

REPÚBLICA DEL ECUADOR



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE POSGRADO



MAESTRÍA EN EDUCACIÓN
MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

TEMA:

“EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA MARGARITA CORTES DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS”

Trabajo de grado previo a la obtención del Título de Magister en Educación Mención Educación Física y Deporte

Autor: Jordy Joe Murillo Falcones

Directora: MSc. Aules León Jacqueline Nataly

Asesor: PhD. Eugenio Víctor Doria De La Terga

Ibarra – Ecuador 2026



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	0802976696		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Murillo Falcones Jordy Joe		
DIRECCIÓN:	Ibarra		
EMAIL:	jjmurillof@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL:	0979248192

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	“EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA MARGARITA CORTES DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS”
AUTOR (ES):	Murillo Falcones Jordy Joe
FECHA: DD/MM/AAAA	06/02/2026
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input type="checkbox"/> PREGRADO <input checked="" type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Maestría en educación mención Educación Física y Deporte
DIRECTOR:	MSc. Jacqueline Nataly Aules León
ASESOR:	PhD. Eugenio Víctor Doria De La Terga

2. CONSTANCIAS

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

En la ciudad de Ibarra, a los 25 días del mes de febrero de 2026

EL AUTOR

.....

Murillo Falcones Jordy Joe

C.I.: 0802976696

APROBACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Ibarra, a los 6 días del mes de febrero de 2026

MSc. Jacqueline Nataly Aules León

DIRECTORA TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de titulación, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Unidad Académica de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.

(f) _____

MSc. Jacqueline Nataly Aules León

CC: 1711747319

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de manera especial para mí Papá Tunin Gilmar Murillo Andrade, mi Mamá Rocío Elizabeth Falcones Barbosa. Su esfuerzo es fundamental en mi Itinerario académico

Murillo Falcones Jordy Joe

AGRADECIMIENTOS

Mi agradecimiento por su guía y apoyo en el desarrollo de la tesis y transmitir los conocimientos necesarios la MSc. Nataly Aules León y al Dr. Eugenio Doria de a Terga.

Murillo Falcones Jordy Joe

ÍNDICE

APROBACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS	IV
DEDICATORIA	V
AGRADECIMIENTOS	VI
ÍNDICE.....	VII
ÍNDICE DE TABLAS	XI
RESUMEN	XII
ABSTRACT.....	XIII
CAPITULO I.....	14
EL PROBLEMA.....	14
1.1. Planteamiento del problema.....	14
1.2. Antecedentes	15
1.3. Objetivos	17
1.3.1. Objetivo General.....	17
1.3.2. Objetivos Específicos.....	17
1.4. Justificación	18
CAPITULO II.....	20
MARCO REFERENCIAL.....	20
2.1. El fútbol escolar.....	20
2.1.1. Definición fútbol escolar	21
2.1.2. Características del fútbol escolar.....	23
2.1.3. Fundamentos básicos.....	25
2.1.4. El fútbol como actividad física.....	35
2.1.5. Beneficios del fútbol escolar	36
2.2. Metodología.....	38
2.2.1. Métodos de enseñanza	39
2.2.2. Estrategias en la práctica	42
2.2.3. Estilos de enseñanza	44
2.3. Iniciación deportiva	48
2.3.1. Juegos predeportivos	49
2.4. Habilidades motrices básicas.....	51

2.4.1. Clasificación.....	53
2.5. Capacidades coordinativas	56
2.5.1. Coordinación óculo-pédica (ojo-pie).....	58
2.5.2. Precisión motriz.....	60
2.5.3. Agilidad	61
2.6. Marco Legal.....	63
2.6.1. Constitución de la República del Ecuador	63
2.6.2. Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI).....	64
2.6.3. Código de la Niñez y Adolescencia	64
CAPÍTULO III	65
MARCO METODOLÓGICO	65
3.1. Descripción del área de estudio	65
3.2. Enfoque.....	66
3.3. Tipo de investigación:	66
3.3.1. Investigación de campo	66
3.3.2. Investigación descriptiva	67
3.3.3. Investigación propositiva.....	68
3.3.4. Investigación bibliográfica	68
3.4. Diseño.....	69
3.5. Métodos	69
3.5.1. Inductivo-Deductivo.....	70
3.5.2. Analítico-Sintético.....	70
3.5.3 Estadístico.....	71
3.6. Operacionalización de variables.....	72
3.7. Técnicas e instrumentos	73
3.6.1. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	73
3.6.2. Población y muestra	73
Cantidad.....	73
3.8. Procedimiento y plan de análisis de datos	73
3.9. Consideraciones Bioéticas.....	78
CAPÍTULO IV	79
ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	79
CAPÍTULO V	94

PROPUESTA ALTERNATIVA	94
5.1. Título de la propuesta	94
5.2. Justificación e importancia.....	94
5.3. Objetivos	94
5.3.1. Objetivo general	94
5.3.2. Objetivos específicos	95
5.4. Ubicación sectorial y física	95
País: Ecuador	95
5.5. Desarrollo de la Propuesta:.....	95
CONCLUSIONES.....	125
RECOMENDACIONES	126
Referencias Bibliográficas:	127
ANEXOS	135

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1.....	65
Figura 2.....	81
Figura 3.....	84
Figura 4.....	87
Figura 5.....	90
Figura 6.....	91
Figura 7.....	92
Figura 8.....	93

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	72
Tabla 2	73
Tabla 3	79
Tabla 4	80
Tabla 5	82
Tabla 6	83
Tabla 7	85
Tabla 8	86
Tabla 9	88
Tabla 10	89

RESUMEN

EL FÚTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES ESPECÍFICAS EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA MARGARITA CORTES DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS

Autor: Jordy Joe Murillo Falcones

Correo: jjmurillof@utn.edu.ec

Esta investigación aborda el uso del fútbol como una estrategia pedagógica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en los estudiantes de séptimo año de Educación Básica. La problemática se basa en las limitaciones motrices que presentan muchos estudiantes, lo cual repercute en su desarrollo integral en las clases de Educación Física.

El objetivo general de la investigación consiste en diseñar una guía metodológica que contribuya a desarrollar habilidades específicas como el pase, el control, la conducción y el tiro a través de la práctica estructurada. La investigación se ha desarrollado en la Unidad Educativa Margarita Cortés de Esmeraldas, en una muestra de 57 estudiantes de séptimo de básica. Se utilizó un enfoque cuantitativo, de tipo descriptiva con un diseño no experimental y de corte transversal. Las técnicas utilizadas fueron observación estructurada y se aplicaron pruebas concretas como el Test Zig-Zag, Test Pase, Tiro y Control basadas en el test 3JS.

Los resultados mostraron que una parte significativa de los estudiantes se encuentra en niveles regulares en habilidades motrices específicas como el pase, el tiro, la conducción y el control del balón. Asimismo, demostró que las habilidades con menor dominio fueron el tiro y la agilidad, mientras que el control del balón mostró un mejor rendimiento; mientras que en el análisis específico se concluye que, aunque los varones tienden a sobresalir en fuerza y agilidad, las niñas compensan con mayor control y técnica, especialmente en habilidades que requieren coordinación. Con base en este diagnóstico, se diseñó una guía metodológica denominada “Fútbol en Acción”, que incluye actividades lúdicas y predeportivas que busca mejorar el rendimiento motriz, habilidades socioemocionales, la toma de decisiones y la autoconfianza. Se concluye que el fútbol escolar cuando es planificado y sistemático se convierte en una herramienta eficaz para el desarrollo integral del estudiante.

Palabras clave: fútbol escolar, habilidades motrices específicas, educación física, pase, tiro, control del balón.

ABSTRACT

FOOTBALL AS A STRATEGY FOR THE DEVELOPMENT OF SPECIFIC MOTOR SKILLS IN SEVENTH GRADE STUDENTS AT THE MARGARITA CORTÉS EDUCATIONAL UNIT IN THE CITY OF ESMERALDAS

Author: Jordy Joe Murillo Falcones

Email: jjmurillof@utn.edu.ec

This research explores the use of football as a pedagogical strategy to enhance specific motor skills in seventh-grade students in Basic Education. The study addresses the issue of motor limitations observed in many students, which negatively impact their overall development in Physical Education classes.

The main objective of the research is to design a methodological guide aimed at fostering specific skills such as passing, ball control, dribbling, and shooting through structured practice. The study was conducted at Unidad Educativa Margarita Cortés in Esmeraldas, involving a sample of 57 seventh-grade students. A quantitative, descriptive approach was employed, using a non-experimental, cross-sectional design. Structured observation techniques were applied, along with specific tests including the Zig-Zag Test, Passing Test, Shooting Test, and Control Test, based on the 3JS test.

The results revealed that a significant portion of the students demonstrated average levels in specific motor skills such as passing, shooting, dribbling, and ball control. The least developed skills were shooting and agility, while ball control showed the highest performance. A detailed analysis indicated that although boys tend to excel in strength and agility, girls compensate with better control and technique, particularly in skills requiring fine motor coordination.

Based on this diagnosis, a methodological guide titled “Football in Action” was developed, incorporating playful and pre-sport activities designed to improve motor performance, socio-emotional skills, decision-making, and self-confidence. The study concludes that when school football is planned and implemented systematically it becomes an effective tool for the holistic development of students.

Keywords: school football, specific motor skills, physical education, passing, shooting, ball control.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

El desarrollo de las habilidades motrices específicas, en el contexto de la Educación General Básica, es la única fortaleza para la construcción de una buena formación integral del educando, considerando que las habilidades tales como: la coordinación, el equilibrio, la agilidad y el rendimiento son importantes para las actividades físicas y deportivas. No cabe duda de que son muchos los estudiantes que llegan a mostrar una serie de limitaciones en las habilidades motrices, que condicionan negativamente al rendimiento físico, la autoestima y a la participación en las clases de Educación Física. El escaso uso de estrategias pedagógicas activas, contextualizadas y desde un sentido pedagógico, es uno de los problemas por los que esto ocurre, como en el caso del uso del fútbol escolar en el proceso de enseñanza-aprendizaje. A pesar de ser muy popular como actividad deportiva en niños y niñas, está muy limitada en la práctica y, a veces, se considera únicamente recreativa o solamente competitiva. Desconocemos la práctica formativa que nos permite trabajar elementos técnicos partiendo de otro tipo de acciones técnicas como: pasar, recibir, conducir la pelota y patear. Desarrollar las habilidades motrices específicas en el 7mo grado de educación general básica se presenta como un aspecto ineludible del proceso de formación de los estudiantes, ya que resulta determinante en su coordinación, equilibrio, agilidad y rendimiento en actividades físico-deportivas. Pero, gran parte de los alumnos presentan limitaciones en estas habilidades, perjudicando así su rendimiento físico, su autoevaluación y su participación activa en la clase de educación física. Una de las causas que propicia la aparición del mencionado problema fue la no aplicación de estrategias pedagógicas activas y contextualizadas a la hora de utilizar el fútbol escolar en el proceso enseñanza aprendizaje; por otra parte, hay que

puntualizar que existe un buen número de docentes que carecen de alguna herramienta metodológica que vincule el fútbol con la enseñanza. La escasa planificación didáctica, recursos didácticos y formación en el tema que necesitarían para ejecutar estrategias de integración del fútbol como modelo práctico que permita alcanzar finalidades específicas para en función de las capacidades motrices deseadas, hace que las horas de clase en las que se utiliza al fútbol escolar se hagan de forma improvisada o bien se prescindan de este, y por tanto se escape la oportunidad didáctica que supondría el uso de este deporte. Es por estas razones por lo que se considera el realizar un análisis de lo que sería el uso del fútbol como estrategia para el desarrollo de capacidades motrices específicas y con el propósito de diseñar propuestas metodológicas que se pueden poner en escena en el contexto escolar. Esta investigación, será un paso más allá, que permitirá mejorar la calidad de la enseñanza en Educación Física y el desarrollo motriz de los estudiantes. De esta manera, a partir de todo lo expuesto se presenta la pregunta de la investigación formulada de la siguiente manera:

¿Cómo una guía metodológica fundamentada en el uso del fútbol servirá como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en los alumnos de 7º año de la Educación Básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas?

1.2. Antecedentes

La aplicación del fútbol como recurso metodológico en el ámbito escolar ha sido motivo de atención en diferentes estudios a nivel nacional e internacional, y estos mismos estudios han puesto de manifiesto la potencialidad formativa de este recurso y su efectividad en el desarrollo de habilidades motrices específicas. Esta serie de antecedentes son una base teórica en la que sustentamos la investigación y enfocamos el análisis del problema desde el ángulo educativo y el

ángulo motriz. Según Gallahue, D. L. & Ozmun, J. C., 2006, en el desarrollo motor de la infancia en la que hacen hincapié en la atención que se debe prestar a aplicar actividades lúdico-deportivas estructuradas para desarrollar habilidades motrices como el equilibrio dinámico, la coordinación y la manipulación de objetos, siendo una de las prácticas recomendadas el fútbol. En el marco iberoamericano, Gutiérrez y López (2023), en un estudio que publicó la Revista Iberoamericana de Educación Física analizó cómo el uso de unidades didácticas fundamentadas en fútbol en colegios públicos de Colombia generó un impacto significativo en el control motor de los estudiantes, especialmente en habilidades como la del pase o la conducción. Según el estudio, la planificación pedagógica centrada en el juego promueve el aprendizaje significativo y el trabajo activo de los escolares.

En Ecuador, investigaciones como la de Sánchez (2021) titulada “El fútbol como medio para el desarrollo de la coordinación motriz en los niños y niñas de quinto año de Educación Básica de Quito” mostraron que después de un trabajo de metodología futbolística estructurado y de 8 semanas de duración los alumnos presentaban mejoras detectadas en sus pruebas sobre agilidad, equilibrio y control del balón; el autor hace hincapié en que el fútbol estructurado para fines didácticos, no únicamente por ocio, sino que se convierte en una potente metodología para desarrollar habilidades motrices determinantes.

El propio Ministerio de Educación del Ecuador (2024) en su currículo oficial que indica para la Educación Física considera el deporte escolar como una vía del desarrollo integral del estudiante alumnado y, entre sus líneas directrices, integra deportes de equipo como el fútbol, siempre que se utilicen de forma adaptada a la edad y posibilidades del alumnado.

Estos antecedentes justifican que se considere estudiar el fútbol como un deporte que puede utilizarse de forma planificada y de forma didáctica para el desarrollo motor; pero la ruptura entre

teoría y práctica es una realidad latente y, en este sentido, muchos docentes no disponen de las competencias suficientes para poner en marcha estrategias metodológicas fundamentadas en el fútbol. Para ello, esta investigación propone realizar aportaciones concretas al mundo de la educación integrando el fútbol en la enseñanza formal, en particular Educación General Básica.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

1.3.2. Objetivos Específicos

- Diagnosticar las habilidades motrices específicas en el fútbol en los estudiantes del séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.
- Analizar los resultados logrados en el diagnóstico de las habilidades motrices específicas en el fútbol en los estudiantes del séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.
- Diseñar una guía metodológica para ayudar a fomentar el desarrollo de las habilidades específicas en el fútbol en los estudiantes del séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

1.4. Justificación

La justificación para llevar a cabo esta investigación surge de la necesidad de hacer una mejora en función del desarrollo de ciertos tipos de habilidades motrices específicas en los estudiantes del séptimo año de Educación Básica, siendo estas habilidades una parte fundamental en el proceso de formación integral de los estudiantes. Las habilidades motrices no solo son importantes para lograr un buen rendimiento físico en el ámbito escolar, sino que también son determinantes para el desarrollo de competencias cognitivas, emocionales y sociales, factores que son elementales y determinantes en la educación de los niños y adolescentes. El fútbol, que tiene un carácter de deporte colectivo, es una herramienta adecuada para desarrollar estas habilidades por la complejidad de movimientos que se ejecutan, como correr, driblar, pasar, recibir y disparar al arco, lo que ayuda al desarrollo de la coordinación, el equilibrio y la agilidad.

Al momento, un buen número de estudiantes de séptimo año que, al estar en un desarrollo físico y de crecimiento, presentan dificultades en la adquisición de este tipo de habilidades motrices. Con frecuencia, el sistema educativo no presta suficiente atención al desarrollo integral de los alumnos y da la sensación de que se utilizan solo una parte de las capacidades motrices de los niños los cuales vendrán a repercutir en su rendimiento en las prácticas deportivas y actividades de la vida cotidiana. A partir de aquí, el fútbol permite trabajar la motricidad gruesa e igualmente fomenta otros aspectos como el trabajo en grupo, la disciplina, la toma de decisiones rápidas y el manejo de las emociones en situaciones de presión. Todas estas habilidades emocionales y sociales son muy relevantes para la construcción de una personalidad sana y profunda en los adolescentes.

A su vez, el fútbol es un deporte conocido y practicado en el mundo entero, por lo que es una buena opción en el deporte escolar. Dada su condición de actividad que produce un gran apasionamiento en el alumnado, puede propiciar al mismo tiempo la participación activa y el

interés por el ejercicio físico, una motivación que es determinante, dado que, como afirman estudios ya realizados, cuando los estudiantes se lo pasan bien con la práctica de la actividad, se muestran más dispuestos a practicar y mejorar. Además, el fútbol trabaja las habilidades motrices de una manera divertida y adecuada, lo que lo convierte, así, en una alternativa de interés y adecuada dentro de la educación física escolar.

La Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas, en particular, posee un contexto adecuado para realizar la presente investigación, dado que aparece como una zona donde el fútbol es una actividad muy importante a nivel cultural. Este deporte nos permite beneficiar tanto las capacidades que poseen los alumnos en aspectos de su interés por el fútbol, como las necesidades que tienen durante el desarrollo de habilidades motrices. Así, implementar una estrategia basada en el fútbol les permitirá a los alumnos de séptimo año aumentar su rendimiento físico, así como su autoestima y la cohesión grupal.

Esta investigación pretende evidenciar que el fútbol puede ser una herramienta pedagógica muy eficiente para el desarrollo de habilidades motrices concretas de los alumnos de séptimo año de educación básica. Así pues, esta forma de integración del fútbol como estrategia a través de la planificación en la escuela permitirá que los alumnos lleguen a tener una mayor competencia motriz, mejorando su desarrollo físico, social y emocional. Por otro lado, la propuesta pretende fomentar el bienestar de los alumnos y generar una cultura escolar en la cual el deporte se convierta en un medio de aprendizaje y de crecimiento personal y social. Los beneficios sociales de esta investigación escolar se refieren al aporte de una guía metodológica que puede ser útil metodológicamente y que ayuda a la gestión de estrategias metodológicas tanto en esta unidad didáctica como en otras instituciones que también se ven afectadas por esta dificultad.

CAPITULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1. El fútbol escolar

El fútbol escolar es una de las actividades deportivas más relevantes en la escuela, ya que los alumnos son capaces de desarrollar un gran número de habilidades motrices, físicas, cognitivas y sociales. Este deporte, con una gran importancia en muchos países, no solo permite obtener un buen estado físico, también facilita la integración social, la cooperación, el trabajo en equipo y la autoestima de los alumnos. En este sentido el fútbol escolar se convierte en una palanca para la actividad física, pero también en un agente que promueve valores como la colaboración y el respeto en los jóvenes.

A lo largo de los años la práctica del fútbol ha demostrado ser la actividad que, más allá de su carácter competitivo, potencia el trabajo activo de los alumnos, en especial en los contextos educativos. Así lo confirma López-Muñoz & Rodríguez, C. En el desarrollo de habilidades motrices, el fútbol escolar tiene efectos positivos, pero también respecto al desarrollo emocional de los estudiantes (2021); los retos a los que se enfrentan, el trabajo en equipo, hacen que los jóvenes desarrollen habilidades que van más allá del aspecto físico: toma de decisiones rápida, concentración y control del estrés son algunos elementos que podrían ser denominados habilidades para la vida cotidiana.

El fútbol escolar favorece el desarrollo de la motricidad gruesa mediante movimientos amplios y coordinados: correr, saltar, dar pases al compañero/a, dar tiros al arco, etc. Todos estos movimientos colaboran a la mejora del sistema musculoesquelético de los estudiantes, siendo estos ejercicios motores, en concreto, de particular ayuda a mejorar fundamentalmente el control

corporal. Cabe señalar lo apuntado por García & Sánchez, R. (2019), no solo son útiles para el ejercicio del fútbol, sino que éstas son determinantes para el desarrollo de otras actividades físicas y deportivas, ya que la motricidad gruesa es la base de donde se generan nuevas habilidades más complejas en deportes y actividades físicas.

También el fútbol escolar tiene una repercusión positiva con respecto a la socialización de los estudiantes. En muchos ámbitos escolares el deporte es un instrumento para la integración de jóvenes que tienen que trabajar juntos para una finalidad en común. El fútbol se distingue por tratarse de un deporte colectivo, lo que implica un trabajo conjunto, cooperación, empeño y respeto. Hay investigaciones, también, que corroboran lo anteriormente expuesto como las aportadas por Martínez F. (2020), en las que se confirma que la práctica de deportes de equipo como el fútbol ayuda a mejorar las habilidades sociales de los estudiantes y sus relaciones interpersonales, así como su capacidad para trabajar en grupos de la misma clase social u otros.

Es importante volver a destacar que el fútbol escolar no puede ser tratado únicamente como una práctica recreativa, sino como una herramienta educativa la cual debe ser bien orientada hacia la consecución de fines educativos. Díaz & Rodríguez, J. (2021), que el uso del fútbol como estrategia pedagógica, tiene que llevar consigo la estructuración de las actividades deportivas, las cuales no solo deben tener el abordaje de la práctica deportiva de los alumnos, sino de la promoción de valores, como la empatía, la visibilidad, el respeto a las reglas del juego, etc.

2.1.1. Definición fútbol escolar

Fútbol escolar, entendido como la práctica del fútbol en el contexto escolar, es la práctica del fútbol en el plano educativo con la finalidad de desarrollar, simultáneamente, el desarrollo físico, social y emocional del alumnado, no sólo de obtener un mejor rendimiento físico-deportivo de los jóvenes, sino que también es un medio de educación que ayuda a aprender a integrarse

socialmente, y a desarrollar el trabajo en equipo, el respeto por las reglas, así como haciendo mejorar las habilidades motrices gruesas.

De acuerdo con Rodríguez & Sánchez, M. (2021) el fútbol escolar es una modalidad deportiva que se entiende en todos los aspectos como el fútbol divertido y educativo; así, se presenta como una práctica deportiva inclusiva, dado que permite al alumnado, independientemente de su nivel de habilidad, vivir esta práctica en un ambiente en el que se pueden fortalecer valores como la cooperación y la disciplina. El fútbol escolar dentro del contexto de la educación básica tiene la intención de ser una actividad integral que no solo busca mejorar la condición física, sino que también busca tener efectos positivos sobre el desarrollo cognitivo y emocional de los niños y adolescentes.

A raíz de la práctica del fútbol, el alumnado aprende a realizar decisiones bajo presión, a regular las emociones ante condiciones de estrés, así como a trabajar en equipo para conseguir los objetivos establecidos. Este argumento coincide con lo que plantean García & Pérez, R. (2020), ya que el hecho de ser un deporte colectivo ayuda al alumnado a ser consciente de la importancia de las relaciones interpersonales y del trabajo conjunto en la consecución de los objetivos marcados. El fútbol escolar debe llegar más allá del mero ejercicio físico.

Según Martínez y López, D. (2021), se pone de manifiesto que la ejecución de este deporte potencia una estructura de aprendizaje que compagina el crecimiento físico y la capacidad de reflexionar y de análisis. A partir de aquí, el fútbol escolar no solamente ayuda al fortalecimiento muscular, al contrario, es una instrucción que se le da a una forma de aprender por medio de la experiencia, y los alumnos van aprehendiendo conceptos como el trabajo en equipo, el respeto y la perseverancia, pautas que marcan el desarrollo de las personas.

En el fútbol escolar, el alumnado va desarrollando habilidades motrices específicas, es

decir, la coordinación, el equilibrio, la agilidad..., habilidades que no apoyan solamente al rendimiento dentro del campo de juego, sino que, además, favorecen la práctica en otras actividades físicas y en aquellos aprendizajes académicos, y es que el desarrollo de la motricidad gruesa actúa de base para aprehender habilidades ya más complejas. En este sentido, el fútbol escolar da la oportunidad a los jóvenes para ampliar su potencial físico de una forma saludable, es decir, favorecer el gusto por practicar ejercicio físico y adquirir directrices hacia una forma de vida activa (López & García, C., 2022).

2.1.2. Características del fútbol escolar

La práctica del fútbol escolar es un tipo de actividad que se caracteriza principalmente por ser integradora de la competencia física, social y emocional de los alumnos, cumpliendo sus objetivos. Dentro de las principales características, sobresale su naturaleza integradora, permitiendo la práctica de todo el grupo, favoreciendo así la justicia y la igualdad de oportunidades. Tal como se refiere en el trabajo de González y Martínez, S. (2020), el fútbol escolar fomenta la integración de los alumnos en el aula de educación física, independientemente de sus capacidades, al ser capaces de trabajar en pos de un objetivo común que fortalece su vínculo de pertenencia al grupo.

Una de las características del fútbol escolar es que se plana hacia la mejora de las habilidades motrices gruesas. El fútbol escolar es un deporte que, debido a su dinámica y de alta demanda física, propicia el desarrollo de movimientos coordinados: correr, driblar, pasar y disparar, que son fundamentales para el desarrollo motor de los niños en edad escolar. Como dicen Herrera & López, M. (2021), el fútbol escolar es una buena herramienta para trabajar la coordinación, el equilibrio y la agilidad de los estudiantes surgiendo movimientos que exigen precisión y control correcto del propio cuerpo. Asimismo, este tipo de habilidades tomadas en

cuenta también influirán de una manera positiva en la participación de los alumnos en la práctica de otras actividades físicas y deportivas desarrollando una recompensa y un aumento de confianza en sus habilidades motrices.

Otra característica importante de mencionar del fútbol escolar es su capacidad para hacer eco de valores fundamentales como la cooperación, el trabajo en equipo, el respeto, etc. Los estudiantes, mediante el intercambio continuo con sus compañeros de equipo, desarrollan la toma de decisiones grupales, el respeto por las normas y el valor por el esfuerzo en común. Estos aspectos, según apuntan Herrera & López, M. (2021), son favorables para el desarrollo social de los estudiantes, puesto que el fútbol les ofrece ese espacio en el que pueden vivir situaciones de cooperación y liderazgo, fundamentales en su proceso de convertirse en personas responsables a nivel social. El fútbol escolar enseña a los estudiantes a gestionar la presión y a manejar las emociones, dado que, al ser un deporte competitivo, se puede aprender a ganar con humildad y a perder con dignidad.

Entre las características intrínsecas del fútbol escolar destaca su adaptabilidad a diferentes contextos. El deporte escolar se puede jugar en escuelas débiles, así como en escuelas más dotadas. Según Rodríguez & Sánchez, M. (2021), el fútbol escolar es una alternativa que se puede utilizar en contextos muy diversos. Su estructura sencilla y sus reglas permiten que el deporte sea ejecutado en diversos espacios (patios, campos de fútbol, canchas improvisadas). Por eso, se dice que es posible jugarlo en cualquier tipo de educación.

El fútbol escolar también proporciona un contexto para la práctica de la competencia sana. El propio (Martínez F. , 2020) resalta que el deporte escolar es el lugar donde aprender a ser competitivo de forma controlada y sana y, a la vez, enseñar a los estudiantes para enfrentarse a una serie de retos, para finalizarlos y trabajar hasta finalizar un objetivo. La competencia en el fútbol

escolar sirve también para mejorar la resiliencia de los estudiantes, ya que sufren tanto éxitos como fracasos, hecho que les ayuda a desarrollar un estado psicológico más maduro y resiliente, adecuado para confrontar la vida.

2.1.3. Fundamentos básicos

Los fundamentos básicos del fútbol escolar se producen desde aquellos principios que fundamentan la enseñanza y la práctica del deporte en el proceso educativo. No solo se fijan en las habilidades técnicas exigibles para poder realizar aquellos movimientos propios del juego y los juegos de fútbol, sino que también se centrarán en los componentes tácticos, emocionales, sociales que son necesarias para una adecuada educación integral, social y afectiva del alumnado.

