que la pierna siga su movimiento hacia atrás sin detenerla, justo en el momento en que se produce el contacto.

2.1.22.4 El pase con el empeine

Suele ser un pase utilizado para cubrir distancias largas con el balón, ya sea para un centro, como para un despeje o desvío, para un tiro o para cruzar el terreno de juego.

La técnica adecuada es la siguiente: acercarse al balón no totalmente de frente. Colocar el pie de apoyo paralelo próximo al esférico con la pierna ligeramente flexionada desde la rodilla y soportando el peso del cuerpo. Llevar la pierna libre hacia tras flexionada, a la vez que los brazos se extienden para mantener el equilibrio del cuerpo, que se inclina hacia adelante. Llevar la pierna de toque hacia abajo con su parte delantera dirigida también hacia abajo y después hacia adelante, siguiendo la puntera la misma dirección. (Planells, 1995, pág. 109)

El contacto se produce entre el empeine y la parte inferior del balón, si se quiere levantarlo y entre el empeine y la zona media del balón si se quiere un desplazamiento a ras del suelo. La pierna de contacto debe extenderse completamente desde la cadera, completando el movimiento para que el pase sea más potente.

2.1.22.5 El pase de bolea

Constituye una acción muy útil cuando el jugador, ante la presencia próxima de un contrario, no tiene tiempo para dominar el balón. En este caso se produce el contacto con la pelota todavía en el aire, antes de que toque el terreno de juego.

La mecánica de este pase consta de los siguientes puntos: el jugador que está al frente al balón decanta el peso de su cuerpo sobre una pierna, mientras lleva hacia atrás el pie contrario para golpear el balón con el empeine. Los brazos se extienden para equilibrar el cuerpo y cuando el balón se encuentra más o menos a la altura de la rodilla, se adelanta el pie produciéndose el contacto. Una vez el balón ha sido lanzado, el cuerpo se inclina hacia adelante y la pierna de toque continúa su movimiento. (Planells, 1995, pág. 109)

El pase de bolea es muy fundamental dentro de la definición de un encuentro, es por ello que se le debe practicar en forma coordinada, tantas veces como sea posible, para que los deportistas lleguen a la efectividad o sincronización de los movimientos, demostrando calidad y efectividad, el momento de ejecutarlo.

2.1.22.6 El pase de media bolea

Se ejecuta como el anterior, con la diferencia de que el contacto se produce inmediatamente después de que el balón ha botado en el suelo y empieza su ascensión. Se utiliza para desplazamientos largos del esférico y realizando de forma precisa, define a un buen jugador.

Ambos pases, el de bolea y de media bolea, no presenta dificultades en cuanto a su ejecución pero si al respecto de su eficacia, es decir, no es difícil tocar de bolea el balón, pero si lo es que el pase, el tiro o el centro, tenga la precisión con la que fue concebido. (Planells, 1995, pág. 110)

Este fundamento técnico se lo debe repetir varias veces, con el objetivo de ganar efectividad, para ello se le debe realizar ejercicios de coordinación, para ganar mucha sincronización.

2.1.22.7 El pase exacto

El pase es un tiro dirigido al compañero. Pertenece a los elementos fundamentales del ataque colectivo. El pase exacto es la base del triunfo del equipo y pone de manifiesto la clase y el estilo de este. Los pases precisos se cuentan entre los elementos más difíciles de la técnica.

Los datos estadísticos de las observaciones realizadas, han dado como resultado que el porcentaje de pases inexactos en el fútbol, es mayor que, por ejemplo en el baloncesto o en el balón mano. Las pérdidas del balón debido a un pase inexacto ascienden en el fútbol cerca de un 60%. Esto depende no solo de un deficiente dominio de los elementos técnicos sino también es una muestra efectiva del elevado grado de dificultad del manejo del balón con las piernas. (Talaga, 1990, pág. 60)

Como su nombre lo indica el pase debe ser lo más exacto posible para que haya mucha efectividad el momento de ejecutar los pases, porque cuando se realiza de manera adecuada se la efectividad es ciento por ciento adecuada y se define bien los partidos.

2.1.23 Tipos de pases:

Pases profundos

Pases transversales- pases diagonales

Pases laterales

Pases hacia tras

Pases largos

Pases medios

Pases rasos

Pases altos

Pases de media altura

2.1.23.1 Pases profundos

Se cuenta entre los más rápidos y más peligrosos para el adversario. Constituyen el fundamento de ataque rápido y desplazan el punto central del juego de una mitad del campo a la otra. Los pases profundos largos 25-30 metros, medio: 10-25 metros, corto: 3-5 metros son utilizados en los ataques rápidos, ofrecen un sin número de jugadas y combinaciones y se emplean con gran éxito con los grandes terrenos de juego. (Talaga, 1990, pág. 60)

2.1.23.2 Pases transversales- pases diagonales

Los pases transversales se emplean en el juego hacia adelante; desde la línea de portería, lo usan los jugadores defensas; los jugadores del centro del campo y del ataque en dirección a los compañeros que se están desplazando a la portería enemiga. Los pases transversales sirven para el cambio posicional el juego y así pasar de un área a la otra para el juego en ambos extremos y para realizar el llamado juego con amplitud. (Talaga, 1990, pág. 60)

2.1.23.3 Pases laterales

Uno se ha acostumbrado a catalogar los pases laterales como poco eficaces y como moderadores del ritmo. Si se juega solo con estos pases, esto puede influir, como es natural de modo negativo, sobre el ritmo y la efectividad del juego. Pero si se emplean en determinadas situaciones pueden ser de mucho provecho para el equipo.

Los pases laterales para cambiarla posición del juego hacia otro lado del campo, en los tiros de esquina, en las combinaciones sencillas y para reducir el ritmo de ellos, o bien en el juego contra tiempo, son muy necesarias y eficaces desde el punto de vista de la táctica. (Talaga, 1990, pág. 60)

2.1.23.4 Pases hacia tras

Los pases hacia tras están justificados plenamente durante el juego y se usan en muchas situaciones por ejemplo en el pase del defensa hacia el portero, del delantero al jugador del centro del campo, al comienzo del juego en situaciones cerca de la portería y durante el marcaje agresivo de los delanteros. (Talaga, 1990, pág. 60)

2.1.23.5 Pases largos

Los pases largos (más de 20 metros) se utilizan cuando el balón haya de traspasar tanto como sea posible el área del campo de juego, cuando se defiende la portería, cuando exista una prolongada superioridad del adversario (despeje), al golpear el portero el balón, en el contra ataque, etc. sin embargo, tiene que analizarse, que los pases largos nos son totalmente exactos y pueden ser presa fácil del adversario. (Talaga, 1990, pág. 61)

2.1.23.6 Pases medios

Los pases medios (10-20 metros) se encuentran entre los más empleados de los jugadores, debido al poco grado de dificultad que tiene este tipo de pase y a su mucha exactitud. El pase sobre la distancia media representa un elemento principal de muchas combinaciones tácticas. (Talaga, 1990, pág. 61)

2.1.23.7 Pases rasos

Los pases rasos pueden usarse a diferentes distancias, preferentemente en distancias cortas y medias. Los jugadores buenos desde el punto de vista de la técnica los prefieren cuando existen

condiciones de terreno de terreno favorables, al jugar contra el viento y contra el sol. (Talaga, 1990, pág. 61)

2.1.23.8 Pases cortos

Los pases cortos hasta 10 metros, son empleados ante todo, en las acciones rápidas contra contrarios marcados estrechamente y en las proximidades de la portería contraria. Constituyen un componente de pases dobles o de secuencia de pases. Por su corta distancia, se encuentran entre los pases más fáciles. Los pases cortos sirven para introducir las acciones ofensivas y para regatear al contrario. (Talaga, 1990, pág. 61)

2.1.23.9 Pases altos y medianos

El pase alto del balón desde el aire, después de rebotar o desde el suelo, acelerará el ritmo del juego. Los balones pasados de forma elevada no pueden ser interceptados por el adversario y además están sometidos a una fricción menor. Teniendo en cuenta la altura del vuelo del balón, diferenciamos los pases de media altura que son los rápidos y económicos y los pases elevados y poco eficaces llamados pases altos.

El pase alto se emplea con preferencia en los terrenos ondulados arenosos o cenagosos y para compañeros que dominen bien el cabeceo. El tipo de pase depende de la situación en el terreno. En principio, el balón debe pasarse al compañero como mejor le corresponda como por ejemplo, si hay que hacerle un pase a un jugador rápido, se le hace de tal manera que reciba el balón en completo movimiento, sin que él tenga que disminuir la velocidad. A un compañero más lento no se le hace un pase adelantado y profundo. (Talaga, 1990, pág. 61)

En un terreno con césped resbaladizo los pases se lo hacen al compañero de modo directo. Los buenos jugadores hacen pases al espacio libre. El juego moderno exige que se apliquen una amplia gama de pases fuertes y rápidos.

El pase directo es mucho más rápido y mucho más eficaz, si se ejecuta bien, no obstante en los mejores equipos del mundo, veremos jugadores que apenas juegan pocos minutos sin recibir el balón. En situaciones determinadas, la recepción es una necesidad, por ejemplo en los suelos poco llanos, en los pases altos, cuando se reduce el ritmo, al ordenar el juego, cuando comienza la preparación. Aunque sea realizada por el jugador individualmente, la recepción del balón sirve a los intereses del equipo y se emplea en dependencia de la situación en que se encuentre los compañeros. (Talaga, 1990, pág. 61)

Debido a que la recepción del balón frena la rapidez del juego, los jugadores deben emplearlo sólo cuando sea necesario, por ejemplo cuando el balón, por ejemplo cuando un balón no se pueda pasar al compañero en posición de off side, marcaje estrecho. Los jugadores técnicamente excelentes pierden muy poco tiempo en el control del balón. El llevarse el balón con una finta y cambiar de dirección o a mucha velocidad sin hacer señales, constituyen un elemento importante y eficaz del juego. Aunque en el tiro de portería donde la sorpresa del contrario depende de la rapidez con que se realice la acción, en ciertos casos, la recepción previa del balón tendrá más efecto que un tiro directo pero no premeditado.

2.1.23.10 Planta

Se utiliza para perfilarse en jugadas de emergencia, o cuando el balón queda un poco atrás o cuando queremos protegerla del rival haciendo rodar el balón con la planta, que nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo, sirve para semi-parar, parar, desviar, conducir, pasar, driblear.

Según golpeo con la planta no envía el balón prácticamente hacia delante; solo nos sirve para mover el balón en espacios reducidos y se coloca la pierna de apoyo alado del balón y la pierna del golpeo toca la parte superior del balón, para el aprendizaje del balón será muy importante estar pendientes de como los jugadores realizan el gesto técnico como se colocan respecto al balón. (Silva F. , 2012, pág. 11)

La conducción con la planta son movimientos cortos de desplazamientos con el balón, la conducción que tiene a ser lateral, aunque con práctica podemos conseguir una conducción en línea recta. La seguridad es su principal características puesto que tiene una gran superficie de contacto, tenemos el balón muy protegido y podemos salir a cualquier dirección.

2.1.23.11 Punta

Forma de conducción algo rudimentaria, el poco uso de esta técnica se debe a que se pierde casi toda la precisión debido a que el balón está casi fuera de control. Se utiliza en situaciones de urgencia (rechazos), (disparos instantáneos), sirve también para desviar, pasar, rematar. Según “El golpeo se realiza igual que para el golpeo con los empeines pero se utiliza la punta para realizar el toque del balón. Normalmente se golpea en la parte central o exterior de la pelota”. (Silva F. , 2012, pág. 11)

2.1.23.12 Cabeza

Es la acción técnica individual que se realiza cuando el balón viene por el aire y este es golpeado por la cabeza de manera más o menos fuerte. El pase de cabeza puede ser tanto defensivo como ofensivo”.

La mayor parte de ellos juegan un papel casi testimonial, reservándose para acciones muy concretas y aisladas. Sin embargo hay uno de ellos,

concretamente el golpe de cabeza, que tiene una incidencia notable en el desarrollo del juego ya que durante una gran parte del mismo, el balón suele estar en el aire lo que concede a este tipo de acción, una importancia vital, cuyo dominio puede ser decisivo, tanto a nivel defensivo como ofensivo. El golpe de cabeza es pues casi tan importante como el del pié, ya que su utilización nos permitirá pasar, despejar y rematar, lo que implica al conjunto por igual. (Conde, 2003, pág. 99)

Superficie de golpeo: Frontal, parietales y occipital, dependiendo de dónde procede el balón. Es recomendable utilizar siempre el frontal si es posible. Movimiento a ejecutar para realizar bien el fundamento técnico: Inclinar hacia atrás antes de golpear y llevar la cabeza hacia delante cuando se hace el contacto. Abrir los ojos. Cerrar la boca para evitar un codazo o golpe del rival. El jugador debe ayudarse con los brazos al darse impulso, y también protegerse del contacto de los adversarios.

2.2 POSICIONAMIENTO TEÓRICA PERSONAL

La Teoría se basa en los fundamentos teóricos de alguno autores que se han toma en cuenta, para los Entrenadores y los Métodos que ellos utilizan, trabajo que se va a realizar en el Colegio Técnico Nacional Urcuqui orientada a los Métodos de Enseñanza de la Técnica Individual con su incidencia en el Pase.

El ser humano es un mundo de posibilidades, que debe auto realizarse, y el maestro debe facilitar que se desplieguen esas potencialidades en un ambiente motivador, respetuoso, emocionalmente estable, y sin restricciones.

Es por ello que la teoría que sustenta el proceso de investigación es la humanista, porque a los deportistas se les debe tratar como a personas con edades tempranas, como adultos en miniatura, porque allí es cuando

se empieza a cometer errores, es decir se les enseña con métodos de enseñanza parecido a los adultos, es allí donde los niños empiezan a desertar o a sentirse aburridos, ya que los entrenadores utilizan una metodología tradicional u otros solo les hacen jugar y jugar y nada de enseñar, es por ello que los entrenadores deben capacitarse y utilizar variedad de métodos y técnicas acordes a la edad de los niños, si bien es cierto en todas las áreas del conocimiento se enseña por medio de juegos o actividades lúdicas, que serán los aprendizajes más duraderos.

El proceso para alcanzar Futbolistas de primer nivel es largo y continuo, es una de las cosas en las cuales no se tiene que dejar nada a la improvisación. Hablamos entonces que los métodos de entrenamiento y enseñanza del Fútbol deben ser completos e integradores, este es uno de los puntos que se presta en especial atención a la hora de iniciar con el proceso de formación pedagógica constructivista a los niños que practican el Fútbol.

Las concepciones tradicionales acerca de la técnica y su entrenamiento se caracterizan por modelos de movimientos transmitidos y métodos de entrenamiento heredados.

Si se habla de Fútbol principalmente se nota que hay una insuficiente preparación de los entrenadores y monitores deportivos, ya que se basan en modelos empíricos para los procesos de entrenamiento, teniendo esto como resultado muchos futbolistas pero con poco nivel técnico- táctico y en la mayoría de los casos jugadores muy bien dotados físicamente pero técnicamente con muchas falencias.

Todos los profesores y entrenadores realizan una función social muy importante en su lugar de trabajo más allá del conocimiento teórico de las

cualidades físicas y ciertos criterios de la enseñanza y preparación de los fundamentos individuales del fútbol infantil.

