

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA

ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-

DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVES DE LOS
FUNDAMENTOS TECNICOS DEL FUTBOL

INFORME FINAL DE EXPERIENCIA DOCENTE CON LA COMUNIDAD

PRESENTADA AL HONORABLE

CONSEJO DIRECTIVO

DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

POR

LILIAN JEANNETTE DIEGUEZ SANDOVAL

PREVIO A OPTAR AL TITULO DE

TECNICO EN DEPORTES

EN EL GRADO ACADEMICO DE

TECNICO UNIVERSITARIO

GUATEMALA, NOVIEMBRE DE 2018

CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIA PSICOLÓGICAS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina

DIRECTOR

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizabal

SECRETARIA

M.A. Karla Amparo Carrera Vela

Licenciado Claudia Juditt Flores Quintana

REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES

Pablo Josué Mora Tello

Mario Estuardo Sivati Semeyà

REPRESENTANTES ESTUDIANTILES

Licenciada Lidey Magaly Portillo Portillo

REPRESENTANTE DE EGRESADOS



C.c. Control Académico
ECTAFIDE
Reg. 1229-2016
CODIPs.2488-2018

De Orden de impresión informe Final de EDC

09 de noviembre de 2018

Estudiante
Lilian Jeannette Dieguez Sandoval
ECTAFIDE
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SEGUNDO (12º.) del Acta OCHENTA Y NUEVE GUIÓN DOS MIL DIECIOCHO (89-2018), de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 09 de noviembre de 2018, que copiado literalmente dice:

DÉCIMO SEGUNDO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el informe Final de -EDC-, titulado: **“DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL”**, de la carrera de Técnico en Deportes, realizado por:

Lilian Jeannette Dieguez Sandoval

CARNÉ No. 2008-12834

El presente trabajo fue asesorado en la parte técnica por el Licenciado Leopoldo Samael Posada García, en la parte metodológica por la Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández, y el revisor final fue la MSc. Mercedes de la Luz López Solórzano de Bolaños. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación de Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizabal
SECRETARIA



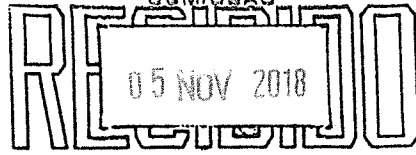
/gaby.

Centro Universitario Metropolitano -CUM- Edificio “A”
9ª. Avenida 9-15, zona 11 Guatemala, C.A. Teléfono: 24187530



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Telefax 24187944, ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt
'ID Y ENSEÑAD A TODOS'

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



FIRMA: ADU HORA: _____ Registro: _____

Of. ECTAFIDE No. 272-2018
Reg. 1229-2016
CODIPS. 2619-2016

INFORME FINAL DE -EDC-

Guatemala, 2 de noviembre de 2018

Consejo Directivo
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano -CUM-

Respetables Miembros de Consejo Directivo:

Reciban un cordial saludo de la Coordinación General de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-.

Por este medio me dirijo a ustedes, para informarles que he procedido a la revisión del Informe Final de Experiencia Docente con la Comunidad -EDC-, previo a optar al pregrado de la carrera de Técnico en Deportes, la estudiante:

Nombre: LILIAN JEANNETTE DIEGUEZ SANDOVAL Carné No. 2008-12834

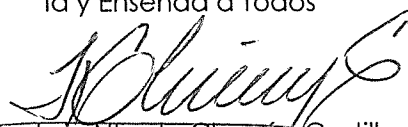
Titulado: **DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL.**

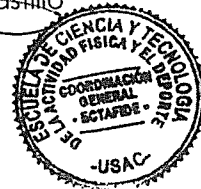
Asesor Técnico: Lic. Leopoldo Samael Posada García.
Asesor Metodológico: Licda. Alma Karina Barrientos Hernández.
Revisor Final : MSc. Mercedes de la Luz López Solórzano de Bolaños.

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE, emito **dictamen favorable**, para que continúen con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,

"Id y Enseñad a Todos"


MSc. Luis Alfredo Chacón Castillo
Coordinador General
ECTAFIDE



C.c. Control Académico
Archivo
/rosario



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-

Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Telefax 24187944, ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide_m3@usac.edu.gt

'ID Y ENSEÑAD A TODOS'

REF.-ICAF- No.127-18
Informe Final de -EDC-
Guatemala, 31 de octubre de 2018

Licenciado

Byron Ronaldo González; M.A.