Según García & Sánchez, R. (2019), los fundamentos básicos del fútbol escolar están orientados hacia la dosificación de una base sólida de habilidades motrices y tácticas que permitan disfrutar del juego de fútbol y, al mismo tiempo, fomentar el rendimiento motriz físico, emocional y social del alumnado. Uno de los fundamentos técnicos del juego escolar de fútbol es el dominio de los movimientos básicos como: el pase, el control del balón, el regate y el disparo. Estos son básicos para que el alumnado pueda participar en las dinámicas del juego.

Para López y Martínez (2020), el pase del balón se presenta como uno de los elementos más relevantes en el fútbol, dado que posibilita la circulación del balón entre los jugadores, propiciando así la cooperación y el juego en equipo. De la misma manera, el control del balón se presenta como otro de los fundamentos fundamentales para poder mantener la posesión del balón y poder realizar movimientos concretos y específicos, lo que es básico para ello en lo que se refiere al mantenimiento del flujo del juego.

Estos fundamentos técnicos son enseñados y desarrollados mediante ejercicios prácticos

los cuales logran ir mejorando la coordinación motriz de los estudiantes. Un fundamento básico esencial a tener en cuenta es el trabajo en equipo, aspecto que en la práctica del fútbol escolar se materializa en las relaciones que se establecen entre los jugadores en sus respectivas intervenciones de acuerdo con un objetivo en común: el gol. En este sentido va más allá de la acción simplemente física, sino que también incluye la toma de decisiones.

Citando a Pérez & Rodríguez, L. (2021) el fútbol escolar es un escenario para la colaboración y el respeto entre los alumnos, dado que cada jugador tiene que depender del otro para llevar a termes los resultados de una demostración específica de juego. La táctica y el juego en equipo, así pues, la distribución en el campo, la defensa y el ataque, también se van aprendiendo poco a poco, de forma que los alumnos aprenden a trabajar en equipo y a hacerse también a distintas situaciones de juego. A nivel emocional, el efecto positivo del fútbol escolar en la gestión de las emociones es prototípico del deporte, especialmente en situaciones de presión o de adversidad en el campo de juego. Así pues, se me ocurre que lo que el fútbol favorece es la capacidad de gestionar adecuadamente el estrés en el juego, al mismo tiempo que aprender a ganar con humildad y a perder con dignidad, valores que son muy importantes para los estudiantes y que a través del fútbol se pueden cultivar.

Esto coincide con lo que mencionan Martínez y López, G. (2022), quienes consideran que el fútbol escolar ayuda a los estudiantes a aprender a regular sus emociones, favoreciendo el desarrollo de la empatía, la paciencia y el autocontrol, que son rasgos muy importantes para la formación de personas equilibradas.

Junto a compañeros, las habilidades básicas que se ejecutan en un contexto de fútbol escolar son también un medio para conseguir la mejora de la condición física general de los estudiantes. Mediante la práctica regular del fútbol escolar, se alcanzan en particular las

capacidades de la fuerza muscular, el sistema cardiorrespiratorio, la coordinación, la flexibilidad y la resistencia, entre otras.

Hernández y Torres, J. (2020), comentan que los ejercicios de fútbol, como los regateos, las carreras, los cambios de dirección, contribuyen a mejorar la agilidad y la velocidad, pero favorecen también la mejora de la resistencia física, la cual es muy útil tanto para el rendimiento en el campo como para la salud de los estudiantes.

2.1.3.1. Pase

El pase, es uno de los fundamentos técnicos más relevantes del fútbol, pero que su enseñanza en el contexto escolar tiene como función básica contribuir en el desarrollo de habilidades motrices, así como en la buena relación social del alumnado; ya que éste, el pase, permite que el balón esté en circulación entre los jugadores para desarrollar el juego en conjunto, y en la toma de decisiones durante situaciones adversas o de presión, por ejemplo.

Para López & García (2021), el pase, se trata de la acción técnica básica por la cual se conectan los jugadores jugando a la vez la capacidad de tener el control del juego y la posesión del balón; además, el pase para más allá de una mejora a la coordinación física, la práctica del pase moviliza la comprensión táctica del juego; es decir, el alumnado qué pase será el siguiente a ejecutarse. De este modo, el alumnado debe anticipar la dirección del movimiento que realizarán sus compañeros o sus adversarios con el objetivo de poder pasar.

El tipo de pase nos puede dar diferentes enfoques. Los más comunes son el de pase corto, largo y el de pase en profundidad - cada pase bien diferenciado con sus características y objetivos en cuanto al juego. El pase corto, y como su propio nombre indica, se suele utilizar cuando se requiere ejecutar un pase que presente una alta precisión y mucho más control, este se ejecuta

generalmente en pérdidas de espacios. Este tipo de pase puede favorecer el hecho de que los estudiantes vayan asumiendo la mejora en coordinación, así como en cuanto a la precisión, por tanto, se plantea como uno de los tipos de pases que pueden dominar los alumnos durante los primeros años de aprendizaje del fútbol. La práctica del pase corto de manera constante, tal y como argumentan Pérez & Rodríguez, L. (2020), va reduciendo la capacidad de los estudiantes a ejecutar movimientos rápidos a la vez que controlados, y para ellos, además, supone también una mejora considerable en cuanto a la habilidad motriz. En cambio, el pase largo sirve para cambiar de lado en poco tiempo, así como para hacer avanzar el balón a lugares más lejanos del campo y, para ello, es necesario mayor fuerza de golpeo y tener una buena capacidad de visión del campo.

El pase largo permite trabajar con demandas de resistencia, fuerza y precisión en el fútbol escolar. Martínez & Sánchez, R. (2022) apuntan que el pase largo también ayuda a trabajar en equipo, pues los futbolistas deben anticiparse a la ubicación que tendrán sus compañeros en el campo y sincronizar sus movimientos a los suyos en favor de hacer la comunicación del grupo. El pase en profundidad es un pase largo que tiene como destinatario a un jugador que avanza, hacia el gol contrario, siendo otro de los componentes del fútbol escolar. Este tipo de pase, como apuntan Díaz & Ramírez, J., (2021), necesita ser realizado en un momento muy preciso y no podemos perder la oportunidad de ejecutarlo ya que, si no lo hacemos en su momento, puede ser interceptado por el equipo del adversario.

Lo relativo al pase en profundidad, por otro lado, propicia que los alumnos aprendan a tomar decisiones bajo situaciones de presión, una de las capacidades más fundamentales para el desarrollo emocional y cognitivo de los jóvenes en el contexto del monitor que conducen los planes de trabajo del equipo de fútbol escolar -tal y como nos indican Díaz & Ramírez, J. (2021).

Entonces, en el contexto del fútbol escolar, la enseñanza del pase también promueve el

desarrollo de habilidades motoras, pero también las de carácter social y emocional. Así, como sostienen Rodríguez & Sánchez, M. (2021), el pase del fútbol es la ejecución que permite el acoplamiento entre alumnos, y colabora de este modo a desarrollar el trabajo en equipo y las relaciones interpersonales. En efecto, el pase también les ayuda a aprender lo importante de la estrategia, el respeto para con los deportes y la toma de decisiones rápidas, una serie de capacidades que pueden ser extrapoladas a otras circunstancias de la vida cotidiana.

2.1.3.2. Tiro

El tiro es una de las habilidades más importantes y características del fútbol, su enseñanza en el marco escolar contribuye notablemente a la maduración de las capacidades motrices del alumnado. El tiro responde a este fundamento técnico porque el tiro es la habilidad de golpear el balón con el pie para enviarlo a la portería del adversario con precisión y buena fuerza. El tiro no solo necesita de habilidades físicas como el equilibrio, la coordinación y la fuerza; sino que, además, requiere llevar a cabo un buen control emocional; no hay que olvidar que es una actividad que generalmente se lleva a cabo bajo presión, especialmente en situaciones de juego real.

La enseñanza del tiro, como dicen González & López, M. (2021), es un ejercicio técnico básico que ayuda a que el alumnado adquiera un control perceptivo del cuerpo y del balón que mejorará su rendimiento dentro y fuera del campo. En el fútbol escolar, se tienen recursos de tiro con características y finalidades diferentes. El tiro a puerta es uno de los más implementados, ya que permite a los alumnos aprender como transportar acciones hacia el objetivo del juego, concretando las acciones de ataque.

Este tipo de tiro se realiza siempre que un jugador tenga disposición para ejecutar un tiro frente al arco en cualquiera de las acciones que contemplan el juego, ya sea en una acción de contraataque o después de una jugada combinada; según añaden Rodríguez & Pérez, J. (2020), el

tiro a puerta es un tipo de tiro en el cual se requiere precisión y control ya que el jugador debe valorar la dirección hacia el objetivo e incluso la fuerza y el ángulo del tiro jugando a la vez con la acción del portero contrario. Considerado uno de los más importante para el fútbol escolar ya que permite que los alumnos practiquen la capacidad de tomar decisiones muy rápidas y la capacidad de concentración.

Un tiro que también tiene bastante importancia es el tiro con el interior del pie, que se utiliza cuando en la dirección del balón se requiere mucha más precisión. Este tipo de tiro es uno de los primeros que se enseña en los primeros niveles de la educación física, ya que es bastante fácil y accesible de realizar. Pérez & Gómez, C. (2021), define el tiro con el interior del pie como el más idóneo para situaciones de pase largo o de remates a corta distancia, donde la precisión es más importante que la fuerza. Ayuda a trabajar el tiro con el interior del pie para ayudar a la coordinación del pie y el ojo y favorecer a los estudiantes a crecer en el desarrollo de su capacidad motriz general.

Por el contrario, el tiro con el empeine que sirve para realizar tiros de mayor potencia tiene una vital importancia para aquellos alumnos que quieren trabajar la habilidad desde situaciones de mayor carga física como los tiros lejanos. Se considera que este tiro, tal como indican Martínez & Fernández, J. (2020), es el que más se utiliza a la hora de realizar los remates lejanos dado que permite la mayor velocidad del balón. Además, aprender a realizar un buen tiro con el empeine desarrolla la fuerza para golpear y la resistencia del jugador/a, dos aspectos que el rendimiento físico del alumnado necesita.

El tiro además de ser una habilidad técnica tiene una importante base psicológica. López & Rodríguez, F. (2022) exponen que el tiro se caracteriza por una gran carga emocional, ya que cuando los alumnos rematan se ven sometidos a la presión de promover decisiones rápidas y a la

rutina de ejecutar una acción que podría ser decisiva para el desarrollo del juego, y que puede interpretarse como el momento de la verdad. Mantener la calma y la concentración es crucial para desempeñarse bien. La capacidad emocional adquirida en la práctica del fútbol también es útil para el alumnado fuera de los terrenos de juego, ayudándoles a hacer frente a las situaciones de autocontrol en otros ámbitos como puede ser el rendimiento académico o en la vida diaria.

2.1.3.3. Control

El control del balón es uno de los aspectos técnicos más relevantes del fútbol escolar, puesto que es la destreza que permite al jugador controlar y coordinar la pelota en el juego. Por medio del control, los escolares logran una mayor precisión y control sobre el balón, lo que facilita la ejecución de otros movimientos básicos como el pase, el regate y el tiro.

Como manifiestan Rodríguez & Sánchez, M. (2021), el control concierne a las habilidades físicas, pero también se puede observar un componente cognitivo, ya que lo escolar debe anticipar el movimiento del balón, tomar rápidas decisiones y ajustar su cuerpo para ejecutar de manera eficaz el movimiento. Así pues, el control del balón es una destreza técnica compleja que promueve el desarrollo de los propios aquellas habilidades motrices, como tomar decisiones rápidas y eficaces en el juego.

En lo que se refiere al control de balón en el fútbol escolar, existen diferentes clasificaciones en función de la parte corporal del jugador que recibe o para la que se detiene el balón. El control con pie, el más habitual, resulta importante a la hora de los alumnos y les permite, tras recibir de un pase de un compañero o el despeje de un adversario, mantener la posesión y la dirección del balón. La manera de controlar el balón con el pie requiere en este sentido no sólo de fuerza y agilidad también de equilibrio ya que los alumnos han de recuperar la posición de forma que, deteniéndolo, lo puedan hacer que no se salga y de este modo tener controlado el esférico para

decidir la siguiente acción que van a realizar (López & García, P. , 2020). De igual forma y para otros espacios cortos, el control con interior del pie resulta de utilidad ya que se genera una entrega con la mayor precisión posible.

El control con el muslo es otro tipo de control fundamental. Se utiliza en situaciones en las que el balón llega muy alto o con fuerza, y se utiliza principalmente cuando el jugador tiene que controlar un balón que va muy rápido para llevarlo al suelo o para jugarlo. Las proposiciones de Martínez & Fernández, J. (2020) también hacen hincapié en que este tipo de control también es fundamental en situaciones de balón lanzado desde larga distancia o en el despeje, y requiere de la coordinación adecuada entre el cuerpo y la pelota. Un entrenamiento constante del control del muslo permite a los alumnos mejorar el equilibrio y poder adaptarse a diferentes situaciones de juego.

Control del balón con el pecho: Es otro recurso técnico que, aunque menos habitual, resulta fundamental para determinados instantes del juego; se trata de aquel control en el cual se utiliza el pecho y sirve para "ablandar" la llegada del balón hacia el cuerpo y posteriormente, bajar y dirigir el balón hacia el suelo. Para Díaz & Ramírez, J. (2021), este recurso de control desarrolla las habilidades de coordinación y agilidad, así como la capacidad de adaptarse a la variabilidad en la dirección del balón, lo cual resulta vital en un deporte de la complejidad del fútbol.

El control del balón cuenta además con una componente estratégica y táctica. A través del control, el alumnado puede observar y situarse de forma adecuada, y puede anticiparse a los movimientos de los contrarios y los compañeros de equipo. El control del balón, bien efectuado, permite a los jugadores tomar decisiones de juego válidas, inteligentes y efectivas. Pérez & Rodríguez, L. (2021) apuntan que el control del balón permite mejorar la circulación del balón, en vista de que, si el control es efectivo, se puede mantener la posesión del balón y se puede realizar

con mayor eficacia los pases, lo que favorece el trabajo en equipo y el desarrollo de estrategias, ya sean ofensivas o defensivas.

Desde una mirada emocional, el control del balón en el fútbol del alumnado conduce a la ampliación de la confianza de este. Poder ejecutar un control cuando se es presionado o se encuentra en situaciones complejas mejora la autoestima y refuerza la autoconfianza, las cuales son importantes para el desarrollo emocional de los jóvenes. Para López & Sánchez, J. (2020), el hecho de poder dominar el balón reduce la capacidad del alumnado para hacer frente a determinadas situaciones, ya sean dentro del juego o fuera de este, e influye positivamente en su comportamiento social y académico.

2.1.3.4. Conducción

La conducción del balón es, sin lugar a duda, uno de los aspectos más importantes que hay que trabajar en el fútbol escolar, ya que es a través de ella que el jugador va por el campo en el que se va desarrollando la acción, llevando el balón bajo control. Este fundamento técnico es determinante no sólo para progresar en la acción del juego, sino también en la mejora de diferentes habilidades motrices (por ejemplo: coordinación, equilibrio, agilidad) que existe en la materia.

En el proceso conducido nuestros alumnos van aprendiendo a gestionar sus movimientos, a realizar una pre actividad con el balón y, asimismo, desarrollan un proceso de toma de decisiones ágiles mientras van progresando por el campo. La conducción, tal como explica Hernández & Torres, J. (2020), se entiende como la combinación de movimientos técnicos y tácticos que pone al jugador en disposición de realizar la adaptación a las propias circunstancias del juego, ya sean la velocidad de reacción del balón, el movimiento del adversario, las oportunidades de pase o la posibilidad de tiro. Cuando hablamos de conducción en el juego de fútbol escolar, debemos ir más allá del simple hecho de desplazar la pelota por el campo. La conducción debe ir acompañada de

control y precisión. El jugador debe tener la habilidad de alterar velocidad y la dirección con frecuencia mientras lleva la pelota a su control, lo que exige una gran habilidad motriz.

En las palabras de Pérez & Rodríguez, L. (2022), la conducción también juega un papel destacado en la transición del bloque defensivo hacia el bloque ofensivo; bien es cierto que las jugadas se realizan avanzando por el campo sin perder el control de la pelota. Este elemento táctico tiene una gran importancia, a veces incluso puede ser vital, en los juegos escolares, ya que es donde se buscan potenciar habilidades que favorezcan el juego en equipo y la elaboración de jugadas en favor del gol. Por supuesto existen diferentes tipos de la conducción de balón, en función del espacio en el que se lleva a cabo, así la conducción rápida es mucho más adecuada cuando el jugador necesita avanzar por el campo lo más rápido posible, en este caso en la desventaja de los contraataques.

La conducción más controlada se basa más en la idea de la conducción en espacios pequeños, o incluso también en la idea de llevar el balón cuando el jugador necesita mantenerlo en un momento bajo presión, según resaltan Martínez & Fernández, P. (2020), la conducción rápida deja como debe ser una mayor capacidad para la aceleración y el control del balón, este último favorece al contrario el desarrollo de la velocidad y la resistencia de los estudiantes. La conducción controlada, en definitiva, tiene como resultado una mayor precisión y control del balón, dos elementos esenciales para mantener la posesión del balón e ir generando situaciones de juego colectivo basadas en la posesión del balón.

Con la conducción prevemos que además de la capacidad de lectura de los estudiantes, también leemos que la anticipación de las jugadas de los jugadores compañeros y los jugadores contrarios es necesaria para una adecuada lectura del juego (2020). Esta lectura del juego, necesaria para atender adecuadamente el cuándo avanzar, cuándo pasar o cuándo intentar el regate es

esencial en el fútbol escolar por cuanto contribuye al desarrollo de la motricidad y de la inteligencia táctica y estratégica de los estudiantes.

Además, la conducción también afecta positivamente el aspecto emocional de los estudiantes, puesto que les da confianza en el manejo del balón, así como en su posibilidad de avanzar en situaciones adversas; tal como indican González y López, M. (2021), el dominio de la conducción de calidad también provee a los estudiantes de una continua mejora de la autoestima y una mayor sensación de control de los hechos. La confianza trabajada en la conducción también se puede ver reflejada en otras áreas, como en el trabajo en equipo o en la toma de decisiones bajo presión, lo que a su vez afectará la construcción emocional y social del alumnado.

2.1.4. El fútbol como actividad física

El fútbol es considerado una de las modalidades deportivas más completas que se pueden practicar, dado que comporta una serie de diferentes movimientos y habilidades motrices que favorecen el desarrollo físico total de los estudiantes. Esta modalidad deportiva favorece especialmente el desarrollo de la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la coordinación, entre otras capacidades que aseguran un buen estado físico general.

Hernández & Sánchez, P. (2021) determinan que la práctica del fútbol escolar permite lograr una práctica de actividad física dinámica, de forma que los estudiantes trabajan de forma continua y variada todos los grupos musculares del cuerpo. Esta práctica favorece la mejora del sistema cardiovascular, lo que mejora la capacidad aeróbica del alumnado y favorece el aumento de la resistencia. A su vez, el fútbol también es la mejor práctica para trabajar la motricidad gruesa, puesto que conlleva una serie de movimientos muy amplios y complejos como correr, saltar, girar, cambiar de dirección rápidamente y por lo tanto se puede decir que estos movimientos son perfectos para trabajar la agilidad (y la velocidad), que a su vez trabaja la coordinación cuerpo

balón. Pérez y Rodríguez, A. (2022) afirman que la práctica continuada del fútbol escolar, además de trabajar la motricidad gruesa, permite que el alumnado trabaje también el equilibrio y las capacidades de reacción en situaciones de alta exigencia, lo cual permiten también que se puedan extrapolar esas funciones a otros conceptos de su vida cotidiana.

A la vez, el fútbol como actividad física también tiene ciertas consecuencias a nivel social y emocional. Este deporte permite la integración social, ya que se juega en equipo, y por lo tanto promueve la cooperación entre sus componentes y el trabajo en equipo. Para los y las estudiantes permite aprender a gestionar la presión, competencia, y emociones que pueden aparecer en el transcurso del juego. Según Martínez & García, L. (2020), el alumnado que practica el fútbol es capaz de desarrollar una mayor resiliencia, ya que se enfrenta a situaciones de victoria y derrota lo que ayuda a gestionar las emociones y mejorar, y mantener la autoestima.

El fútbol escolar también tiene ciertos beneficios a medio-largo plazo a nivel de la salud, ya que promueve unos hábitos de vida activa y saludable. Según López & Martínez, R. (2021), la práctica continuada del fútbol en el medio escolar promueve que los y las estudiantes continúen con un ejercicio físico fuera del ámbito escolar, lo que ayuda a prevenir ciertos problemas de salud relacionados con la inactividad física como son la obesidad o enfermedades cardiovasculares. En este sentido el fútbol ayuda no solamente a trabajar la condición física de los estudiantes, sino que también puede ayudar a formar hábitos saludables que perduren en la vida adulta.

2.1.5. Beneficios del fútbol escolar

El fútbol escolar presenta un gran número de ventajas que contribuyen de manera positiva en el desarrollo físico, emocional y social del alumnado. A nivel físico, la práctica del fútbol contribuye al desarrollo de la resistencia cardiovascular, la fuerza y resistencia muscular, e incluso la flexibilidad y la coordinación. Como indican Hernández & Martínez, R. (2020), el fútbol es una

actividad que, jugándose con regularidad, mejora significativamente la condición física en general, ya que supone movimientos de gran demanda física, como son correr, saltar, hacer cambios de dirección y ello favorece el fortalecimiento del sistema cardiovascular, aumenta la capacidad pulmonar, mejora la circulación sanguínea, interacción esta última esencial para mantener una buena salud a largo plazo. En el ámbito de la motricidad, el fútbol escolar tiene unos efectos directos sobre el desarrollo de la motricidad gruesa.

Los movimientos que se ponen a prueba durante el juego, del tipo pase, tiro, regate, conducción, etc. son ejercicios que propician que los alumnos mejoren su coordinación, su agilidad y su equilibrio. Según Rodríguez y Pérez, R. (2021), el fútbol escolar resulta muy positivo para el desarrollo de la coordinación ojo-pie, de la que hemos de partir para conseguir mayor control corporal y destrezas en el manejo del balón. Así mismo, la práctica constante de estos movimientos contribuye al desarrollo de la motricidad gruesa, que resulta ser la base para realizar otros movimientos más complejos de otros deportes.

Desde un punto de vista emocional y social, el fútbol escolar tiene unos efectos muy positivos sobre el bienestar en los alumnos. El fútbol escolar promueve el team building, la cooperación y el respeto por los demás, lo que mejora las relaciones sociales que tienen lugar entre los compañeros. Según Martínez y García, L. (2020), el fútbol, al tratarse de un deporte colectivo; fomenta la comunidad y el sentido de pertenencia debido a la necesidad de que los alumnos aprendan a cooperar para alcanzar los objetivos de marcar goles o defender la portería. Este tipo de relaciones sociales ayuda a los alumnos a mejorar habilidades de comunicación, empatía o liderazgo, que son modalidades importantes para el funcionamiento social y personal.

El fútbol escolar también tiene un efecto importante en la regulación emocional de los alumnos. En este sentido, los momentos de presión, la competencia, las derrotas en el juego ayudan

a los alumnos a gestionar sus emociones, la frustración y el estrés bajo situaciones de presión.

2.2. Metodología

La metodología de enseñanza en el contexto del fútbol escolar hace referencia a las estrategias y enfoques de enseñanza concretos que un docente lleva a cabo para aprender las habilidades, la táctica, así como los valores para el fútbol en el marco de la educación. La metodología de enseñanza en el fútbol escolar no trata de desarrollar la destreza técnica de los estudiantes, sino aspectos como la disciplina, el cómo ellos trabajan en equipo, la comunicación y el respeto de las reglas del juego.

Para García & Pérez, R. (2020) la metodología de enseñanza en el fútbol escolar conlleva, pero no sólo, flexibilidad y adaptabilidad para que los estudiantes puedan, y continúen, aprendiendo a su ritmo y en función de sus capacidades, disfrutando de todas las circunstancias del aprendizaje que les motive a aprender más. La metodología utilizada debe basarse, como primer punto, en la actividad y la participación de los alumnos.

A través de ejercicios prácticos y dinámicas de grupo, los alumnos aprenden a través de la experiencia, lo que les permite adquirir las habilidades motrices específicas como el pase, el control, el tiro y la conducción del balón. Pérez & Rodríguez, A. (2021) afirman que, dentro de una metodología práctica, debe incluirse tanto la práctica individual como el trabajo en grupo, dado que el fútbol es un deporte colectivo en el que los jugadores están en constante cooperación. Por lo tanto, la enseñanza en el fútbol escolar tiene que incluir ejercicios técnicos como situaciones de juego real con un partido simulado.

El enfoque metodológico debe incluir la utilización de recursos visuales y demostrativos que les faciliten la comprensión de los conceptos y las reglas que se desean enseñar. Martínez &

García, R. (2022) afirman que la metodología de "enseñar jugando" es muy beneficiosa, dado que el aprendizaje se produce en los alumnos cuando están involucrados activamente en el desarrollo del deporte. En este tipo de recursividad, ya se integran dinámicas como partidos reducidos, juegos de distractores o competiciones amistosas, tal que el aprendizaje, aunque pertenece a la práctica del deporte sea más ameno y accesible.

La metodología debe ser inclusiva, ya que el grupo contiene diferentes niveles de destrezas de los aprendices. Naturalmente, en un grupo escolar es habitual encontrar que algunos tienen más niveles de experiencia o destreza en el fútbol o deportes de equipo que otros, de modo que se deben incluir ejercicios diferenciados o adaptados para que cada uno de los alumnos tenga la oportunidad de progresar y hacer sentir parte al grupo. López & Rodríguez, L. (2020) afirman que la enseñanza tiene que buscar la inclusión de todos los alumnos independientemente de las capacidades técnicas que tengan, fomentando un clima de estudio en el que la práctica y el trabajo de equipo se convierten en el principal objetivo.

2.2.1. Métodos de enseñanza

Los métodos de enseñanza en el contexto del fútbol escolar son un elemento indispensable para que el alumnado no sólo aprenda las destrezas que son necesarias para practicar fútbol -el cual es uno de los deportes más conocidos y que mayor afición despierta-, sino que desarrolle competencias emocionales, sociales y cognitivas. La aplicación de un método adecuado implica que el alumnado mejore la motricidad gruesa, sólo por el hecho de patear el balón, de fortalecerse en equipo y de incorporar valores como el respeto, la perseverancia y la cooperación. Según Díaz & Ramírez, J. (2021), los métodos de enseñanza deben ser dinámicos, participativos y flexibles para poder promover el aprendizaje de los estudiantes y el disfrute del deporte.

2.2.1.1. Método demostrativo

El método de la demostración es uno de los más utilizados en la enseñanza del fútbol escolar, pues permite a los estudiantes observar cómo se ejecutan los movimientos y las técnicas ante de intentar realizarlos. Con este método, el docente muestra cómo se realiza una acción específica: un pase, un regate, un tiro a puerta, etc.; los estudiantes por su parte observan y conocen la técnica, posteriormente los estudiantes practican la acción. En este maravilloso método, encontramos la cita de López & Pérez, R. (2021) donde los autores confirman que el método es eficaz, pues ofrece un modelo visual que ayudará a conocer la técnica a partir de la cual se ejecutarán los movimientos; ayuda a la imitación, pues es un proceso natural en el aprendizaje, nivel inicial de la práctica deportiva.

2.2.1.2. Método de práctica guiada

El método de práctica guiada se fundamenta en los ejercicios técnicos repetidos y la supervisión directa del entrenador. Mediante esta técnica los estudiantes realizan los movimientos de forma controlada y repetitiva, ya que se busca la mejora de la precisión y la coordinación. Es un método muy adecuado sobre todo para dominar destrezas muy básicas como son el control de balón, el pase o el regate. Martínez & García R. (2022) comentan que este enfoque permite a los alumnos interiorizar las técnicas necesarias para jugar a fútbol decentemente; a su vez, los profesores pueden adaptar los ejercicios en función de los hábitos de los estudiantes, asegurando así que todos tengan la oportunidad de mejorar a su propio ritmo.