Los métodos del entrenamiento y de enseñanza de la técnica deportiva su correcta utilización, en el tiempo y entorno adecuado son la diferencia deportiva. Se plantea aspectos innovadores para los procesos metodológicos orientados a la enseñanza-aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños de la categoría 10-12 y 14 años.

La propuesta plantea una información y tratamiento pedagógico del fútbol infantil orientado a la formación integral, en la aplicación de la metodología de enseñanza en los fundamentos técnicos del pase en el fútbol en las escuelas de fútbol.

2.3 GLOSARIO DE TÉRMINOS

Adaptación: Cambios orgánicos que hacen que un organismo se adapte al ajuste del medio ambiente.

Anticipación: es la capacidad del organismo para actuar de forma adelantada en los parámetros espacio-temporales, esta capacidad como el reflejo de anticipación, o sea, la capacidad del cerebro para adelantarse al futuro en respuesta al estímulo actuante solamente en el presente.

Capacidades coordinativas: estas dependen del sistema nervioso central periférico para su dirección y regulación

Condición física: Es la capacidad para realizar tareas diarias con vigor y efectividad retardando la aparición de la fatiga, realizándolo con el menor gasto energético y evitando lesiones.

Contraposición: La palabra contraposición puede emplearse para dar cuenta de la comparación que se efectúa de una cosa respecto de otra contraria; y también el término es usado para referir la oposición de una cosa con otra cosa.

Coordinación intermuscular: Es la sincronización del sistema nervioso central y de distintos músculos o bien grupos musculares, que tenemos todos los seres humanos.

Descoordinación: Acción no adecuada de nervios, músculos y sentidos, los movimientos son desordenados, sin ritmo, sin precisión, ni dirección en cuanto al objetivo propuesto.

Entrenamiento de alto rendimiento: Es la optimización para lograr la forma deportiva máxima.

Entrenamiento libre: Es una de las formas de clasificación y de desarrollo del entrenamiento donde el deportista resuelve de manera independiente una tarea.

Estilo: Es la técnica personal en combinación con las características individuales.

Esquema Corporal: Representación que cada uno tiene de su cuerpo y de cada una de sus partes y que se adquiere con la experiencia, de acuerdo al tiempo.

Equilibrio: El equilibrio es la capacidad que posee el individuo para mantener el cuerpo en equilibrio en las diferentes posiciones que adopte o se deriven de los movimientos.

Fundamentos: cada una de las acciones que componen el juego, pueden ser ofensivos o defensivos, que se utilizara en el momento de efectuar el juego

Habilidades Motoras: Son programas motores apropiados por el aprendizaje motor los cuales se distinguen por un alto grado de estabilidad y automatización.

Influencia: Poder de una persona o cosa para determinar o alterar la forma de pensar o de actuar de alguien "el entrenador tiene una gran influencia sobre la mayor parte de sus jugadores.

Locomotores: Movimientos Locomotores Son aquellas conductas que convierten al alumno de estacionario en ambulatorio. Estos movimientos producen un cambio de ubicación, conducen al alumno de un lugar a otro.

Métodos de entrenamiento: son los instrumentos que posee el entrenador a su disposición y que le ayudaran para desarrollar las capacidades motora y técnicas de sus atletas.

Perceptuales: La percepción obedece a los estímulos cerebrales logrados a través de los 5 sentidos, vista, olfato, tacto, auditivo y gusto, los cuales dan una realidad física del entorno. Es la capacidad de recibir por medio de todos los sentidos, las imágenes, impresiones o sensaciones para conocer algo.

Psicomotora: Pertenece o relativo a la psicomotricidad. La psicomotricidad es una disciplina que, basándose en una concepción integral del sujeto, se ocupa de la interacción que se establece entre el conocimiento, la emoción, el movimiento

Proceso: conjunto de fases sucesivas de un fenómeno o una operación sistemática mediante el cual se llega a un fin determinado.

Técnica: Es la forma específica en que se desarrolla las habilidades aquí se agrupan todos los elementos técnicos necesarios para realizar movimientos con precisión y eficacia.

Velocidad: Es el desplazamiento de un lugar a otro en el menor tiempo de velocidad.

2.4 INTERROGANTES DE INVESTIGACIÓN

- ¿Cuál es la capacidad coordinativa Viso Pédica mediante una ficha de observación a los niños de las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?
- ¿Cuál es el nivel técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?
- ¿La aplicación de una propuesta alternativa ayudará a mejorar la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?

2.5 MATRIZ CATEGORIAL

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
<p>Primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento.</p>	<p>Coordinación</p>	<p>Coordinación General</p>	<p>Regulación y dirección del movimiento</p> <p>Capacidad de Adaptación y cambios motrices</p>
		<p>Coordinación Viso pédica</p>	<p>Orientación</p> <p>Ritmo</p> <p>Equilibrio</p> <p>Diferenciación coordinación</p>
		<p>Coordinación Específica</p>	
<p>Desde este punto de vista la técnica es un conjunto de habilidades y acciones innatas y aprendidas del deportista en sus entrenamientos, que ayuda al deportista a desenvolverse con más facilidad por el terreno de juego teniendo más acoplamiento con sus compañeros</p>	<p>Técnica colectiva</p>	<p>Pase</p>	<p>Según la distancia</p> <ul style="list-style-type: none"> •Cortos •Medios •Largos <p>Según la altura</p> <ul style="list-style-type: none"> •Rasos •Media altura •Altos <p>Según la trayectoria</p> <ul style="list-style-type: none"> •Rectos •Con efectos <p>Según su dirección</p> <ul style="list-style-type: none"> •Adelante •Atrás •Horizontal •Diagonal <p>Según la superficie de contacto</p> <p>Pie</p>

CAPÍTULO III

3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1 Bibliográfica

Se realizó una investigación la capacidad coordinativa Viso Pédica que Utilizan los entrenadores para un buen desarrollo de la Técnica Colectiva del pase en sus entrenados, buscando información en diferentes medios impresos y digitales.

3.1.2 De campo

Para recolectar datos de los deportistas de la Escuela Santa Fe en el momento que se encuentren practicando La técnica Colectiva del pase

3.1.3 Investigación Descriptiva

Porque permitió describir, analizar la realidad actual en cuanto al conocimiento y utilización de la metodología aplicada por los entrenadores deportivos y de qué manera influirá en el aprendizaje del fundamento técnico individual del pase en el fútbol. Además, la base teórica planteada y la información que se recabará a través de la encuesta y del cuestionario que se aplicará permitirán exponer los resultados de forma significativa, y entender la problemática y objeto de estudio.

3.1.4. Investigación Propositiva

Porque parte de ideas innovadoras, de la necesidad de solucionar un problema educativo social y deportivo; a través, de centros y programas que promuevan el desarrollo multilateral y que orienten de forma práctica

a los entrenadores para la correcta utilización de los principios en la etapa de Iniciación deportiva en los niños.

3.2 MÉTODOS

Teniendo en cuenta su etimología que nos remite a la significación “con camino” puede conceptualizarse al método, como el camino, trazado por medio de reglas y procedimientos, que conduce a un fin. Supone un orden lógico de pasos para llegar correctamente a la meta

3.2.1 Métodos Inductivos

Una observación de hechos particulares de los entrenadores, para deducir de manera general sobre el trabajo y la importancia que le dan a la enseñanza de los Fundamento Técnico del Fútbol en la etapa de Iniciación deportiva, como base para el desarrollo de la multilateralidad en la escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

3.2.2 Métodos Deductivos

Con este método se demostró, mediante el conocimiento la realidad de las conclusiones a las que llegó nuestro estudio, de manera especial para establecer conclusiones y recomendaciones, en cuanto a la realidad de los entrenadores y deportistas de las escuelas de fútbol.

3.2.3 Método Analítico

Permitió examinar los resultados alcanzados en las encuestas aplicadas a los entrenadores y monitores de baloncesto y la aplicación de la Ficha de Observación a los niños de 10 a 14 años de edad de la escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

3.2.4 Método Sintético

Se evidencia en el procesamiento de la información teórica, la obtención de información, de datos, en la elaboración de conclusiones y recomendaciones y el diseño de la propuesta.

3.2.5 Método Estadístico

Se utilizó un conjunto de técnicas para recolectar, presentar, analizar e interpretar los datos, (cuadros, gráficos), es decir que se aplicó la estadística descriptiva para presentar la información.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Fichas de Observación

Este instrumento nos permitió determinar el grado de aprendizaje se encuentran los niños de 10 a 14 años en la escuela de Fútbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra en la aplicación del fundamento técnico del pase.

Encuesta

Para recabar la información se aplicó una encuesta para determinar el grado de conocimiento de los entrenadores, y monitores acerca de la metodología de enseñanza y los Fundamentos del Fútbol del entrenamiento, que se aplican para el desarrollo integral en los niños. Para poder recabar la información fue necesaria la utilización de la encuesta como técnica de la investigación y como instrumento el cuestionario.

3.4. POBLACIÓN

Se trabajó para recabar información relacionada con la coordinación Viso Pédica en el fundamento técnico del pase en el Fútbol con la que se contó con 4 Entrenadores y 136 Deportistas de 10 a 14 años.

Cuadro Nº 1 Población

Institución	Entrenadores	Niños deportistas
Escuela Santa Fe	4	136
Total	140	

Fuente: Escuela Santa Fe

3.5 MUESTRA

Se trabajó con la totalidad de la población y no se aplicó la fórmula para el cálculo muestra debido a que el número de investigados es inferior a 200 individuos.

CAPÍTULO IV

4.1 ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Se aplicó una encuesta, y una ficha de observación cuyo propósito es conocer la coordinación viso pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las Categorías sub 10-12-14 de la escuela de futbol santa Fe en la ciudad de Ibarra en el año 2015

Los resultados fueron organizados, tabuladas, para luego ser procesadas en gráficos circulares, con sus respectivas frecuencias y porcentajes de acuerdo a los ítems formulados en la encuesta, test físicos y fichas de observación de los fundamentos del baloncesto

Las respuestas proporcionadas por los estudiantes se organizaron como a continuación se detalla

- Formulación de la pregunta.
- Cuadro y Gráfico, análisis e interpretación de resultados en función de la información teórica, de campo y posicionamiento del investigador.

4.1.1 Análisis descriptivo e individual de cada pregunta de la encuesta aplicada a los entrenadores

Pregunta N° 1

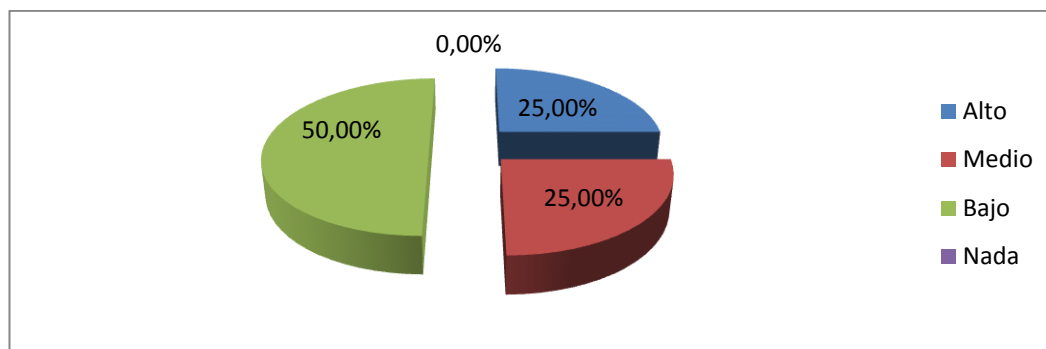
¿Conoce el Termino Coordinación Viso Pédica?

Cuadro N° 2 Coordinación Viso Pédica

Alternativa	Frecuencia	%
Alto	1	25,%
Medio	1	25,%
Bajo	2	50,%
Nada	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 1 Coordinación Viso Pédica



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

En la encuesta realizada a los entrenadores demostró que el conocimiento sobre la coordinación Viso Pédica es bajo por lo que se puede decir que necesitan investigar sobre la coordinación Viso Pédica para tener presente en la planificación ejercicios que ayuden al entrenador para mejorar la coordinación.

Pregunta N° 2

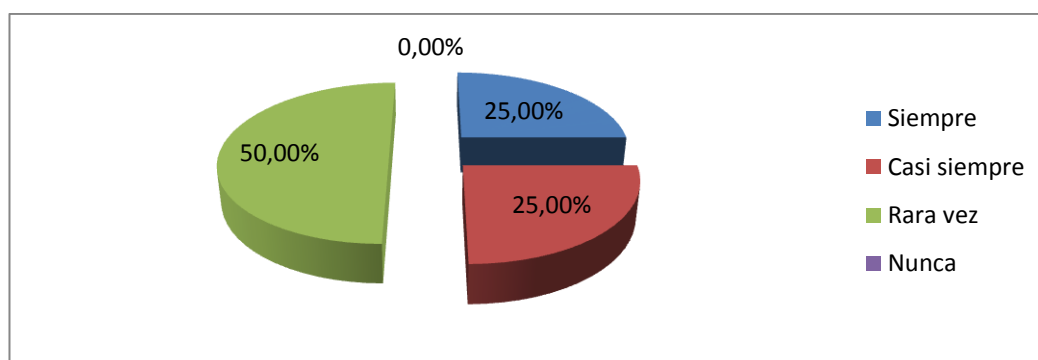
¿Practica con sus deportistas la capacidad coordinativa Viso Pédica?

Cuadro N° 3 Deportistas la capacidad coordinativa

Alternativa	Frecuencia	%
Siempre	1	25,%
Casi siempre	1	25,%
Rara vez	2	50,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 2 Deportistas la capacidad coordinativa



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Dada la encuesta se sabe que los entrenadores practican rara vez la capacidad coordinativa viso pédica con sus deportistas, tomando en cuenta que esta ayuda a mejorar en la técnica y táctica en el pase obteniendo resultados favorables en el equipo.

Pregunta N° 3

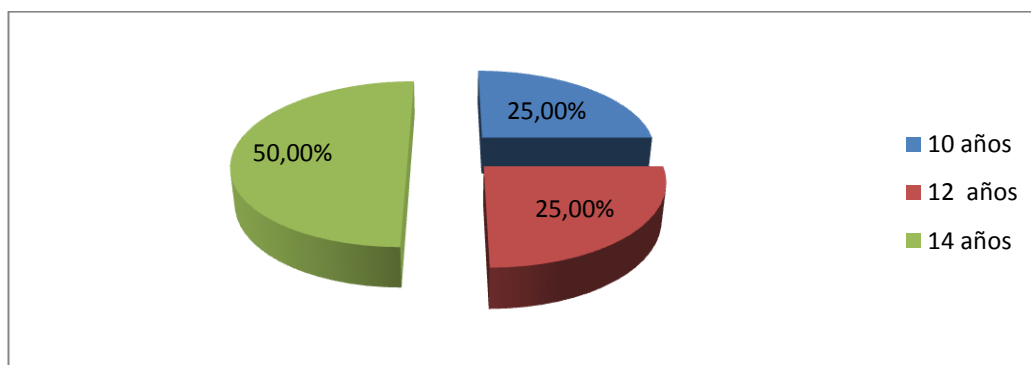
¿Señale que tiempo utiliza para desarrollar la capacidad coordinativa Viso Pédica en la las categorías Sub 10-12-14 en la sesión de entrenamiento?