Subcoordinador ICAF

*Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-*

Licenciado González:

Cordialmente me dirijo a usted, para informarle que he procedido a la revisión del Informe Final de Experiencia Docente con la Comunidad -EDC, previo a optar al pregrado de Técnico en Deportes, de:

Estudiante: Lilian Jeannette Dieguez Sandoval

Carné No. 200812834

Titulado: "DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL"

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por ECTAFIDE- emito Dictamen Favorable, para que continúe con los trámites administrativos respectivos.

Atentamente,


Licenciada Mercedes de la Luz López Solórzano de Bolaños
Revisor Final



*c.c. archivo
/rut*



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE -ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Tefefax 24187944, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide@usac.edu.gt

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

REF. -EXTENSIÓN- No. 97-17
Guatemala, 26 de mayo de 2017

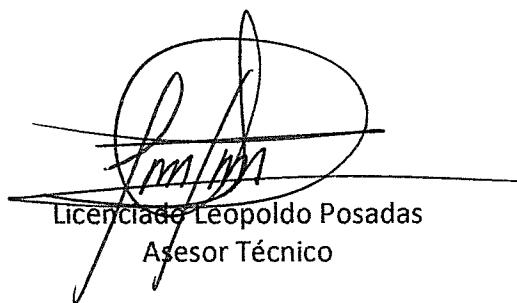
Licenciado
Erwin Conrado Del Valle Santisteban
Encargado del Área de Extensión
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte -ECTAFIDE-
Ciudad Universitaria

Licenciado Del Valle:

De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría Técnica del Informe Final de Experiencia Docente con la Comunidad -EDC-, de la estudiante: **Lilian Jeannette Dieguez Sandoval**, con carné, 200812834, titulado "DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL", y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento de Extensión, emito **dictamen favorable** para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.

Agradeciendo su atención, me suscribo.

Atentamente,



Licenciado Leopoldo Posadas
Asesor Técnico



c.c. archivo
/rut



ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE –ECTAFIDE-
Edificio M-3, 1er. Nivel ala sur,
Ciudad Universitaria, Zona 12
Tefefax 24187944, 24188000 ext. 1423, 1465
E-mail: ectafide@usac.edu.gt

ID Y ENSEÑAD A TODOS

REF. -EXTENSIÓN- No. 96-17
Guatemala, 26 de mayo de 2017

Licenciado

Erwin Conrado Del Valle Santisteban
Encargado del Área de Extensión
Escuela de Ciencia y Tecnología de la
Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-
Ciudad Universitaria

Licenciado Del Valle:

De la manera más cordial me dirijo a usted, para comunicarle que he procedido a la Asesoría Metodológica del Informe Final de Experiencia Docente con la Comunidad -EDC-, de la estudiante: **Lilian Jeannette Dieguez Sandoval**, con carné, 200812834, titulado “DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL”, y por considerar que cumple con los requisitos establecidos en el Reglamento de Extensión, emito **dictamen favorable** para que continúe con los trámites administrativos correspondientes.

Agradeciendo su atención, me suscribo.

Atentamente,

Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández
Asesor Metodológico



c.c. archivo
/rut

C.c. Control Académico
ECTAFIDE
Reg.1229-2016
CODIPs. 2619-2016
De Aprobación de Proyecto de -EDC-

02 de noviembre de 2016

Estudiante
Lilian Jeannette Dieguez Sandoval
ECTAFIDE
Edificio
Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el punto VIGÉSIMO SÉPTIMO (27º) del Acta SESENTA Y CUATRO DOS MIL DIECISÉIS (64-2016) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 28 de octubre de 2016 que literalmente dice:

“VIGÉSIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Experiencia Docente con la Comunidad -EDC-, titulado: **“DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRAVÉS DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL”**, de la carrera de Técnico en Deportes, presentado por:

Lilian Jeannette Dieguez Sandoval

CARNÉ 200812834

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte **-ECTAFIDE-**, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como Asesor Técnico al Licenciado Leopoldo Samael Posadas García y como Asesor Metodológico a la Licenciada Alma Karina Barrientos Hernández”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



M.A. Mynor Estuardo Lemus Urbina
SECRETARIO

/Gaby

Oficio No. DDE 202-2017.
Guatemala, 08 de junio de 2017.

Licenciado
Luis Alfredo Chacón
Coordinador General
Escuela de Ciencias y Tecnología de Actividad Física y el Deporte
-ECTAFIDE-
Su despacho.