2.2.1.3. Método de juegos modificados

El juego de juegos modificados es una de las estrategias más efectivas para enseñar el fútbol en el contexto escolar, ya que a través de juegos con reglas modificadas permite a los estudiantes practicar de una manera divertida y dinámica. Los juegos modificados son juegos de fútbol tradicional, donde se han modificado y/o adaptado algunas características del juego

tradicional como el tamaño de la superficie de juego, la duración del encuentro o el número de jugadores por equipo, para que los estudiantes del aula puedan practicar de forma activa y hayan la posibilidad de vivir diferentes situaciones de juego real. Según Pérez & Rodríguez, L. (2022) este tipo de método permite que todos los estudiantes intervengan en el juego sin tener en cuenta el nivel de habilidad, y fomenta el aprendizaje cooperativo. Los juegos modificados también permiten a los alumnos y las alumnas practicar habilidades tácticas y técnicas en un ambiente de baja presión, facilitando de esta manera la comprensión de los contenidos estratégicos del fútbol.

2.2.1.4. Método de resolución de problemas

El método de resolución de problemas en el fútbol escolar surge involucrando situaciones de partido donde los alumnos y alumnas toman decisiones rápidas mientras piensan estratégicamente en un reto. Este método del aprendizaje empírico permite a los alumnos y alumnas aplicar las enseñanzas en situaciones reales, tales como las de decidir si hay que pasar el balón, si hay que hacer una finta o cómo debemos defendernos; según González & Martínez, S. (2020), este método permite fomentar el aprendizaje creativo y la resolución de problemas porque los alumnos y las alumnas progresivamente van tomando decisiones y se ven en la tesitura de tener que enfrentarse a situaciones diferentes; por otra parte, este método de resolución de problemas permite desarrollar habilidades cognitivas, la toma de decisiones, la anticipación o la planificación, los cuales deben tenerse en cuenta para alcanzar el rendimiento en el fútbol.

2.2.1.5. Método de enseñanza por descubrimiento

El método de enseñanza a través de descubrimiento permite al alumnado aprender mediante la exploración y la experimentación. En este tipo de enseñanza el profesor establece situaciones de juego o ejercicios abiertos en los que el alumnado tiene que encontrar la mejor solución y/o estrategia para resolver el reto que se le presenta. Este método del descubrimiento

(López & Sánchez, J., s/f) promueve el aprendizaje autónomo ya que los estudiantes deben reflexionar y experimentar con diferentes técnicas y estrategias. El objeto de este método resulta especialmente interesante para la enseñanza y desarrollo de la táctica y para favorecer el pensamiento estratégico del alumnado permitiendo así conocer en profundidad el juego y saber aplicar bien su técnica.

2.2.2. Estrategias en la práctica

Las estrategias que se emplean en la práctica del fútbol escolar son básicas para que este deporte escolar junto a un trabajo de enseñanza de tal manera garantice que el alumnado del mismo pueda llegar a desarrollar habilidades técnicas e imprescindibles en el desarrollo del alumnado (cognitivas, emocionales y sociales) La enseñanza en las estrategias del fútbol escolar deben contemplar un máximo del trabajo de la enseñanza, el trabajo en equipo, la aplicación en condiciones reales de las estrategias de juego que deben estar aprendiendo. Como dicen Pérez & Rodríguez, L. (2022), las estrategias de enseñanza deben de estar contenidas por la práctica de un enfoque total que busque la mejora de las habilidades motrices, juntamente con el trabajo de la mejora de los valores y actitudes positivas en el alumnado.

2.2.2.1. Estrategias de aprendizaje activo

Una de las estrategias más eficaces para la enseñanza del fútbol escolar es el aprendizaje activo. Esta estrategia se centra en incorporar a los alumnos de manera directa en el proceso de aprendizaje, haciendo que ellos mismos experimenten, practiquen y reflexionen sobre sus actividades. El aprendizaje activo tal y como afirman Hernández & García, P. (2021), se produce tal y como lo hacemos nosotros a través de ejercicios prácticos, juegos y simulaciones en situaciones de partido para que el alumnado pueda aprender de manera dinámica y participativa. El alumnado mediante esta estrategia no sólo adquirirá habilidades motrices tales como la

conducción, el pase, etc, sino que también a la vez serán capaces de comprender las reglas del juego, las tácticas y la toma de decisiones ante la presión.

2.2.2.2. Estrategias de juego modificado

Las estrategias de juego modificado son ineludibles en el fútbol escolar, ya que permiten al alumnado poner en práctica las habilidades específicas mediante la restricción del espacio, el número de jugadores o, bien, algunas de las reglas para que pueda participar el alumnado sin que importe el nivel de habilidad técnica que posea. Los juegos modificados consisten precisamente en eso: reducir el espacio del juego, el número de jugadores, alterar ciertas reglas para favorecer la participación de todo el alumnado independientemente de la habilidad técnica con la que cuente. López & Pérez, R. (2020) sostienen que de esta manera el alumnado está más incluido y tiene la oportunidad de practicar y ayudar a hacer crecer las habilidades sin que el miedo a que esta sea demasiado difícil se lo impida. Además de estos estímulos, los juegos modificados crean un ambiente de aprendizaje en el que se puede entrar de una forma más accesible y motivadora, lo que favorece que todo el alumnado pueda participar activamente en el mismo.

2.2.2.3. Estrategias de refuerzo positivo

El refuerzo positivo es una estrategia esencial para mantener la motivación y la confianza de los alumnos, y esta estrategia se basa en resaltar y reforzar los logros de los alumnos sean grandes o pequeños con el objetivo de crear un ambiente positivo de aprendizaje y gratitud. Según Martínez & Sánchez, L. (2022), el refuerzo positivo en el fútbol escolar se traduce en elogios, premios simbólicos y reconocimiento público en durante las sesiones. Este tipo de estrategia no solo refuerza el rendimiento de los alumnos, sino también contribuye a la dimensión emocional de los mismos, potenciando la autoestima de los estudiantes y su motivación para continuar aprendiendo y participando en las actividades físicas.

2.2.2.4. Estrategias de toma de decisiones y resolución de problemas

El fútbol es un deporte que exige tomar decisiones rápidas y resolver problemas en situaciones de alta presión. Por tal motivo, enseñar a los alumnos a tomar decisiones de forma eficaz constituye una estrategia clave en el fútbol escolar. Según González & Martínez, S. (2021), la práctica de situaciones de juego sería una buena estrategia para mejorar la toma de decisiones, ya que la condición sería que los alumnos tuvieran que elegir rápidamente entre varias opciones (ganar la línea de pase, driblear o chutar a portería) y seleccionar la más conveniente en función del contexto. La práctica de esta habilidad no solo mejora las capacidades tácticas de los alumnos, sino que también fomenta su capacidad de análisis, anticipación y toma de decisiones bajo situaciones de presión.

2.2.2.5. Estrategias de trabajo en equipo y comunicación

El trabajo en grupo y la comunicación son aspectos fundamentales en el fútbol, pues es un deporte de equipo en el que los jugadores deben estar coordinados constantemente. Las estrategias del trabajo en equipo deben incluir ejercicios para cooperar, para respetar a los compañeros de trabajo, y también actividades de trabajo para fomentar la comunicación a pie de campo. Las estrategias del trabajo en equipo, según López & Sánchez, J. (2021), incluyen tanto juegos como ejercicios que potencien la interrelación entre los jugadores, como las rondas de pase, los partidos reducidos o las simulaciones de situaciones de juego real. Este tipo de estrategias desarrollan las habilidades técnicas de los estudiantes al trabajo de equipo y al mismo tiempo potencian su desarrollo social: los alumnos aprenden a cooperar, a comunicarse correctamente con el resto de los compañeros de trabajo.

2.2.3. Estilos de enseñanza

Los estilos de enseñanza en el fútbol escolar constituyen un conjunto de estrategias pedagógicas que llevan a cabo los docentes para organizar y dirigir las actividades deportivas que realizan sus estudiantes. Estos estilos de enseñanza inciden en cómo los estudiantes aprenden, viven y disfrutan haciéndolo, jugando en buena parte un papel activo en el desarrollo técnico, táctico, social y emocional. El estilo de enseñanza que se elija dependerá de la edad, del nivel con el que cuenten los estudiantes, de la situación del aula, del campo de fútbol y de los objetivos educativos que se persigan. Los estilos de enseñanza deberían ser flexibles y adaptarse a las necesidades de los estudiantes, fomentando la participación activa y el desarrollo de competencias clave (2022).

2.2.3.1. Estilo directivo

El estilo de enseñanza directivo, estilo tradicional, estilo autoritario, se caracteriza por una enseñanza del docente llena de instrucciones, directrices y peticiones, donde él establece tanto las normas, actividades y objetivos del aprendizaje. En este estilo, el profesor es la máxima autoridad y la principal referencia de los alumnos, haciendo tantas demostraciones como explicaciones de las habilidades técnicas y tácticas. Para Martínez & García, L. (2022), el estilo directivo resulta pertinente cuando se trabaja con alumnos que están adquiriendo nuevas habilidades, o bien cuando se busca el desarrollo de una técnica correcta. En el marco del fútbol escolar, el estilo directivo resulta pertinente para enseñar los movimientos más fundamentales, como el pase, el control, el tiro, ya que el docente puede corregir directamente los fallos de los alumnos e ir garantizando que, desde el primer momento, se adquiera de manera correcta la técnica.

Aunque el estilo directivo puede ser considerado como un estilo claro y bien estructurado, tiene como inconveniente que resulta poco participativo (los alumnos tienen una función más pasiva, ya que se limitan a seguir las instrucciones del docente), por ello se propone utilizarlo de

manera equilibrada con otros estilos más dialécticos, para no llevar a que los alumnos se sientan acomodados y desconectados del aprendizaje.

2.2.3.2. Estilo participativo

El estilo de enseñanza participativo busca una intensa implicación de los estudiantes en la tarea de aprendizaje y enseñanza, fomentando aspectos tan relevantes como el trabajo en equipo y la colaboración. Este enfoque se debe a que se tiene el convencimiento de que los estudiantes aprenden mejor cuando pueden participar y vivir en primera persona, y no tan sólo ser receptores de información. En este sentido López & Sánchez, J. (s/f), en el contexto del fútbol escolar, indicaban que con este estilo se podía hacer mediante juegos o ejercicios en los que los estudiantes debían tomar decisiones, aplicar lo que han aprendido y corregir sus propios errores gracias a la práctica constante.

Asimismo, con este estilo se potenciaba la motivación intrínseca, ya que en este tipo de orientaciones los estudiantes podían sentirse implicados en el proceso de aprendizaje y dar solución a lo que deben resolver; además se desarrolla el trabajo en equipo, así como el alumnado tiene que trabajar en equipo para poder conseguir los diferentes objetivos en el juego, y por último, facilita desarrollar la autonomía y la oportunidad de tomar decisiones, ya que el alumnado tiene el protagonismo en su proceso formativo. En el fútbol, podía hacerse mediante ejercicios de juego reducido, jugando partidos o ejercicios donde los alumnos tienen que coordinarse, comunicarse o decidir en un corto espacio de tiempo.

2.2.3.3. Estilo guiado

El estilo guiado integra componentes del estilo directivo y el estilo participativo, de manera que el profesor aporta las instrucciones pertinentes y posteriormente guía a los alumnos en su

desarrollo, aunque con un mayor margen de autonomía y de descubrimiento. González & Martínez, S. (2021) consideran que este estilo es apropiado en situaciones en las cuales los/as alumnos poseen habilidades previas, pero requieren supervisión y corrección. En este estilo el profesor aporta unas instrucciones iniciales que tienen continuidad con las observaciones del propio profesor adaptando la ejecución del alumnado en su realización práctica. Puede ser un estilo efectivo para el fútbol escolar cuando los alumnos practican los movimientos básicos y el profesor quiere mejorar aspectos tácticos de toma de decisiones.

El estilo guiado proporciona promedio entre la reflexión y el aprendizaje auto gestionado, donde el alumnado posee mayor control sobre el aprendizaje. No obstante, el docente debe presenciar su papel activo durante la práctica, interviniendo para ofrecer información y ajustes que crea necesarios según la práctica del alumnado.

2.2.3.4. Estilo por descubrimiento

El estilo de enseñanza por descubrimiento fomenta que los alumnos tengan un aprendizaje más autónomo, ya que deben investigar y descubrir por sí mismos las soluciones ante las situaciones y problemas que tienen que afrontar. Éste, en el que el docente formula problemas o situaciones de juego, en el que los alumnos deben reflexionar, experimentar, y encontrar por ellos mismos las soluciones necesarias. Este estilo continúa recalcando que este estilo fomenta el desarrollo del pensamiento crítico y de la creatividad, ya que en el estilo de enseñanza por descubrimiento tienen que adaptarse a las circunstancias del juego y, a la vez, resolver problemas de forma autónoma.

La enseñanza del descubrimiento también podría ser útil para la enseñanza de las tácticas y de las estrategias de juego de fútbol escolar, ya que ayuda en la comprensión de los aspectos del juego al ser los alumnos los que aprenden y experimentan las soluciones. No obstante, este estilo

necesita de una base mínima anterior de habilidades técnicas y habilidades de disposición al aprendizaje autónomo. El docente tiene que ser más un facilitador que dirige el descubrimiento cuando es necesario, facilitando y corrigiendo apenas lo considere necesario (Pérez & Rodríguez, A. , 2021).

2.3. Iniciación deportiva

La iniciación deportiva es el proceso educativo que sirve de paso hacia la práctica de una determinada disciplina deportiva, que tiene como objetivo principal el desarrollo de la habilidad motriz básica y la adquisición de un conocimiento progresivo de las reglas y de su lógica. Durante la iniciación deportiva los alumnos aprenden las acciones motrices básicas del deporte, esto es, las principales acciones de correr, saltar, driblar, pasar y dominar el balón en un deporte como por ejemplo el fútbol. Sin embargo, la iniciación deportiva no se queda únicamente en el componente técnico, sino que también es integral y está orientada al desarrollo de las dimensiones física, social, y afectiva y emocional de nuestros alumnos.

Según López & Rodríguez, A. En la última afirmación de Serna & el Muñoz (2020), la iniciación deportiva tiene que estar estructurada para ayudar a que se lleve a cabo la participación y el placer sin la presión de la competitividad. En esta etapa, el objetivo no radica en la especialización, sino que se intenta formar una buena base de destrezas motrices que permitan que el alumnado tenga recursos para sus actividades no competitivas o competitivas y desarrollar una buena salud y bienestar. La iniciación deportiva atenderá a la diversidad de las capacidades del alumnado, de modo que todos puedan participar según sus capacidades y su desarrollo.

Además de la enseñanza de habilidades técnicas -respecto de las cuales se dice que no sólo se enseñan-, la iniciación deportiva también tiene un componente educativo en formación de valores. Los alumnos, mediante la práctica de los deportes, adquieren conocimientos y valores

relativos al trabajo en equipo, la cooperación, el respeto de las reglas, la responsabilidad y la perseverancia. No hay que olvidar que García & Martínez, S. (2021) comentan que los valores del deporte no solamente forman, pero, además de ello, son necesarios para la vida pues son atributos que pueden conseguir la cohesión del grupo y que contribuyen a la construcción de relaciones interpersonales afectivas.

La iniciación deportiva se debe caracterizar por ser adaptativa, flexible y lúdica, hasta que los niños y los adolescentes se encuentren a gusto en el aprendizaje de esta. La enseñanza de la iniciación debe ser progresiva, es decir, cuando debe irse progresando desde tareas simples a otras de mayor dificultad a medida que los alumnos mejoran y desarrollan sus capacidades. También debe fomentarse la creatividad y el pensamiento crítico, hasta que se permita a los propios alumnos encontrar sus propios métodos y sus propias maneras de solucionar situaciones en el juego, tal como pasa en deportes de conjunto como el fútbol.

El inicio de la práctica deportiva tiene también la importancia de conseguir prevenir el sedentarismo en la niñez, y conseguir en la vida adulta hábitos de vida activa y saludable según Pérez & Sánchez, A. (2022), los primeros años de práctica deportiva son determinantes para conseguir mantener por toda la vida el gusto por la práctica deportiva y conseguir que se lo ejercite, disminuyendo así el riesgo de enfermedades relacionadas con el sedentarismo.

2.3.1. Juegos predeportivos

Los juegos predeportivos son una serie de juegos lúdicos cuyo objetivo consiste en iniciar a los niños/as y mayores en los aspectos fundamentales de un deporte, antes de que estos jueguen la forma formal o competitiva. Se trata de tipos de juego diseñados para el desarrollo de habilidades motrices que son básicas y esenciales en el deporte y el fútbol como la coordinación, el control del balón, el pase, la conducción, la agilidad, entre otros. Los juegos predeportivos por medio de reglas

simplificadas y de un enfoque lúdico y accesible, permiten que el alumnado interiorice las destrezas y los principales conceptos del deporte, de forma progresiva y sin el estrés del partido formal. Según Pérez & Rodríguez, L. (2021), los juegos predeportivos persiguen un objetivo más allá de la adquisición de habilidades técnicas, fomentando el desarrollo emocional y social del alumnado. Los jóvenes que participan en estos juegos colaboran con sus compañeros, aprenden a respetar las normas que rigen el juego, y por tanto, son promotores de valores como la cooperación, la empatía, la comunicación y el respeto hacia los demás. Los juegos predeportivos no son un medio para que el alumnado experimente la experiencia de los deportes, sino que lo hacen de una manera lúdica y no competitiva, permitiendo así la creación de una atmósfera favorable y de disfrute y motivación.

Los juegos predeportivos tienen como base la idea de que el alumnado aprenda jugando. Para esta finalidad, estos juegos se han elaborado para que los jóvenes tengan diversión en un proceso de aprendizaje, al tiempo que desarrollan habilidades y destrezas que les van a permitir practicar deportes en el futuro. La relevancia e importancia de estos juegos radica en que no sólo enseñan técnicas, sino que también ayudan a los alumnos a conocer las técnicas componen los aspectos más básicos sobre lo táctico y estratégico del deporte como puede ser la colocación en el campo, las jugadas en equipo o la rapidez de decisión.

En el caso concreto del fútbol escolar, los juegos predeportivos son versiones un tanto adaptadas y en las que se modifican reglas y el tamaño del mismo con el objeto de permitir la participación de todos los alumnos sin tener en cuenta su nivel de habilidad (Núñez et al., 2012). A través de estas prácticas el alumnado puede entrenar las habilidades y técnicas del manejo del balón, practicar y mejorar la coordinación motriz, así como la comprensión de las normas básicas del mismo sin la presión de la competición. Para Hernández y García, P. (2020), los predeportivos

son importantes en la iniciación deportiva en el sentido de que construcción de una base motriz y social que luego continuarán desarrollando en su formación deportiva. Los juegos predeportivos, son actividades educativas que permiten a los alumnos desarrollar habilidades técnicas, sociales y emocionales dentro de un contexto lúdico, constituyen la antesala de la práctica formal de un deporte y son fundamentales en la enseñanza de las destrezas básicas, la construcción de los principios del deporte y la actitud positiva hacia la actividad física. De esta forma, introducir los predeportivos en la escuela genera interés por el deporte y ayudar a los alumnos en su desarrollo integral.

2.4. Habilidades motrices básicas

Las habilidades motrices básicas son aquellos movimientos fundamentales que constituyen la base de la práctica de actividades físicas más complejas, además de representar el indicativo más claro de la evolución motriz del ser humano, en especial durante el desarrollo infantil y la adolescencia. Estas habilidades se agrupan en tres categorías básicas, a saber; locomotoras, no locomotoras y manipulativas. Las habilidades locomotoras son aquellas que requieren del movimiento del cuerpo de un lugar hacia otro, como correr, saltar, caminar, nadar o deslizarse. Las habilidades manipulativas hacen referencia a aquellas que implican el manejo de un objeto, por ejemplo, lanzar, atrapar, chutar o golpear. Las habilidades no locomotoras son aquellas que se hacen sin desplazamiento, como el equilibrio, la flexibilidad o la estabilidad del cuerpo en el espacio.

El desarrollo de las habilidades motrices básicas resulta fundamental no solo para la práctica de actividades deportivas, sino también para la ejecución de diversas actividades cotidianas, por lo que se convierte en uno de los aspectos más relevantes dentro de la educación física escolar. De acuerdo con López & Rodríguez, J. (2020), las habilidades motrices básicas son

aquellos cimientos sobre los cuales se elaboran habilidades motrices más complejas que se encuentran en los deportes o en otras prácticas de actividades físicas. Estas habilidades se adquieren generalmente a partir de los primeros estadios de la vida y son los cimientos sobre los cuales se puede alcanzar una motricidad más avanzada en la adolescencia.

Durante la infancia, la enseñanza y el perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas son de vital importancia para mejorar el control corporal y la coordinación; son también esenciales para el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Los niños que poseen un dominio de estas habilidades son más competentes para participar de actividades físicas y se suelen divertir más en la práctica de los deportes, en gran medida porque saben cómo ejecutar las habilidades sin frustraciones. En palabras de Pérez & Sánchez, A. (2021), la adquisición de las habilidades motrices básicas no solo facilita la adquisición de habilidades deportivas específicas (pase, regate o control del balón en el fútbol), sino que también fomentan una mayor participación y disfrute en la práctica deportiva. Por su parte, las habilidades motrices básicas tienen un efecto positivo en cuanto al desarrollo de la autoestima y confianza por parte de los estudiantes; a medida que los niños y jóvenes van dominando movimientos como correr, saltar o atrapar, las vivencian sensaciones de éxito que les motivan a seguir entrenando actividades físicas y deportivas. En este sentido, Hernández & Martínez, P. (2021) afirman que la adquisición de habilidades motrices básicas guarda relación con la mejora en la salud física general, a la vez que promueven el desarrollo muscular, la resistencia etc.

Las habilidades motrices básicas, en el marco de la iniciación deportiva como es el caso del fútbol escolar, son necesarias para que los propios estudiantes internamente en la iniciación deportiva puedan jugar con las mismas condiciones que el resto de los compañeros e ir adquiriendo competencias a la vez que mejoran el rendimiento dado su nivel adquisitivo frente a otros/as

compañeros/as. Un estudiante que sabe correr, cambiar de forma rápida de dirección, lanzar la pelota o dar una patada al balón tiene mayor ventaja en su desarrollo deportivo que otro que no lo ha aprendido, dado que las ejecutará de forma más precisa y efectiva. De nuevo, las habilidades motrices básicas facilitan el desarrollo de otras habilidades más complejas como las habilidades tácticas y de estrategia, que tienen especial importancia en los deportes de equipo.

2.4.1. Clasificación

Las habilidades motrices básicas se dividen convencionalmente en las locomotoras, las manipulativas y las no locomotoras. Cada uno de estos tipos juega una función determinante en la progresión motriz de las personas, sobre todo en los primeros años de vida y se considera que son necesarias para la adquisición de habilidades motoras más complejas deportivas. La clasificación y el perfeccionamiento de las habilidades motrices básicas permiten que los estudiantes:

- Motricidad general para la práctica del deporte,
- Permitir la participación y la mejora en los deportes (López & Rodríguez, A., 2020). A continuación, pasaremos a describir cada una de las tres categorías más importantes de habilidades motrices básicas:

2.4.1.1. Habilidades locomotoras

Las habilidades locomotoras son todas aquellas que llevan implícitos desplazamientos del cuerpo de un lugar a otro. Siendo habilidades básicas para el desarrollo de la motricidad gruesa y la coordinación, comprenden los movimientos más primitivos y básicos que los niños, conociendo también el desarrollo motor, aprenderán en sus primeras etapas. Dentro de las más habituales entre las habilidades locomotoras podemos encontrar:

- Caminar: Desplazarse de un lugar a otro utilizando las piernas de forma alterna. Es la

habilidad motriz que primero adquieren los niños y generalmente la consiguen en torno al año de vida (Hernández & Pérez, J., 2021).

- Correr: Desplazarse rápidamente de un lugar a otro utilizando piernas de manera alternada, aumentando la velocidad y la potencia en comparación con la marcha. La habilidad de correr cumple un papel fundamental en la realización de muchos ejercicios físicos, desde un simple juego hasta una práctica deportiva (López & Rodríguez, A., 2020).

- Saltar: Elevarse del suelo mediante las piernas, ya sea en el salto vertical (salto de altura) o en el salto horizontal (salto de longitud). La habilidad de saltar tiene su importancia en el baloncesto y en el fútbol o en toda práctica del atletismo (López & Sánchez, J., s/f).

- Deslizarse: Consiste en desplazarse haciendo uso de un soporte, como el caso del patinaje o de deslizarse sobre una superficie. La habilidad de deslizarse es básica para mejorar el equilibrio (Rodríguez & Pérez, J., 2020).

- Trepar: Se trata del uso de las manos y de los pies para subir por una estructura vertical o inclinada (la pared, la cuerda o la escalera). Esta habilidad es fundamental para mejorar la fuerza y la flexibilidad (Hernández & Pérez, J., 2021).

2.4.1.2. Habilidades manipulativas

Las habilidades manipulativas son aquellas que consisten en la ejecución de habilidades a partir del control y manejo de objetos, pomos, pelotas, raquetas, palos, entre otros. Estas habilidades son muy importantes para la práctica deportiva de deportes de conjunto e individuales y son esenciales en la enseñanza de actividades como el fútbol, el baloncesto, el voleibol y el tenis. Las habilidades manipulativas son las siguientes:

- Lanzar. Consiste en hacer volar un objeto en una determinada dirección, aplicando

la fuerza y dirección correspondientes. En el fútbol, por ejemplo, el hecho de lanzar el balón por el exterior se convierte en una habilidad necesaria para realizar pases largos y emotivos o para hacer goles (Pérez & Rodríguez, A. , 2022).

- Atrapar. Es la habilidad de recibir y controlar un objeto que se dirige claramente hacia el cuerpo, de un objeto, de una pelota. En el fútbol, esta habilidad significa manejar el balón cuando nos llega un pase (2019).

- Patear. Consiste en golpear un objeto aplicando una parte del cuerpo, por lo general, el pie. Es muy importante en deportes de la práctica del fútbol, fútbol sala o rugby. El control y precisión que implica patear son habilidades básicas de las habilidades motoras (Rodríguez y Sánchez, M., 2021).

- Golpear. Utilizar una parte del cuerpo, las manos u un instrumento (como una raqueta o un bate) para impactar un objeto. Esta habilidad es muy importante para los deportes de tenis, béisbol, voleibol (Rodríguez & Pérez, J., 2020).

- Sujetar. Es la habilidad de tomar un objeto y mantenerlo sujetado en las manos. Esta habilidad es básica en prácticamente todos los deportes, desde el baloncesto hasta el rugby (López & Sánchez, J., s/f)

2.4.1.3. Habilidades no locomotoras

Las habilidades no locomotoras son aquellas cuyos movimientos se llevan a cabo sin la movilización del cuerpo, es decir, en el mantenimiento de la postura o en todo tipo de acciones, manipulando el cuerpo en un mismo lugar. Estas habilidades son básicas para el equilibrio, la flexibilidad y la estabilidad, las mismas son de vital importancia para conseguir una buena ejecución de la técnica deportiva. Las habilidades no locomotoras son las siguientes:

Equilibrio: equilibrio es la capacidad del sujeto para mantener el cuerpo estable, tanto en reposo como en movimiento. El equilibrio es fundamental para casi todos los deportes: en el fútbol se requiere el equilibrio para mantener una situación de estabilidad en el momento de ejecutar el pase o el disparo (Pérez & Sánchez, A., 2022).

Flexibilidad: la flexibilidad se expresa en la capacidad de las articulaciones para ser movilizadas en el rango de los extremos. La flexibilidad es importante para evitar lesiones o para mejorar el rendimiento motor en el fútbol, en baloncesto y atletismo (López & Rodríguez, J., 2020).

Rotación: la rotación hace referencia al giro del cuerpo o de alguna de sus partes alrededor de su eje; como puede ser girar la cabeza, los hombros o la pelvis. La rotación sí que es una habilidad muy importante para aquellos deportes que requieren cambios rápidos de dirección o con movimientos complejos (Rodríguez & Pérez, R., 2021).

Estabilidad: La estabilidad hace referenecia a la capacidad de mantener una posición corporal estable (de pie, de rodillas, de acostado, etc.) y controlar el balón en situaciones de alta presión como el fútbol (Hernández & Pérez, J. , 2021).