Cuadro N° 4 Desarrollar la capacidad coordinativa

Alternativa	Frecuencia	%
10 años	20 min	25,%
12 años	10 min	25,%
14 años	10 min	50,%
TOTAL		100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 3 Desarrollar la capacidad coordinativa



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

El tiempo que se utiliza en las categorías sub 10 a 14 son de corta duración, tomando en cuenta que en estas edades se debe dar más importancia para desarrollar las capacidades coordinativas como es la Coordinación Viso Pédica que ayuda al deportista a mejorar la técnica del pase obteniendo un mejor resultado al momento de ejecutar el pase

Pregunta N° 4

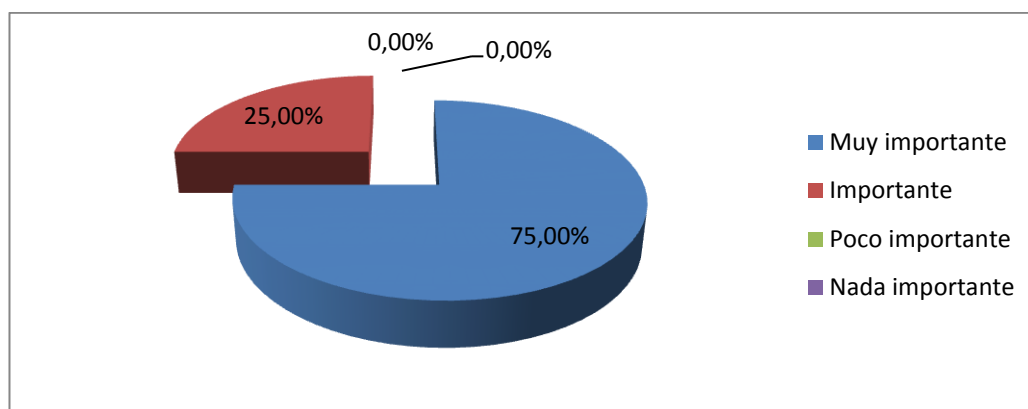
¿Indique si es importante desarrollar las capacidades coordinativas Viso Pédica para un buen desarrollo de la técnica colectiva del pase en el fútbol?

Cuadro N° 5 Importancia de la capacidad coordinativa

Alternativa	Frecuencia	%
Muy importante	3	75,%
Importante	1	25,%
Poco importante	0	0,%
Nada importante	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 4 Importancia de la capacidad coordinativa



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

En la encuesta realizada se obtiene como resultado que la mayoría de los entrenadores dicen que es importante desarrollar la coordinación viso pédica para tener un mejor resultado en realizar la técnica colectiva del pase en donde le ayuda al deportista a saber utilizar sus sentidos implementándoles al fútbol.

Pregunta N° 5

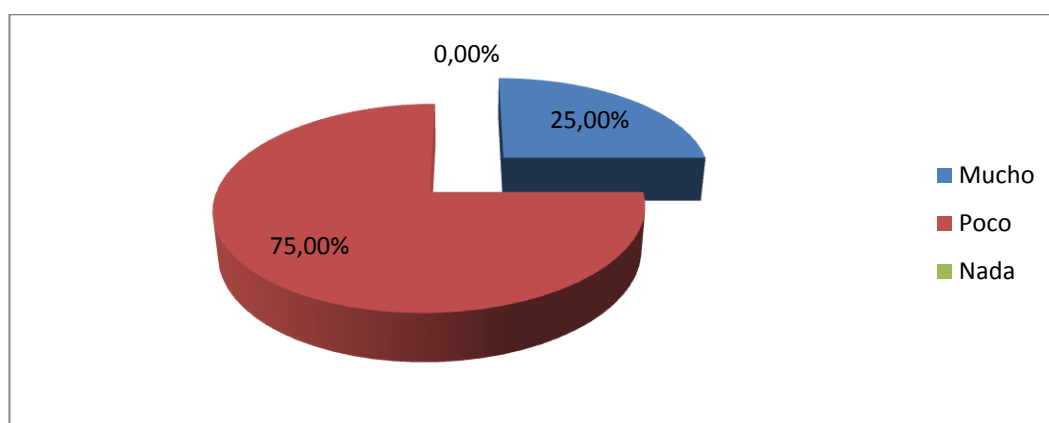
¿Indica a sus deportistas la importancia de la coordinación viso Pédica en el Fútbol?

Cuadro N° 6 importancia de la coordinación viso Pédica

Alternativa	Frecuencia	%
Mucho	1	25,0%
Poco	3	75,0%
Nada	0	0,0%
TOTAL	4	100,0%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 5 importancia de la coordinación viso Pédica



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Tomando en cuenta la importancia de la coordinación viso pédica se puede decir que es de suma importancia hacer conocer a los deportistas de dicha coordinación ya que esta les ayuda a mejorar la técnica del pase, y acoplarse de mejor manera con sus compañeros obteniendo resultados favorables para el equipo.

Pregunta N° 6

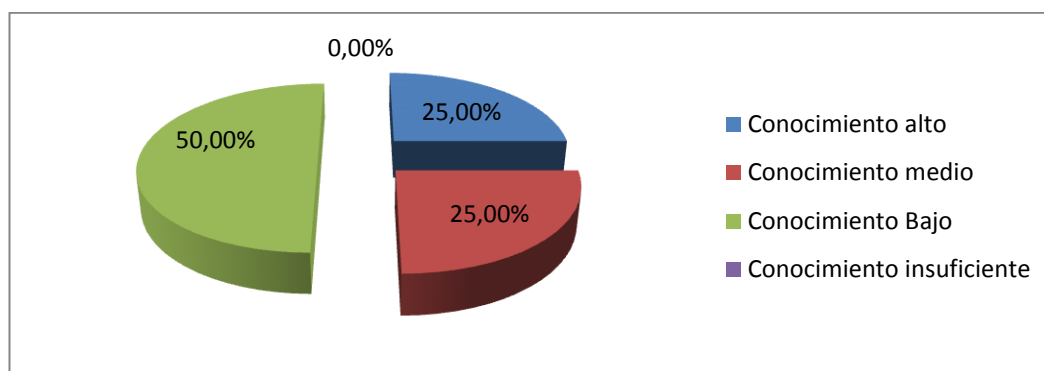
¿Conoce ejercicios en los cuales se pueda desarrollar la capacidad coordinativa Viso Pédica en la Técnica colectiva del pase en el fútbol?

Cuadro N° 7 Técnica colectiva del pase en el fútbol

Alternativa	Frecuencia	%
Conocimiento alto	1	25,%
Conocimiento medio	1	25,%
Conocimiento Bajo	2	50,%
Conocimiento insuficiente	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 6 Técnica colectiva del pase en el fútbol



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Se considera que más de la mitad de los estudiantes investigados indican que sus compañeros realizan el boteo del balón de manera poco adecuada, en menor porcentaje están las alternativas adecuado y poco adecuado. Al respecto se sugiere enseñar el dominio del boteo, porque es un fundamento básico, que todos deportista debe saber, tanto con mano derecha e izquierda para un buen desenvolvimiento dentro del campo de juego.

Pregunta N° 7

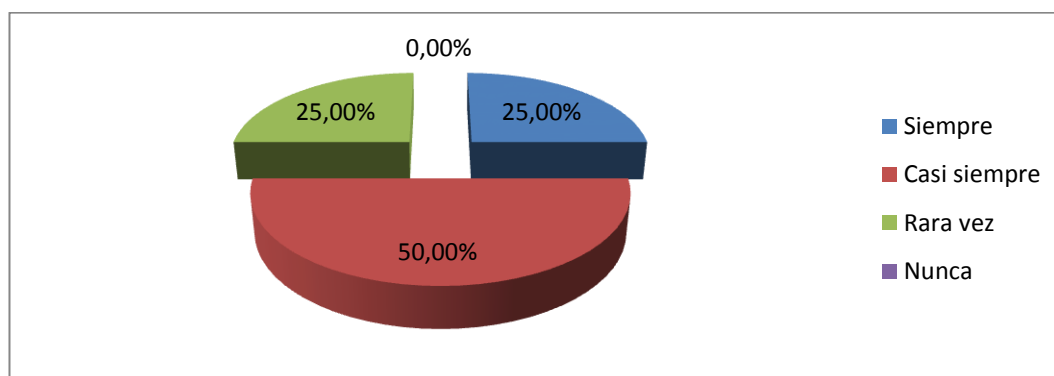
¿Cumple con los objetivos en la enseñanza planteados en la sesión de entrenamiento para desarrollar la coordinación en el pase?

Cuadro N° 8 Cumple los Objetivos

Alternativa	Frecuencia	%
Siempre	1	25,00%
Casi siempre	2	50,00%
Rara vez	1	25,00%
Nunca	0	0,00%
TOTAL	4	100,00%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 7 Cumple los Objetivos



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Dada la investigación se deduce que los objetivos planteados para la sesión de entrenamiento no se cumplen a cabalidad teniendo como efecto falencias en la organización de tiempos en el entrenamiento que esto conlleva a que no se cumplan todos los objetivos planteados en la planificación teniendo como resultado falencias de los deportistas al momento de ejecutar las técnicas defensivas y ofensivas del fútbol.

Pregunta N° 8

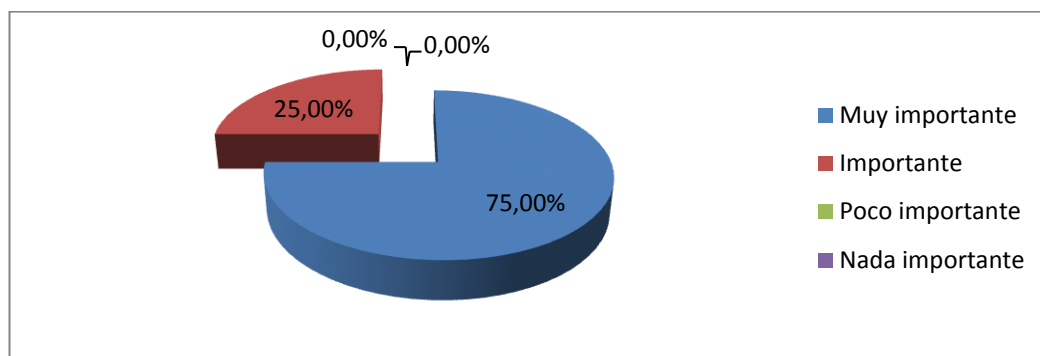
¿Cree Usted que es importante la coordinación física en estas categorías sub 10-12-14?

Cuadro N° 9 Importancia de la coordinación física

Alternativa	Frecuencia	%
Muy importante	3	75,%
Importante	1	25,%
Poco importante	0	0,%
Nada importante	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 8 Importancia de la coordinación física



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Los entrenadores manifiestan que es importante realizar la coordinación a la hora de hacer actividad física como implemento principal para desarrollar otras capacidades que ayuden al niño a tener un mejor desempeño al realizar los ejercicios o al momento de entrenar un deporte la coordinación es la base de las capacidades la que ayuda que el niño tenga mejor condición para realizar cualquier actividad que se proponga..

Pregunta N° 9

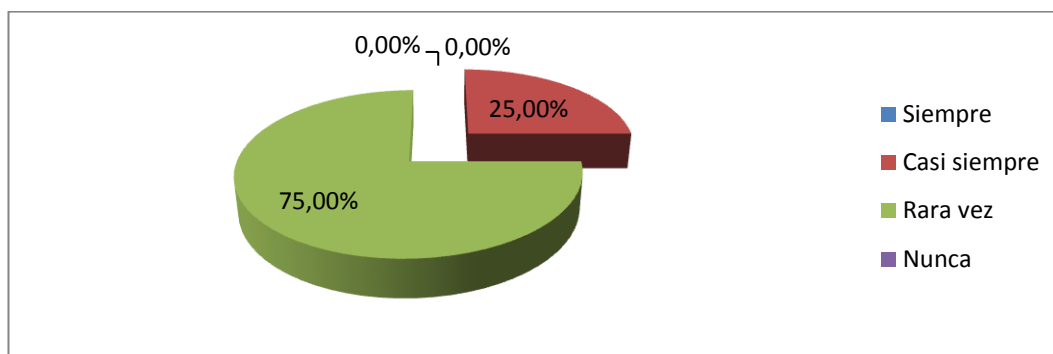
¿Con qué frecuencia Utiliza usted el método del juego para desarrollar la técnica del pase a larga distancia?

Cuadro N° 10 Frecuencia del método de juego

Alternativa	Frecuencia	%
Siempre	0	0,%
Casi siempre	1	25,%
Rara vez	3	75,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 9 Frecuencia del método de juego



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Los entrenadores rara vez utilizan el método de juego se debe tomar en cuenta que el método de juego ayuda que el niño aprenda con mayor facilidad y entusiasmo el niño aprende jugando y este método debería ser uno de los más utilizados e implementar en la planificación que se realice para los entrenamientos

Pregunta N° 10

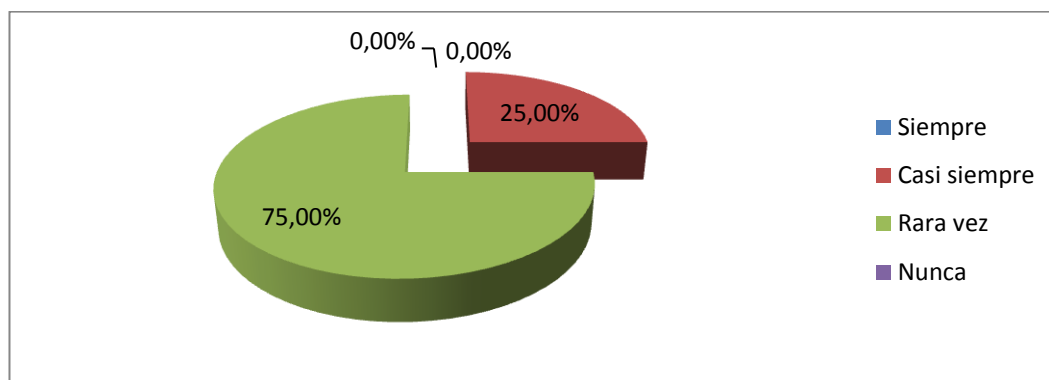
¿Realiza retroalimentación en el entrenamiento cuando realiza ejercicios del pase?

Cuadro N° 11 Realiza Retroalimentación

Alternativa	Frecuencia	%
Siempre	0	0,%
Casi siempre	1	25,%
Rara vez	3	75,%
Nunca	0	0,%
TOTAL	4	100,%

Fuente: Encuesta aplicada a los entrenadores Club Santa Fe

Gráfico N° 10 Realiza Retroalimentación



Autora: Cevallos Montalvo Lisbeth Karina

INTERPRETACIÓN

Los entrenadores al momento de realizar los ejercicios rara vez utilizan la retroalimentación tomando en cuenta que esto ayuda al niño a mejorar la actividad que se está realizando, en edades tempranas se debe de realizar la retroalimentación en especial cuando se está realizando el gesto técnico.