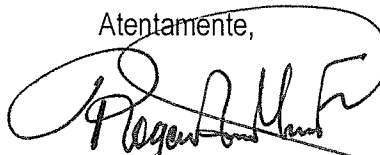
Respetable Licenciado Chacón:

Reciba un cordial saludo del Departamento de Desarrollo Deportivo Escolar del Área Extracurricular de DIGEF y el deseo porque sus actividades se desarrollen con éxitos.

Atentamente me dirijo a usted para informarle que la estudiante Lillian Jeannette Diéguez Sandoval, realizo sus prácticas de Experiencia Docente con la comunidad-EDC- titulado, "**DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS A TRÁVES DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL**", la cual inicio el 1 de septiembre y finalizo el 30 de noviembre de 2016, Culminando las 300 horas efectivas, como requisito para graduarse de la carrera de Técnico en Deportes. Y para los efectos de trámite administrativo.

Sin otro particular, me despido de usted,

Atentamente,



Licenciado Roger Abraham Morales Flores
Jefe de Desarrollo Deportivo Escolar
DIGEF



Dirección General de Educación Física

32 Calle 9-10 zona 11 Colonia Granai I PBX: 23196800
www.digef.edu.gt

PADRINOS DE GRADUACIÓN

Licda. En Nutrición
Paola Diéguez Sandoval
No. Colegiado 5439

Licda. En Ciencias Jurídicas y Sociales
Wendy Diéguez Sandoval
No. Colegiado 10208

ACTO QUE DEDICO

A DIOS

Por haberme dado la vida, salud y bendición para alcanzar mis metas como persona y como profesional, guiarme en el buen camino y darme fuerzas para seguir.

A MIS PADRES

Gustavo Diéguez y Aminta Sandoval por ser mi motor, gracias por su amor infinito, por tanta paciencia y por ser lo mejor que tengo en mi vida.

A MIS HERMANOS

Wendy, Evelin, Pao, Mishell y Gustavo mi vida no sería la misma si no los hubiera tenido conmigo. Gracias por ser mi motivación y celebrar todos nuestros triunfos.

A MIS ABUELOS

Mamalina por todo su amor, a Papachon un abrazo hasta el cielo.

A MIS AMIGOS DE FORMACION

Marlen Orantes por estar en todo momento conmigo gracias por tanto apoyo, Carlos Saravia y Josué Gonzales porque sin ustedes esta etapa no hubiera sido la misma. Gracias por que fuimos el mejor grupo.

A MIS AMIGOS DE VIDA

Gracias por su apoyo y compañía en las diferentes etapas de mi vida.

A PERSONAS ESPECIALES

Mariana Martínez gracias por nuestra larga amistad por todo tu apoyo y compañía en los buenos y malos momentos, Matías por ser la persona que me enseñó que lo mejor de la vida se ve con el corazón.

AGRADECIMIENTOS

A LA TRICENTENARIA UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
Y EN ESPECIAL A LA ESCUELA DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DE LA
ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE –ECTAFIDE-

A MIS ASESORES

Lic. Alma Karina Barrientos, Leopoldo Posada García, MSc, Mercedes deBolaños. Por su apoyo, paciencia y conocimiento brindado durante este proceso de formación.

A MIS CATEDRATICOS DE ECTAFIDE

Por impartir sus conocimientos didácticos - pedagógicos durante el largo camino de esta carrera.

Tabla de Contenido

Introducción	
1. Marco Conceptual	3
1.1 Antecedentes	3
1.2 Justificación	6
1.3 Determinación del problema	7
1.3.1 Definición del problema	7
1.4 Avances y Límites	8
1.4.1 Alcances	8
1.4.2 Límites	8
1.4.3 Ámbito geográfico	8
1.4.4 Ámbito Institucional	8
1.4.5 Ámbito Poblacional	8
1.4.6 Ámbito Temporal	8
2. Marco Metodológico	9
2.1 Objetivos	9
2.1.1 Objetivo General	9
2.1.2 Objetivos Específicos	9
2.2 Población	9
2.3 Fuentes de Información	9
2.4 Recolección de Información	9
2.5 Tratamiento de Información	10
3. Marco Operativo	11
3.1 Recolección de Datos	11
3.1.1 Prueba Motriz	11
3.2 Trabajo de Campo	11
4. Marco Teórico	13
4.1 Fútbol	13
4.2 Fundamentos del Fútbol	15
4.2.1 Técnica	17