2.5. Capacidades coordinativas

Las capacidades coordinativas son un conjunto de habilidades motoras que permiten la integración y organización de movimientos del cuerpo de forma eficiente y armónica. Estas capacidades son fundamentales en el desarrollo de la motricidad de los individuos, ya que facilitan la ejecución precisa y controlada de los movimientos, lo que resulta esencial tanto en la práctica deportiva como en las actividades diarias. Según López & Pérez, R. (2020), las capacidades coordinativas se desarrollan en la infancia y son cruciales para el aprendizaje de habilidades

motrices más complejas, ya que involucran la interacción entre diferentes sistemas del cuerpo, como el sistema nervioso, los músculos y el aparato locomotor.

Las capacidades coordinativas incluyen varias habilidades específicas, como la coordinación óculo-manual, que es la habilidad de coordinar los movimientos de los ojos y las manos para realizar tareas como atrapar o lanzar un objeto (Martínez & García, L., 2021). También se encuentran la coordinación dinámica general, que permite realizar movimientos complejos y sincronizados en el espacio y el tiempo, y la coordinación rítmica, que es la capacidad de mantener y seguir un ritmo o compás en el movimiento, esencial para deportes como el fútbol, la danza y la gimnasia (Rodríguez & Sánchez, M. , 2021).

La coordinación no solo es importante en el ámbito deportivo, sino también en la vida diaria, ya que influye en la capacidad de realizar tareas cotidianas de manera eficiente, como escribir, comer o conducir. Según Pérez & Rodríguez, A. (2021), el desarrollo de las capacidades coordinativas permite a los individuos moverse con mayor fluidez y control, lo que mejora su rendimiento físico general y les ayuda a prevenir lesiones al evitar movimientos ineficaces o descontrolados.

El proceso de desarrollo de las capacidades coordinativas está vinculado al aprendizaje de movimientos básicos y al perfeccionamiento de habilidades motrices. En el contexto escolar, es fundamental que los niños y jóvenes trabajen estas capacidades de forma progresiva y adaptada a su nivel, para que puedan aplicarlas con éxito en actividades físicas y deportivas más complejas. En deportes como el fútbol, por ejemplo, las capacidades coordinativas permiten a los jugadores realizar movimientos rápidos y precisos, como cambiar de dirección rápidamente, realizar regates o controlar el balón en situaciones de alta exigencia (López & Pérez, R. , 2020).

Las capacidades coordinativas son esenciales para el desarrollo motor y el rendimiento

físico, ya que facilitan la ejecución eficiente y armónica de los movimientos. Estas capacidades no solo son clave en el deporte, sino que también influyen en la realización de actividades cotidianas y en la prevención de lesiones. El trabajo constante y la práctica adecuada de las capacidades coordinativas desde temprana edad permiten a los individuos mejorar su destreza motriz y, en consecuencia, su calidad de vida.

2.5.1. Coordinación óculo-pédica (ojo-pie)

La coordinación óculo-pédica, que también se conoce como la coordinación ojo-pie, es la habilidad que tiene la persona de poder unir el movimiento de los ojos y de los pies de tal forma que pueda ser capaz de ejecutar las acciones motrices adecuadas a las precisiones necesarias para correr, controlar, pasar o golpear una pelota en cosas como el fútbol. Es la capacidad necesaria para el éxito de las acciones de la persona que ha de mover el cuerpo de una forma controlada y coordinada en todo tipo de deporte en el que el pie intervenga con los objetos visualizados (fútbol, fútbol sala, hockey, etc.).

La coordinación óculo-pédica se va adquiriendo mediante la práctica constante y reiterada de movimientos que requieren que la persona aprenda a alinear sus movimientos corporales con lo que ve (Herrera & Pérez, F., 2022). En el fútbol, por ejemplo, un jugador tiene que tener una visión del balón y del terreno de juego con la que pueda aplicar un pase o definir un regate, por lo que sus ojos y sus pies tienen que colaborar de manera coordinada para poner en práctica la acción del juego correcto. Esta capacidad no solo proporciona la actividad del balón, sino que también propicia la toma de decisiones necesarias y eficaces bajo presiones de tiempo, como es el caso en un partido real.

El desarrollo de la coordinación óculo-pédica es muy importante en los primeros niveles del proceso de la formación deportiva porque es la base sobre la cual se van desarrollando

habilidades motrices más complejas. (López & Rodríguez, J.). Acorde con la teoría de Cárdenas & Páramo (2021), la coordinación óculo-pédica es un recurso del que se valen los niños y adolescentes para poder realizar movimientos rápidos y precisos y así ser lo más eficaces posibles en la realización de deportes que requieran de los pies para su práctica como el caso del fútbol, el baloncesto o el tenis. Esta capacidad se relaciona con la rapidez en el ordenador una vez se vean inmersos en situaciones de juego de manera que los jugadores pueden reaccionar con rapidez a los movimientos de la pelota y de sus oponentes.

La coordinación óculo-pédica no sólo es importante deportiva, sino que ayuda a realizar ciertas actividades de la vida cotidiana. Las actividades que van desde caminar, correr, bailar o realizar trabajos manuales requieren de esta coordinación para optimizar los movimientos y hacerlos más eficientes (Pérez & Sánchez, A., 2022) proponen que la coordinación óculo-pédica debe de trabajarse en los niños para mejorar sus capacidades para la realización de los deportes una vez estas habilidades sean más complicadas; además, el comenzar a trabajar esta habilidad motoras con ejercicios y juegos, hace que los niños se sientan más seguros en cuanto a su capacidad para realizar acciones más complejas, contribuyendo al aumento de su trazabilidad y autoestima.

Así pues, solo la coordinación óculo-pédica tiene una función fundamental para mejorar el rendimiento deportivo y también para la salud física general, favoreciendo el desarrollo motor integral de las personas. Cuanto más la perfeccionen los estudiantes, más disfrutarán de la actividad física y deportiva y más se incrementará el control del movimiento y la precisión, lo que les permitirá tener éxito en la realización de las diferentes acciones. En el caso del fútbol, la coordinación óculo-pédica es una habilidad muy importante para poder realizar jugadas y junto con la buena utilización de la coordinación óculo-manual permite que los jugadores tengan buenos resultados en el desarrollo de las competencias motoras durante las competiciones.

2.5.2. Precisión motriz

La precisión motriz es la función de mover el cuerpo de manera exacta y controlada con el propósito de lograr una meta establecida en una acción motriz. Dicha habilidad se refiere a la ejecución correcta del movimiento a través del control, la alineación correcta, la dirección y el control de la fuerza y la velocidad del movimiento. En el fútbol, la precisión motriz es necesaria para realizar pases bien dados, goles, regateos realizados con el control del balón, para llevar el balón bajo distintas condiciones de juego.

Según López & Pérez, R. (2020), la precisión motriz es consecuencia de la práctica y de los movimientos repetitivos, siendo una habilidad clave en deportes como en la vida cotidiana dado que permite una mayor eficacia en la ejecución de cualquier tipo de tarea física. La precisión motriz está en relación con varios factores tales como; el control del cuerpo, la percepción y la posibilidad de poder modificar el movimiento a partir de la retroalimentación visual, táctil y auditiva. En los deportes de equipo, como el caso del fútbol, la precisión no sólo depende de la competencia técnica del futbolista, sino que también juega un papel determinante la capacidad para anticipar y reaccionar ante situaciones de alta velocidad y presión. Según Martínez & García, L. (2021) la capacidad para mantener la precisión motriz en condiciones de estrés es importante para la toma de decisiones rápidas durante el desarrollo del partido, aspecto importante para la mejora del rendimiento en situaciones de competición.

Un componente importante de la precisión motriz es el control fino de los movimientos. El fútbol, al ser un deporte con interacciones con el balón usando los pies, requiere una gran precisión motriz para controlar el balón, pasarlo bien a un compañero o bien para disparar a portería con calidad, lo que supone que el jugador deberá ser capaz de aplicar la fuerza justa, regulando presión y dirección al realizar el contacto con el balón. Lo que reivindican Pérez & Rodríguez, A. (2022)

es que la precisión motriz requerida en el fútbol se encuentra muy unida a la capacidad del jugador de controlar la fuerza aplicada en el balón y a la capacidad de reacción del jugador ante las cambiantes situaciones del juego.

Más allá de las habilidades técnicas, la precisión motriz queda también marcada por la capacidad de la percepción espacial y temporal. Los jugadores deben ser capaces de juzgar con rigor la distancia y el tiempo para realizar un pase adecuado o un tiro correcto. Esta precisión se encuentra relacionada con el entrenamiento y la mejora de las habilidades técnicas de la coordinación y la percepción. Hernández & Sánchez, P. (2021) ponen de manifiesto que la precisión de los movimientos no depende tan solo de la técnica, sino de la capacidad de anticiparse a los acontecimientos y adaptarse a los cambios del entorno, por seguir la posición de un adversario o el movimiento del balón.

2.5.3. Agilidad

La agilidad corresponde a una habilidad motriz en el cambio rápido y eficiente de dirección, velocidad o posición del cuerpo, que se realiza de forma controlada. Esta habilidad es una importante de la práctica de múltiples deportes, entre los que encontramos el fútbol, puesto que da la opción al jugador moverse rápida y correctamente ante las situaciones del juego. Hernández & Pérez, J. (2021) apuntan que la agilidad no solo es rapidez sino la capacidad de controlar y estabilizar el cuerpo ante una variabilidad de la dirección, lo que, a la vez, la configura como una de las habilidades deportivas que deben de ser dominadas, para ejecutar regateos, giros o sprints. En el fútbol, la agilidad permitirá superar a los oponentes, sortear obstáculos o para realizar jugadas rápidas y efectivas.

Los futbolistas deben ser hábiles para cambiar el sentido de la dirección sin perder el equilibrio ni el control del balón, habilidad que supone la mezcla de rapidez, coordinación y

equilibrio. En este sentido, Martínez & García (2021) como buenos expertos se refieren a que la buena agilidad ayuda al futbolista a ejecutar los movimientos de los oponentes y adaptarse rápidamente a las condiciones del juego, puede ser un pase impreciso o la variación del planteamiento del equipo rival.

La agilidad también está relacionada con la capacidad de anticipación y toma de decisiones de forma rápida, un deportista ágil no es el que se desplaza a gran velocidad, sino que tiene capacidad para prever el desplazamiento del balón o la ubicación de los compañeros de equipo y los oponentes que se estén enfrentando, lo que le permitirá definir la acción más correcta en cada circunstancia. Los entrenamientos que son orientados a la mejora de la agilidad son aquellos que tienen ejercicios de trabajo combinados con sprints Corresponden a un cambio de dirección y a reacciones rápidas y rápidas lo que permite incrementar variables de velocidad y variaciones del control del cuerpo en situaciones de alta exigencia (Chazi Calle, 2022).

La agilidad como capacidad no se puede ver desde la velocidad solamente, también necesita ser vista desde la fuerza, desde el desarrollo de la fuerza, desde la flexibilidad, desde la coordinación. Los músculos deben tener una fuerza y a la vez una flexibilidad que permitan la simplificación de un movimiento rápido, pero también controlado. El sistema nervioso tiene que ser capaz de procesar las señales del movimiento de manera rápida y coordinada (Hernández & Sánchez, P., 2020), el entrenamiento de la agilidad en los deportes colectivos permite, a sus alumnos y alumnas, la mejora de su rendimiento en el juego, ya que serán capaces de realizar movimientos más efectivos y a su vez aumenta la facilidad de juego de sus compañeros y compañeras.

La mejora en el rendimiento de la mejora de la agilidad tiene otros efectos positivos en los aspectos del desarrollo físico y motor, como por ejemplo en la prevención de lesiones. Esto se

debe a que el hecho de ser capaces de realizar este cambio de dirección con rapidez, viene acompañado con un control sobre el cambio de las direcciones al disminuir la posibilidad de las lesiones por caídas y/o descontrol de los movimientos.

La estabilidad articular y muscular se puede aumentar con la mejora de la agilidad y que a su vez se permite a los jugadores y a las jugadoras ir más seguros y eficaces (Hernández & García, P., 2020).

2.6. Marco Legal

2.6.1. Constitución de la República del Ecuador

La Constitución de la República del Ecuador (2008) , en los siguientes artículos menciona que:

Art. 45. Reconoce a los niños, niñas y adolescentes como sujetos plenos de derechos y establece que su desarrollo integral es una prioridad. Esto incluye garantizar ambientes escolares libres de violencia y discriminación.

Art. 46. Garantiza el derecho de los niños, niñas y adolescentes a recibir protección integral frente a cualquier tipo de violencia, maltrato o explotación. Establece que el estado, la sociedad y la familia deben tomar las medidas necesarias para garantizar este derecho.

Art. 66. 2. El derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios.

Art. 347. 11. Garantizar la participación activa de estudiantes, familias y docentes en los procesos educativos.

Art. 381.- El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud,

formación y desarrollo integral de las personas; impulsará el acceso masivo al deporte y a las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; auspiciará la preparación y participación de los deportistas en competencias nacionales e internacionales, que incluyen los Juegos Olímpicos y Paraolímpicos; y fomentará la participación de las personas con discapacidad.

2.6.2. Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI)

La Ley Orgánica de Educación Intercultural (2015), los sistemas educativos deberán garantizar un ambiente basado en el respeto y la convivencia armónica con los siguientes artículos:

Art. 17. Recibir educación escolarizada o no escolarizada, formal o informal a lo largo de su vida que, complemente sus capacidades y habilidades para ejercer la ciudadanía y el derecho al Buen Vivir.

Art. 132. Sanciona la violencia en el entorno escolar, estableciendo procedimientos para la denuncia y resolución de conflictos.

2.6.3. Código de la Niñez y Adolescencia

El Código de la Niñez y Adolescencia (2014), tiene establecido que las instituciones educativas están obligadas a observar la seguridad de los estudiantes por medio de los siguientes artículos:

Art. 78. Regula las medidas de protección en caso de maltrato o abuso, asegurando que los establecimientos educativos tomen medidas preventivas y correctivas.

Art. 87. Refuerza la responsabilidad de las instituciones educativas de velar por la seguridad de los estudiantes y prevenir situaciones de violencia o agresión

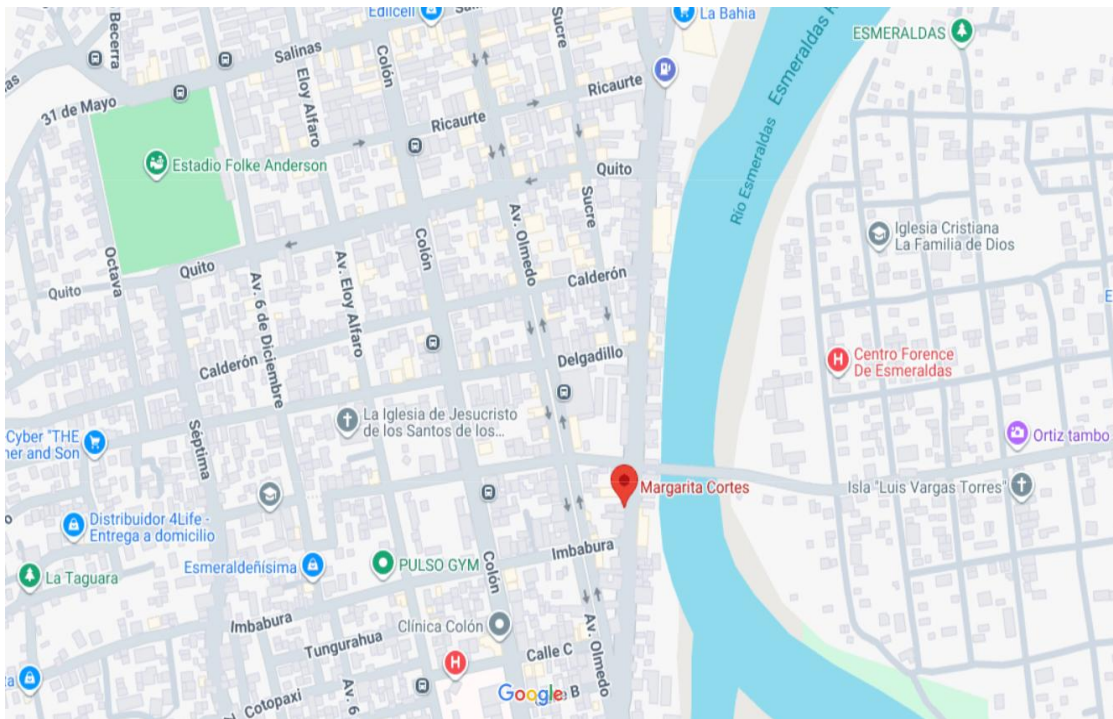
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO

3.1. Descripción del área de estudio

La investigación presente tuvo lugar en la Unidad Educativa “Margarita Cortes” de la provincial de Esmeraldas, cantón Esmeraldas, en las calles Pedro Vicente Maldonado Delgadillo y San José Obrero, como se evidencia en la figura siguiente.

Figura 1

Localización geográfica de la Unidad Educativa “Margarita Cortes”



Nota: La localización geográfica se la obtuvo por medio de Google Maps.

Los estudiantes van a clases de manera presencial en la jornada matutina, cursando los niveles de educación como son: Educación Básica, y Bachillerato. También, la Unidad Educativa “Margarita Cortes”, tiene una institución comprometida con la formación integral.

3.2. Enfoque

El enfoque de investigación que se adoptó es de tipo cuantitativa, pues se pretendía medir y evaluar objetivamente el efecto que tiene el fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en estudiantes de séptimo año de educación básica. Dicho enfoque de investigación servirá para obtener datos sobre la forma en que el fútbol escolar pueda mejorar el desarrollo físico y motriz de los estudiantes, facilitando además la elaboración de una guía metodológica que aporte en la formación de habilidades motrices específicas en los escolares.

3.3. Tipo de investigación:

3.3.1. Investigación de campo

La investigación es una investigación de campo de tipo exploratorio; es decir, se realizará en el entorno real y natural de los estudiantes que se encuentran en un contexto escolar. Según Hernández & Martínez, P. (2021), la finalidad de la investigación del tipo exploratoria en los ámbitos educativos se fija en identificar, observar y describir fenómenos que no han sido lo suficientemente estudiados o comprendidos, ya que en este caso se trabajará en conocer si la práctica del fútbol puede influir en el desarrollo de habilidades motrices específicas como la coordinación, la agilidad y la precisión en los alumnos de Séptimo de Básica.

La elección del enfoque exploratorio aparece como la más adecuada para este tipo de investigación ya que va a permitir la obtención de información preliminar en un área donde existen pocos estudios previos de manera directa sobre el impacto que el fútbol escolar puede tener sobre habilidades motrices (López & Sánchez, J. , 2020). A través de la observación directa y la recogida de datos en el entorno real del aula y del campo de fútbol, la investigación tiene como propósito ir descubriendo patrones y efectos relevantes que puedan ser considerados para futuras

investigaciones en los campos de la Educación Física y la iniciación deportiva (Rodríguez & Pérez, A., 2021).

Todo lo que la investigación recoja podrá servir para fundamentar y elaborar la propuesta de la investigación y además como apoyo para estudios posteriores ofreciendo recomendaciones de actuación sobre el uso del fútbol en la Educación Física escolar, pues ello puede llevarnos a la confección de intervenciones futuras más idóneas. Pérez & García, L. (2022) afirman que este tipo de investigación de campo exploratoria es clave para generar conocimiento que facilite la configuración de nuevas estrategias pedagógicas que incorporen de manera eficiente el deporte en el proceso educativo.

3.3.2. Investigación descriptiva

La investigación de este estudio es descriptiva, puesto que el propósito central es el de describir, de manera concreta y minuciosa, el estado de las habilidades motrices específicas mediante el fútbol en los alumnos de séptimo año de educación básica. Según explica Hernández & Pérez, J. (2021) la investigación descriptiva consiste en observar, registrar y analizar las características de un fenómeno sin manipular las variables, lo que permitirá obtener una visión pormenorizada de la coordinación, la agilidad o la precisión motriz de los alumnos durante la intervención de este estudio.

La investigación descriptiva se considera útil en el contexto educativo, en situaciones en las que se tiene la necesidad de informar, documentar y analizar fenómenos que todavía no han sido suficientemente investigados en el lugar del desarrollo de la investigación, como es el impacto del fútbol escolar en las habilidades motrices específicas de los alumnos, tal como apunta López & Sánchez, J. (2020). La recopilación y análisis de datos numéricos de este estudio ayudaran a construir un panorama claro para el desarrollo de la guía que tiene lugar en el desarrollo motriz de

los alumnos en un escenario real y natural en las clases de educación física.

3.3.3. Investigación propositiva

La investigación presentada en este estudio también califica como propositiva, ya que persigue no solo observar y describir las consecuencias que podría tener un programa de fútbol escolar en las habilidades motrices de los escolares, sino también proponer soluciones prácticas que mejoren la enseñanza y el aprendizaje de las habilidades motrices desde la intervención deportiva. La investigación propositiva tiene como objeto de estudio la identificación de los problemas para poder proponer una solución y ofrecer recomendaciones a partir de los resultados de la observación y el análisis; en el caso presente, una vez haya podido evaluarse el impacto del programa de fútbol escolar sobre el desarrollo de la coordinación, la agilidad y la precisión, se perseguirá la formulación de estrategias que puedan ser empleadas para mejorarlo y para poder llevarlo a otras instituciones educativas (Hernández & Rodríguez, P. , 2021).

El objetivo de este tipo de enfoque es el de proponer soluciones útiles que puedan trasladarse al espacio educativo mejorando así el impacto del fútbol escolar dentro de las habilidades motrices específicas de los estudiantes y ayudar a la creación de programas de intervención en las mismas futuras intervenciones deportivas que se desarrollan en las escuelas. La investigación propositiva se hace fundamental para convertir los resultados observados en posibilidades de propuestas que sean útiles y trasladables al ámbito escolar para así generar procesos de desarrollo integral de los estudiantes (Pérez & Rodríguez, A. , 2021).

3.3.4. Investigación bibliográfica

La investigación bibliográfica es la práctica que se sustenta en las recoger, describir y analizar los diferentes tipo existentes de información y que van en función del objeto a investigar,

o bien, en este caso, se revisó la literatura científica o la literatura que se corresponde a artículos científicos, los estados de la investigación previa o sobre la literatura bibliográfica relacionada con el impacto del fútbol en la educación en virtud de la evolución de las habilidades motoras o del desarrollo motor de los escolares, este tipo de investigación pretende dar cuenta desde la argumentación teórica alguna de las posibilidades que predominen en el sustento de la investigación, así también como ofrecer una información suficiente para dar visibilidad sobre el estado del arte científico y/o de la ciencia a partir de la disposición del desarrollo en la educación física y la investigación en la iniciación de algún deporte.

Tal como indican López & Pérez, R. (2021): “a partir de la bibliografía puede llegar a conocer cuáles han sido los avances y las tendencias de cualquier campo del conocimiento, de la atención; y podrá sustentarse el investigador en sus títulos si quiere fundamentar sus hipótesis, sus métodos o bien cualquiera de sus posturas”. En este caso, todas las investigaciones anteriores irán ligadas con aspectos de deporte escolar, el desarrollo motor y con todas las metodologías que son necesarias para el desarrollo del fútbol escolar en la educación física, y de esta forma demostrar cuáles son las buenas prácticas y las estrategias que pudieran vincularse para el desarrollo de la guía metodológica.

3.4. Diseño

La investigación fue elaborada bajo un diseño no experimental y de tipo transversal descriptivo, lo que permite observar y analizar una situación determinada en un punto concreto del tiempo. Por tanto, este tipo de diseño se adecúa a investigar distintos grupos, aplicando para ello la recogida de información en la naturaleza de cada grupo sin manipular las variables.

3.5. Métodos

3.5.1. Inductivo-Deductivo

De este modo, el método inductivo-deductivo sirvió para el tratamiento de los datos. Por lo que respecta al método inductivo, se dio inicio desde el diagnóstico y la obtención de datos que se recogieron durante la intervención a los estudiantes, desde donde se visualizaron algunas categorizaciones, patrones y generalizaciones al desarrollo de las habilidades motrices específicas. Una vez obtenidos estos datos, se partiría de la definición del método deductivo, que recopilará las teorías, principios o contenidos de manera anticipada sobre educación física y sobre desarrollo motor, para cruzar esta información con los resultados obtenidos, las cuales vendrían a confirmar o no la formulación de la pregunta de investigación inicial. La combinación de ambos métodos permitiría dar una visión más rica e integral de la línea argumentativa del fenómeno analizado, enriqueciendo así la interpretación de los resultados.

3.5.2. Analítico-Sintético

Este método analítico-sintético que se pone en uso en esta investigación realiza una descomposición del fenómeno objeto de estudio en unas partes más elementales para un análisis exhaustivo y posteriormente lo vuelve a juntar de una forma global para tener una visión mayor del fenómeno. En la fase analítica se analizan y desglosan los datos que tienen que ver con el impacto del fútbol escolar en las habilidades motrices de los estudiantes, reconociendo factores imprescindibles como la coordinación, la agilidad, la precisión. Después, en la fase sintética, se construye la información y las conclusiones obtenidas de estudios previos y teorías sobre desarrollo motor con el objetivo de generar conclusiones y propuestas aplicadas al contexto educativo. Por lo tanto, esta forma de trabajo permite conocer a fondo el fenómeno que constituye la intervención.

3.5.3 Estadístico

La técnica estadística que emplea este trabajo de investigación es la aplicación que analiza cuantitativamente los datos numéricos que se han obtenido de la intervención, utilizando para ello herramientas de tipo estadístico en las que el análisis descriptivo permite la recolección, la organización y la presentación de los datos. Este recorrido nos permite simplificar información compleja a través de tablas y gráficos para el respectivo análisis que permitirá la creación de la guía metodológica derivada de los resultados de la investigación. Además, y de manera directa los métodos estadísticos trabajan en favor de la validación de los resultados, que permite asegurar la fiabilidad y la exactitud de las interpretaciones obtenidas en el trabajo.

3.6. Operacionalización de variables

Tabla 1

Matriz de Operacionalización de variables.

Variables	Definición conceptual	Dimensión	Indicador	Instrumentos	Fuente De Información
VI: El fútbol como estrategia	Se refiere al uso de este deporte como una herramienta pedagógica para el desarrollo físico, social y emocional de los estudiantes, promoviendo la mejora de habilidades motrices y valores como el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto (López & García, C., 2022).	Fútbol escolar Metodología Iniciación deportiva	Definición Características Fundamentos básicos El fútbol como actividad física Beneficios Métodos de enseñanza Estrategias en la práctica Estilos de enseñanza Juegos predeportivos	Recopilación y análisis de información	Repositorios digitales
VD: Habilidades motrices específicas	Se refieren a las destrezas técnicas necesarias para realizar movimientos específicos en un deporte determinado, como el fútbol. Estas habilidades incluyen el pase, el tiro, el control del balón y la conducción, y son esenciales para desempeñarse de manera efectiva en el juego (Pérez & Rodríguez, A. , 2022).	Habilidades motrices básicas Capacidades coordinativas	Definición Clasificación Coordinación óculo-pédica (ojo-pie) Precisión motriz Agilidad	1. Test de conducción (Zig-Zag) 2. Test pase a blancos 3. Test de tira al arco 4. Test de control	Estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

Nota: Elaboración propia.

3.7. Técnicas e instrumentos

3.6.1. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Observación participante: aplicada mediante una lista de cotejo para evaluar las habilidades motrices específicas (pase, conducción, control, remate, coordinación) basado en el test 3JS.

3.6.2. Población y muestra

La población está compuesta por los estudiantes de Educación General Básica (EGB) de la Unidad Educativa Margarita Cortés, ubicada en la ciudad de Esmeraldas, Ecuador. Para esta investigación, la muestra estará conformada por los estudiantes del subnivel Medio (7.º grados), cuya edad promedio oscila en los 12 años. Se trabajará con una muestra no probabilística por conveniencia, considerando un grupo de aproximadamente 57 escolares.

Tabla 2

Población

Nº	Población	Cantidad
1	Hombres	31
2	Mujeres	26
3	Total	57

Nota: Elaboración propia.

3.8. Procedimiento y plan de análisis de datos

Fase 1: Diagnosticar las habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.