4.2 Análisis e interpretación de Resultados sobre la valoración de ficha de Observación en relación de las capacidades coordinativas Viso Pédica y valoración de la técnica colectiva del pase en el Fútbol

Cuadro N° 2 Resultados de la ficha de observación de la coordinación Viso Pédica y Técnica colectiva del pase en el futbol

Observar la Coordinación Viso Pédica como es empleada a la Técnica colectiva del Pase en el futbol	FRECUENCIA Y VALORACIÓN									
	CUALITATIVA	EXCELENTE		MUY BUENA		BUENO		TOTAL		
	CUANTITATIVA	5		3		1				
	VALORES	F	%	F	%	F	%	F	%	
Coordinación general	30	22	36	26	70	52	136	100		
Pase con borde interno precisión	25	18	44	32	67	50	136	100		
Pase con borde externo precisión	23	16	42	30	71	52	136	100		
Coordinación pase mirada al compañero	27	20	31	23	78	57	136	100		
Acoplamiento de la coordinación viso pédica con el pase	26	19	30	22	80	58	136	100		

Adaptado de Méndez, J (2010)

INTERPRETACIÓN

Los resultados obtenidos de la ficha de observación que se realizó a los deportistas de la Escuela de Fútbol Santa Fe dice que la mayoría están ejecutando la coordinación y el pase en una calificación de bueno esto nos quiere decir que se debe poner más énfasis en ejercicios que ayuden a al deportista a mejorar la capacidad coordinativa Viso Pédica con la Técnica colectiva del pase en el Fútbol.

CAPÍTULO V

5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- En la investigación los entrenadores tienen conocimiento medio de la Coordinación Viso pédica, en el entrenamiento no ejecutan con frecuencia ejercicios en donde ayuden a desarrollar dicha capacidad que le servirá al deportista a mejorar su coordinación y la técnica colectiva del pase.
- Se concluye que los entrenadores no realizan Retroalimentación de los ejercicios realizados con sus deportistas esto lleva a que el deportista no tiene claro los ejercicios para que se haga las correcciones a su debido tiempo llevando a que los errores se los volverá a repetir cayendo en los mismos errores frecuentes.
- Los entrenadores reconocen la importancia de desarrollar la coordinación para mejorar los fundamentos Técnicos como es el pase y control a través de fichas de observación muestra que la mayoría de deportistas les falta mejorar la coordinación Viso Pédica que le ayuda a tener mejor precisión en el pase obteniendo un mejor desarrollo.

5.2 Recomendaciones

- Se recomienda a los entrenadores que en las planificaciones incorporar la Coordinación Viso pédica en lapsos de 15 a 20 min por sesión de entrenamiento mediante juegos o ejercicios acordes a desarrollar dicha capacidad coordinativa.
- Se recomiendo utilizar guías, programas en donde se encuentre conceptos, métodos, juegos y ejercicios diferentes cada uno con sus variantes así logrando que el niño no se desmotive en los entrenamientos y ponga más interés a la hora de realizar los ejercicios.
- Es fundamental recordar, que en el entrenamiento con niños, debe privar la enseñanza por encima de la competencia. Por este motivo, nuestro papel al frente del proceso de entrenamiento, debe asemejarse más al rol que cumple un maestro en la escuela, que al modelo de entrenador de equipos de rendimiento.

5.3 CONTESTACIÓN A LAS PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN N° 1

¿Cuál es la capacidad coordinativa Viso Pédica mediante una ficha de observación a los niños de las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?

La capacidad coordinativa Viso Pédica de la mayoría de deportistas es buena, luego de haber observado con respecto a la coordinación general, pase con el borde interno precisión, pase con el borde externo precisión, coordinación pase mirada al compañero, Acoplamiento de la coordinación

viso pédica con el pase, esta situación debe preocupar mucho a los entrenadores y tomar estos aspectos para corregir cada uno de los fundamentos y de esta manera sentar las bases deportivas.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN N° 2

¿Cuál es el nivel técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?

Con respecto a la técnica colectiva del pase la mayoría de deportistas tienen una condición física buena, lo que a los entrenadores debe preocupar y corregir los errores detectados, porque entrenar el pase a diferentes distancias y direcciones, los jugadores deben tener mucha efectividad a la hora de ejecutarlo.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN N° 3

¿La aplicación propuesta alternativa ayudo a mejorar la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” dela ciudad de Ibarra, provincia de Imbabura en el año 2015?

Luego de haber consultado a los entrenadores y deportistas manifiestan que la aplicación de una propuesta alternativa ayudó a mejorar el conocimiento de los fundamentos técnicos del pase de manera efectiva, se mejoró teórica y técnicamente, para ello los entrenadores, tendrán un adecuado medio de consulta con variedad de ejercicios e ilustraciones que sean fáciles de comprender y aplicar en los procesos de entrenamiento con los niños de las diferentes categorías.

CAPÍTULO VI

6 PROPUESTA ALTERNATIVA

6.1 Título de la propuesta

SOFTWARE INFORMÁTICO DE EJERCICIOS DE COORDINACIÓN VISO PÉDICA EN LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORÍAS SUB 10-12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FE DE LA CIUDAD DE IBARRA

6.2 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA

El análisis permitió desde un punto de vista científico-técnico, descubrir deficiencias y potencialidades de entrenadores y deportistas en relación a la coordinación Viso Pédica en el pase que deberían orientar los procesos de Enseñanza-Aprendizaje a la coordinación Viso Pédica y la técnica del Pase.

Esto, ha permitido tener una nueva perspectiva de identificación, análisis y solución a la problemática formativa-competitiva que presentan particularmente los entrenadores en el dominio de los fundamentos teórico-científicos sobre la coordinación Viso Pédica en el pase que deberían orientar a la práctica deportiva del Fútbol en los niños de la categoría sub 10 y sub 14.

Esta aplicación informática se realizó con el fin de que a los entrenadores y deportistas tengan mejor conocimientos sobre la

coordinación viso pédica en el pase del fútbol, considerando que el deporte de futbol es de los deportes más practicado a nivel mundial.

Servirá como un medio eficaz para la realización de los ejercicios propuestos y de esta manera utilizarlos libremente según las necesidades particulares de cada entrenador en esta disciplina como el fútbol, la misma que servirá para crear en el plan diario de entrenamiento. Siguiendo estrictamente los objetivos planteados y cumpliéndolos para llegar al éxito.

Sabiendo que las edades infantiles son la época del desarrollo y la maduración corporal, mental, y psíquica. Consideramos, a estos importantes años de la vida como el periodo vital en el que se desarrollan y se asientan las capacidades coordinativas, los fundamentos corporales y mentales de los niños para su posterior vida adulta.

Se evidenció que la gran mayoría de niños deportistas, alcanzan valores defectuosos (insuficiente y regular), la ficha de observación aplicados para valorar capacidad coordinativa viso pédica en la técnica colectiva del pase; además, presentan niveles de calificaciones cualitativas nada y poco eficientes en la ejecución de los fundamentos básicos ofensivos, al momento de ejecutarlas por parte de ellos.

Por lo tanto, la propuesta pertinente plantea en primer lugar, solucionar problemas que presentan los entrenadores en el proceso de desarrollo, control y valoración de capacidades coordinativas especiales; y, en segunda instancia contribuir metodológicamente al proceso de E-A de la técnica colectiva del pase con una perspectiva pedagógico-didáctica moderna e innovadora.

La propuesta será acogida favorablemente por ser una solución viable y pertinente con suficiente información y ejercicios de coordinación visopédica en la técnica colectiva del pase que facilita el entrenamiento dirigido, la investigación científica sobre el entrenamiento y los procesos de E-A de la técnica deportiva.

6.3 FUNDAMENTACIÓN

6.3.1 La coordinación

Es la capacidad que tiene el cuerpo para realizar cualquier movimiento de forma armónica y voluntaria implicando a diferentes segmentos corporales en una tarea concreta. Al hablar de la tarea concreta, nos referimos a que tiene que existir una idea de la acción que se ha fijado de antemano.

En la coordinación motriz, el sistema nervioso interviene con gran protagonismo ajustando a la postura y decidiendo el movimiento a realizar. El desarrollo de esta coordinación nos permitirá la adquisición de diferentes y variadas formas de habilidad motriz, siempre naturalmente, dependiendo de la praxis que se quiere conseguir, entendiendo la praxis como sistemas de movimientos coordinados en función de un resultado o de una intención. (MEC, 2002, pág. 231)

La coordinación en definitiva, es aquella conducta que elabora y controla el movimiento, la postura y el equilibrio sobre la trama del tono muscular. Para adquirir una buena coordinación necesitamos conocer y controlar muy bien el cuerpo, diferenciar los ejes y los planos en torno a los que este se mueve y tener una adecuada noción del espacio y del tiempo. La coordinación visopédica es la cualidad física es una de las más importantes, dentro de la preparación del proceso de formación deportiva de los niños, que practican el fútbol.

6.3.2 La necesidad de un entrenamiento suplementario

Por qué el entrenamiento de coordinación en los últimos años ha ganado tanto valor dentro del fútbol. El mundo de la experimentación con los niños ha cambiado mucho en las últimas décadas.

Las experiencias más fundamentales en el movimiento (por ejemplo escalar, rodar, brincar, saltar, balancearse) se realizan pocas veces de manera suficiente. Los niños adolecen a menudo de falta de movimiento, lo que acarrea como consecuencia grandes déficits de coordinación.

6.3.3 ¿Qué capacidades de coordinación son especialmente importantes para los futbolistas?

Una capacidad de orientación espacial (por ejemplo, la comprensión de la propia posición en el campo en relación con los jugadores del propio equipo y de los contrarios, incluso después de los giros)

Una capacidad de diferenciación cinestésica (por ejemplo, el toque del balón) La capacidad de equilibrio (por ejemplo, la estabilidad del cuerpo a pesar del acoso del contrario. La capacidad de reacción (por ejemplo, la rápida reacción en un despeje del portero con un tiro a puerta con éxito. La capacidad de ritmo (por ejemplo, una salida explosiva después de un salto de cabeza o el regate elegante después de una finta) (Schreiner, 2002, pág. 14)

La literatura especializada en estos temas se nombra a menudo también las siguientes capacidades y componentes de coordinación, a las que también aquí se destacan.

6.3.4 Entrenamiento de coordinación en el fútbol

¿Cómo se puede entrenar todos estos componentes? ¿Qué consecuencias tiene en el entrenamiento de los futbolistas? La

coordinación del movimiento contiene un gran componente de percepción, de imaginación del movimiento (intuición en el pensamiento, anticipación en los cambios) así como de concentración.

En el entrenamiento general de la coordinación los niños deberían aprender lo antes posible a mover el cuerpo con precisión. Cuanto más versátiles sean los movimientos en la niñez, mejor podrán manejar los futbolistas su musculatura con la ayuda del sistema nervioso. Se pueden encontrar muchos ejemplos de ejercicios en el apartado correspondiente a Entrenamiento general de coordinación. (Schreiner, 2002, pág. 16)

En la elaboración del entrenamiento hay que observar sobre todo una cosa, el entrenamiento de la coordinación, no es una repetición estereotipada, distraída y sin sentido de los movimientos, sino que representa una actividad concentrada, variada y motivadora.

A mayor edad y con una creciente capacidad de rendimiento de los futbolistas la parte del entrenamiento de coordinación específica para el fútbol debería ser más extensa. Las condiciones del juego en los deportistas deberían estar cada vez más cerca del entrenamiento de la coordinación. Importante, después de un entrenamiento básico alternado con ejercicios de coordinación general, los futbolistas.

6.3.5 Desarrollo de capacidades condicionales y coordinativas

La rapidez de los desplazamientos así como la capacidad de coordinación son aquellas condiciones necesarias para un alto rendimiento y precisamente aquellas que hay que perfeccionar en los niños. En estas edades también es necesario tener en cuenta que las más conocidas formas de expresión de la velocidad (rapidez en carrera, movimiento y reacción) no se corresponden suficientemente a las complejas exigencias de rapidez en el fútbol, donde es necesario tener un

carácter determinado y donde deben demostrarse en la rapidez de actuación con y sin balón, como también en el ritmo de juego como una forma de expresión colectiva.

Ello indica la necesidad de orientar a las nuevas generaciones más insistentemente hacia el desarrollo de la rapidez, más concretamente hacia la rapidez de actuación necesaria para cada deporte específico.

La calidad del rendimiento técnico- táctico del jugador de fútbol se determina en gran parte por sus capacidades de coordinación. El concepto de capacidades de coordinación constituye una definición más avanzada y diferenciada del concepto de “habilidad”. Se distingue entre capacidad de acoplamiento, orientación, diferenciación, equilibrio, reacción, adaptación y mantenimiento del ritmo. Su desarrollo es especialmente propicio hasta la edad de 14 años.. (Jorg, 2004, pág. 30)

En todos los ámbitos del entrenamiento infantil, los medios de entrenamiento generales deberían ser parte importante. Es importante conseguir que la formación atlética sea variada y extensa utilizando los entrenamientos generales. Pero, también en la formación técnico – táctico debe asegurarse, por la inclusión de los juegos y ejercicio elegidas de otros deportes, que el porcentaje de entrenamiento general sea elevado. Hay que tener en cuenta que los ejercicios pensados específicamente para el fútbol también ayudan a desarrollar la coordinación y con ello contribuyen a la formación motora multilateral.

6.3.6 La coordinación del método de juego y del método parcial da buen resultado

Los entrenadores experimentados dicen que con el material de entrenamiento no se puede elegir entre el método global (método complejo, método del juego) y el método analítico (método parcial). Este

último facilita el aprendizaje muy efectivo con una selección conocida del grado de dificultad y con la corrección de los fallos óptima.

Los niños encuentran el aprendizaje de las bases del fútbol según el método global, por el contrario, subjetivamente más fácil y también es una forma de aprendizaje más adecuada para los niños. No obstante, la calidad y la estabilidad de las habilidades no se desarrollan suficientemente cuando se aprende el fútbol exclusivamente jugando. El entrenador no será equitativo en cuanto al valor de los factores de coordinación técnica y de movimientos, cuando coordine el método global del método analítico. (Koch, 2005, pág. 45)

En la selección de los medios de entrenamiento (ninguna unidad de entrenamiento sin forma de juego) se garantiza en cada hora de entrenamiento la relación dinámica jugador compañero, adversario balón, que es un requisito para la realización o representación de la acción de juego. De todas formas, la aplicación reforzada de formas de juego requiere que los jóvenes jugadores se interesen sobre los puntos esenciales y sean consecuentes en su realización. El entrenador tiene que intervenir, cuando sea necesario, como guía en el juego para mejorar las habilidades técnico tácticas individuales y colectivas y la capacidad de actuación y el juego.

6.3.7 Capacidad de coordinación específica

Se desarrolla más en el marco de la disciplina deportiva concerniente y se caracteriza, tal como señala Ozolin, por la facultad de poder variar las combinaciones de los gestos en la técnica del deporte practicado. Según la disciplina deportiva, diversas combinaciones de conexiones infraestructurales se privilegian y ocupan un lugar preponderante en el movimiento.

Las capacidades específicas de coordinación de coordinación son el producto o bien la expresión de acciones motrices parciales específicas de un deporte.