4.2.2 Táctica	17
4.2.3 Entrenamiento Físico	18
4.2.4 Psicológico	18
4.3 Fundamentos Técnicos	19
4.3.1 Control	19
4.3.2 Conducción	19
4.3.3 Pase	19
4.4 Clasificación de la Técnica	20
4.4.1 Técnica Individual	20
4.4.2 Técnica Colectiva	20
4.5 Capacidades Coordinativas	20
5. Descripción de la Experiencia Docente de la Comunidad (EDC)	23
5.1 Descripción de la Población Atendida	23
5.2 Descripción de la Planificación	23
5.3 Descripción de los Logros	23
5.3.1 Físicos	23
5.3.2 Técnicos	24
5.3.3 Teóricos	24
6. Metodología	25
6.1 Metodología de la Enseñanza	25
6.1.1 Metodología Global	25
7. Análisis e interpretación de Resultados	28
7.1 Control de Test Motrices-Gráficas	28
7.1.1 Prueba de Conducción de Balón con el pie sobre el circuito	28
7.1.2 Prueba de Conducción de balón con el pie sobre el circuito Niñas	31
7.1.3 Prueba de Slalom niños	34
7.1.4 Prueba Slalom niñas	37
7.1.5 Test Batería de Salida-Reacción niños	39
7.1.6 Test Batería de Salida-Reacción niñas	42
8. Conclusiones	46
9. Recomendaciones	47

10. Referencias Bibliográficas

48

11. Anexos

49

Introducción

En la realización de la presente investigación se desarrollaron las capacidades coordinativas a través de los fundamentos técnicos en el fútbol. Con el interés de darle la importancia a trabajar la coordinación en niños se realizó la presente investigación la que nos permitió la enseñanza de los fundamentos técnicos, de esta manera poner en práctica lo aprendido técnica y tácticamente en la formación profesional de la Escuela de ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte. Conducción con cabeza levantada, pase con borde interno levantando la vista de forma que se logre precisión, control, orientando su cuerpo para una mejor recepción con pierna lejana de donde viene el balón y borde interno del pie, tiro con fuerza y dirección.

Es importante destacar que el trabajo se realizó de una manera personalizada, lo que me permitió la corrección en la ejecución de la técnica y los movimientos de los niños.

Para la evaluación de la práctica se realizaron cuadros con el objetivo de llevar un mejor orden en las pruebas realizadas y de esta manera, tener el conocimiento de su progreso y rangos alcanzados en las diferentes pruebas, trasladándose el resultado en gráficas de barras para identificar la diferencia entre cada una de ellas y determinar en porcentajes los alcances planteados. Se estructuró el presente informe final de la siguiente manera. El primer capítulo el referente metodológico en el segundo el marco teórico que le sustenta en el tercer y cuarto capítulo de la Experiencia Docente con la Comunidad desarrollado en la Dirección General de Educación Física y en donde se deja un aporte científico para el trabajo en niños y niñas en la especialidad del fútbol.

1. Marco conceptual

1.1. Antecedentes

Todas las actividades que realiza el hombre desde el punto de vista físico son tan antiguas como la existencia del hombre. En la época prehistórica el hombre se vio en la necesidad de tener que subsistir en el medio que lo rodeaba basado en esfuerzos para su alimentación, en el cual se desarrolló la casa, la pesca, recolección de frutas y otras actividades. Para defenderse de sus enemigos y depredadores ellos debían correr para no ser atacados, lanzar, saltar, trepar, nadar, haciendo todo este tipo de movimiento como defensa propia trayendo consigo el desarrollo de las capacidades físicas.

Con el transcurso del tiempo las capacidades físicas del hombre fueron transformándose en dependencia con las actividades que desempeñan según su finalidad. En la edad antigua la civilización china la utilizaba desde el punto de vista terapéutico y para el mejoramiento de la salud, por otra parte las civilizaciones griegas y romanas las utilizaban con el fin de preparar al hombre para la guerra teniendo que ser fuertes y resistentes a la batalla, pero no fue hasta los años brillantes del renacimiento en la Italia del siglo XVI cuando se empezó a utilizar la terminología de la educación física, donde se comienza a ser atribuida la importancia para el mejoramiento de la salud y como vía para aumentar la capacidad de trabajo del ser humano, desarrollando las capacidades físicas y habilidades motrices básicas. (Masjuan)

Durante el periodo colonial (1524-1821) la iglesia católica dirigió el sistema educativo, y en los internados había clases de esgrima y equitación;

El primero en citar y conceptualizar la educación física en la historia de Guatemala, fue el médico, prócer de la independencia, catedrático universitario, periodista Pedro Molina. El gobierno liberal del Estado de Guatemala (1831-1838) presidido por el doctor Mariano Gálvez emitió las “Bases para la Instrucción Pública” y en ellas se reconoció por vez primera la importancia del cultivo del cuerpo, al señalar “la perfección tener como fin natural y social en aspectos físico, moral y literario.” El Gobierno de Gálvez, impuso la influencia profesional

en la educación y en las escuelas Los sábados se impartía gimnasia por las tardes.