La evaluación del diagnóstico inicial tuvo lugar en la primera etapa de la investigación y consistió en un diagnóstico de las habilidades motrices específicas en fútbol de los alumnos/as de séptimo año de la Unidad Educativa Margarita Cortés, utilizando un conjunto de pruebas para la evaluación de las capacidades técnicas fundamentales en el fútbol: el pase, el tiro, el control y la conducción (Cermeño Martínez & Cortina Núñez, M. D. J., 2022). Por ello, se realizaron cuatro test específicos, para poder medir el rendimiento que los muestra en cada una de ellas (Chazi Calle, 2022).

Test Zig-Zag: En ese sentido, se midió la agilidad y la coordinación de los alumnos en su recorrido en zig-zag en la que se realizaban algún giro rápido y controlado, y para ello se realizó un teste en este sentido (López & García, C., 2022) situando las siguientes clasificaciones en función de los resultados obtenidos:

- **Excelente:** menos de 10 segundos.
- **Bueno:** entre 10 y 12 segundos.
- **Regular:** entre 12 y 15 segundos.
- **Necesita refuerzo:** más de 15 segundos.

Test Pase: Este módulo midió la precisión y control en el pase de balón (Martínez & Sánchez, L., 2020) A los estudiantes se les proporcionó una puntuación en función de los pases acertados en el tiempo dado para su ejecución. Los resultados fueron distribuidos de la siguiente manera:

- **Excelente:** entre 13 y 15 puntos.
- **Bueno:** entre 10 y 12 puntos.
- **Regular:** entre 7 y 9 puntos.

- **Bajo:** menos de 7 puntos.

Test Tiro al Arco: Se valoró la precisión y la potencia en el tiro de arco de los alumnos/as (Pérez & Gómez, C. , 2021) siguiendo la cualidad obtenida en función de los tiros acertados en los parámetros establecidos, y se procedió a su valoración utilizando la próxima categorización:

- **Excelente:** Entre 20 a 25 puntos.
- **Bueno:** Entre 15 a 19 puntos.
- **Regular:** Entre 10 a 14 puntos.
- **Bajo:** Menos a 10 puntos.

Test Control: La valoración del test evaluó la habilidad de los estudiantes para realizar controles y pases con precisión (Martínez & Fernández, P. , 2020). El rendimiento se basó en la cantidad de controles/pases correctos realizados por parte de cada estudiante, siguiendo las valoraciones que se indican a continuación:

- **Excelente:** 3 controles/pases perfectos.
- **Bueno:** 2 controles/pases correctos.
- **Regular:** 1 control/pase correcto.
- **Bajo:** 0 controles/pases correctos.

Los resultados de los anteriores tests han sido utilizados para clasificar las habilidades motrices de los estudiantes en cada una de las áreas evaluadas y así identificar sus fortalezas y/o áreas de mejora. Con ello se creó una gran base para las siguientes partes de la investigación, donde se pondrá en marcha un programa de intervención en el fútbol para la mejora de las habilidades motrices del alumnado.

Fase 2: Analizar los resultados obtenidos en el diagnóstico sobre las habilidades motrices

específicas de la asignatura fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés.

En esta segunda fase de diagnóstico se continuó analizando los resultados obtenidos en el diagnóstico de las habilidades motrices específicas de la asignatura fútbol de los y las estudiantes de séptimo año de educación básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés. Para tal fin se valieron de herramientas informáticas, haciendo uso de Microsoft Excel, que permitió consignar, procesar y analizar de forma más eficaz los datos. Así, en Excel se volcaron los datos de los estudiantes tomando como referencia cada uno de los test aplicados: Test Zig-Zag, Test Pase, Test Tiro al Arco, Test Control.

El análisis en Excel permitió a su vez calcular estadísticas descriptivas como promedios, frecuencias, distribuciones, y así clasificar a los y las estudiantes en las categorías establecidas (Excelente, Bueno, Regular, Necesita Refuerzo), de acuerdo a los baremos establecidos en cada test (Cermeño Martínez & Cortina Núñez, M. D. J., 2022) y el estudio de Chazi Calle (2022). Con esta información fue posible identificar las áreas de mayor fortaleza y las que requerían de un refuerzo específico, obteniendo así una imagen clara del nivel de habilidades motrices de los y las estudiantes en relación a la asignatura fútbol.

De la misma forma, el uso del Excel permitió realizar gráficos y tablas comparativas que ayudaron en la interpretación visual de los resultados, logrando identificar los patrones y orientaciones en las habilidades motrices de los y las estudiantes, las cuales permitieron planear la intervención en la fase de intervención de la investigación. Se trató de un análisis, claro, un análisis de los y las estudiantes, que permitió establecer los puntos esenciales para establecer un programa de intervención que transfiriera las necesidades específicas de los y las estudiantes y que optimizase el proceso de intervención para el desarrollo motor en la asignatura fútbol.

Fase 3: Elaborar una guía metodológica que permita reforzar el desarrollo de las habilidades específicas del fútbol en el alumnado del séptimo año de educación básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas”

Para esta fase se elabora una guía metodológica para el fortalecimiento del desarrollo de las habilidades motrices específicas del fútbol en el alumnado del séptimo año de educación básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés. Esta guía fue elaborada a partir de los resultados del diagnóstico de las habilidades motrices realizadas en la fase anterior que evidenciaron, entre las habilidades más bajas y las más fuertes en el alumnado, la coordinación, el pase, el tiro, el control y la conducción del balón. La explicación del diseño de la guía metodológica propone un enfoque progresivo, adaptable y temático, que pretende tener en cuenta los niveles de habilidad de los estudiantes y propone personalizar las unidades en función de los resultados de la práctica. Esta guía metodológica analiza ejercicios prácticos, dinámicas grupales y juegos modificados que pretenden mejorar la especificidad de las capacidades motoras que fueron concebidas como habilidades a trabajar. Se incorporan además metodologías de enseñanza activa y participativa, que aseguran la motivación y el compromiso de los estudiantes en el proceso de aprendizaje.

La guía elaborada fue revisada, modificada y validada para tres expertos, quienes aportaron desde su conocimiento específico como la iniciación deportiva, el entrenamiento de fútbol y el desarrollo motor para que las actividades propuestas puedan ser significativas en su aplicación y permita solventar esta necesidad escolar.

Sus funciones y aplicación en las prácticas se dirigen a conseguir el cumplimiento del principal objetivo de la guía metodológica: trabajar para mejorar el rendimiento de los estudiantes en las habilidades motrices específicas del fútbol; además, la mejora de las habilidades motrices básicas contribuye al desarrollo físico, social y emocional de los estudiantes, mientras que se

reitera la oportunidad para fomentar la implicación de los alumnos en el deporte escolar.

3.9. Consideraciones Bioéticas

La investigación desarrollada es acorde a los principios básicos de los métodos que respetan la ética en la investigación educativa, salvaguardando el respeto, la dignidad y los derechos de todos los que participan en el mismo en todas sus fases. Antes de la aplicación de las pruebas y las actividades que se aplicaron relacionadas con la práctica del fútbol se solicitó el consentimiento informado de la Rectora de la Unidad Educativa Margarita Cortés a quien se le dio a conocer el objetivo de la investigación, el desarrollo voluntario de la misma y el hecho que la información recabada sería confidencial, garantizando que la inclusión de los estudiantes en la investigación no comportaría ningún riesgo para su bienestar.

La información obtenida fue tratada de manera estrictamente confidencial; se realizó el codificado de las respuestas y de los resultados obtenidos, protegiendo así el anonimato de los participantes y garantizando que esos datos personales no fueran publicados en ningún momento; se les hizo conocer y se les expuso a los estudiantes que podían decidir si querían seguir participando en la investigación en cualquiera de las fases en las que el estudio se desarrollaría, sin que eso tuviera consecuencias negativas para su participación en clases o actividades escolares.

Finalmente, esta investigación tiene la finalidad de fomentar un ambiente educativo más saludable y dinámico, proporcionándoles estrategias válidas para mejorar el desarrollo motriz de los estudiantes a partir de la práctica del fútbol. El resultado va a dar un favoreciendo directo a los estudiantes, los cuales se verán incentivados a participar activa y positivamente en su formación física y social.

CAPÍTULO IV ANÁLISIS DE RESULTADOS

Tabla 3
Resultados Test Zig-Zag Niñas

RESULTADO	Nº NIÑAS	PORCENTAJE
EXCELENTE	1	4%
BUENO	8	31%
REGULAR	12	46%
NECESITA REFUERZO	5	19%
TOTAL RESULTADOS	26	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test Zig-Zag realizado con las niñas, se aprecia que el 35% de niñas alcanzó niveles positivos, un 4% en la categoría “excelente” y un 31% en “bueno”, mientras que, el 65% se ubican en las categorías de “regular” y “necesita refuerzo” evidenciando así un desempeño minoritario en cuanto a la velocidades y agilidad. Estos resultados coinciden con lo mencionado por Arreaga et al. (2025), quienes encontraron que una significativa porción de niñas mostró niveles aceptables y altos en cuanto a construcción de coordinación y esquema corporal. Asimismo, Peña Cano et al. (2023) mencionan que, si bien recurren a recursos motrices en variadas áreas, su locomoción (agilidad evaluada en el Zig-Zag) logra mejores resultados en comparación a diversas áreas de motricidad en este grupo. Así, Sánchez y Sutachan (2023) arribaron a la conclusión de que la agilidad motriz puede mejorar con la edad y la práctica sistemática, permitiendo que las niñas igualen o superen el rendimiento de los niños en contextos educativos. Todo lo mencionado confirma el potencial motriz femenino en edad escolar e impulsa la implementación de estrategias pedagógicas que fomente su desarrollo.

Tabla 4*Resultados Test Zig-Zag Niños*

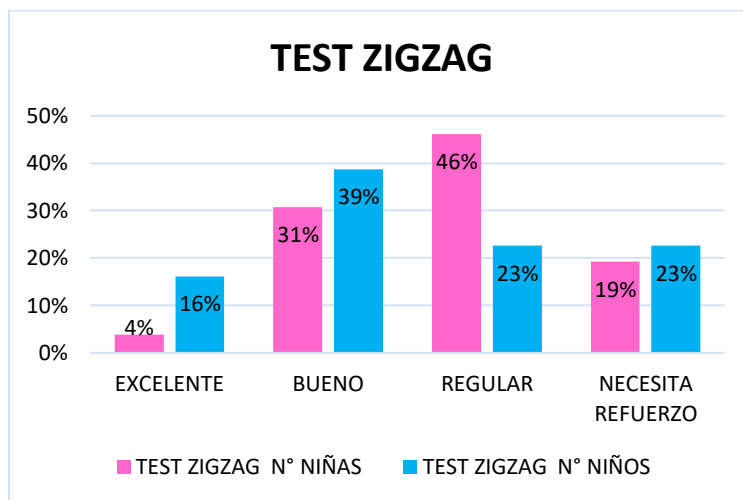
RESULTADO	Nº NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	5	16%
BUENO	12	38%
REGULAR	7	23%
NECESITA REFUERZO	7	23%
TOTAL RESULTADOS	31	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test Zig-Zag aplicado a los niños, el 46% se ubicó entre la categoría de “regular” y “necesita refuerzo”; a diferencia del 55% que tuvo resultados positivos, en las categorías “excelente” (16%) y “bueno” (39%), lo que significa un buen nivel de agilidad y velocidad en más de la mitad del grupo evaluado. Estos resultados obtenidos se relacionan con lo mencionado por Arreaga et al. (2025), quienes indican que los niños suelen sobresalir en pruebas de locomoción por su mayor exposición a actividades físicas intensas. Por otra parte, Peña Cano et al. (2023) afirman que la locomoción es una de las habilidades motrices más desarrolladas en la etapa escolar y que el fútbol escolar contribuye significativamente a su fortalecimiento. Asimismo, Sánchez y Sutachan (2023) complementan esta visión al indicar que la práctica sistemática mejora la agilidad motriz; lo que nos permite validar y considerar el uso del fútbol escolar como una estrategia pedagógica en el contexto educativo para el desarrollo de las habilidades específicas según las necesidades de los grupos, en este caso niñas niñas; además, solventando esta problemática que permitirá una mayor adquisición de habilidades a futuro.

Figura 2
Resultados Test Zig-Zag Niñas y Niños



Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

Al comparar los resultados del Test Zig-Zag entre los niños y las niñas, se puede observar que los niños registran un mayor porcentaje en los niveles superiores, un 16% obtuvo la calificación “excelente” frente a un 4% de las niñas, y un 39% alcanzó el nivel “bueno” frente a 31% en el grupo femenino. Esto revela que los varones tienen un mejor desempeño en velocidad y agilidad que son habilidades clave y que son evaluadas en esta prueba. Por otro lado, las niñas presentan una distribución más equilibrada entre los niveles “regular” y “necesita refuerzo”, lo que sugiere una base motriz estable que se puede fortalecer con estrategias adecuadas. Estos resultados van en la línea de lo planteado por Arreaga et al. (2025) sobre el desarrollo de la agilidad motriz según el género y la estimulación recibida; además, por Peña Cano et al. (2023) sobre el fútbol escolar como herramienta eficaz para potenciar la locomoción en ambos grupos. Asimismo, Sánchez y Sutachan (2023) afirman en cuanto a la práctica sistemática, que el deporte permite mejorar significativamente el rendimiento en pruebas como el Zig-Zag, validando la elaboración de una propuesta que permita el desarrollo de estas habilidades específicas en edades formativas

utilizando al fútbol escolar como medio para desarrollarlas.

Tabla 5
Resultados Test Pase Niñas

RESULTADO	N° NIÑAS	PORCENTAJE
EXCELENTE	3	12%
BUENO	5	19%
REGULAR	12	46%
NECESITA REFUERZO	6	23%
TOTAL RESULTADOS	26	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Pase, el 69% de las niñas se ubicaron en los niveles “regular” (46%) y “necesita refuerzo” (23%), de tal manera, se evidencia un desempeño desfavorable en precisión y control del balón, habilidades fundamentales en el fútbol escolar. Los resultados observados reflejan que, aunque la minoría se encuentra en los niveles “excelente” y “bueno”, existe un grupo significativo que necesita trabajar el dominio técnico. Investigaciones como la Sánchez Valdez et al. (2023) demuestran que los programas de entrenamiento en espacios reducidos mejoran notablemente la técnica del pase en jugadoras escolares, fortaleciendo así la precisión y el control. Otro estudio desarrollado por Villalba-Gutiérrez et al. (2024) concluye que la aplicación de fundamentos técnicos del fútbol en educación primaria contribuye al desarrollo motriz general, incluyendo habilidades específicas como el pase. En este sentido, los hallazgos encontrados respaldan la importancia de incorporar metodologías activas y estructuradas dentro de las clases de educación física que potencien el rendimiento técnico en las niñas durante la etapa escolar, en especial en la habilidad de precisión en el fundamento del pase.

Tabla 6*Resultados Test Pase Niños*

RESULTADO	Nº NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	3	10%
BUENO	9	29%
REGULAR	17	55%
NECESITA REFUERZO	2	6%
TOTAL RESULTADOS	31	100%

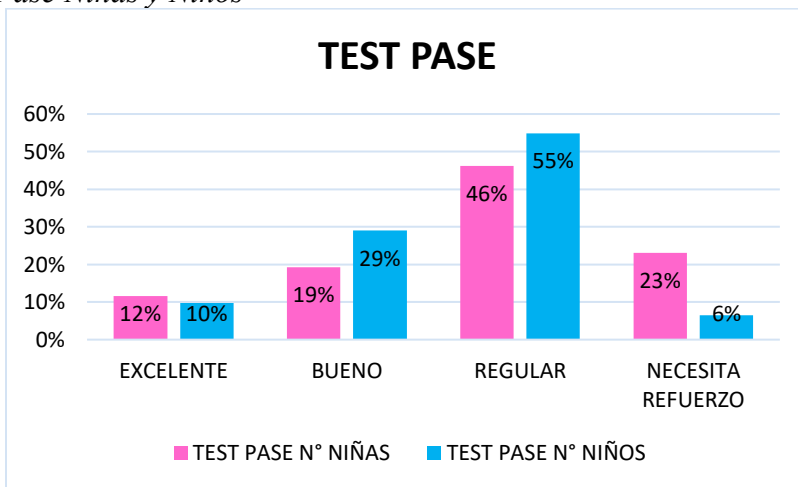
Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Pase, un 39% de los niños alcanzaron los niveles “Excelente” (10%) y “Bueno” (29%), evidenciando un desempeño positivo en términos de precisión y fuerza a la hora de ejecutar el pase, habilidad clave en el fútbol escolar. La mayoría se encuentra en el nivel “Regular” (55%), pero el bajo porcentaje en “Necesita Refuerzo” (6%), estos resultados nos hacen creer que la mayoría posee una base técnica aceptable. En ese sentido, los datos obtenidos coinciden con lo señalado por Sánchez Valdez et al. (2023), quienes destacan que los niños tienden a poner más potencia a sus pases, pero que requieren trabajar en la precisión. A su vez, Villalba-Gutiérrez et al. (2024) validan que el entrenamiento técnico en fútbol escolar mejora significativamente la ejecución del pase en estudiantes de educación básica. Por lo tanto, el uso del fútbol como estrategia pedagógica resulta adecuado para fortalecer estas habilidades motrices específicas en el grupo masculino.

Figura 3

Resultados Test Pase Niñas y Niños



Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En la comparación del test de pase entre niños y niñas, se observa que ambos grupos presentan resultados similares dentro de la categoría “excelente” (3 estudiantes cada uno), aunque vuelven a destacar por el número de casos en “bueno” los niños, con 9 casos en contra de los 5 en las niñas. De la misma forma, los resultados reflejan que en “necesita refuerzo” las niñas tienen una mayor representación, con un 23% de los casos, respecto a la proporción que hay en los niños (6%). Ello podría sugerir que, aunque los varones tienen ventaja en fuerza, las niñas podrían requerir mayor apoyo técnico en el trabajo de precisión, control y pase. Estos resultados coinciden con lo indicado por Sánchez Valdez et al. (2023), quienes señalan que el pase es una habilidad que puede mejorar considerablemente de acuerdo a metodologías activas y adaptadas al nivel motriz de cada género. En el mismo plan también Villalba-Gutiérrez et al. (2024) afirman que el entrenamiento técnico en fútbol escolar contribuye al desarrollo de habilidades específicas como el pase, siendo productivo para el mismo objetivo tanto en el desarrollo de habilidades para niños como para niñas cuando se aplica el entrenamiento técnico partiendo desde un diagnóstico y ejecutándolo de forma estructurada y progresiva.

Tabla 7
Resultados Test Tiro Niñas

RESULTADO	N° NIÑAS	PORCENTAJE
EXCELENTE	0	0%
BUENO	2	8%
REGULAR	20	77%
NECESITA REFUERZO	4	1%
TOTAL RESULTADOS	26	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Tiro, los resultados evidencian que las niñas no alcanzaron el nivel “excelente”, donde sólo un 13% se logró ubicar en la categoría “Bueno”. La mayoría (86%) alcanzaron resultados entre “regular” y “necesita refuerzo”; lo que indica que el grupo femenino presentó dificultades en aspectos como potencia, precisión y coordinación óculo -pédica del tiro de arco. Estos resultados se relacionan con lo que sostienen Peña Cano et al. (2023), quienes señalan que las niñas tienden a manifestar menor fuerza en habilidades motrices como el disparo, aunque estas pueden mejorar significativamente con entrenamiento técnico específico. Además, Villalba-Gutiérrez et al. (2024), destacan que el desarrollo de habilidades como el tiro requiere no solo de práctica, sino también de estrategias metodológicas acordes al nivel motriz de las estudiantes, lo que reafirma la importancia de implementar el fútbol escolar como herramienta pedagógica para fortalecer esta capacidad en las niñas considerando que en estas edades en donde se da la iniciación al deporte, lo importante es que las niñas no solo aprendan de los fundamentos básicos del fútbol escolar, sino que también el proceso de enseñanza aprendizaje sea significativo y duradero.

Tabla 8
Resultados Test Tiro Niños

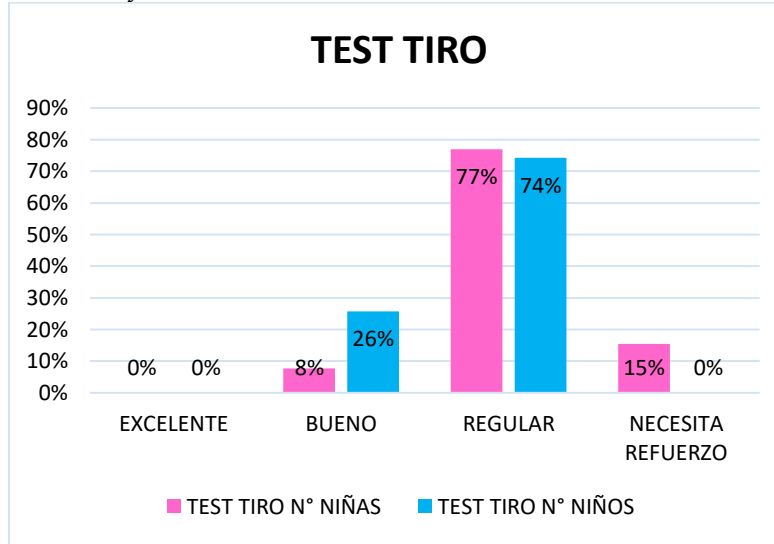
RESULTADO	Nº NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	0	0%
BUENO	8	26%
REGULAR	23	74%
NECESITA REFUERZO	0	0%
TOTAL RESULTADOS	31	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Tiro, ningún niño alcanzó el nivel “excelente”, solo un 26% logró ubicarse en la categoría “bueno”, mientras que el 74% quedó, en su mayoría, en los resultados “regulares” y ninguno tuvo el nivel “necesita refuerzo”. Esto da cuenta de que, aunque no se evidencian niveles sobresalientes, el grupo masculino tiene una base técnica aceptable en cuanto a potencia y precisión al ejecutar el tiro al arco. La ausencia de casos en “necesita refuerzo” podría sugerir que los niños tienen mayor familiaridad con esta habilidad motriz, posiblemente por su mayor exposición a actividades físicas que impliquen disparo tanto en espacios escolares como extraescolares. Según Peña Cano et al. (2023), los niños tienden a mostrar mejor desempeño en tareas que requieren fuerza explosiva, como el tiro, aunque la precisión puede variar con la formación que hayan recibido. Del mismo modo Villalba-Gutiérrez et al. (2024) también destacan que el desarrollo de esta habilidad depende de la aplicación de metodologías activas y específicas, lo que fortalece el valor de la aplicación de programas sobre fútbol escolar como estrategia para mejorar el rendimiento motriz en esta área.

Figura 4
Resultados Test Tiro Niñas y Niños



Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En la comparación del Test de Tiro, ninguno de los grupos ha alcanzado la categoría “excelente”. No obstante, presentan mejor desempeño general los niños, con un 26% en la categoría “bueno” frente al 13% de las niñas. Mientras el 74% de los niños estuvo en “regular” y ninguno en “necesita refuerzo”, en las niñas el 73% obtuvo resultados “regular” y un 13% en “necesita refuerzo”. Estos resultados sugieren que los niños tienen mayor dominio en la ejecución del tiro, posiblemente por mayor exposición a actividades que implican fuerza y precisión. Según Peña Cano et al. (2023), los varones tienden a destacar en habilidades que requieren fuerza explosiva, como el disparo, mientras que las niñas pueden mejorar estas habilidades con entrenamiento técnico específico. Los autores Villalba-Gutiérrez et al. (2024) también destacan que el desarrollo de esta habilidad depende de metodologías adaptadas al nivel motriz de cada grupo y esto nos permite identificar la necesidad de intervenir con estrategias diferenciadas en el contexto escolar.

Tabla 9*Resultados Test Control Niñas*

RESULTADO	Nº NIÑAS	PORCENTAJE
EXCELENTE	3	12%
BUENO	11	42%
REGULAR	12	46%
NECESITA REFUERZO	0	0%
TOTAL RESULTADOS	26	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Control, el 54% de las niñas alcanzaron niveles “excelente” (12%) y “bueno” (42%), lo que sugiere un desempeño altamente positivo en el dominio del balón, especialmente en trayectorias cortas y bajo presión. Este resultado es notable, ya que ninguna estudiante se ubicó en la categoría “necesita refuerzo”, lo que indica que hay una buena base técnica en el grupo femenino. Investigaciones como la de Villalba-Gutiérrez et al. (2024) resaltan que el trabajo sistemático de los fundamentos técnicos como el control del balón mejora significativamente el rendimiento motriz en niñas de los subniveles educativos básicos. También se destaca que el control es una de las habilidades que más se benefician de metodologías activas y del uso de juegos predeportivos, así como se aplicó en esta investigación (Sánchez Valdez & et al., 2023). El uso del control de balón desde edades tempranas, no necesariamente en el contexto del fútbol escolar es una de las habilidades motrices básicas que desde diferentes estímulos contribuyen al mejor desenvolvimiento en habilidades específicas, en este caso, en el fútbol escolar y que su práctica sistemática permite mayor seguridad para la adquisición de nuevas habilidades, las mismas que podrían transferirse en el campo deportivo.

Tabla 10*Resultados Test Control Niños*

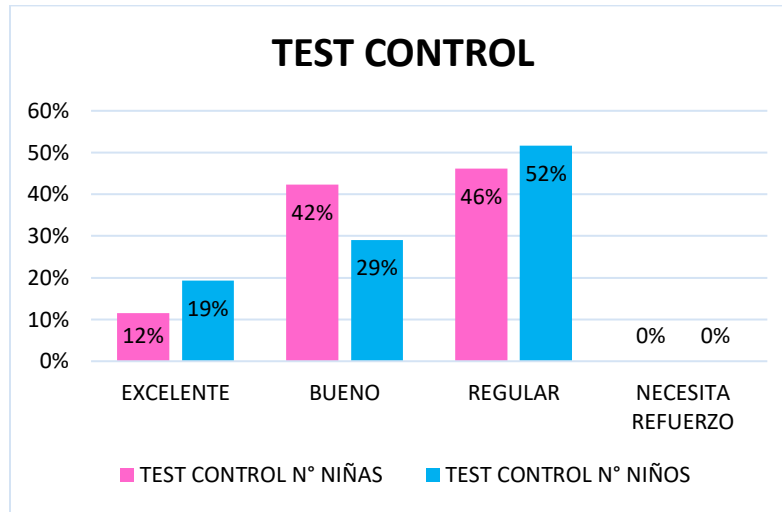
RESULTADO	Nº NIÑOS	PORCENTAJE
EXCELENTE	6	19%
BUENO	9	59%
REGULAR	16	22%
NECESITA REFUERZO	0	0%
TOTAL RESULTADOS	31	100%

Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Control, el 54% de los niños obtuvieron un desempeño positivo en el control (12% como “excelente” y 42% como “bueno”) en el dominio del balón, en especial en las situaciones que requieren precisión y coordinación. Aunque el 46% se encuentra en el nivel “regular”, se destaca el hecho de que ningún estudiante se ubicó en la categoría de “necesita refuerzo”, lo que indica una base técnica generalizada en el grupo masculino. Este resultado coincide con lo planteado por Villalba-Gutiérrez et al. (2024) quienes afirman que el entrenamiento técnico en fútbol escolar mejora significativamente a técnica del control en estudiantes de educación básica. También Sánchez Valdez et al. (2023) destacan que el control del balón es uno de los aspectos más receptivos a la práctica sistemática mediante juegos predeportivos, juegos que aplicados de manera controlada y planificada y las clases de educación física, permiten a los estudiantes reconocer los fundamentos deportivos desde una perspectiva lúdica a diferencia de la práctica con una visión hacia el alto rendimiento; lo que resulta pertinente con la propuesta aplicada en esta investigación.