Por ejemplo la sensibilidad para la pelota, capacidad de deslizarse sobre esquíes, sensibilidad para la resistencia del agua a nadar. Son estas capacidades, en un último término, las que permiten alcanzar técnicas motrices óptimas. (Vargas R. , 2007, pág. 43)

La importancia de las capacidades de coordinación como tal para el rendimiento deportiva no es cuestionable, a pesar de que los conocimientos científicos al respecto están incompletos hasta el momento dado que dicho rendimiento no es directamente medible.

6.3.8 Capacidad de coordinación general

Es el resultado de un aprendizaje del movimiento que es polivalente, puesto que se halla en diferentes disciplinas deportivas. Se manifiesta en diversos aspectos de la vida cotidiana y del deporte por el hecho de que algunos problemas de coordinaciones motrices pueden ser resueltos de manera racional y creativa.

6.3.9 El fútbol a 11 como deporte funcional

Las características de orden técnico – táctica, estratégico, físico y psicológico del juego llevan al equipo a organizarse definiendo un modo racional identificado por diversos indicadores, entre los que destacan.

La interacción; los elementos de cada equipo, por un lado, colaboran para salvar la oposición del adversario, y por otro contribuyen a oponerse al contrario. De estas dos posibilidades de interacción sólo la estrictamente negativa, la oposición, da lugar a la finalidad del juego; la victoria, el éxito, solo se logra como resultados de marcas de oposición. En el fútbol las relaciones de colaboración, aunque probablemente sean necesarios para alcanzar el éxito, no tiene valor en sí mismas. (Ardá T. , 2005, pág. 35)

La racionalización: los sujetos del equipo se adaptan constantemente a las situaciones que se presentan, y conscientemente adaptan sus comportamientos en función de los objetivos puntuales pretendidos. En este sentido, la organización del juego establece comportamientos en dos ámbitos principales:

Ámbito individual: que hace referencia a la actividad de los jugadores orientada a partir de un puesto específico, desde el cual se desarrolla unas acciones o comportamientos adaptados a las situaciones puntuales que se le presentan en el juego.

Ámbito colectivo: en donde los jugadores dan lugar a un bloque totalmente colectivo o parcialmente colectivo que aúna esfuerzos para lograr unos objetivos preestablecidos y enfrentarse al adversario.

6.3.10 El desarrollo del fútbol base

La educación y formación básica es una actividad continua de varios años. Los niños y adolescentes recorren distintas fases de desarrollo. Cambian y se desarrollan permanentemente. Para el entrenador de la cantera es importante, en el interés de una labor eficaz, conocer los principios y métodos de un moderno trabajo educativo y de entrenamiento, las peculiaridades típicas de cada edad y los factores determinantes del rendimiento que hay que tomar en cuenta en el proceso de enseñanza aprendizaje.

El entrenamiento de base y particularmente el entrenamiento con niños es una fase de formación en la que se construyen los fundamentos para un alto rendimiento posterior en la elite; o sea que tiene como objetivo una buena formación técnica y táctica así como el perfeccionamiento de las cualidades físicas y psíquicas. Con todo eso no se puede hablar de unas tareas separadas, sino que hay que considerar el proceso de construcción del rendimiento a largo plazo

siempre como una unidad, del principiante del deporte al deporte de alta competición. El objetivo del entrenamiento con niños para ser un deportista, un futbolista. (Benedek E. , 2006, pág. 30)

La tarea principal para las edades comprendidas entre 6 y 14 años es la trasmisión amplia de los fundamentos del fútbol, la expresión individual de las cualidades técnico – tácticas así como la garantía de una formación polifacética.

6.3.11 Los fundamentos

Se entiende como fundamentos del juego aquellos aspectos del mismo que es imprescindible dominar para poder practicar de forma adecuada. Cualquiera de que haya dedicado tiempo a entrenar algún equipo de la categoría y el nivel que sea, habrá podido comprobar lo complicado que es muchas veces organizar adecuadamente a los jugadores en la cancha, y al decir organizar nos referimos tratar de conseguir que todos jueguen a lo mismo, que actúen conforme a un plan establecido.

6.3.12 Enseñanza de los tipos de pases sin jugador contario (pase corto y en largo)

Golpeo con el lado interior

Esta forma se utiliza para las entregas precisas y cortas y es el golpeo más sencillo pero también el más utilizado. Por eso se enseña esta variante primero. “El pie de contacto se gira perpendicularmente a la pierna de apoyo hacia afuera y el balón es golpeado en el centro con el lado interior”. (Benedek E. , 2006, pág. 99)

Golpeo con el lado exterior

Este golpeo también es apropiado para el juego de pases cortos, ya que requiere poca preparación. “Con ello puede efectuarse sorprendente y rápido se gira el pie ejecutor adentro y se le inclina un poco se toca el balón con el exterior del pie con un ligero impulso desde la parte inferior de la pierna”. (Benedek E. , 2006, pág. 99)

Balones aéreos

Si el pase corto a ras del suelo puede ser cortado por el contrario es más oportuno superarlo con un balón aéreo esta forma es apropiada también para superar la salida del portero. Con ello, el balón tiene que coger una trayectoria alta y es golpeado suavemente con la parte interior del pie o el empeine interior.

Pases largos

Los pases largos son apropiados para envíos a larga distancia: El golpeo puede efectuarse con el interior o exterior o bien con el empeine del pie. “Los balones que llegan a ras del suelo pueden enviarse como balones aéreos; a balones aéreos pueden ser transmitidos a bote pronto, también pueden ser enviados o devueltos como tales”. (Benedek E. , 2006, pág. 111)

Golpeo con el empeine total

El golpeo más fuerte es con el empeine total. Por eso este tipo de golpeo es empleado la mayoría de las veces en los envíos a grandes distancias y en el tiro a portería.

El pie de impacto está estirado, la pierna ejecutora describe un marcado movimiento de impulso, y el balón es golpeado con la parte media del pie, lo importante es que el golpeo se produce en el centro del balón. Los

niños y principiantes golpean fácilmente el suelo, a causa de una incorrecta posición del pie y debería efectuar antes algunos ejercicios de preparación. (Benedek E. , 2006, pág. 111)

Golpeo con el empeine interior

Esta variante se utiliza muchas veces para pasar a grandes distancias y en el tiro a portería. Se puede golpear el balón para que lleve una trayectoria aérea o con efecto. El pie se gira ligeramente hacia afuera y el balón se golpea con el empeine interior en el lateral justamente alado del centro.

6.3.13 Pases largos desde el medio campo

Reglas de juego

Dos equipos de cuatro jugadores compiten durante tres tiempos de cinco minutos en el centro del campo del fútbol siete. Entre la línea central y una línea de fuera de juego sin poder salir de esta zona.

Para marcar gol, el equipo en posesión del balón debe pasarlo desde esta zona a través de una de las dos porterías contrarias, colocadas a quince metros de distancia de tras de la línea de fondo del equipo contrario. (Wein, 2005, pág. 206)

Conviene tener balones de reserva cerca de la zona de juego. No se permite marcar en la reanudación del juego después de un gol del equipo contrario con el tiro libre desde la línea de fondo. Mientras un equipo intenta crear suficiente espacio y tiempo para poder dar un pase largo con precisión, el otro intenta reducir las posibilidades de los atacantes hasta recuperar el balón y contraatacar con un pase largo a través de una de las dos porterías.

¿Cuándo llega el momento más idóneo para analizar la situación del juego debe tomar la decisión y ejecutar esta jugada?

El momento más idóneo es inmediatamente después de la recuperación del balón, cuando el defensa cambia su mentalidad defensiva por la del ataque y pasa el balón de profundidad antes de poder formarse la defensa contraria. (Wein, 2005, pág. 207)

El jugador que defiende con la mentalidad de contraatacar suele orientarse ya durante un durante su acción defensiva ante la posibilidad de pasar el balón hacia adelante en caso de lograr la posesión del balón.

6.3.14 Objetivos formativos

El mejor momento para realizar un pase en profundidad es generalmente, el instante en el cual se recupera el balón del equipo contrario. Camuflar la ejecución de un pase así como su trayectoria. Antes de recibir el balón, analizar la situación de juego para decidir si un pase hacia una portería es o no posible.

Buscar preferiblemente un pase en profundidad pero, en el caso de que esta acción no tenga mucha posibilidad de éxito, renunciar a esta jugada. Como defensas actuar con agresividad para reducir el tiempo y el espacio a disposición de los delanteros. Pasar rápidamente de la defensa al ataque y viceversa. (Wein, 2005, pág. 207)

Juego de “pases largos desde el medio campo”. Un jugador neutral siempre apoya en la zona central al equipo sin balón. Detrás de las porterías de conos se sitúa un quinto atacante que debe recibir y controlar el pase en profundidad a través de su portería para que este cuente, después del control del balón el delantero continuo el ataque. La coordinación pédica es uno de los aspectos más importantes dentro del campo de juego, porque ayuda a perfeccionar y a realizar con eficacia.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo General

Elaborar un Software informático de ejercicios de coordinación viso pédica en la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la escuela de fútbol santa fe de la ciudad de Ibarra

6.4.2 Objetivo Específico

Desarrollar la capacidad coordinativa viso pédica mediante ejercicios encontrados en la Aplicación Informática.

Proporcionar a los entrenadores de la Escuela de Fútbol Santa Fe de la Aplicación Informática sobre la teoría y ejercicios de la coordinación viso pédica del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la escuela de fútbol santa fe de la ciudad de Ibarra”

Socializar a los entrenadores la Aplicación Informática en la escuela de Futbol Santa Fe de la ciudad de Ibarra.

6.5. Ubicación Sectorial.

La ubicación sectorial y física para la aplicación de la propuesta corresponde:

- **País:** Ecuador.
- **Provincia:** Imbabura
- **Ciudad:** Ibarra,
- **Cantón:** Ibarra
- **Parroquia:** San Francisco

- **Escuela de Fútbol:** “Santa Fe” siendo una escuela de futbol en donde predomina niños de edades de 10-12-14 años
- **Beneficiarios:** Deportistas, Entrenadores como Directos y Beneficiarios Indirectos Los padres de Familia.
- **Periodo de aplicación:** 2015

6.6 DESARROLLO DE LA PROPUESTA

La siguiente Herramienta Informática ayuda a los entrenadores a tener una base de datos que contiene conceptos y ejercicios dinámicos sobre coordinación Viso Pédica y la técnica colectiva del pase en el fútbol para categorías sub 10,12,14.

Esta herramienta Informática tiene varias ventanas, donde el usuario podrá explorar de una manera fácil; haciendo clic en las opciones de la herramienta informática le proporciona.

El software fue realizado en el programa “Visual Estudio 2010” y base de datos ACCES y cuenta con todos elementos para que la enseñanza y el aprendizaje puedan ser interactivos.

Menú Principal

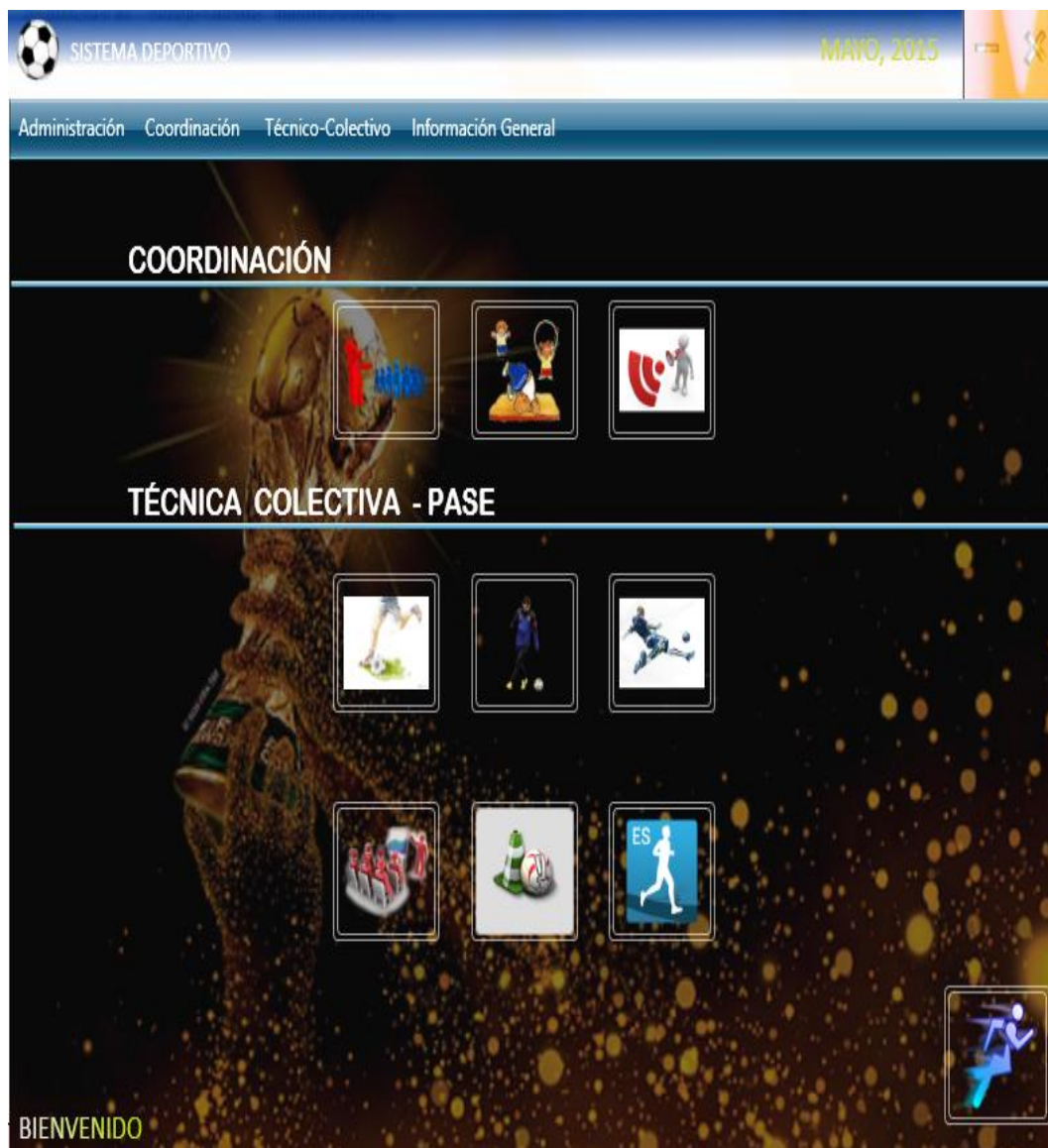


Figura 26. Portada de la Herramienta Informática

En el menú principal se encuentra los iconos de las dos variables que son Coordinación Viso-Pédica y Técnica Colectiva de El Pase y en la barra de menús se encuentra Administración.

En la primera variable Coordinación se encuentra la Coordinación General, Coordinación Especifica y la Coordinación Viso-Pédica.

En la segunda Variable El pase en el fútbol: se encuentra Según la Distancia, Según la Altura, Según la Trayectoria, Según su dirección, superficie de contacto y la cabeza.

Y la opción salir.

Primera Variable Coordinación.