Cincuenta años después, el diario oficial, durante el Gobierno del general Lázaro Chacón (1926- 1930), publica el Decreto 960, Ley Orgánica de Educación Pública, Capítulo II, Divisiones de la Educación, cuyo artículo 22 establece: La Sección de Cultura Física y Artística, Higiene y Sanidad. Durante el régimen de Ubico se consolidaron las políticas de acción en los distintos niveles de escolaridad, lo que propició su mejoramiento cualitativo en áreas urbanas, continuando la práctica de actividades físicas militares en los centros docentes y continuas competencias deportivas, organizadas por Miguel Idígoras Fuentes, destacado deportista. Arévalo apoyó la educación física desmilitarizada y orientada al deporte escolar, la Sección Deportiva de Ubico fue transformada por Arévalo en el Departamento de Educación Física Escolar, según Decreto Legislativo número 435 del 16 de octubre de 1947.

El 8 de Octubre de 1986 se emitió el Acuerdo Gubernativo 756-86 que en su Artículo 1º dice se crea la Dirección de Educación Física, Recreación y Deportes Escolares, como dependencia del Ministerio de Educación. La gestión actual de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- se inicia en el año 2004 juntamente con el cambio gubernamental. La situación de la Educación Física comenzó a verse incomparablemente mejor con la nueva Constitución Política de la República de Guatemala decretada el 31 de mayo de 1985, y actualmente en vigor, en su Artículo 91. Especialistas del deporte cuestionaban el papel del concepto de deporte escolar, y es que destacados practicantes del deporte guatemalteco en las décadas 1960-1970, subrayaron que su origen deportivo se encontraba en la Educación Física y el Deporte Escolar. Entendiendo su importancia, la Dirección General de Educación Física, generó una transformación del sistema que se inició en 2004, lo que suponía conocer, entender y aplicar lo establecido del deporte en el Decreto N° 76-97.

Esta actitud permite a DIGEF iniciar procesos internos enfocados a este programa macro y al respecto, se implementan como base del sistema cuarenta y ocho (48) Escuelas de Iniciación Deportiva.

En el área extracurricular se encuentra el Departamento de Desarrollo Deportivo Escolar, que es el responsable de incrementar la práctica deportiva, promoviendo la formación de atletas vinculados al sistema de desarrollo deportivo escolar, y dentro de este mismo se encuentra el programa de Escuelas de Iniciación Deportiva, orientado a la formación , identificación y desarrollo de talentos escolares con potencial deportivo.

El objetivo principal es introducir a los participantes en un proceso sistemático de desarrollo deportivo nacional, para luego vincularlos al sistema federado. En las Escuelas de Iniciación deportiva se aprenden las habilidades y principios técnicos básicos de cada deporte, así como las reglas de juego.

En el 2010 se hizo una investigación sobre los fundamentos técnicos de futbol en énfasis de valores éticos y morales de niños de 7 a 15 años, en las instalaciones de la Dirección General de Educación Física, -DIGEF- con escuelas primarias, iniciando dicha experiencia con diagnóstico y actividades de integración grupal para verificar el nivel de los alumnos brindando mayor prioridad a las destrezas de menor dominio así la consolidación de los fundamentos técnicos del futbol(conducción, pase, tiro, recepción de balón,) logrando mediante entrenamientos un mejor nivel en niños y teniendo una mejor actitud mediante los valores enseñados durante el proceso.

1.2. Justificación

La realización de esta etapa en el ámbito profesional pretende a través de la práctica del fútbol, la formación en valores; prevenir y disminuir los índices de violencia, delincuencia y consumo de sustancias psicoactivas en zonas vulnerables de la Ciudad de Guatemala. Muchos niños que conforman este grupo el cual fue atendido, viven en condiciones muy precarias, estratificados en la sociedad, en donde la calidad y condiciones de vida no están a su favor, por la violencia y delincuencia que se vive.

Se hace necesario instruir a los niños y jóvenes por el buen camino, inculcando valores que les permita conocer que hay un camino correcto que puede cambiar sus vidas. El objetivo de este proyecto apunta al diseño de un conjunto de estrategias que le apuesten a la creación de hábitos saludables que les permita a niños y jóvenes ver la práctica del fútbol como un plan de vida, con el cual puedan ayudar a su familia.