Figura 5
Resultados Test Control Niñas y Niños

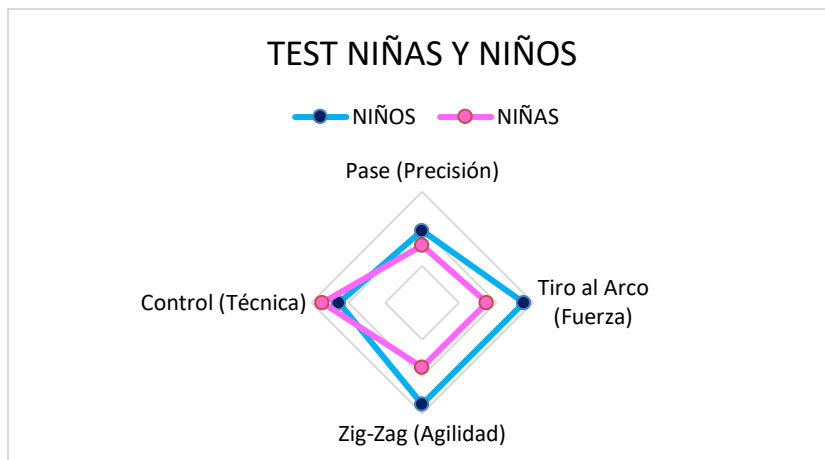


Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el Test de Control, tanto niñas como niños presentaron resultados muy similares en el desempeño técnico. El 54% de las niñas se ubicaron en “excelente” (12%) y “bueno” (42%) mientras que este porcentaje fue de 48% en niños (19% en “excelente” y 29% en “bueno”). Si bien es cierto, los niños reflejaron una cifra levemente superior en la categoría “excelente”, las niñas no presentaron ningún caso en “necesita refuerzo”, lo cual es digno de resaltar y sugiere una mayor homogeneidad en el dominio del balón en el grupo femenino. Resultados que coinciden con Villalba-Gutiérrez et al. (2024) que afirman que el entrenamiento técnico en fútbol escolar mejora significativamente el control del balón en ambos géneros, y con lo que mencionan Sánchez Valdez et al. (2023) que destacan que el control es una habilidad que responde positivamente a metodologías activas y a juegos predeportivos, favoreciendo el desarrollo motriz integral en estudiantes de educación básica.

Figura 6
Resultados Test Niñas y Niños

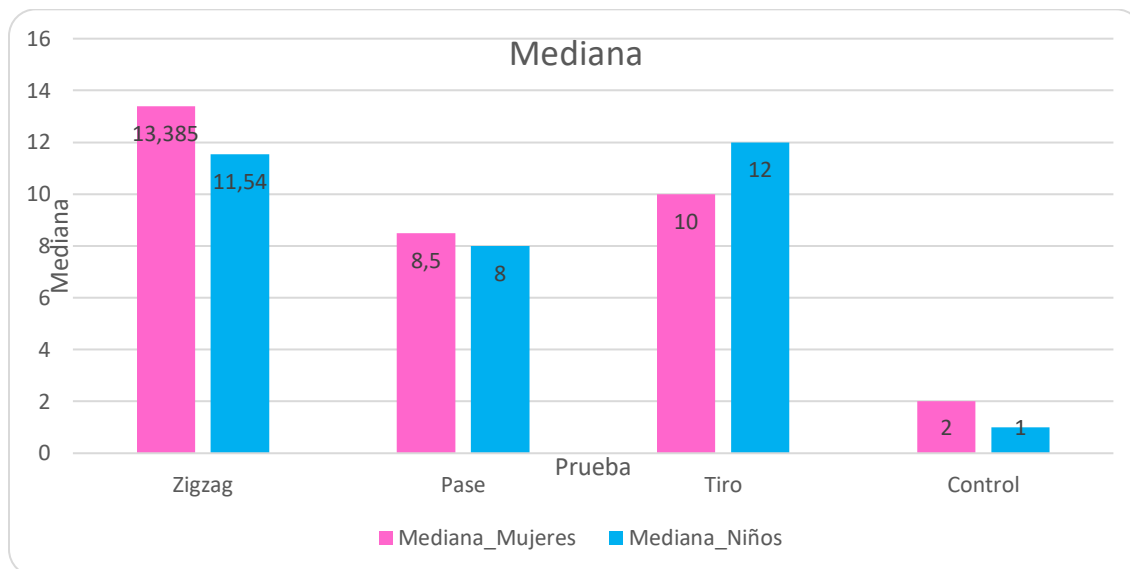


Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

El análisis comparativo entre niños y niñas en las habilidades de Pase, Tiro al Arco, Zig-Zag y Control revela que, si bien los niños presentan un rendimiento ligeramente superior en la mayoría de las categorías, las niñas muestran un desempeño igual o incluso más destacado en la precisión del pase. Esta diferencia sugiere que, aunque los varones tienden a sobresalir en fuerza y agilidad, las niñas compensan con mayor control y técnica, especialmente en habilidades que requieren coordinación fina. Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Villalba-Gutiérrez et al. (2024), quienes destacan que las niñas tienden a desarrollar mejor la precisión y el control cuando se aplican metodologías activas y estructuradas en la educación física. Asimismo, Sánchez Valdez et al. (2023) afirman que el entrenamiento técnico en edades escolares permite reducir las brechas de rendimiento entre géneros, potenciando las fortalezas individuales de cada grupo. Por tanto, el fútbol escolar se consolida como una estrategia pedagógica efectiva para el desarrollo integral de habilidades motrices en ambos sexos.

Figura 7
Mediana por prueba y sexo



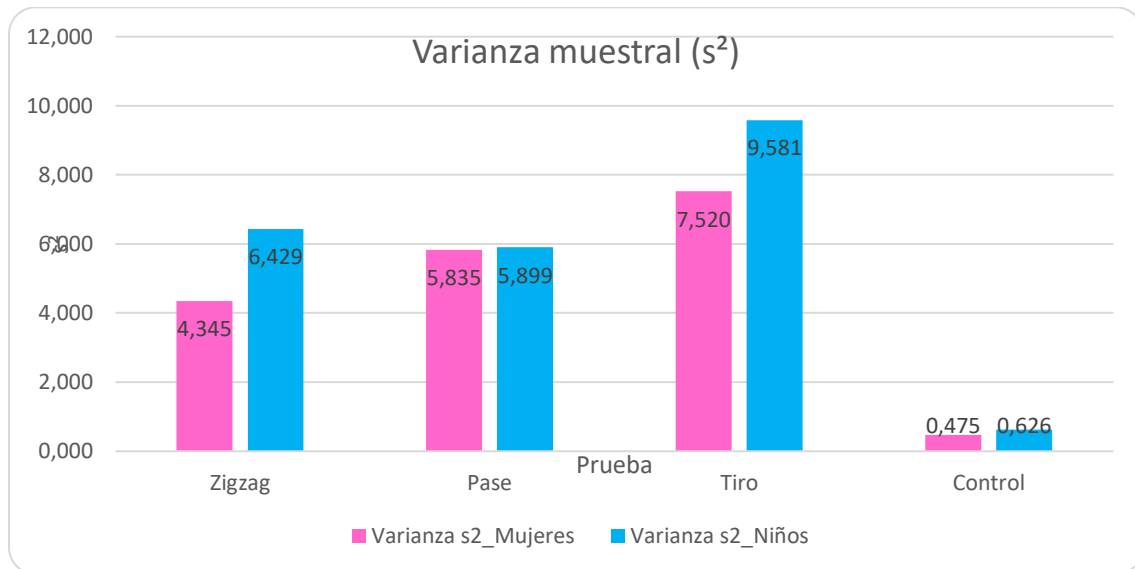
Nota: Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el análisis de la mediana se puede evidenciar que el desempeño de cada grupo en los test que fueron aplicados; En la prueba Zigzag, la mediana fue de 11.54 segundos en niños y 13.39 segundos en mujeres, nos da a entender que tienen una mayor agilidad en el grupo masculino. En el pase, los valores fueron similares (8.0 en niños y 8.5 en mujeres), pudiendo observar que existe un nivel equilibrado dentro de la precisión y el control. En el tiro o disparo a portería, los niños alcanzaron una mediana de 12 puntos frente a 10 en mujeres, evidenciando una pequeña ventaja en potencia y definición frente a la portería. Finalmente, en el control del balón, las mujeres obtuvieron una mediana de 2 frente a 1 en niños, donde podemos evidenciar que el dominio técnico en las niñas es mucho mejor. Estos resultados permiten concluir que los niños destacan en habilidades que requieren fuerza y velocidad, mientras que las mujeres sobresalen en control y presentan un rendimiento comparable en pase.

Figura 8

Varianza muestral (s^2) por prueba y sexo



Nota: Elaboración propia

Análisis de resultados:

En el análisis de la varianza muestral (s^2) nos permitió identificar el grado de dispersión en el rendimiento de los estudiantes en cada uno de los diferentes test. En el test de Zigzag, la varianza fue mayor en niños (6.43) que en mujeres (4.35), lo que indica que, aunque los niños son más rápidos, se puede observar diferencias más marcadas entre ellos. En el pase, las varianzas fueron similares (5.90 en niños y 5.83 en mujeres), pudiendo observarse una consistencia comparable en la precisión. En el tiro, la varianza más alta en niños (9.58 frente a 7.52 en mujeres) observándose una mayor heterogeneidad en la potencia y definición del grupo masculino. Finalmente, en el control, las mujeres mostraron menor dispersión (0.48) frente a los niños (0.63), lo que confirma un dominio técnico más uniforme en ellas. Estos resultados sugieren que las habilidades de fuerza y velocidad presentan mayor variabilidad en los niños, mientras que las mujeres son más homogéneas en control y pase.

CAPÍTULO V

PROPUESTA ALTERNATIVA

5.1. Título de la propuesta

Fútbol en Acción: guía metodológica para fortalecer habilidades motrices específicas (pase, control, conducción y tiro).

5.2. Justificación e importancia

El diagnóstico realizado evidenció que una parte considerable del estudiantado se ubica en niveles regular en pruebas de agilidad, pase y tiro, y que aún existe un margen amplio de mejora en control y precisión. Esta realidad no es un “déficit del estudiante”, sino una oportunidad pedagógica: con sesiones planificadas, juegos modificados y evaluación formativa, el fútbol escolar puede convertirse en un medio didáctico potente para desarrollar coordinación ojo-pie, agilidad, toma de decisiones y confianza motriz.

“Fútbol en Acción” propone una ruta clara y realista de ocho semanas, adaptable a la carga horaria institucional, que integra actividades lúdicas, diferenciación por niveles y metas observables. El foco no es ganar partidos, sino aprender movimientos de calidad, disfrutar el juego y mejorar progresivamente los indicadores de pase, control, conducción y tiro. La propuesta además fortalece habilidades socioemocionales y aporta a un clima de aula inclusivo y motivador.

5.3. Objetivos

5.3.1. Objetivo general

Diseñar una guía metodológica basada en el fútbol escolar que fortalezca las habilidades motrices específicas del pase, control, conducción y tiro.

5.3.2. Objetivos específicos

- Seleccionar juegos futbolizados con enfoque lúdico que aumenten la calidad y la toma de decisiones.
- Diseñar fichas con instrucciones claras, reglas definidas, objetivos medibles por habilidad y recomendaciones de inclusión para su aplicación en Educación Física.
- Promover la participación activa de los estudiantes con roles rotativos y misiones de equipo que fortalezcan el trabajo colaborativo, el autocontrol y el respeto entre pares.

5.4. Ubicación sectorial y física

País: Ecuador

Provincia: Esmeraldas

Cantón: Esmeraldas

Beneficiarios:

Directos: estudiantes de 7mo año de educación básica.

Indirectos: docentes de Educación Física y familias (mejora de hábitos activos y convivencia).

5.5. Desarrollo de la Propuesta:

La presente propuesta articula las dos variables trabajadas en la investigación: el fútbol escolar como estrategia lúdica y la mejora de habilidades motrices específicas (pase, control, conducción y tiro) como vía para trabajar las habilidades motrices específicas. La intervención se entrega en formato digital y físico con fichas listas para usar y material visual que facilitan la aplicación por parte del docente

Enlace: <https://n9.cl/gmdgv>

FÚTBOL EN ACCIÓN

Guía metodológica para fortalecer
habilidades motrices específicas
(pase, control, conducción y tiro)



MURILLO FALCONES
JORDY JOE

2026



INTRODUCCIÓN



El presente documento tiene como objetivo presentar una metodología práctica para el desarrollo de las habilidades motrices específicas a través de la enseñanza de los fundamentos técnicos esenciales en el fútbol escolar: pase, control, conducción y definición al arco. Estas habilidades constituyen la base del rendimiento individual y colectivo, y su correcta ejecución permite desarrollar un juego fluido, preciso y eficaz.

La propuesta se fundamenta en ejercicios progresivos que combinan técnica, toma de decisiones y situaciones simuladas de juego real. Cada método busca no solo la repetición mecánica, sino también la comprensión del gesto técnico y su aplicación en contextos dinámicos.

Este material está dirigido a docentes de Educación Física y orientado para su aplicación con niños de 12 años, asegurando que las actividades se adapten a su nivel de desarrollo técnico y cognitivo.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS

Pase: Métodos como el triángulo dinámico, rombo con comodines y rondos fomentan precisión y velocidad.

Control: Ejercicios de zigzag y control orientado bajo presión desarrollan recepción eficaz.

Conducción: Zigzag técnico y regate en carrera mejoran manejo del balón en movimiento.

Definición: Ejercicios de tiro tras control, 1 vs 1 y el triángulo letal fortalecen la finalización.





METODOLOGÍA



Método del juego:

El método del juego es una estrategia pedagógica que consiste en enseñar las habilidades técnicas y tácticas del fútbol mediante situaciones que simulan el contexto real del juego. A diferencia del enfoque analítico, que fragmenta los gestos técnicos en ejercicios aislados, este método integra la técnica con la toma de decisiones, la percepción del entorno y la interacción con otros jugadores.

Su aplicación se fundamenta en principios del aprendizaje significativo, donde el jugador comprende el "para qué" y el "cómo" de cada acción dentro de un escenario dinámico. De esta manera, se favorece el desarrollo simultáneo de capacidades motrices, cognitivas y socioafectivas.

Razones para el uso de esta metodología:

Promueve la transferencia al juego real, al entrenar en condiciones similares a las que se presentan en la competencia.

Estimula la toma de decisiones y la visión de juego, aspectos esenciales en el fútbol moderno.

Incrementa la motivación y el interés, al incorporar dinámicas lúdicas que resultan atractivas para niños de 12 años.

Favorece el aprendizaje integral, combinando técnica, táctica y valores como cooperación y respeto.

Este enfoque garantiza que las habilidades de pase, control, conducción y definición al arco se desarrollen no solo desde la ejecución mecánica, sino también desde la comprensión y aplicación en situaciones reales.





INDICE



Introducción y Fundamentos técnicos del fútbol	2
Metodología	3
Ejercicios	
1. Pase	5
• 1: Pase y control orientado en triángulo dinámico	6
• 2: Pase en rombo con presión y comodines	7
• 3: Pase y recepción orientada en cuadrado con transición	8
• 4: Pase en líneas con presión escalonada	9
• 5: Rondo Largo con Pases Orientados y Presión en Banda	10
2. Conducción	11
• 6: Zigzag con conos y pase final	12
• 7: Zigzag con conducción + recepción bajo presión	13
• 8: Zigzag + Pase + Control Orientado	14
• 9: Zigzag con Doble Control + Pase Largo	15
• 10: Zigzag Técnico con Oposición Pasiva	16
3. Control	17
• 11: Control orientado en triángulo con presión progresiva	18
• 12: Control y pase orientado en doble cuadrado con transición	19
• 13: Control orientado en rondo 6 vs 2 con enfoque en recepción	20
• 14: Control orientado y recepción bajo presión en línea con presión escalonada	21
• 15: Control orientado en espacio amplio con presión en bandas	22
4. Definición al arco	23
• 16: Tiro tras control orientado	24
• 17: El Cazador de Conos	25
• 18: El 1 contra 1 de finalización	26
• 19: Tiro con regate en carrera	27
• 20: El Triángulo Letal	28



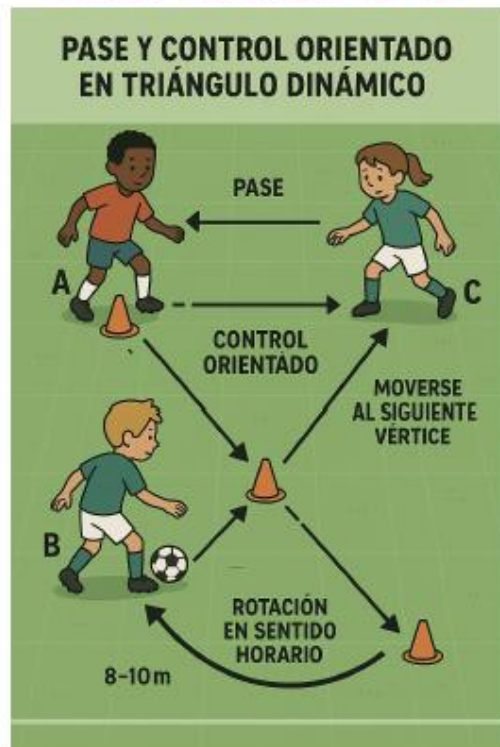
PASE



- 1: Pase y Control Orientado en Triángulo Dinámico
- 2: Pase en Rombo con Presión y Comodines
- 3: Pase y Recepción Orientada en Cuadrado con Transición
- 4: Pase en Líneas con Presión Escalonada
- 5: Rondo Largo con Pases Orientados y Presión en Banda



JUEGO #1 PASE Y CONTROL ORIENTADO EN TRIÁNGULO DINÁMICO



OBJETIVO: Desarrollar la precisión y velocidad en el pase bajo presión. Pulir el control orientado para acelerar la circulación. Fortalecer la recepción técnica con apoyo y movilidad. Fomentar la comunicación y la sincronización entre jugadores. Incrementar la capacidad de toma rápida de decisiones.

DURACIÓN: 5 series de 5 minutos con 1 minuto de descanso entre series

INSTRUCCIONES: Formar triángulos de 3 jugadores a 7 metros de distancia. Dos jugadores en la base, uno en el vértice para recibir y devolver. El jugador en el vértice recibe, controla orientado y pasa rápido. Los jugadores deben moverse constantemente para generar líneas. Se incorpora un defensor que presiona el pase y recepción. Si el defensor roba o el balón sale, se cambia con el jugador. Alternar vértice para que todos practiquen recepción bajo presión. Aumentar intensidad y rapidez progresivamente.

REGLAS: Máximo 2 toques (control + pase). El control debe orientarse hacia la línea de pase. Pase raso y dirigido, sin globos. Si el defensor intercepta, cambio inmediato. El pase debe ser preciso y no forzado. Comunicación verbal o gestual obligatoria. Rotar jugadores cada vez que se pierda el balón. Si el pase es lento o impreciso, se repite la acción. Los jugadores deben mantenerse en constante movimiento. Se evalúa técnica y rapidez en la recepción y pase.

6

JUEGO # 2, PASE EN ROMBO CON PRESIÓN Y COMODINES



OBJETIVO: Potenciar la coordinación técnica para pases rápidos y control orientado. Fortalecer la recepción en situaciones de presión variable. Favorecer la visión periférica y uso de comodines para amplitud. Desarrollar el juego en espacios reducidos y abiertos. Incrementar la precisión en los pases.

DURACIÓN: 6 series de 4 minutos con 90 segundos de descanso.

INSTRUCCIONES: Formar un rombo con 4 jugadores, más 2 comodines en las bandas. Los jugadores pasan el balón entre sí bajo presión de 2 defensores. Comodines solo pueden usar un toque y sirven para abrir juego. El jugador que recibe debe controlar orientado hacia un pase claro. Rotar los defensores y comodines cada 2 minutos. Cuando se alcanza 8 pases consecutivos, se añade un defensor más. El balón debe circular rápido con pases raso y precisos. Aumentar la intensidad en las últimas series.

REGLAS: Máximo 2 toques por jugador (control + pase). Control orientado obligatorio hacia la línea de pase. Pase raso y fuerte, sin globos. Comodines solo 1 toque. Si hay pérdida, el último jugador toca pasa como defensor. El balón no debe salir del rombo. Comunicación constante entre jugadores. Rotar posiciones para todos los roles. Pase al comodín solo tras 3 pases consecutivos. El entrenador controla errores y presión defensiva.

JUEGO #3 PASE Y RECEPCIÓN ORIENTADA EN CUADRADO CON TRANSICIÓN



OBJETIVO: Desarrollar control orientado para salida rápida y cambio de juego. Fortalecer la precisión del pase en situaciones de transición. Fomentar la movilidad y la toma rápida de decisiones técnicas. Incrementar la coordinación entre jugadores para juego en amplitud. Potenciar la recepción bajo presión con orientación correcta.

DURACIÓN: 4 series de 7 minutos, con 2 minutos de recuperación

INSTRUCCIONES: Crear un cuadrado de 8x8 metros con 6 jugadores adentro y 2 fuera. Los 6 jugadores mantienen posesión con 2 defensores activos. Los jugadores de afuera actúan como comodines para cambio rápido. El control debe estar orientado hacia el pase siguiente, preferiblemente a comodín. El balón debe circular rápido y con precisión.

Cada vez que el balón llegue a comodín, se inicia nueva circulación. Rotar a los defensores y comodines cada 3 minutos. Aumentar intensidad y exigencia técnica en últimas series.

REGLAS: Máximo 2 toques: control + pase. Control orientado hacia zona libre o comodín. Pase raso y dirigido, sin globos. Comodines con 1 toque máximo. Si el balón sale, reiniciar posesión. Cambio de roles tras pérdida. Comunicación y movimiento constantes. Pase a comodín solo tras 4 pases seguidos. Presión activa de defensores. Evaluar técnica, velocidad y coordinación

JUEGO: #4 PASE EN LÍNEAS CON PRESIÓN ESCALONADA



OBJETIVO: Fortalecer la recepción orientada en progresión ofensiva. Desarrollar la técnica de pase bajo presión creciente. Potenciar la coordinación técnica para juego vertical y horizontal. Fomentar la movilidad y toma de decisión rápida.

Simular situaciones reales de juego con presión creciente.

DURACIÓN: 5 series de 6 minutos, con 90 segundos de descanso.

INSTRUCCIONES: Organizar 3 líneas de 3 jugadores (defensa, medio, ataque). Los jugadores deben pasar y controlar orientados entre líneas. Defensores presionan primero línea defensa, luego media, etc. Cada pase debe estar precedido por un control orientado. La presión aumenta gradualmente cada 2 minutos. Rotar posiciones cada serie para variedad.

El balón debe avanzar con precisión y rapidez. El equipo contrario intentará robar balón con presión activa.

REGLAS: Control orientado obligatorio antes del pase. Máximo 2 toques (control + pase). Pase es raso y fuerte. Si el balón es interceptado, cambio de roles inmediato. No se permite pase hacia atrás sin control orientado. La presión se incrementa cada 2 minutos. Cada línea debe mantener comunicación continua. Rotación obligatoria de roles tras pérdida o final de serie. Se contabilizan pases exitosos para evaluación. El entrenador supervisa técnica y presión

JUEGO #5 RONDO LARGO CON PASES ORIENTADOS Y PRESIÓN EN BANDA



OBJETIVO: Fomentar el control orientado en pases largos con precisión técnica. Mejorar la recepción bajo presión lateral.

Desarrollar la coordinación y movilidad en espacio amplio. Potenciar la toma de decisión rápida en juego posicional. Incrementar la capacidad de mantener posesión con pases variados.

DURACIÓN: 3 series de 8 minutos, con 3 minutos de descanso.

INSTRUCCIONES: Formar un rectángulo amplio (20x10 metros) con 8 jugadores dentro. 2 jugadores presionan en las bandas, 6 mantienen posesión. El pase debe ser orientado para llegar a compañero en zona libre. Controlar y pasar rápidamente para evitar presión. Rotar cada 3 minutos. El balón no debe ser retenido más de 3 segundos. Si se pierde el balón, jugador que pierde pasa a defensa. Fomentar pases variados: cortos, largos y diagonales.

REGLAS: Máximo 2 toques (control + pase). Control orientado obligatorio para facilitar pase. Pase debe ser raso, dirigido y fuerte. Presión constante en las bandas. No se permite pase al jugador inmediatamente anterior. El balón no debe tocar el suelo fuera del rectángulo. Si el balón sale, reinicio desde defensor. Cambio de roles tras pérdida. Comunicación permanente entre jugadores. Se contabilizan errores de control y pase.



CONDUCCIÓN



2. Conducción

- 6: Zigzag con Conos y Pase Final
- 7: Zigzag con Conducción + Recepción bajo Presión
- 8: Zigzag + Pase + Control Orientado
- 9: Zigzag con Doble Control + Pase Largo
- 10: Zigzag Técnico con Oposición Pasiva
- 11: Tiro con Regate en Carrera



* JUEGO #6 ZIGZAG CON CONOS Y PASE FINAL *

ZIGZAG CON CONOS Y PASE FINAL



OBJETIVO: Desarrollar el control orientado en carrera con cambios de dirección. Mejorar la precisión en el pase tras recorrido técnico. Aumentar la coordinación técnica en movimientos cortos y rápidos. Inducir el manejo del balón con ambos perfiles. Estimular el ritmo e intensidad del desplazamiento con balón.

DURACIÓN: 4 series de 6 repeticiones por jugador con 1 minuto de descanso entre series.

INSTRUCCIONES: Coloca 6 conos en zigzag separados 2 metros entre sí. Un jugador arranca con balón y conduce haciendo slalom entre conos. Salir del último cono, realiza un pase dirigido a un compañero. El receptor devuelve el pase y repite el ejercicio. Se trabaja con ambos perfiles: ida con pierna derecha, vuelta con izquierda. Dar el pase con precisión tras el control final. Cada jugador debe mirar antes de pasar para trabajar escaneo. Cambiar de compañero receptor cada serie. Corregir postura corporal durante conducción. Se puede añadir oposición pasiva en la última serie.

REGLAS: El balón debe mantenerse siempre pegado al pie. No se puede tocar el cono, si lo hace, se repite la serie. Dar pase final con la parte interior del pie. Cada jugador debe completar 6 repeticiones. Cambiar de dirección después de cada repetición. No se permite pisar el balón para cambiar de dirección. Control orientado obligatorio antes del pase final. La devolución del pase debe ser rápida. Se cuenta tiempo total por jugador para medir mejora. Conos deben respetar distancia mínima. Se anota cada error técnico para corrección posterior.

JUEGO #7: ZIGZAG CON CONDUCCIÓN + RECEPCIÓN BAJO PRESIÓN



OBJETIVO: Pulir la recepción bajo presión tras cambio de dirección. Desarrollar el control orientado tras conducción exigente. Estimular el trabajo técnico-físico bajo fatiga. Orientar en la toma de decisiones en velocidad. Aumentar el uso del escaneo visual durante el recorrido.

DURACIÓN: 3 series de 8 minutos, con 2 minutos de recuperación activa.

INSTRUCCIONES: Forma un zigzag de conos (8 conos en forma de "S") en 12 metros. El jugador conduce el balón a máxima velocidad con ambos perfiles. Saliendo del último cono, un compañero presiona ligeramente. El jugador debe controlar orientado y superar al defensor con un giro. Después del giro, realiza pase corto a un tercer compañero. Luego vuelve trotando al inicio. Cambiar de roles cada 3 repeticiones. El defensor debe presionar con intensidad media. Entrenador corrige el control, postura y visión. Repetir en ambas direcciones.

REGLAS: No se permite esquivar conos, deben hacerse todos. Cada defensor no puede entrar antes de que el jugador salga del zigzag. Control orientado obligatorio tras salida del último cono. Giro permitido: interior, exterior o con pisada. Si el jugador pierde el balón, se repite. Dar el pase final con la parte interior del pie. Cambio de defensor cada 3 repeticiones. Se evalúa el uso de ambos perfiles. No se permite frenar completamente antes del pase. El balón debe estar siempre bajo control. Se toma tiempo para evaluar mejora física-técnica.

JUEGO #8 ZIGZAG + PASE + CONTROL ORIENTADO



OBJETIVO: Entrenar el control orientado tras pase en movimiento. Pulir la conducción con cambios de dirección controlados. Fortalecer la sincronización entre pase y recepción. Fomentar la anticipación y escaneo antes de recibir.

Trabajar técnica bajo condiciones variables.

DURACIÓN: 5 series de 6 repeticiones con 1:30 de descanso.

INSTRUCCIONES: Coloca 5 conos en zigzag y una marca final a 10 metros. Cada jugador A conduce el balón entre conos. Al salir, realiza pase al jugador B. El jugador B recibe con control orientado y devuelve el pase. Luego A vuelve trotando y B hace el zigzag. Se alternan constantemente. El control es orientado hacia el siguiente pase. Trabajar con ambos perfiles. Corregir detalles técnicos durante la ejecución. El ejercicio es fluido y sin pausas largas.