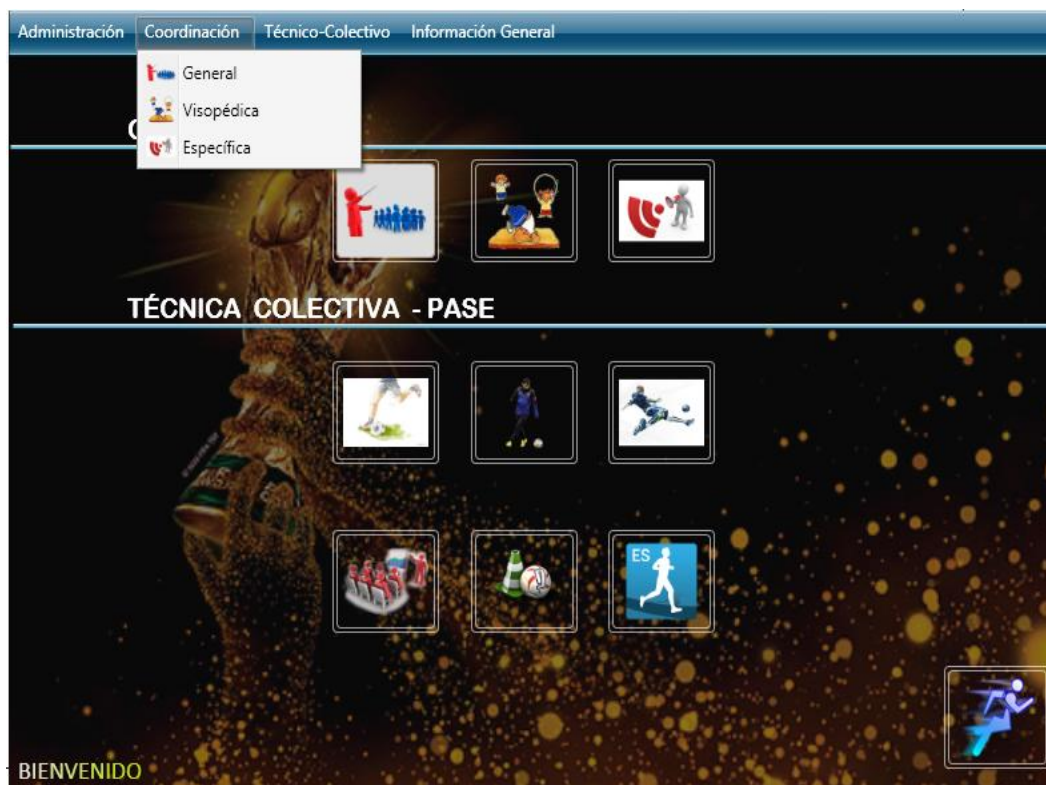


Figura 27. Coordinación.

En este menú se encuentra la Coordinación General, Coordinación Específica y la Coordinación Viso-Pédica, en cada opción se encuentra el concepto y ejercicios de cada una de ellas, el beneficiario de la herramienta Informática podrá imprimir y guardar más ejercicios en la base de datos.

Coordinación General:

Concepto

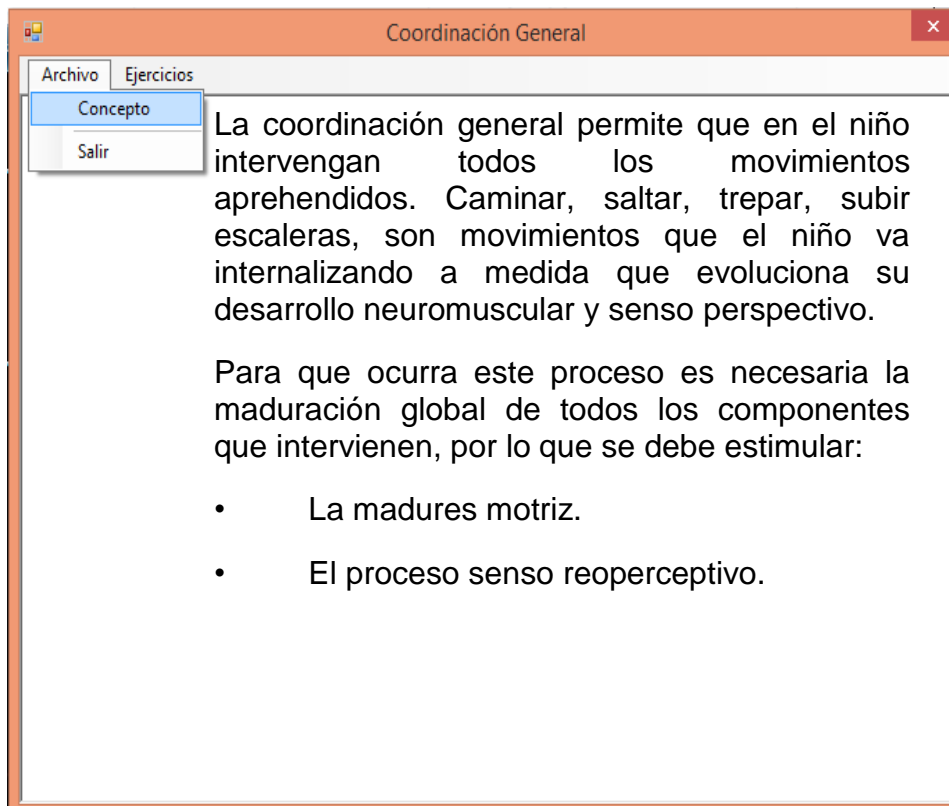


Figura 28. Concepto

La coordinación es una capacidad física complementaria que permite al deportista realizar movimientos ordenados y dirigidos a la obtención de un gesto técnico. Es decir, la coordinación complementa a las capacidades físicas básicas para hacer de los movimientos gestos deportivos. Podemos hacer cualquier tipo de movimientos: rápidos -velocidad-, durante mucho tiempo -resistencia- y para desplazar objetos pesados - fuerza-. Para "convertir" estos movimientos en gestos técnicos, precisan de coordinación.

- La coordinación consiste en la acción de coordinar, es decir, disponer un conjunto de cosas o acciones de forma ordenada, con vistas a un objetivo común.

- Según algunos autores, la coordinación es "el acto de gestionar las interdependencias entre actividades".
- En términos generales la coordinación se puede definir como la acción de "conectar medios, esfuerzos, etc., para una acción común".
- Otra definición es "el acto de gestionar las interdependencias entre actividades".

Ejercicios:

En este icono encontramos las opciones:

Opción Nuevo: Se puede Ingresar ejercicios con una estructura ya determinada que consta de:

Opción Abrir: En esta opción se puede abrir ejercicios que previamente ya fueron ingresados.

Opción Imprimir: Esta opción permite imprimir los ejercicios



Figura 29. Ejercicios

Ejemplo:

Nuevo Coordinación General

Taller #

Nombre del Taller

Tema

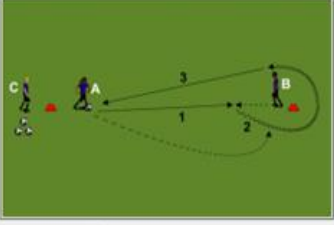
Objetivo

Organización

Desarrollo

Materiales

Variables

Gráfico 

DESCRIPCIÓN	DESCRIPCIÓN

Figura 30. Ejercicios

En esta opción ingresamos ejercicios adecuados para mejorar la capacidad de Coordinación General y cada ejercicio tiene que ingresar tres variantes obligatoriamente, para así obtener más opciones para mejorar la capacidad de coordinación General y la variación de ejercicios que ayudan al entrenador a realizar un entrenamiento dinámico para que los deportista tengan más interés por los entrenamiento que es la parte fundamental.

Coordinación Específica

Concepto

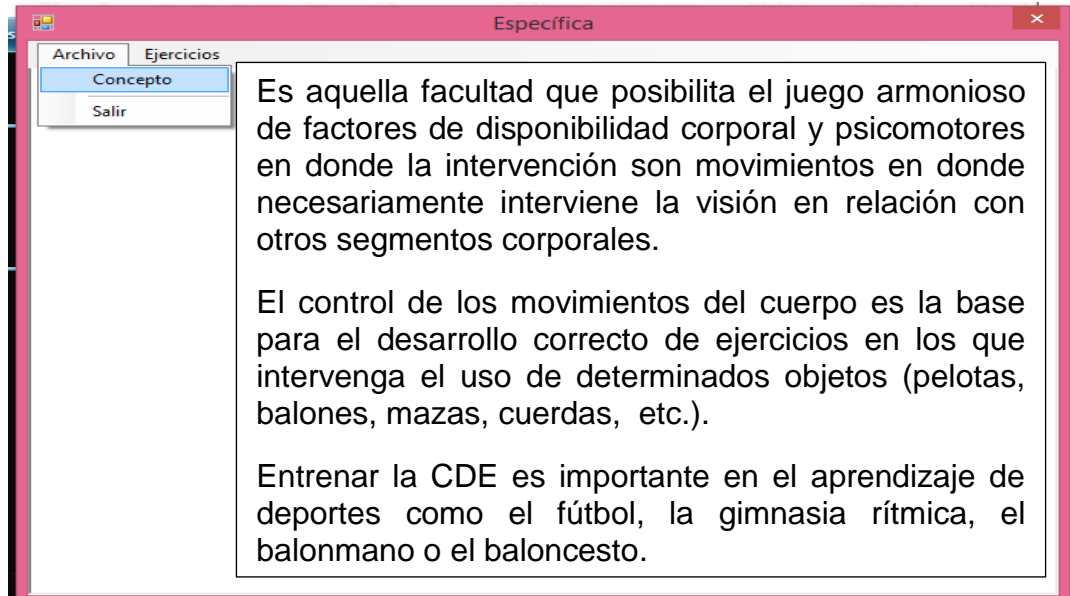


Figura 31. Coordinación Específica Concepto

Clases de coordinación estos son:

- **Óculo manual:** Es la utilización conjunta de la vista y los miembros superiores.
- **Óculo pédica:** Es la utilización conjunta de la vista y los miembros inferiores.
- **Óculo cefálico:** Es la utilización de la vista con otras zonas corporales que no sean los miembros inferiores y superiores.
Ejemplo: agachar la cabeza cuando pasamos por una puerta pequeña, esquivar un objeto, cuando lo lanzan hacia nosotros.

Las técnicas del futbolista son coordinaciones específicas.

Técnicas de arquero

Aunque pareciera que sólo está parado a la espera de que le llegue la pelota, el arquero debe dominar más técnicas que cualquier otro futbolista ya que es el único que juega con las manos y los pies.

- Voz de mando
- No dudar
- Jugar con los pies
- Despegar
- Distribución

Técnicas para defender

Aunque tengan responsabilidades muy distintas, los distintos integrantes de la última línea deben hablarse entre ellos mismos, y con su arquero, para coordinar sus movimientos constantemente para evitar errores que pueden significar goles en contra decisivos

Técnicas para volantear

Los volantes o mediocampistas son los jugadores que más distancia recorren durante un partido, pero su tarea no se limita a correr detrás del balón. Deben organizar el juego de su equipo y servir de enlace entre la defensa y la delantero.

Técnicas para crear juego

Conocido como número diez, enlace o media punta, este jugador generalmente lidera el equipo en asistencias (pases de gol) y suele ser

estar también entre los máximos goleadores del cuadro gracias a su proximidad al arco rival. Para eso requiere la habilidad con la cual superar a los contrincantes en el uno a uno, visión de campo para encontrar al compañero mejor ubicado, y una gran pegada para dar el pase a distancia o rematar al arco

Técnicas para marcar goles

El siguiente concepto es no desesperarse cuando sí le llega el balón en el área, ya que ahí adentro, levantar la cabeza y abrir bien los ojos es imprescindible.

Ejemplo:

COORDINACIÓN ESPECIFICA

Nuevo Coordinación Especifica

Taller # 1

Nombre del Taller Pases con tres jugadores

Tema Desplazamientos con pases

Objetivo Desarrollar la capacidad de reaccion y velocidad, mediante ejercicios específicos del pase.

Organización Jugador en forma triangular ubicando los conos delante de los jugadores

Desarrollo los jugadores colocador perpendicularmente a los conos deberán bordear estos después de enviar el balón a su compañero.

Materiales Seleccionar

Variables Seleccionar

Gráfico

Cargar

Guardar

Salir

DESCRIPCION
Rotar a los jugador
Tomar mas distancia entre los jugadores

Figura 32. Coordinacion Especifica Ejemplo

En esta opción ingresamos ejercicios adecuados para mejorar la capacidad de Coordinación Especifica en el futbol técnica del pase, los ejercicios deben de ser acorde a lo que se va a trabajar en la sesión de entrenamiento.

Coordinación Viso Pédica

Concepto

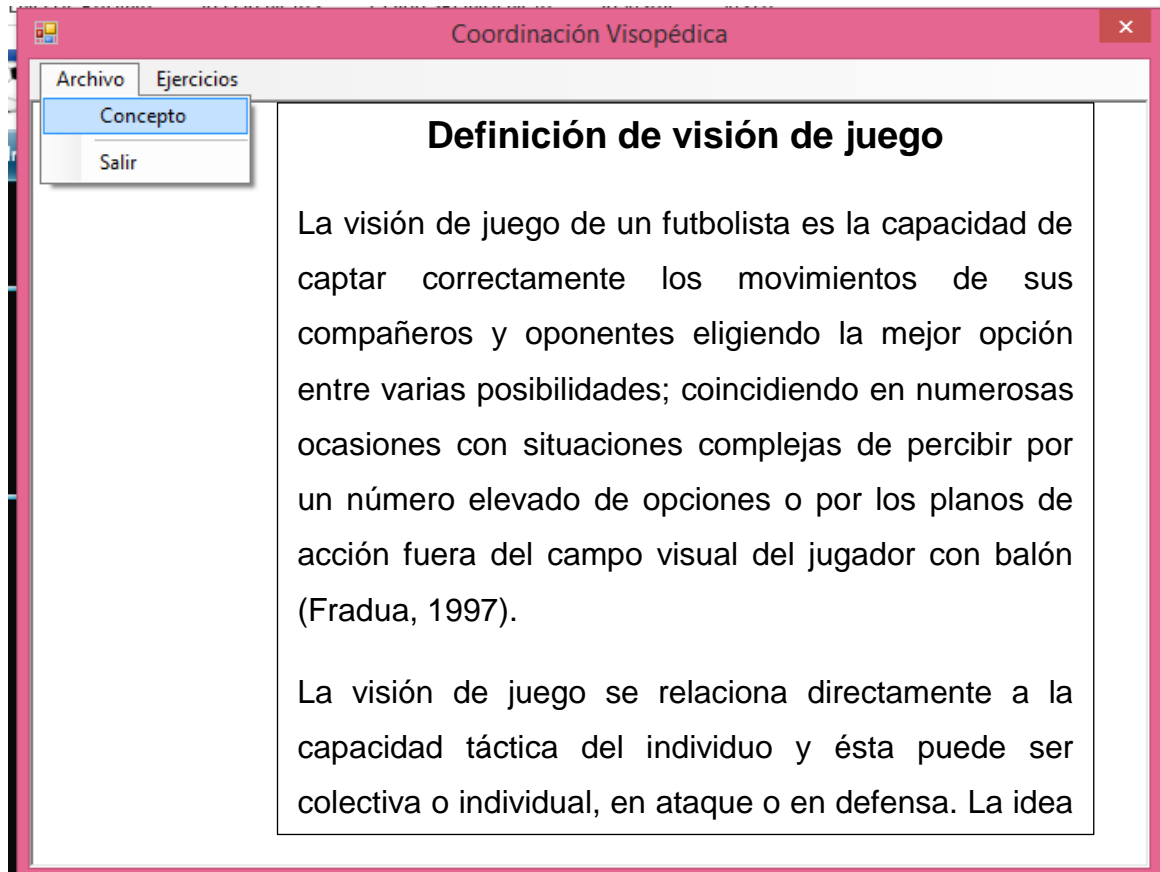


Figura 32. Coordinacion viso pedica

El sentido de la visión

Las capacidades visuales necesarias en fútbol

Un jugador de fútbol debe tener correctamente desarrolladas ciertas capacidades visuales para que su rendimiento sea lo más eficaz posible.