Es importante resaltar que este proyecto pretende trasladar todos los compromisos al ámbito familiar, razón por la cual se le da una relevancia importante a la familia. La intención fundamental es presentar como alternativa de formación de niños en principios y valores a través de la práctica del fútbol, de tal manera que se puedan alejar de escenarios adversos, tales como la drogadicción, el alcoholismo o el delincuencia.

1.3 Determinación del problema

La ausencia de programas de enseñanza de la técnica y la táctica a los alumnos comprendidos entre los 11 y 13 años de edad para el conocimiento del fútbol, no permite que los niños desarrollen las habilidades y destrezas para la práctica de dicho deporte, adicional a ello el poco material para la cantidad de niños que recibían la clase, es necesario más personal capacitado para lograr una adecuada y especializada enseñanza.

1.3.1 Definición del problema

Durante la Experiencia Docente de la Comunidad –EDC- se llevó a cabo con estudiantes de diferentes escuelas en edades de 11 a 13 años. En la Dirección General de Educación Física -DIGEF- No cuenta con programas y métodos adecuados para la formación y desarrollo de los niños, ya que no existe una metodología específica para su preparación también existe deficiencia de material para la cantidad de niños que participan. Lo cual se dividían en grupos grandes con poco material esto no les permitió desenvolverse en la cancha y su nivel de aprendizaje fue más tardado, los balones no fueron del tamaño adecuado para su edad y cabe mencionar que el material es de muy mala calidad, este problema afecto tanto a los niños como también a los entrenadores, ya que no pueden llevar a cabo su planificación como es correcto.

Se debe considerar que los niños para lograr un mejor rendimiento deportivo deben de ser constantes en sus clases prestar y mejorar la atención en la ejecución del trabajo para una mejora óptima en su rendimiento. La cantidad de niños es amplia y con 2 entrenadores no es suficiente para la corrección en la ejecución de los ejercicios.

1.4. Alcances y límites

1.4.1 Alcances

Lograr que el niño desarrolle el estado óptimo deportivo. El proyecto se llevó a cabo en las instalaciones de la Dirección General de Educación Física como área extracurricular deportiva escolar, que es la responsable de incrementar su práctica promoviendo la formación de atletas vinculados al sistema de desarrollo deportivo escolar contando con distintas escuelas interesadas en participar. Se aplicaron test de diferentes tipos, para conocer las debilidades y fortalezas de los niños en base a su coordinación y técnica en el fútbol, trabajando con los resultados para mejorar las capacidades en la utilización de su cuerpo y poder resolver los problemas que se le enfrente (balón, compañero, adversario, etc.)

1.4.2 Límites

El enfoque de la presente investigación se orienta a la coordinación y la técnica en el fútbol no se pueden enseñar en corto tiempo, se puede corregir y trabajar mediante muchas repeticiones, pero debe haber un proceso de seguimiento largo para lograr el objetivo.

1.4.3 Ámbito geográfico

32 calle 9-10 colonia Granai I zona 11, Guatemala.

1.4.4 Ámbito institucional

Escuela de iniciación deportiva de la Dirección General de Educación Física –DIGEF-

1.4.5 Ámbito poblacional

40 estudiantes de fútbol de la Escuela de Iniciación Deportiva en edades de 11 a 13 años.

1.4.6 Ámbito temporal

La Experiencia Docente de la Comunidad –EDC- se realizó del 1 de Septiembre al 30 de noviembre del año 2016, abarcó 300 horas realizándose de lunes a viernes de 8:00 a 12:00 horas.

2. Marco metodológico

2.1. Objetivos

2.1.1. Objetivo general

Desarrollar en los niños las capacidades coordinativas, Logrando así movimientos con eficacia por medio de la utilización de métodos que garanticen su desarrollo, de manera más eficiente, precisa y técnica (carrera, salto, pase, disparo.) De forma que aceleren el proceso de enseñanza-aprendizaje que resulte cercana a situaciones reales de juego.

2.1.2. Objetivos específicos

Desempeño óptimo de los gestos técnicos a través de la coordinación, desarrollo de la capacidad de orientación corporal en el espacio (campo de juego) o en relación con el objeto (balón, compañero, adversario.) Ampliación de acciones con respuestas determinadas a estímulos, Fortalecer el dominio del balón con todas las superficies de contacto que permite el reglamento, un mejor control de balón y pase más preciso, Mejorar la toma de decisiones, 1vs 1, 1 vs 2, tiro al arco, en el juego.