REGLAS: Pase solo con interior. Control orientado obligatorio antes del pase. El balón no puede tocar los conos. Si se pierde el control, se repite. Cambiar de perfil cada serie. Pase debe ser a ras del suelo. Sin contacto con el cono. Cada jugador debe completar 3 repeticiones por pierna. Pase sin mirar en última serie. No se permite pararse entre repeticiones. Puntuar precisión del pase (acierto en zona marcada)

JUEGO #9 ZIGZAG CON DOBLE CONTROL + PASE LARGO



OBJETIVO: Fomentar el control orientado en secuencias técnicas complejas. Pulir la conducción zigzag + pase largo bajo fatiga. Desarrollar la precisión a larga distancia tras control técnico. Fomentar la concentración en fases combinadas. Reforzar la coordinación corporal en movimientos múltiples.
DURACIÓN: 3 series de 10 minutos con 2 minutos de pausa.

INSTRUCCIONES: Crear dos líneas de conos en zigzag separadas por 6 metros. Cada jugador debe hacer conducción en zigzag por la primera línea. Tras salir, realizar control orientado y pase hacia la segunda línea. Repite el zigzag por la segunda línea y hace pase largo a una portería mini. Se trabaja ida y vuelta. Corregir técnica de pase largo (interior, empeine). Controlar y girar después de cada pase. Cada jugador debe tener buena postura corporal al patear. Cambiar dirección de ejercicio cada serie. Medir precisión de los pases largos.

REGLAS: Conducción con ambos pies. No se permite golpear conos. Pase largo es dirigido a mini portería. Control orientado obligatorio entre zigzags. Pase se ejecuta antes de 3 segundos tras el control. Cambiar de pie en cada serie. Pase largo válido solo si entra en portería. Penalizar si se sale del patrón de conos. Evaluar precisión y potencia. Sin pausas entre cambios de dirección. Se toma tiempo por recorrido para evaluar mejora.

JUEGO #10 ZIGZAG TÉCNICO CON OPOSICIÓN PASIVA



OBJETIVO: Mejorar el control y conducción bajo presión pasiva. Entrenar la orientación corporal en recorrido técnico. Fomentar la estabilidad técnica en desplazamiento. Desarrollar la anticipación con oposición leve. Refinar la técnica en espacios reducidos.

DURACIÓN: 5 series de 5 minutos con 1 minuto de descanso.

INSTRUCCIONES: Coloca 6 conos en zigzag con 2 metros de separación. Cada jugador conduce el balón entre los conos. Un defensor pasivo acompaña al lado sin quitar el balón. Al salir del último cono, debe proteger el balón con cuerpo. Luego realiza pase a compañero frontal. Cada defensor aumenta presión gradualmente en cada serie. Cambiar de rol cada 2 repeticiones. Evaluar orientación corporal del jugador. Se debe mantener visión del balón y defensor. Trabajar ambos perfiles.

REGLAS: El defensor no puede quitar el balón (solo simula presión). El atacante debe mantener posesión sin tocar conos. Control orientado obligatorio al salir del zigzag. Pase final solo con pierna no dominante. Si pierde el balón, repite ejercicio. El defensor aumenta intensidad progresivamente. Pase debe ser preciso a zona delimitada. Control orientado debe evitar contacto con el defensor. Cambio de roles obligatorio. Se mide precisión del pase y pérdida de posesión. Evaluar toma de decisión bajo presión



CONTROL



3. Control

- 11: Control Orientado en Triángulo con Presión Progresiva
- 12: Control y Pase Orientado en Doble Cuadrado con Transición
- 13: Control Orientado en Rondo 6 vs 2 con Enfoque en Recepción
- 14: Control Orientado y Recepción bajo Presión en Línea con Presión Escalonada
- 15: Control Orientado en Espacio Amplio con Presión en Bandas



JUEGO #11 CONTROL ORIENTADO EN TRIÁNGULO CON PRESIÓN PROGRESIVA



OBJETIVO: Mejorar la recepción orientada para facilitar la siguiente acción de pase o conducción.

Desarrollar la capacidad de controlar bajo presión de un defensor activo. Incrementar la coordinación técnica en espacios reducidos.

Potenciar la comunicación y anticipación entre jugadores. Fomentar la rapidez en el control para acelerar la circulación del balón.

DURACIÓN: 5 series de 6 minutos con 1 minuto de descanso.

INSTRUCCIONES: Formar triángulos de 3 jugadores a 6 metros de distancia. Un defensor presiona activamente al receptor del balón.

El jugador que recibe debe controlar orientado para el pase siguiente. Los otros dos jugadores deben moverse para ofrecer opciones.

Si el defensor recupera el balón, intercambia con el jugador que perdió. Se permite máximo dos toques (control + pase). Controlar la orientación para que la recepción sea siempre hacia espacio libre. Rotar roles tras cada recuperación o pérdida.

REGLAS: Control orientado obligatorio antes de pasar. Máximo 2 toques por jugador. El pase debe ser raso y dirigido. Control debe ser limpio, sin rebotes. El defensor no puede anticipar el pase antes del control. Si el balón sale, se reinicia desde el último jugador ofensivo. Si el defensor intercepta, cambia con quien perdió balón. No se permiten pases largos ni globos en el triángulo. Comunicación verbal y gestual es obligatoria. Se contabilizan errores técnicos y recuperaciones para evaluación.

JUEGO #12 CONTROL Y PASE ORIENTADO EN DOBLE CUADRADO CON TRANSICIÓN



OBJETIVO: Potenciar el control orientado en movimientos rápidos entre zonas. Mejorar la recepción bajo presión que simula situaciones reales de juego. Desarrollar la coordinación técnica en transiciones ofensivas. Aumentar la velocidad de reacción y toma de decisiones. Favorecer el trabajo en equipo y la movilidad constante.

DURACIÓN: 4 series de 7 minutos con 90 segundos de descanso

INSTRUCCIONES: Se forman dos cuadrados conectados por un pasillo de 3 metros. 4 jugadores en el primer cuadrado y 2 defensores en el pasillo. Los jugadores deben pasar y controlar orientado para cambiar de zona. El control debe estar siempre orientado hacia la salida o un compañero libre. Tras 5 pases consecutivos, deben hacer transición al segundo cuadrado. Defensores presionan intensamente para recuperar balón. Rotar defensores y jugadores tras cada transición o pérdida. El balón debe circular rápido para evitar presión defensiva.

REGLAS: Máximo 2 toques (control + pase). Control orientado obligatorio hacia zona libre. Pase debe ser raso y preciso. No se permite pase al jugador que acaba de pasar. Si el balón sale, se reinicia desde último poseedor. Si defensor recupera, intercambia con jugador que perdió balón. Control con rebote o sin orientación correcta se sanciona. Pase de primera solo permitido en transición. La comunicación constante es obligatoria. Se registran errores técnicos para análisis posterior.

JUEGO #13 CONTROL ORIENTADO EN RONDO 6 VS 2 CON ENFOQUE EN RECEPCIÓN



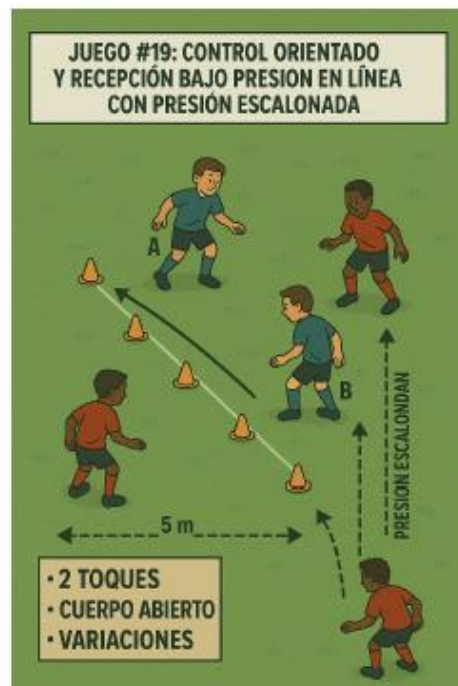
OBJETIVO: Desarrollar la técnica del control orientado bajo presión constante. Incrementar la velocidad en la recepción para acelerar la posesión. Mejorar la coordinación técnica en espacios reducidos. Fomentar la toma de decisiones rápidas y efectivas. Potenciar la resistencia mental y concentración en situaciones exigentes.

DURACIÓN: 6 series de 4 minutos con 1 minuto de descanso

INSTRUCCIONES: Formar un círculo con 6 jugadores poseedores y 2 defensores en el centro. Los jugadores deben controlar orientado para facilitar el pase siguiente. Los defensores presionan activamente para recuperar el balón. Si un defensor roba, cambia con el jugador que perdió el balón. Obligatorio controlar con orientación hacia espacio libre, no hacia defensor. La circulación del balón debe ser rápida y precisa. El jugador que recibe se mueve para abrir líneas de pase. Se aumenta la presión en series finales para elevar exigencia.

REGLAS: Control orientado obligatorio (mínimo un toque de orientación). Máximo 2 toques (control + pase). Pase raso y fuerte para evitar interceptación. El defensor no puede anticipar el balón antes del control. Pase de primera no está permitido en primeras 3 series. Si el balón sale del círculo, se reinicia desde jugador ofensivo. Rotar defensores tras cada recuperación. Comunicación y movilidad son obligatorias. El jugador que pierde balón pasa a defensor. Se registra precisión técnica para evaluación.

JUEGO #14 CONTROL, ORIENTADO Y RECEPCIÓN BAJO PRESIÓN EN LÍNEA CON PRESIÓN ESCALONADA



OBJETIVO: Mejorar la recepción y control orientado en progresión vertical. Incrementar la coordinación técnica bajo presión creciente. Potenciar la rapidez de reacción y desplazamiento. Fomentar la comunicación y lectura del juego. Simular situaciones reales de juego con defensores activos.

DURACIÓN: 5 series de 6 minutos con 90 segundos de descanso.

INSTRUCCIONES: Organizar 3 líneas (defensa, medio, ataque) de 3 jugadores cada una. El balón debe pasar de línea en línea con control orientado. Presión de defensores aumenta progresivamente en cada línea. Cada control debe estar orientado para facilitar siguiente pase. Los jugadores deben moverse para ofrecer línea de pase clara. Rotar defensores y roles cada 2 minutos.

El balón no puede ser retenido más de 3 segundos. Aumentar intensidad de presión en las últimas series.

REGLAS: Control orientado obligatorio antes de pasar. Máximo 2 toques por jugador. Pase debe ser fuerte y raso. No se permiten pases hacia atrás sin control orientado. Si balón es interceptado, roles se intercambian. Presión escalonada obligatoria según línea. Comunicación constante entre jugadores. Movilidad permanente para generar líneas. Se registra número de pases exitosos y errores técnicos. No hay conducción prolongada (>3 segundos)

JUEGO #15 CONTROL ORIENTADO EN ESPACIO AMPLIO CON PRESIÓN EN BANDAS



OBJETIVO: Estimular el control orientado en recepción de pases largos y diagonales. trabajar la coordinación técnica para dominar bajo presión lateral. Incrementar la toma rápida de decisiones en espacios amplios. Fomentar la movilidad y comunicación en situaciones de posesión. Desarrollar la capacidad para mantener la posesión en situaciones complejas.

DURACIÓN: 3 series de 8 minutos con 3 minutos de recuperación

INSTRUCCIONES: Formar un rectángulo de 20x12 metros con 8 jugadores en posesión. 2 defensores presionan en las bandas para dificultar control. Los jugadores deben controlar orientado y pasar rápido para liberar presión. El balón no debe quedarse más de 3 segundos en un jugador. Rotar defensores cada 3 minutos. Se fomentan pases cortos, largos y diagonales.

Si balón sale o es perdido, el jugador que falló pasa a defensor. Se potencia la comunicación y el movimiento continuo

REGLAS: Control orientado obligatorio antes del pase. Máximo 2 toques por jugador. Pase debe ser raso y dirigido. Presión constante en las bandas. No se permite pase al último poseedor inmediatamente. Balón fuera = reinicio desde defensor. Cambios de roles tras pérdida. Movilidad y comunicación obligatorias. Prohibido pase sin control orientado previo. Se evalúa precisión, técnica y rapidez.

★ DEFINICIÓN AL ARCO ★

4. Definición al Arco

- 16: Tiro tras Control Orientado
- 17: Tiro con Regate en Carrera
- 18: El Cazador de Conos
- 19: El 1 contra 1 de Finalización
- 20: El Triángulo Letal



JUEGO #16 TIRO TRAS CONTROL ORIENTADO



OBJETIVO: Mejorar la habilidad de recibir un pase y, en un solo movimiento, dirigir el balón hacia la portería para disparar.

DURACIÓN: 5-10 repeticiones por jugador, 2-3 series.

INSTRUCCIONES: El jugador se posiciona frente a un compañero o el entrenador. El compañero realiza un pase al aire o al suelo para que el jugador lo remate de volea o al primer toque, sin que bote o con un solo bote. El objetivo es golpear con el empeine del pie para un tiro potente y preciso. Se debe mantener la vista en el balón y el cuerpo equilibrado para conseguir estabilidad y potencia.

REGLA: El jugador debe golpear el balón sin que este bote antes del contacto con el pie, o bien, después de un bote muy rápido.

JUEGO #17 EL CAZADOR DE CONOS



Un ejercicio ideal y divertido que fomenta la puntería y la competencia.
OBJETIVO: Aumentar la precisión del tiro, apuntando a un objetivo específico en lugar de solo a la portería.
DURACIÓN: 10-15 minutos.

INSTRUCCIONES: Divide al grupo en dos equipos. Coloca dos o tres conos dentro de la portería, en lugares estratégicos (por ejemplo, en las esquinas o en el centro). Los jugadores se turnan para tirar desde una distancia predeterminada. Cada cono derribado suma un punto para el equipo.

REGLAS: Cada jugador tiene 3 oportunidades para derribar los conos. El equipo o jugador que derriba más conos gana.

JUEGO #18 EL 1 CONTRA 1 DE FINALIZACIÓN



Este ejercicio simula una situación de partido y mejora la capacidad de tomar decisiones bajo presión y el tiro en movimiento.

OBJETIVO: Desarrollar la habilidad de regatear y tirar a puerta en un escenario real de juego, mejorando la confianza del jugador en el 1 contra 1.

DURACIÓN: 15-20 minutos, rotando a los jugadores.

INSTRUCCIONES: Coloca dos filas de jugadores, una de atacantes y otra de defensores, a unos 20 metros de la portería. El entrenador pasa un balón a la primera persona en la fila de atacantes. Al mismo tiempo, la primera persona en la fila de defensores corre para presionar al atacante. El atacante debe intentar regatear al defensor y tirar a puerta.

REGLAS: Un jugador ataca y otro defiende. El atacante tiene un tiempo límite (por ejemplo, 10 segundos) para tirar a puerta después de recibir el balón. El defensor no puede robar el balón por detrás.

JUEGO #19 TIRO CON REGATE EN CARRERA



OBJETIVO: Desarrollar la capacidad de driblar, superar a un defensor (simulado) y finalizar con un tiro.

DURACIÓN: Realizar el ejercicio varias veces, alternando lados, hasta que los jugadores muestren consistencia en Dribling y ejecución del tiro.

INSTRUCCIONES: El jugador sale en carrera, driblando alrededor de conos o una marca que simula un defensor. Luego, acelera y efectúa un tiro a portería

REGLA: El jugador debe driblar hasta una distancia de tiro y luego disparar antes de ser bloqueado

JUEGO #11 TIRO CON REGATE EN CARRERA



OBJETIVO: Desarrollar la capacidad de driblar, superar a un defensor (simulado) y finalizar con un tiro.

DURACIÓN: Realizar el ejercicio varias veces, alternando lados, hasta que los jugadores muestren consistencia en Dribling y ejecución del tiro.

INSTRUCCIONES: El jugador sale en carrera, driblando alrededor de conos o una marca que simula un defensor. Luego, acelera y efectúa un tiro a portería

REGLA: El jugador debe driblar hasta una distancia de tiro y luego disparar antes de ser bloqueado

JUEGO #20 EL TRIÁNGULO LETAL



OBJETIVO: Trabajar el desmarque y la definición en movimiento.
DURACIÓN: 15 minutos.

INSTRUCCIONES: Forma grupos de tres jugadores. Dos jugadores se sitúan en los vértices superiores de un triángulo y uno en el vértice inferior (cerca del área). El jugador del vértice superior derecho pasa el balón al jugador del vértice superior izquierdo y corre al área. El jugador del vértice izquierdo pasa al jugador del vértice inferior, quien se la devuelve para que el primer jugador remate. Los jugadores rotan sus posiciones.

REGLAS: Tres jugadores realizan pases en forma de triángulo y el último remata.

CONCLUSIONES

El diagnóstico inicial evidenció que una parte significativa de los estudiantes del séptimo año se encuentra en niveles regulares en habilidades motrices específicas como el pase, el tiro, la conducción y el control del balón. A partir de los resultados se estima la necesidad de fortalecer estas capacidades desde la perspectiva pedagógica, ya que este subdesarrollo no solo incide en su rendimiento físico, sino también en la autoestima y su participación activa en las clases de Educación física.

El análisis general de los resultados demostró que las habilidades con menor dominio fueron el tiro y la agilidad, mientras que el control del balón mostró un mejor rendimiento; mientras que en el análisis específico se concluye que, aunque los varones tienden a sobresalir en fuerza y agilidad, las niñas compensan con mayor control y técnica, especialmente en habilidades que requieren coordinación fina.

El diseño de la guía metodológica “Fútbol en Acción” resulta pertinente en cuanto a las necesidades detectadas en el diagnóstico. Esta propuesta, basada en actividades lúdicas y juegos predeportivos, se diferencia por niveles y estrategias de inclusión, siendo una herramienta viable para el desarrollo integral del estudiante, al combinar el aprendizaje técnico del fútbol escolar con el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y cognitivas.

RECOMENDACIONES

Se recomienda implementar evaluaciones periódicas de las habilidades motrices específicas dentro de las clases de Educación Física con instrumentos estandarizados para identificar oportunamente las necesidades individuales de los alumnos y orientar de ese modo las estrategias pedagógicas más efectivas.

Se recomienda que los docentes utilicen herramientas digitales y registros sistemáticos para monitorear el avance de los estudiantes en cada habilidad motriz específica en estas edades, lo que permitirá ajustar las actividades de acuerdo con los resultados obtenidos y garantizar una mejora continuada en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Se sugiere replicar y adaptar la guía “Fútbol en acción” en otras instituciones educativas promoviendo la capacitación docente en metodologías activas y el uso del fútbol como estrategia didáctica. Esta implementación debe de ir acompañada de espacios de reflexión pedagógica que fortalezcan el rol del docente como facilitador del desarrollo motriz y deportivo y emocional del estudiante.

Referencias Bibliográficas:

- Adolescencia, C. d. (2014). *Código de la Niñez y Adolescencia* . Quito.
- Arreaga García, & et al. (2025). Evaluación de las habilidades motrices básicas en niñas gimnastas del club especializado formativo Roll&Twist. *Universidad Católica de Santiago de Guayaquil*.
- Asmal, J. X., & Echeverría, E. P. (2023). Análisis de la motricidad en niños y niñas de 10 a 11 años de edad. *Universidad Politécnica Salesiana*.
- Cermeño Martínez, B. J., & Cortina Núñez, M. D. J. (Diciembre de 2022). *Evaluación de las habilidades motrices en niños durante la práctica de fútbol, del barrio La Castellana de Montería*. Obtenido de Universidad de Córdoba: <https://repositorio.unicordoba.edu.co/entities/publication/b6631522-85c3-4e94-b5d3-8363092e0b18>
- Chazi Calle, C. E. (19 de Enero de 2022). *Mejora de las habilidades motrices básicas utilizando los fundamentos básicos del fútbol lúdico en escolares*. Obtenido de Repositorio Institucional Universidad de Cuenca: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/37752>
- Díaz, A., & Ramírez, J. (2021). El control del balón en el fútbol escolar: Técnicas y estrategias para el desarrollo motriz. *Revista de Educación Física y Deportes*, 42(2), 99-112.
- Díaz, A., & Ramírez, J. (2021). El pase en el fútbol escolar: Desarrollo de habilidades motrices y sociales en estudiantes de primaria. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 37(1), 55-68.
- Díaz, A., & Rodríguez, J. (2021). El deporte escolar como herramienta pedagógica para el desarrollo integral de los estudiantes. *Revista de Educación Física*, 39(2), 115-130.
- ECUADOR, C. D. (2008). *CONSTITUCIÓN DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR*. Quito.
- Fernández, M., & García, R. . (2023). Impacto de los programas de intervención en habilidades motrices en estudiantes de educación básica. *Revista Internacional de Ciencias de la Educación*, 18(1), 55-72.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding Motor Development: Infants, Children,*

- Adolescents, Adults (6th ed). New York: McGraw-Hill.
- García, P., & Martínez, S. (2021). La iniciación deportiva en el fútbol escolar: Impacto en la motricidad y el desarrollo físico de los estudiantes. *Revista de Educación Física*, 42(1), 45-58.
- García, P., & Pérez, R. (2020). La práctica del fútbol escolar como herramienta de desarrollo integral en la educación básica. *Revista de Educación Física y Deporte*, 35(2), 98-110.
- García, P., & Sánchez, R. (2019). La importancia del fútbol en el desarrollo de la motricidad gruesa en la educación básica. *Educación y Salud*, 33(4), 234-247.
- González, A., & López, M. (2021). El tiro en el fútbol escolar: Desarrollo de habilidades motrices y control emocional. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 38(2), 101-115.
- González, A., & Martínez, S. (2020). El fútbol escolar como herramienta para la integración social y motriz de los estudiantes. *Revista Iberoamericana de Educación Física*, 38(4), 102-116.
- González, A., & Martínez, S. (2021). Estilos de enseñanza en el fútbol escolar: Un enfoque integrado para el desarrollo motriz y social. *Revista de Educación Física y Deportes*, 42(3), 101-115.
- González, A., & Martínez, S. (2021). La resolución de problemas en el fútbol escolar: Fomentando el pensamiento estratégico en los estudiantes. *Journal of Sports Education*, 34(2), 90-104.
- Hernández, F., & García, P. (2020). El impacto de los juegos predeportivos en el desarrollo motriz de los estudiantes. *Revista de Educación Física y Deportes*, 42(3), 110-123.
- Hernández, F., & García, P. (2021). Aprendizaje activo en el fútbol escolar: Estrategias para mejorar las habilidades motrices. *Revista de Educación Física*, 42(2), 102-115.
- Hernández, F., & Martínez, P. . (2021). El impacto de las habilidades motrices básicas en el desarrollo físico y deportivo de los estudiantes. *Revista de Educación Física*, 42(1), 85-98.
- Hernández, F., & Martínez, P. (2021). Investigación educativa exploratoria: Un enfoque para el análisis de la intervención deportiva en la escuela. *Revista de Investigación Educativa*, 44(2), 123-135.
- Hernández, F., & Martínez, R. . (2020). El fútbol escolar como herramienta para el desarrollo físico y social de los estudiantes. *Revista de Educación Física y Deportes*, 42(1), 68-80.
- Hernández, F., & Pérez, J. . (2021). Desarrollo de las habilidades motrices básicas en la educación

- primaria. *Revista de Educación Física*, 42(1), 66-79.
- Hernández, F., & Pérez, J. (2021). Investigación descriptiva en el ámbito educativo: Aplicaciones y beneficios para el análisis de programas deportivos. *Revista de Psicología Educativa*, 42(1), 89-100.
- Hernández, F., & Rodríguez, P. . (2021). Investigación propositiva en educación física: Estrategias para mejorar la enseñanza deportiva en las escuelas. *Revista de Psicología Educativa*, 42(3), 114-126.
- Hernández, F., & Sánchez, P. (2020). La precisión motriz en la iniciación deportiva: Su impacto en el rendimiento físico y técnico. *Revista de Psicología del Deporte*, 31(2), 95-107.
- Hernández, F., & Sánchez, P. (2021). El fútbol como actividad física: Impacto en la motricidad y la salud de los estudiantes. *Revista de Educación Física y Salud*, 40(2), 89-100.
- Hernández, F., & Torres, J. (2020). El impacto del fútbol escolar en la condición física de los estudiantes de secundaria. *Journal of Sports Education*, 25(4), 112-125.
- Herrera, J., & López, M. . (2021). Desarrollo de habilidades motrices a través del fútbol escolar: Un análisis pedagógico. *Educación Física y Deportes*, 40(3), 89-100.
- Herrera, J., & López, M. (2021). Desarrollo de habilidades motrices a través del fútbol escolar: Un análisis pedagógico. *Educación Física y Deportes*, 40(3), 89-100.
- Herrera, J., & Pérez, F. (2022). Desarrollo de habilidades motrices en estudiantes de secundaria: Un enfoque práctico para la mejora del rendimiento físico. *Revista de Psicología y Educación*, 41(3), 89-103.
- Intercultural, L. O. (2015). *Ley Orgánica de Educación Intercultural* . Quito.
- López, M., & García, C. (2022). Impacto del fútbol escolar en el desarrollo motriz de los estudiantes. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 39(3), 202-218.
- López, M., & García, P. . (2020). El control con el pie en el fútbol escolar: Una base para el desarrollo de habilidades motrices. *Revista de Psicología del Deporte*, 35(1), 66-78.
- López, M., & García, P. (2021). La técnica del pase en el fútbol: Un enfoque pedagógico en la educación básica. *Educación Física y Desarrollo*, 42(3), 90-104.

- López, M., & Martínez, A. (2020). La enseñanza de los fundamentos técnicos del fútbol en la educación primaria. *Revista Latinoamericana de Investigación en Educación Física*, 28(2), 88-101.
- López, M., & Martínez, R. (2021). Fútbol escolar y hábitos de vida saludables: Beneficios a largo plazo. *Journal of Sports Education*, 30(3), 112-126.
- López, M., & Pérez, R. . (2020). Las capacidades coordinativas en la iniciación deportiva: Desarrollo y aplicaciones en la educación física. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(3), 98-112.
- López, M., & Pérez, R. . (2020). Las capacidades coordinativas en la iniciación deportiva: Desarrollo y aplicaciones en la educación física. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(3), 98-112.
- López, M., & Pérez, R. (2020). El estilo participativo en el fútbol escolar: Promoviendo la participación activa y el trabajo en equipo. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 39(2), 112-125.
- López, M., & Pérez, R. (2021). Métodos de enseñanza para el fútbol escolar: Un enfoque dinámico y participativo. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(3), 112-125.
- López, M., & Rodríguez, A. (2020). La iniciación deportiva en la educación básica: Enfoques, beneficios y desafíos. *Revista de Psicología y Educación*, 45(2), 113-125.
- López, M., & Rodríguez, F. . (2022). Aspectos psicológicos del tiro en el fútbol escolar: La gestión emocional en situaciones de presión. *Revista de Psicología y Educación*, 45(2), 128-142.
- López, M., & Rodríguez, J. . (2020). Desarrollo de habilidades motrices básicas en la educación primaria: Fundamentos y aplicaciones en el fútbol escolar. *Revista de Psicología Educativa*, 41(2), 112-125.
- López, M., & Rodríguez, J. (2020). Desarrollo de habilidades motrices básicas en la educación primaria: Fundamentos y aplicaciones en el fútbol escolar. *Revista de Psicología Educativa*, 41(2), 112-125.
- López, M., & Rodríguez, J. (2021). Desarrollo de la coordinación ojo-pie en la educación física escolar. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(2), 111-124.
- López, M., & Rodríguez, L. . (2020). El enfoque metodológico en el fútbol escolar: Inclusión y desarrollo motriz. *Journal of Sports Education*, 31(3), 101-115.