Tanto la conducta de atención como la capacidad de detección dependen fundamentalmente de la amplitud del campo visual del deportista, concretamente de su visión periférica. A mayor visión periférica, podrá detectar estímulos más externos con una sola fijación de

la mirada, situación que es muy frecuente en fútbol por la necesidad de actuar con rapidez.

Una vez detectado el estímulo, y si la situación lo permite (oponentes lejanos, zona de preparación de acción de ataque, etc.), el jugador necesita una correcta motilidad ocular (capacidad basada en la función del sistema de músculos que rodean al ojo) que permitirán la fijación (proceso mediante el cual el ojo se dirige hacia el objeto que le interesa para mantenerlo en un ángulo de visión idóneo) contribuyendo a una mayor nitidez de visión puesto que el objeto se situará en la zona central de la retina. Esta habilidad es frecuente ante objetos estáticos como la portería o el balón en el lanzamiento de un penalti. Cuando el jugador necesita esa nitidez ante estímulos móviles, característicos del propio juego, utiliza su capacidad de persecución o de seguimiento de movimientos, que le permitirá calcular las trayectorias y velocidades del balón, del receptor y, en definitiva, poder ejecutar los fundamentos técnico-tácticos correctamente (Fradua, 1997).

La agudeza visual es otra habilidad visual destacada, ya que mediante la motilidad ocular hemos conseguido mantener centrados los estímulos, y la agudeza visual nos permitirá discernir el máximo detalle del objeto.

La flexibilidad focal es la habilidad de variar el enfoque de los objetos de visión próxima a visión lejana y viceversa, sin experimentar visión borrosa. En fútbol, el enfoque del balón próximo a los pies se ve alterado rápidamente por el enfoque de un compañero a 60m.

La binocularidad consiste en la utilización de los dos ojos de forma unitaria, simultánea y eficaz para que la fusión de las imágenes de ambos aporte una imagen lo más clara posible. Esta habilidad unida a la

estereopsis (habilidad binocular de juzgar distancias relativas entre objetos) permitirá la percepción de la profundidad y la exacta localización del balón, compañeros y oponentes en el espacio.

El tiempo de reacción visual es una habilidad fundamental en los deportes de equipo en los que la velocidad de ejecución, gracias a una rápida percepción y decisión, es imprescindible.

El fútbol, según Berrada (1987), está entre las cinco tareas deportivas con mayores exigencias visuales.

Orientación adecuada de los órganos visuales

Las dificultades perceptivas que caracterizan al fútbol exigen el análisis de todos aquellos parámetros que pueden influir en una recepción de información más amplia. La adecuada orientación de los ojos es un aspecto incuestionable para conseguir el objetivo mencionado.

Podemos tener en cuenta cuatro niveles:

- Orientación del cuerpo.
- Orientación de la cabeza.
- Orientación de los ojos.
- Amplitud visual o visión periférica.

Cada nivel limita las posibilidades del posterior, es decir, la orientación del cuerpo limita totalmente las posibilidades de ver con los ojos, así como la orientación de la cabeza limita las posibilidades de los ojos. Una incorrecta orientación de los ojos obliga a utilizar la visión periférica, y no todo jugador de fútbol la tiene desarrollada, con la consecuente carencia perceptiva del juego.

Los jugadores que se sitúan en zonas centrales rodeados de diferentes y numerosos estímulos no pueden, únicamente con su orientación corporal, recibir la información; por tanto, se deben utilizar otras estrategias como el constante movimiento de la cabeza que permita conocer la posición de los estímulos en un campo visual mayor, aunque con pérdidas de visión momentáneas. Howe, D. y Scovell, B. (1988) afirman, al describir el perfil de un gran jugador, que éste es consciente en todo momento de la posición de compañeros y oponentes ganado el tiempo necesario para actuar posteriormente con el balón.

La visión periférica

Terminología y definición

El concepto de visión periférica está relacionado inevitablemente con el concepto de campo visual, además de otros términos como perimetría y visión ambiental. Pittera y Violetta (1980) definen el campo visual monocular como la extensión general del mundo externo que un sujeto puede ver con un solo ojo sin modificar su posición.

La diferencia entre campo visual monocular y binocular se debe tener en cuenta, puesto que el binocular es el solapamiento de los campos monoculares, existiendo una zona central común a ambos y una externa propia de cada ojo.

Según Quevedo y Solé (1990), se conoce la habilidad de ver e identificar lo que ocurre alrededor de un objeto particular sobre el que se fija la mirada. Es decir, la mayor o menor capacidad del sujeto de identificar objetos alrededor del punto de fijación es lo que permite evaluar la extensión de su campo visual, de modo que la visión periférica determina la amplitud del campo visual. (Antón, 1992).

Funciones de la visión periférica y su importancia en el juego

Las funciones que realiza la visión del juego se pueden resumir en tres:

- Detección.
- Identificación.
- Valoración.

La detección es el proceso que permite al jugador captar la aparición de nuevos estímulos a los que en principio no estaba orientado con sus órganos visuales y, sobre todo, con la visión central. Por tanto, algunos jugadores no podrán captar estos nuevos estímulos.

Algunas investigaciones han permitido comprender que la visión periférica no sólo detecta estímulos externos para orientar la visión central sino que es capaz de identificarlos. En fútbol, concretamente, la identificación más importante es la de conocer si el estímulo que aparece en el campo visual externo es compañero u oponente.

Ejercicios:

Nuevo Coordinación Visopédica

Taller #

Nombre del Taller

Tema

Objetivo

Organización

Desarrollo

Materiales

Variables

Gráfico

DESCRIPCIÓN
Chalecos de colores
Cancha
Balones

DESCRIPCIÓN
A un solo toque
Ados toques
Intercombina los pases

Figura 33. Coordinacion viso pedica ejercicios

Ingresar los ejercicios según indica la aplicación para obtener mejor desarrollos en los ejercicios a realizarse.

Administración



Figura 34. Administración

En esta aplicación se encuentra:

- Datos Personales
- Rendimiento
- Materiales

Datos Personales

CÉDULA	0401662952	ESTATURA	160	FOTO
NOMBRE	LISBETH KARINA	PESO	75	FOTO
APELLIDO	CEVALLOS MONTALVO	SEXO	Masculino	
DIRECCIÓN	OVIEDO 9-53 Y CHICA NARVÁEZ	CATEGORÍA		
TELF	0997199229	REPRESENTANTE		
FECHA DE NACIMIENTO	29 DE JULIO DE 1989	GRUPO SANGUINEO		
EDAD	26	TELEFONO REPRESENTANTE		

DATOS MÉDICOS

CONVULSIONES	OPERACIONES
DIABETES	PROBLEMAS CARDIOVASCULARES
ALEGIAS	RECIBE TRATAMIENTO MEDICO
ASMA	TRATAMIENTO
TOMA MEDICAMENTOS	LIMITACIÓN FÍSICA
MEDICAMENTO	LIMITACIÓN

Nuevo Abrir Guardar Salir

Figura 35. Datos personales

En esta herramienta se encuentra la opción en donde se ingresa los datos de los deportistas especificando sus datos personales como nombre, edad, sexo, estatura, talla. Peso.

También se encuentra la ficha médica la cual ayuda al entrenador saber el estado médico general entre patologías. Para llevar un control adecuado y saber las deficiencias físicas que tienen los deportistas.

Todo entrenador debe llevar una ficha médica de sus deportistas para saber planificar adecuadamente cada sesión del entrenamiento.

Información General

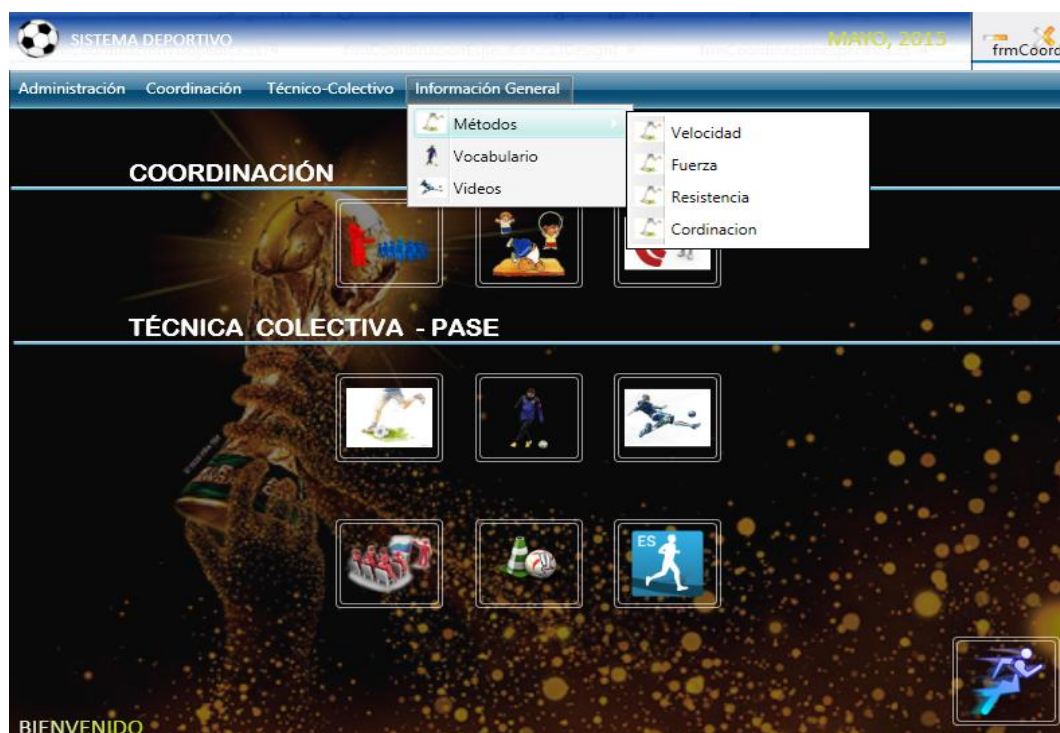


Figura 36. Información General

En esta herramienta encontramos videos. Vocabulario y los métodos con sus respectivo concepto.

- Métodos de Velocidad
- Métodos de fuerza

- Métodos de resistencia
- Métodos de coordinación

Esta herramienta ayuda al entrenador saber escoger el método adecuado para su planificación y las sesiones de entrenamiento dependiendo de la capacidad a desarrollar. Vocabulario hay palabras que son utilizadas en los entrenamientos y saber expresarse hacia los deportistas de forma clara y fácil para que el deportista comprenda de la mejor manera.

6.7 IMPACTOS

6.7.1 Impacto Educativo

Para principal característica de estos métodos activos es la concepción de los mismos no como una suma de técnicas, sino como un sistema de relaciones en el que lo importante son los procesos que se propone para aprender, es por ello que los docentes de educación física y entrenadores deben utilizar métodos activos, con el objetivo de abordar los temas de manera integral.

6.7.2 Impacto Psicológico

El aporte de la psicología en la preparación deportiva es de vital importancia, debido de que en la mayoría de deportes realizan un calentamiento mental. Si un deportista en el equipo no está preparado como las otras lo están, puede afectar a la actuación global del equipo.

6.7.3 Impacto Social

El aprendizaje de la coordinación Viso Pédica en el pase del futbol, es muy importante, para el buen desenvolvimiento en un encuentro, el

aprendizaje de esta coordinación ayuda a la integración social, por lo que se tiene que relacionar a través del juego.

DIFUSIÓN

La propuesta fue difundida a los señores entrenadores, deportistas y la comunidad educativa en general. El propósito de esta propuesta es mejorar la coordinación Viso Pédica en el pase de fútbol, para aplicar en los encuentros de Fútbol.

6.9 BIBLIOGRAFÍA

- Alonso, A. (2006). *Ejercicios Técnicos - Tácticos sin finalización*. España: Printed.
- Ardá, T. (2003). *Metodología de Enseñanza*. Barcelona: Paidotribo.
- Baggio, R. (2013). El Cambio de Orientación. *DT Juan Miguel*, 5-6.
- Balcazar, L. L. (Febrero de 2011). Teoría Metodología Planificación y control del Entrenamiento Deportivo. *Bases Científicas del Entrenamiento Deportivo*. Loja, Loja, Ecuador: Universidad de Loja.
- Blanco, J. (Miércoles 18 de Mayo de 2011). Principales Métodos de Enseñanza del Fútbol. *Blog de Javi Blanco*.
- Braube, J. (2004). *Fútbol Base Programas de Entrenamiento*. Barcelona: A y M Gráfico.
- Bruggemann, D. (2005). *Fútbol Entrenamiento para Niños y Jóvenes*. Barcelona : Paidotribo.
- Chacon, M. E. (2006). *Educación Física para niños con necesidades educativas*. Costa Rica: San Jose.
- Cilla, R. O. (2005). *Juegos Cooperativos y Educación Física*. Barcelona: Paidotribo.
- Conde, M. (2003). *Organización de la Técnica del Desplazamiento*. Barcelona : Paidotribo.