2.2. Población

40 estudiantes de futbol de la Escuela de Iniciación Deportiva, de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- en edades de 11 a 13 años.

2.3. Fuentes de información

Fuentes primarias: sesión de entrenamiento, Prueba motriz, test de conducción de balón, test slalom, prueba de reacción, Fuentes secundarias: se utilizaron libros, folletos recopilados de cursos, tesis, fueron los que ayudaron a completar dicha información en el presente material, presentando libros en biblioteca de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte –ECTAFIDE-, biblioteca de la Universidad de San Carlos de Guatemala, E-grafías.

2.4. Recolección de información

Los resultados estadísticos se obtuvieron durante un proceso de pruebas motrices que se iniciaron en la segunda semana de la práctica para obtener información acerca del estado físico de los alumnos, utilizando test de conducción

de balón, batería de salida, carrera en ziz-zag, conforme los resultados se trabajó los meses de práctica para lograr una mejora en sus capacidades , dos semanas antes de culminar la práctica se volvió realizar las mismas pruebas y en efecto un noventa por ciento de la población mejoro notablemente.

2.5. Tratamiento de información

El resultado obtenido en los entrenamientos permitió conocer las aptitudes del niño, sus fortalezas y debilidades. Las cuales paulatinamente fueron mejorando, acoplándose a jugar colectivamente a buscar espacios y a sus compañeros. Las pruebas físicas que se llevaron a cabo fueron las siguientes: conducción de balón, reacción y agilidad fueron comparadas para analizar los resultados de los niños, en que rango se encontraban si hubo mejora en su desarrollo deportivo, tanto físico, como técnico.

En la parte física de las pruebas se observó la diferencia de tiempo de la primera a la segunda prueba que fue de diez a veinte segundos de diferencia, por lo tanto nos da como resultado una mejora en el noventa por ciento de los niños, en base a lo técnico también se observó una mejor conducción, ya que en la primera prueba perdían el balón al momento de desplazarse por los conos y por los mismo perdían más tiempo, de igual forma se observó una mejor agilidad del cuerpo la cual facilito desplazarse por los conos con más velocidad.

3. Marco operativo

3.1. Recolección de datos

Los resultados presentados en esta investigación se obtuvieron de las siguientes pruebas.

3.1.1. Prueba motriz

Conducción de balón

Prueba de reacción

Test de agilidad (ziz-zag)

Estas pruebas se llevaron a cabo de forma individual en la etapa de preparación general el 6 de septiembre del 2016 segunda semana de la iniciación y antes de la competencia el 15 de noviembre de 2016 semana doce, durante la Experiencia docente con la Comunidad –EDC- con niños de las Escuela de Indicación Deportiva en Futbol, de la Dirección General de Educación Física –DIGEF- .

Los resultados fueron comparados en las 2 pruebas para obtener los resultados de cada niño, de esta manera conocer la evolución durante el entrenamiento, y cuantos lograron mejorar su coordinación en la técnica.

3.2. Trabajo de campo

El trabajo de campo se realizó en la Dirección General de Educación Física –DIGEF- en Escuela de Iniciación Deportiva, en la disciplina de Futbol, en el horario de la mañana de 8:00 a 12:00 horas de Lunes a Viernes, iniciando el 1 de Septiembre y finalizando el 30 de Noviembre de 2016, realizando un total de 300 horas.

Durante la Experiencia Docente con la Comunidad –EDC- se llevó a cabo el entrenamiento con niños y niñas de 11 a 13 años el que tuvieron relación con el balón, llevando acabo trabajo de conducción en el que se fueron corrigiendo conforme se ejecutaron los ejercicios, se trabajó recepción con parte interior de pie, pases cortos, largos, altos, rasos, diagonal al pie, 1vs 1, con el objetivo de enfrentarse a un rival y tomar sus propias decisiones, hacer una finta, de hacer un juego individual o hacer un pase y juego colectivo, es importante que el jugador analice los pro y contras de las alternativas que se presenten y planteen

soluciones para que experimenten con las distintas opciones que propone el juego. Cuando el niño ha entendido el objetivo del entreno se le exige más para lograr una situación real de juego, empezando de lo simple a lo complejo.

4. Marco teórico

4.1. Fútbol

Para comprender de mejor manera que es el fútbol es necesario tener el conocimiento de este deporte, como se juega y cual son las reglas según Federación Internacional de Fútbol Asociado -FIFA-.