- López, M., & Sánchez, J. . (2020). El papel de la investigación exploratoria en la educación física escolar: Un análisis de impacto a través del deporte. *Journal of Sports Education*, 32(1), 77-88.
- López, M., & Sánchez, J. . (2021). La conducción del balón y la toma de decisiones en el fútbol escolar: Estrategias para el desarrollo táctico de los estudiantes. *Revista Mexicana de Educación Física*, 42(1), 101-114.
- López, M., & Sánchez, J. (2020). El control del balón en el fútbol escolar: Su influencia en el desarrollo emocional y social de los estudiantes. *Revista Internacional de Psicología y Educación*, 44(1), 67-80.
- López, M., & Sánchez, J. (s/f). Métodos de enseñanza para el fútbol escolar: Un enfoque dinámico y participativo. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(3), 112-125.
- López-Muñoz, A., & Rodríguez, C. . (2021). Impacto del fútbol escolar en el desarrollo emocional y social de los estudiantes. *Revista Internacional de Psicología y Educación*, 42(1), 98-112.
- Martínez, F. (2020). Deportes de equipo en el ámbito escolar: Fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades sociales. . *Journal of Educational Sports*, 22(3), 56-71.
- Martínez, F., & Fernández, J. . (2020). Técnicas de tiro en el fútbol escolar: Un análisis de su impacto en el rendimiento físico y psicológico de los estudiantes. *Journal of Sports Education*, 33(1), 45-58.
- Martínez, F., & Fernández, J. . (2022). El control con el muslo y el pecho en el fútbol escolar: Desarrollo y técnicas de ejecución. *Journal of Sports Education*, 31(4), 132-145.
- Martínez, F., & García, L. . (2021). Estilos de enseñanza en el fútbol escolar: Del control a la autonomía. *Revista Mexicana de Educación Física*, 41(2), 78-90.
- Martínez, F., & García, R. (2022). Enseñar fútbol jugando: Estrategias pedagógicas en el ámbito escolar. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(1), 45-59.
- Martínez, F., & López, G. (2022). Fútbol escolar: Gestión emocional y trabajo en equipo en los jóvenes. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 30(1), 56-68.
- Martínez, F., & Sánchez, R. (2022). La práctica del pase largo en el fútbol escolar y su impacto en la cooperación entre jugadores. *Revista de Psicología y Educación*, 45(2), 132-146.

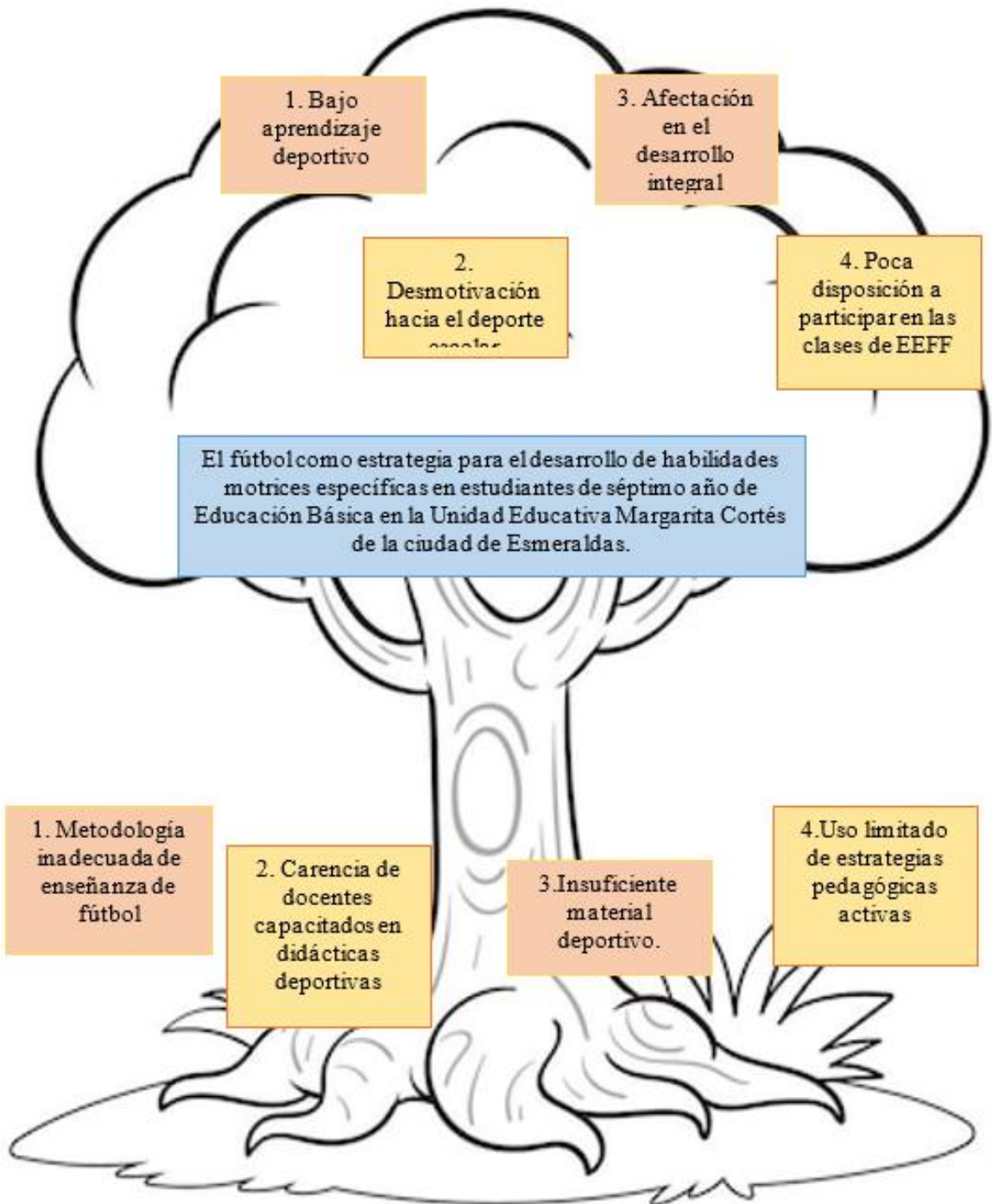
- Martínez, J., & Fernández, P. . (2020). La conducción rápida y controlada en el fútbol escolar: Impacto en el rendimiento físico y táctico de los estudiantes. *Journal of Sports Education*, 28(4), 92-105.
- Martínez, J., & García, L. . (2020). El fútbol y su impacto en el desarrollo emocional y físico de los estudiantes en la educación básica. *Revista Latinoamericana de Investigación Educativa*, 22(5), 140-152.
- Martínez, J., & García, L. (2021). Capacidades coordinativas y su impacto en el rendimiento deportivo. *Journal of Sports Education*, 33(2), 101-115.
- Martínez, J., & López, D. . (2021). Fútbol escolar y su relación con el desarrollo de habilidades socioemocionales en niños y adolescentes. *Journal of Sports Education*, 24(1), 45-58.
- Martínez, J., & Sánchez, L. (2020). Refuerzo positivo en el fútbol escolar: Impacto en la motivación y el rendimiento de los estudiantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 31(2), 118-132.
- Peña Cano, D., & et al. (2023). Habilidades motrices básicas en escolares de una institución educativa de Medellín-Colombia. *VIREF Revista de Educación Física*, 12.
- Pérez, J., & Rodríguez, A. . (2021). La enseñanza del fútbol en la escuela: Del trabajo técnico a la integración social. *Revista Latinoamericana de Investigación Educativa*, 38(4), 112-125.
- Pérez, J., & Rodríguez, A. . (2022). Fútbol y motricidad gruesa en la educación básica: Un enfoque integral. *Revista Mexicana de Educación Física*, 43(1), 75-88.
- Pérez, J., & Rodríguez, L. . (2022). Juegos modificados en el fútbol escolar: Estrategias para fomentar la participación activa y el aprendizaje cooperativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 40(1), 34-47.
- Pérez, J., & Rodríguez, L. . (2020). El pase corto y su influencia en la coordinación y precisión de los estudiantes en el fútbol escolar. *Journal of Sports Education*, 30(4), 85-98.
- Pérez, J., & Rodríguez, L. . (2021). El trabajo en equipo en el fútbol escolar: Estrategias para el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes. *Educación Física y Salud*, 38(3), 102-116.
- Pérez, J., & Rodríguez, L. . (2021). La importancia de los juegos predeportivos en la enseñanza del fútbol escolar. *Journal of Sports Education*, 33(1), 56-68.

- Pérez, J., & Rodríguez, L. (2021). El control del balón en el fútbol escolar y su impacto en el trabajo en equipo. *Revista Latinoamericana de Investigación en Educación Física*, 38(2), 105-118.
- Pérez, R., & García, L. (2022). Investigación de campo exploratoria en la educación física: Aplicaciones y beneficios en la enseñanza del fútbol escolar. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 42(1), 101-115.
- Pérez, R., & Gómez, C. . (2021). El tiro con el interior del pie en el fútbol escolar: Claves para mejorar la precisión y la coordinación. *Revista Mexicana de Psicología Educativa*, 41(4), 102-118.
- Pérez, R., & Rodríguez, A. . (2021). El desarrollo de las capacidades coordinativas en la infancia: Implicaciones para el deporte y la actividad física. *Revista Latinoamericana de Investigación Educativa*, 39(4), 124-137.
- Pérez, R., & Rodríguez, L. . (2022). La conducción del balón en espacios reducidos: Técnicas y ejercicios para mejorar el control en el fútbol escolar. *Revista de Psicología y Educación*, 40(2), 121-133.
- Pérez, R., & Sánchez, A. . (2021). La relación entre las habilidades motrices básicas y el desarrollo deportivo en la infancia. *Journal of Sports Education*, 33(4), 101-114.
- Pérez, R., & Sánchez, A. (2022). Iniciación deportiva en el fútbol escolar: Un enfoque progresivo para el desarrollo de habilidades motrices. *Journal of Sports Education*, 33(4), 102-115.
- Ramos, J. B. (2023). Coordinación motora gruesa en los niños y niñas del tercer grado de la Institución Educativa Primaria N° 70542 Santa Bárbara de Juliaca en el año 2023. . *Universidad Nacional del Altiplano*.
- Rodríguez, F. (2023). Estrategias para la mejora de la motricidad gruesa en niños de educación básica. . *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 29(1), 22-35.
- Rodríguez, L., & Pérez, A. (2021). La investigación de campo en educación física: Nuevas perspectivas para la implementación de programas deportivos. *Journal of Physical Education and Sports*, 35(3), 99-110.
- Rodríguez, L., & Pérez, J. (2020). El tiro a puerta como herramienta pedagógica en el fútbol escolar. *Revista de Educación Física y Deporte*, 40(3), 87-100.

- Rodríguez, L., & Pérez, R. (2021). Fútbol escolar: Beneficios para la motricidad y el desarrollo social de los estudiantes. *Revista Mexicana de Educación Física*, 41(2), 121-134.
- Rodríguez, L., & Sánchez, M. . (2021). La importancia de la motricidad gruesa en la educación primaria: Un estudio de intervención pedagógica. *Revista Latinoamericana de Educación Física*, 36(2), 142-158.
- Sánchez Valdez, J. A., & et al. (2023). Programa de entrenamiento de juegos en espacios reducidos sobre el pase y control del balón de fútbol en las jugadoras de la categoría escolar. *LATAM: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(6), 571–587.
- Sánchez, J. &. (2023). Agilidad motriz en niños y niñas de diferentes edades. *Disponible en repositorios académicos y bibliotecas universitarias*.
- Villalba-Gutiérrez, C. R., & et al. (2024). Fundamentos técnicos del fútbol para el desarrollo motor en estudiantes de primaria. . *Cienciamatria*, 10(18), 133–150.

ANEXOS

ANEXO 1: ARBOL DE PROBLEMAS





ANEXO 2: MATRIZ DE COHERENCIA

TEMA	OBJETIVO GENERAL
<ul style="list-style-type: none"> El fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas. 	<ul style="list-style-type: none"> Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.
FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<ul style="list-style-type: none"> ¿Cómo contribuiría una guía metodológica basada en el fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en los estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas? 	<ul style="list-style-type: none"> Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.
PREGUNTAS DE INVESTIGACION	OBJETIVOS ESPECIFICOS
<p>¿Qué frecuencia tienen los errores técnicos más comunes pase, control, conducción y remate durante la ejecución de habilidades específicas de fútbol en estos estudiantes?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Diagnosticar las habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés.
<p>¿Cuáles son las habilidades motrices específicas que presentan mayor y menor dominio por parte de los estudiantes según los resultados del diagnóstico?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Analizar los resultados obtenidos en el diagnóstico sobre las habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés
<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué características debe tener una guía metodológica basada en el fútbol para fortalecer el desarrollo de las habilidades motrices específicas en los estudiantes de séptimo año de Educación Básica? 	<ul style="list-style-type: none"> Diseñar una guía metodológica para fortalecer el desarrollo de las habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de Educación Básica de la Unidad Educativa Margarita Cortés.

ANEXO 3: MATRIZ OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Dimensión	Indicador	Instrumentos	Fuente De Información
Variable independiente: El fútbol como estrategia	Se refiere al uso de este deporte como una herramienta pedagógica para el desarrollo físico, social y emocional de los estudiantes, promoviendo la mejora de habilidades motrices y valores como el trabajo en equipo, la disciplina y el respeto (López & García, C., 2022).	Fútbol escolar	Definición Características Fundamentos básicos El fútbol como actividad física Beneficios	Recopilación y análisis de información	Repositorios digitales
		Metodología	Métodos de enseñanza Estrategias en la práctica Estilos de enseñanza		
		Iniciación deportiva	Juegos predeportivos		
Variable dependiente: Habilidades motrices específicas	Se refieren a las destrezas técnicas necesarias para realizar movimientos específicos en un deporte determinado, como el fútbol. Estas habilidades incluyen el pase, el tiro, el control del balón y la conducción, y son esenciales para desempeñarse de manera efectiva en el juego (Pérez & Rodríguez, A. , 2022).	Habilidades motrices básicas	Definición Clasificación	5. Test de conducción (Zig-Zag) 6. Test pase a blancos 7. Test de tira al arco 8. Test de control	Estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas
Capacidades coordinativas	Coordinación óculo-pédica (ojo-pie) Precisión motriz Agilidad				

ANEXO 4: CARTA DE ACEPTACIÓN DE LA INSTITUCIÓN

 **UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE POSGRADO 

Oficio nro. UTN-DP-2025-0115-O
Ibarra, 11 de septiembre de 2025

ASUNTO: Requerimiento de información.


Magíster
Carmen Marchán Bone
**RECTORA UNIDAD EDUCATIVA
MARGARITA CORTES**


De mi consideración:

Solicito de manera comedida se brinde las facilidades para la aplicación de los instrumentos de evaluación y acceso a información de la institución que representa, al señor Jordy Joe Murillo Falcones , estudiante de la maestría en Educación mención Educación Física y Deporte, que se encuentran desarrollando su proyecto de trabajo de grado orientado a: **"EL FUTBOL COMO ESTRATEGIA PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTRICES ESPECIFICAS EN ESTUDIANTES DE SEPTIMO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA MARGARITA CORTES DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS"**

La información que se solicita será eminentemente con fines académicos y de investigación.

Atentamente,
CIENCIA Y TÉCNICA AL SERVICIO DEL PUEBLO

 **JORGE EDMUNDO GORDON ROGEL**
Psic.Cli. Jorge Gordón, Msc
DECANO (E)
JGR/me.romo



Ciudadela Universitaria Barrío El Olivo
Av.17 de Julio 5-21 y Gral. José María Córdova
Ibarra-Ecuador
Teléfono: (05) 2997-800 RUC:1060001070001
www.utn.edu.ec

Página 1 de 1

ANEXO 5: FOTOGRAFÍAS



ANEXO 6: VALIDACIÓN TEST



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE POSGRADO



MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN POR UN EXPERTO

TEMA DE INVESTIGACIÓN

“El fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en estudiantes de séptimo año de educación básica en la unidad educativa Margarita Cortes de la ciudad de Esmeraldas”

AUTOR

Jordy Joe Murillo Falcones

TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Cuantitativa

INSTRUMENTO UTILIZADO:

Observación estructurada: aplicada mediante una lista de cotejo para evaluar las habilidades motrices específicas (pase, conducción, control, remate, coordinación), test de coordinación motriz 3JS.

POBLACIÓN:

57 estudiantes de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):

NOMBRES Y APELLIDOS	Juan Carlos Vásquez Cambell
CEDULA DE IDENTIDAD	1003722707
TITULO DE CUARTO NIVEL	Licenciatura en Ciencias de la Educación Especialidad Educación Física Deportes y Recreación.
CARGO ACTUAL	Docente Fútbol y Entrenador de la Escuela de Fútbol de la UTN.
INSTITUCION (es) QUE LABORA	Universidad Técnica del Norte
AÑOS DE EXPERIENCIA	15 años



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE POSGRADO



ESPECIALISTA EN:	Iniciación Deportiva
-------------------------	----------------------

OBJETIVO GENERAL:

Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.

ORIENTACIONES:

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:

Nº	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad		x		
2	Pertinencia	x			
3	Sistematicidad		x		
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.	x			
5	Actualidad	x			
6	Novedad	x			

Por favor, indique otros (s) aspectos:

- En cuanto a la estructura la guía debe estar ordenada por capítulos temas y sub temas e introducción. se recomienda darle un capítulo o sección a cada habilidad específica por ejemplo Capítulo 1 pase Etc.
- Se debería incluir:
Audiencia o a quien va dirigida la guía: en este caso debe ser dirigido a los entrenadores de fútbol de formativas, docentes, etc. (definir)
- Fundamentación científica: La guía debe definir los conceptos de cada una de las habilidades en sus respectivas secciones y debe tener una base de los métodos para la enseñanza de los fundamentos técnicos o habilidades motrices específicas. (Método global y método analítico)
- Se debería incluir brevemente las fases del movimiento biomecánico de cada habilidad específica con la explicación analítica, incluir ejercicios analíticos primero para luego introducir a tareas globales.

Informo que la Guía Metodológica es viable para su aplicación considerando los rangos del indicador de calidad.



FIRMA



MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN POR UN EXPERTO

TEMA DE INVESTIGACIÓN

“El fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en estudiantes de séptimo año de educación básica en la unidad educativa Margarita Cortes de la ciudad de Esmeraldas”

AUTOR

Jordy Joe Murillo Falcones

TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Cuantitativa

INSTRUMENTO UTILIZADO:

Observación estructurada: aplicada mediante una lista de cotejo para evaluar las habilidades motrices específicas (pase, conducción, control, remate, coordinación), test de coordinación motriz 3JS.

POBLACIÓN:

57 estudiantes de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):

NOMBRES Y APELLIDOS	Arnulfo German Palacios Sola
CEDULA DE IDENTIDAD	1708271802
TITULO DE CUARTO NIVEL	Actividad Física y Recreación
CARGO ACTUAL	Docente Carrera de Actividad Física y Deporte
INSTITUCIÓN (es) QUE LABORA	Universidad Politécnica Estatal del Carchi
AÑOS DE EXPERIENCIA	25 años
ESPECIALISTA EN:	Fútbol



OBJETIVO GENERAL:

Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.

ORIENTACIONES:

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:

Nº	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad	X			
2	Pertinencia		X		
3	Sistematicidad	X			
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.	X			
5	Actualidad	X			
6	Novedad	X			

Por favor, indique otros (s) aspectos:
 En la guía, el término “definición al arco” debe emplearse para referirse a las acciones de remate. Este concepto incluye las ejecuciones realizadas con el borde interno y el borde externo del pie, orientadas a lograr precisión y efectividad en la finalización.

Informe que la guía metodológica es viable para su aplicación considerando los rangos del indicador de calidad.



Creado digitalmente por:
ASISTENTE GERENTE
FABRICIO DOLA

.....
 FIRMA



MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

FICHA DE VALIDACIÓN POR UN EXPERTO

TEMA DE INVESTIGACIÓN

“El fútbol como estrategia para el desarrollo de habilidades motrices específicas en estudiantes de séptimo año de educación básica en la unidad educativa Margarita Cortes de la ciudad de Esmeraldas”

AUTOR

Jordy Joe Murillo Falcones

TIPO DE INVESTIGACIÓN:

Cuantitativa

INSTRUMENTO UTILIZADO:

Observación estructurada: aplicada mediante una lista de cotejo para evaluar las habilidades motrices específicas (pase, conducción, control, remate, coordinación), test de coordinación motriz 3JS.

POBLACIÓN:

57 estudiantes de la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas

DATOS INFORMATIVOS (EXPERTO):

NOMBRES Y APELLIDOS	Dr. Miguel Enrique Chávez
CEDULA DE IDENTIDAD	1704945250
TITULO DE CUARTO NIVEL	Magister en Recreación
CARGO ACTUAL	Docente Tiempo Completo y Coordinador de Maestría en Entrenamiento Deportivo
INSTITUCION (es) QUE LABORA	Universidad de las Fuerzas Armadas-ESPE
AÑOS DE EXPERIENCIA	36
ESPECIALISTA EN:	Desarrollo motriz



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
 Acreditada Resolución Nro. 173-SE-33-CACES-2020
FACULTAD DE POSGRADO



OBJETIVO GENERAL:

Proponer una guía metodológica para el desarrollo de habilidades motrices específicas en el fútbol en estudiantes de séptimo año de educación básica en la Unidad Educativa Margarita Cortés de la ciudad de Esmeraldas.

ORIENTACIONES:

Marcar con una X en la tabla del casillero que usted estime conveniente, tomando en cuenta la siguiente escala valorativa.

PUNTAJE	ALTERNATIVA
4	MUY SATISFACTORIO
3	SATISFACTORIO
2	POCO SATISFACTORIO
1	NO SATISFACTORIO

TABLA DE REGISTRO DE VALORES DE VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA:

Nº	INDICADOR DE CALIDAD	4	3	2	1
1	Cientificidad		X		
2	Pertinencia		X		
3	Sistematicidad		X		
4	Viabilidad para Aplicación Práctica.		X		
5	Actualidad			X	
6	Novedad		X		

Por favor, indique otros (s) aspectos:

En la propuesta coloca ejercicio en línea recta y el fútbol es multidireccional eso es antiguo y europeo El latino aprende técnica ósea Habilidades Motrices Específicas en la calle en el patio JUGANDO Y TOCANDO LA PELOTA EN CUALQUIER CIRCUNSTANCIA

Informo que la guía metodológica es viable para su aplicación considerando los rangos del indicador de calidad.

MIGUEL ENRIQUE
 RUBEN CHAVEZ
 CEVALLOS

Firmado digitalmente por MIGUEL ENRIQUE RUBEN CHAVEZ CEVALLOS
 Fecha: 2025.12.01 10:15:13 -05'00'

Dr. Enrique Chávez

ANEXO 7: REGISTRO TEST HABILIDADES

Estudiante	Curso	Edad	Sexo	Test 1: Zigzag (s)	Test 2: Pase (pts)	Test 3: Tiro (pts)	Test 4: Control (aciertos)	Observaciones
Estudiante 1	Septimo "A"	12	Femenino	15,52	7	10	1	
Estudiante 2	Septimo "A"	11	Femenino	11,36	10	14	2	
Estudiante 3	Septimo "A"	12	Femenino	13,67	9	10	1	
Estudiante 4	Septimo "A"	12	Masculino	9,48	13	14	3	
Estudiante 5	Septimo "A"	11	Masculino	15,32	7	10	2	
Estudiante 6	Septimo "A"	12	Femenino	14,09	8	10	1	
Estudiante 7	Septimo "A"	11	Masculino	10,39	10	19	2	
Estudiante 8	Septimo "A"	11	Masculino	16,10	7	10	1	
Estudiante 9	Septimo "A"	12	Masculino	12,81	9	10	1	
Estudiante 10	Septimo "A"	12	Masculino	11,54	7	14	1	
Estudiante 11	Septimo "A"	13	Masculino	10,94	12	15	2	
Estudiante 12	Septimo "A"	13	Femenino	11,48	10	14	1	
Estudiante 13	Septimo "A"	12	Femenino	13,10	9	10	1	
Estudiante 14	Septimo "A"	12	Femenino	12,16	8	10	1	
Estudiante 15	Septimo "A"	12	Masculino	9,31	12	15	2	
Estudiante 16	Septimo "A"	11	Masculino	10,57	12	14	2	
Estudiante 17	Septimo "A"	12	Masculino	11,21	9	10	1	
Estudiante 18	Septimo "A"	11	Femenino	10,38	9	10	3	
Estudiante 19	Septimo "A"	12	Masculino	14,39	7	10	1	
Estudiante 20	Septimo "A"	12	Masculino	18,27	7	10	1	
Estudiante 21	Septimo "A"	12	Masculino	16,70	8	14	2	
Estudiante 22	Septimo "A"	11	Masculino	12,27	10	10	1	
Estudiante 23	Septimo "A"	12	Masculino	15,63	7	10	1	
Estudiante 24	Septimo "A"	12	Masculino	9,17	13	15	2	
Estudiante 25	Septimo "A"	12	Femenino	12,46	10	10	2	
Estudiante 26	Septimo "A"	11	Femenino	14,19	9	10	1	
Estudiante 27	Septimo "A"	12	Masculino	13,59	10	10	1	
Estudiante 28	Septimo "A"	12	Masculino	10,72	8	20	3	
Estudiante 29	Septimo "A"	12	Masculino	13,43	7	10	2	
Estudiante 30	Septimo "A"	12	Masculino	11,71	10	14	3	

TEST ZIGZAG
< 10 s: Excelente
10–12 s: Bueno
12–15 s: Regular
15 s: Necesita refuerzo

TEST PASE
13–15 puntos: Excelente
10–12 puntos: Bueno
7–9 puntos: Regular
< 7 puntos: Bajo

TEST TIRO AL ARCO
20–25 puntos: Excelente
15–19 puntos: Bueno
10–14 puntos: Regular
< 10 puntos: Bajo

TEST CONTROL
3 controles/pases perfectos: Excelente
2 correctos: Bueno
1 correcto: Regular
0 correctos: Bajo

Estudiante	Curso	Edad	Sexo	Test 1: Zigzag (s)	Test 2: Pase (pts)	Test 3: Tiro (pts)	Test 4: Control (aciertos)	Observaciones
Estudiante 1	septimo "B"	12	Femenino	13,76	6	10	2	
Estudiante 2	septimo "B"	11	Femenino	11,94	7	15	3	
Estudiante 3	septimo "B"	12	Femenino	14,09	6	10	2	
Estudiante 4	septimo "B"	12	Masculino	10,68	7	14	3	
Estudiante 5	septimo "B"	11	Masculino	11,10	7	12	1	
Estudiante 6	septimo "B"	12	Masculino	12,63	5	10	1	
Estudiante 7	septimo "B"	12	Masculino	16,48	8	10	1	
Estudiante 8	septimo "B"	12	Masculino	10,67	11	15	3	
Estudiante 9	septimo "B"	12	Femenino	14,32	7	10	1	
Estudiante 10	septimo "B"	11	Femenino	15,68	6	12	2	
Estudiante 11	septimo "B"	12	Masculino	9,34	8	20	3	
Estudiante 12	septimo "B"	12	Masculino	13,56	5	10	1	
Estudiante 13	septimo "B"	11	Masculino	15,08	7	10	1	
Estudiante 14	septimo "B"	12	Femenino	11,52	13	19	2	
Estudiante 15	septimo "B"	12	Masculino	9,43	14	15	2	
Estudiante 16	septimo "B"	12	Femenino	16,27	6	10	1	
Estudiante 17	septimo "B"	12	Femenino	14,70	8	12	2	
Estudiante 18	septimo "B"	12	Femenino	10,88	7	14	3	
Estudiante 19	septimo "B"	12	Femenino	18,39	6	10	1	
Estudiante 20	septimo "B"	12	Femenino	14,58	6	12	2	
Estudiante 21	septimo "B"	11	Masculino	10,18	9	14	1	
Estudiante 22	septimo "B"	12	Masculino	11,31	12	12	1	
Estudiante 23	septimo "B"	12	Femenino	15,54	11	10	1	
Estudiante 24	septimo "B"	11	Femenino	11,81	15	15	1	
Estudiante 25	septimo "B"	12	Femenino	10,63	10	14	2	
Estudiante 26	septimo "B"	11	Femenino	9,84	13	19	2	
Estudiante 27	septimo "B"	12	Femenino	12,08	9	12	2	

TEST ZIGZAG
< 10 s: Excelente
10–12 s: Bueno
12–15 s: Regular
15 s: Necesita refuerzo

TEST PASE
13–15 puntos: Excelente
10–12 puntos: Bueno
7–9 puntos: Regular
< 7 puntos: Bajo

TEST TIRO AL ARCO
20–25 puntos: Excelente
15–19 puntos: Bueno
10–14 puntos: Regular
< 10 puntos: Bajo

TEST CONTROL
3 controles/pases perfectos: Excelente
2 correctos: Bueno
1 correcto: Regular
0 correctos: Bajo