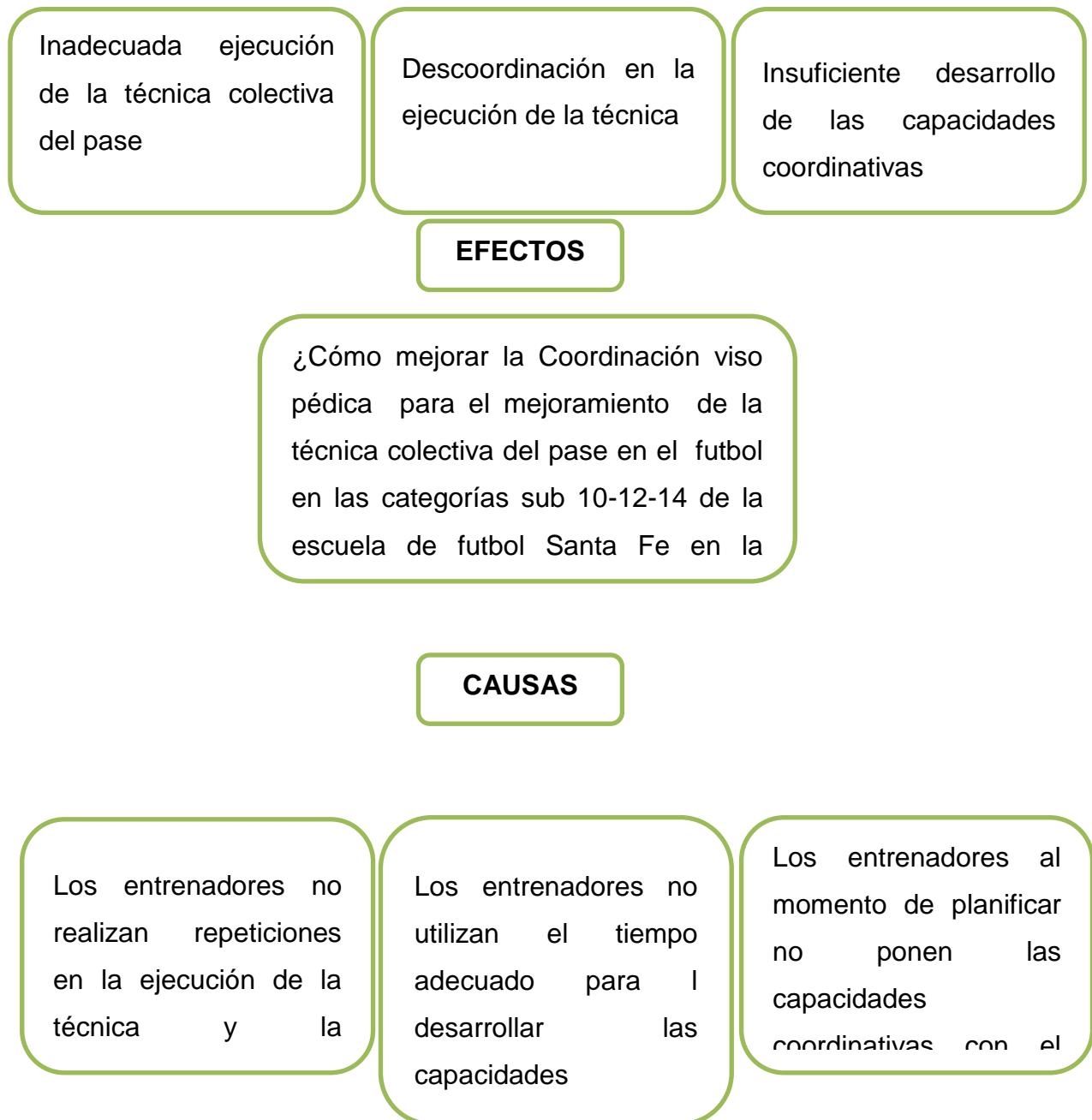
- Cox, R. H. (2009). *Psicología del Deporte*. Madrid: Medica Panamericana.
- Detlev, B. (2011). *Fútbol Entrenamiento para niños y jóvenes*. Badalona España: Paidotribo.
- Díaz Galán, I. J. (2011). *De la estrategia a la Táctica*. Madrid España : Paraninfo.
- Dobler, H. (2003). *Entrenarse Jugando, Un sistema completo de ejercicios*. Barcelona: Paidotribo.
- Dominguez, P. R. (2010). Elemento Base de la Creación Colectiva. *Revista digital para Profesionales de la Enseñanza*, 3-4.
- Ferrer, N. (2013). *Fuente Base Temporada de 7 a 18 años*. Barcelona: Wanceulen.
- Frattarola, A. y. (2009). *Entrenamiento en el Fútbol Base*. Coruña España : Paidotribo.
- Garret, W. (2005). *Medicina del Futbol*. Badalona: Paidotribo.
- Ikarán, A. A. (2005). *Manual de Entrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Javi, B. (Miercoles 18 de Mayo de 2011). Principales métodos de Enseñanza del Fútbol. *Blog Blanco Javi*.
- Nanch, B. (Jueves 13 de Junio de 2013). *Educación Física y Deportes*. Recuperado el Lunes de Febrero de 2014, de <http://educacionfisicaigna.blogspot.com/2013/06/tipos-de-pases-en-futbol.html>
- Otero, M. (2006). *Educación para el siglo XXI*. Barcelona: Gymnos.
- Pereira, A. D. (Junio de 2012). *Buenas Tareas*. Recuperado el Miercoles de Marzo de 2014, de Buenas Tareas: <http://www.buenastareas.com/ensayos/Pases-En-Futbol-Sala/4512129.html>
- Petersdorf, K. (2003). *Programas de Entrenamiento*. Barcelona : Paidotribo.
- Rafi, S. (2009). *Ganar con la Cabeza Fútbol*. Barcelona España: Paidotribo.
- Rios, M. (2005). *Manual de educación Física*. Barcelona: Paidotribo.

- rubiano, L. (2014). El pase atrás como medio para progresar en el juego. *El Fútbol es Injusto, 2*.
- Ruiz, F. (2006). *Educación Física V. II*. España: MAD S.L.
- Salvador, R. (2009). *Capacidades Coordinativas*. Barcelona : Paidotribo.
- Sans Torrelles, A. y. (2009). *Entrenamiento en el Fútbol Base*. Badalona España: Paidotribo.
- Schreiner, P. (2002). *Coordinación en el Fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Silva, F. (2012). *Futbol sala como deporte Extra escolar*. Barcelona: Paidotribo.
- Smit, D. (2005). *La Magia del Fútbol*. Barcelona: Paidotribo.
- Urbano, V. F. (2008). *Fundamentos del Fútbol*. España: Publidisa.
- Valdez, H. M. (2002). *La Preparación Psicológica del Deportista*. Barcelona: INO Reproducciones.
- Vales Vázquez, Á. (2012). *Fútbol. Del Análisis del Juego a la Edición de Informes Técnicos*. Coruña: MCSPORTS.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona: Sagrafic.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento Total*. Barcelona : Paidotribo.

ANEXOS

ANEXO 1

Árbol de problemas



ANEXO 2

Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORÍAS	DIMENSIÓN	INDICADOR
<p>Primera fase del proceso de aprendizaje motor, donde se forman las estructuras básicas de un movimiento.</p>	Coordinación	Coordinación General	Regulación y dirección del movimiento
		Coordinación Viso pédica	Capacidad de Adaptación y cambios motrices
		Coordinación Específica	Orientación Ritmo Equilibrio Diferenciación coordinación
<p>Desde este punto de vista la técnica es un conjunto de habilidades y acciones innatas y aprendidas del deportista en sus entrenamientos, que ayuda al deportista a desenvolverse con más facilidad por el terreno de juego teniendo más acoplamiento con sus compañeros</p>	Técnica colectiva	Pase	<p>Según la distancia</p> <ul style="list-style-type: none"> •Cortos •Medios •Largos <p>Según la altura</p> <ul style="list-style-type: none"> •Rasos •Media altura •Altos <p>Según la trayectoria</p> <ul style="list-style-type: none"> •Rectos •Con efectos <p>Según su dirección</p> <ul style="list-style-type: none"> •Adelante •Atrás •Horizontal •Diagonal <p>Según la superficie de contacto</p> <p>Pie</p> <ul style="list-style-type: none"> •Interior

ANEXO 3

Matriz de Coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿Cómo mejorar la Coordinación viso pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la escuela de futbol Santa Fe en la ciudad de Ibarra en el año 2015?</p>	<p>Determinar la incidencia de la capacidad de coordinación Viso Pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el Fútbol en las categorías sub 10-12-14 de la Escuela de Fútbol “Santa Fe” en el año 2015.</p>
SUBPROBLEMAS INTERROGANTES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>¿Cuál es la valoración de la capacidad coordinativa Viso Pédica mediante una ficha de observación?</p> <p>¿Cómo Diagnosticar el conocimiento Pedagógico de la utilización de las capacidades coordinativas?</p> <p>¿Cuándo analizar la coordinación viso pédica de la técnica colectiva del pase en las categorías sub 10-12-14?</p> <p>¿Cuál es la importancia de elaborar una herramienta informática de ejercicios y teoría sobre la coordinación Viso Pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la capacidad coordinativa Viso Pédica mediante una ficha de observación. • Diagnosticar el conocimiento Pedagógico de la utilización de las capacidades coordinativas. • Analizar la coordinación viso pédica de la técnica colectiva del pase en las categorías sub 10-12-14. • Elaborar una herramienta informática de ejercicios y teoría sobre la coordinación Viso Pédica para el mejoramiento de la técnica colectiva del pase en el fútbol en las categorías sub 10-12-14.

ANEXO 4

Encuestas a los Entrenadores

Pregunta N° 1 ¿Conoce el Termino Coordinación Viso Pédica?

Pregunta N° 2 ¿Señale practica con sus deportistas la capacidad coordinativa Viso Pédica?

Siempre _____
Casi siempre _____
Rara Vez _____
Nunca _____

Pregunta N° 3 ¿Señale que tiempo utiliza para desarrollar la capacidad coordinativa Viso Pédica en la las categorías Sub 10-12-14 en la sesión de entrenamiento?

	Sub 10	Sub 12	Sub 14
10 min	_____	_____	_____
20 min	_____	_____	_____
30 min	_____	_____	_____

Pregunta N° 4 ¿Indique si es importante desarrollar las capacidades coordinativas Viso Pédica para un buen desarrollo de la técnica colectiva del pase en el fútbol?

Muy importante _____
Importante _____
Poco Importante _____
Nada Importante _____

Pregunta N° 5 ¿Indica a sus deportistas la importancia de la coordinación viso Pédica en el Fútbol?

Mucho _____

Poco _____

Nada _____

Pregunta N° 6 ¿Conoce ejercicios en los cuales se pueda desarrollar la capacidad coordinativa Viso Pédica en la Técnica colectiva del pase en el fútbol?

Conocimiento Alto _____

Conocimiento Medio _____

Conocimiento Bajo _____

Conocimiento Insuficiente _____

Pregunta N° 7 ¿Cumple con los objetivos en la enseñanza planteados en la sesión de entrenamiento para desarrollar la coordinación en el pase?

Siempre _____

Casi siempre _____

Nunca _____

Pregunta N° 8 ¿Cree Usted que es importante la coordinación física en estas categorías sub 10-12-14?

Muy importante _____

Importante _____

Poco Importante _____

Nada Importante _____

Pregunta N° 9 Con qué frecuencia Utiliza usted el método del juego para desarrollar la técnica del pase a larga distancia?

Siempre _____

Casi siempre _____

Nunca _____

Pregunta N° 10 Realiza retroalimentación en el entrenamiento cuando realiza ejercicios del pase?

Siempre _____

Casi siempre _____

Nunca _____

Pregunta N° 11 Conoce usted los factores que intervienen en la iniciación deportiva?

Conocimiento Alto _____

Conocimiento Medio _____

Conocimiento Bajo _____

ANEXO 5

Ficha de Observación

Observar la Coordinación Viso Pédica como es empleada a la Técnica colectiva del Pase en el futbol	FRECUENCIA Y VALORACIÓN									
	CUALITATIVA	EXCELENTE		MUY BUENA		BUENO		TOTAL		
	CUANTITATIVA	5		3		1				
	VALORES	F	%	F	%	F	%	F	%	
Coordinación general	30	22	36	26	70	52	136	100		
Pase con borde interno precisión	25	18	44	32	67	50	136	100		
Pase con borde externo precisión	23	16	42	30	71	52	136	100		
Coordinación pase mirada al compañero	27	20	31	23	78	57	136	100		
Acoplamiento de la coordinación viso pédica con el pase	26	19	30	22	80	58	136	100		

ANEXO 6

Fotografías



ANEXO 7

Certificados

 **GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO
DEL CANTÓN MIRA**

 **Mira**
ADMINISTRACIÓN 2014 - 2017
Un cantón que avanza

Dr. Raimundo López
DECANO DE LA FECYT

Presente.-

CERTIFICACION

Por medio de la presente Yo, Carlos Rosero A.

CERTIFICO

Que la señorita Cevallos Montalvo Lisbeth Karina portadora de la cédula de ciudadanía N° 040166295-2, estudiante egresada de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte Socializo en esta Institución "ELABORACIÓN DE UNA APLICACIÓN INFORMÁTICA DE EJERCICIOS DE LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA EN LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORÍAS SUB 10-12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FE DE LA CIUDAD DE IBARRA"

Es todo cuanto me permito certificar en honor a la verdad para los fines pertinentes.

Atentamente

GOBIERNO AUTÓNOMO DESCENTRALIZADO
DEL CANTÓN MIRA
ÁREA DE DEPORTE
Y RECREACIÓN
Carlos Rosero Andrade
Departamento de Deportes del GAD Mira

Dirección: León Ruales CS-010 y González Suárez
062 280 246 / 062 280 177
Alcaldía Mira
E-mail: gad@mira.gob.ec
MIRA - CARCHI - ECUADOR

JUNTA PARROQUIAL YAHURCOCHA

Dr. Raimundo López
DECANO DE LA FECYT

Presente

CERTIFICACION

Por medio de la presente Yo, Licenciado Roberto Suárez C.I. 100317769-6 Entrenador de la Escuela de Fútbol de Yahuarcocha certifico.

Que la señorita Cevallos Montalvo Lisbeth Karina portadora de la cédula de ciudadanía N° 040166295-2, estudiante egresada de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Técnica del Norte Socializo en esta Institución "ELABORACIÓN DE UNA APLICACIÓN INFORMÁTICA DE EJERCICIOS DE LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA EN LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORÍAS SUB 10-12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FE DE LA CIUDAD DE IBARRA"

Es todo cuanto me permito certificar en honor a la verdad para los fines pertinentes.

Atentamente


Licdo. Roberto Suárez
C.I. 100317769-6

ENTRENADOR DE LA ESCUELA DE FÚTBOL YAHUARCOCHA

DESDE 1978



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:	040166295-2		
APELLIDOS Y NOMBRES:	CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA		
DIRECCIÓN:	OVIEDO 9-53 Y CHICA NARVÁEZ		
EMAIL:	Karicevallos1989@gmail.com		
TELÉFONO FIJO:	062603574	TELÉFONO MÓVIL:	0997199229
DATOS DE LA OBRA			
TÍTULO:	LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORIAS SUB 10 -12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FE EN LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2015.		
AUTOR (ES):	CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA		
FECHA: AAAAMMDD	2016/07/29		
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO			
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO		
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciada en Entrenamiento Deportivo		
ASESOR /DIRECTOR:	Msc. Santiago Jiménez		

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, **CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA**, con cédula de identidad Nro. **040166295-2**, en calidad de autor y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hacemos 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 del derecho patrimonial, 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 29 días del mes de Julio de 2016

EL AUTOR:

(Firma) 

Nombre: CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA

Cédula: 040166295-2



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO

A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, **CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA**, con cédula de identidad Nro. **040166295-2**, manifiesto por 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: **LA COORDINACIÓN VISO PÉDICA PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TÉCNICA COLECTIVA DEL PASE EN EL FÚTBOL EN LAS CATEGORIAS SUB 10 -12-14 DE LA ESCUELA DE FÚTBOL SANTA FE EN LA CIUDAD DE IBARRA EN EL AÑO 2015.**

Que ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Entrenamiento Deportivo, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autora 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 29 días del mes de Julio del 2016.

(Firma).....

Nombre: CEVALLOS MONTALVO LISBETH KARINA

Cédula: 040166295-2