Es un juego con balón en el que se manifiestan situaciones del fútbol, donde participan 2 equipos. En que se pretende marcar más goles que el contrario, el juego se desarrolla de forma real y continuada durante un tiempo determinado. Las reglas de juego son muy simples y reducción de dimensiones del terreno de juego, todos estos elementos son modificables según el objetivo a mejorar y el nivel de los jugadores, es un juego de fácil de explicación comprensión y aplicación. Al diseñar un juego de fútbol deberíamos de tener en cuenta: la edad de los alumnos, nivel general que presentan, objetivos de la etapa en que se encuentran, nivel específico respecto al objetivo de trabajo escogido. (Frattarola Alcaraz & Sans Torrelles, 2000, pág. 33)

Trabajar la coordinación con las niñas y niños nos permitió que realizaran movimiento más ordenados, mejor velocidad, resistencia en ejecutar los ejercicios, desplazarse de un lugar a otro con facilidad y fuerza para pegarle al balón, para controlarlo, para no caer fácilmente al momento de enfrentarse con un rival. Es por eso la importancia de desarrollar la coordinación en el fútbol. Cuanto más variados sean los movimientos en la niñez, mejor podrán controlar más tarde, su musculatura con ayuda del sistema nervioso. Los niños y jóvenes con una mejor capacidad de coordinación alcanzan, con un mismo e incluso menor potencial de condiciones, mayor rendimiento deportivo y corporal, solo los deportistas con unas capacidades de coordinación bien marcadas pueden traspasar sus óptimas capacidades de condición física al rendimiento correspondiente. El fútbol se caracterizó por un alto ritmo de juego, los jugadores no solo están presionados el tiempo en las acciones con el balón sino que, además, para jugar bien al fútbol, hay que efectuar repentinos cambios de dirección, Sprint vertiginosos al espacio libre, un cambio rápido de defensa ataque. (schreiner, 2002, pág. 17)

Dentro del marco de formación y educación se trabajó la coordinación con los niños y niñas dentro del fútbol, para que ellos logran de una manera más eficiente, precisa y técnica todas las acciones tanto físicas como técnicas (carrera, salto, pase, tiro). Empleando todas las partes de su cuerpo de una manera más general y de una forma más específica la coordinación óculo-motora que estableció entre la visión y la parte de su cuerpo para realizar la acción técnica con el balón, así mismo se logró una coordinación óculo-pédica para la realización de tiros y pase con mejor precisión y conducción con borde externo.

Hay que crear las condiciones previas fundamentales, que son muy variadas, para una formación futbolística específica en los años siguientes con el fin de que el niño pueda aprender a jugar fútbol, de allí se derivan los siguientes objetivos en el ámbito infantil:

Creación de capacidades generales de rendimiento, condicionales y coordinativas, desarrollo de toque de balón poner de relieve una capacidad de juego de acuerdo con la edad y la incentivación de las actuaciones tácticas fundamentales, perfeccionamiento de habilidades técnicas y tácticas innatas, creación de una base estable para la realización de esfuerzos específicamente deportivos.

El entrenamiento debe entenderse sobre todo también como un proceso de elección, el entrenador y el monitor tiene la tarea de descubrir jugadores de talento y prepararlos para su aceptación en un centro de entrenamiento. (Braube et al., 2004, pág. 18)

La rapidez del desplazamiento así como la capacidad de coordinación son aquellas condiciones necesarias para un mejor rendimiento y precisamente aquellas que hay que perfeccionar en los niños, en estas edades también es necesaria tener en cuenta que las más conocidas formas de expresión de la velocidad (rapidez en carrera, movimiento y reacción) no se corresponden suficientemente a las complejas exigencias de rapidez del fútbol, donde es necesario tener un carácter determinado y donde deben demostrarse en la rapidez de actuación con y sin balón, como también en el ritmo de juego como una forma de expresión colectiva, ello indica la necesidad de orientar a las nuevas generaciones más insistentemente hacia el desarrollo de la rapidez, más

concretamente hacia la rapidez de actuación necesaria para cada deporte específico. La calidad del rendimiento técnico-táctico del jugador de fútbol se determina en gran parte por sus capacidades de coordinación, el concepto de capacidades de coordinación constituye una definición más avanzada y diferenciada del conocido concepto de `habilidad`, nosotros distinguimos entre capacidad de acoplamiento, orientación, diferenciación, equilibrio, reacción, adaptación y mantenimiento de ritmo, su desarrollo es especialmente propio hasta la edad de 14 años, en otras etapas de formación ya no se puede recuperar lo perdido. (Braube et al., 2004).

La importancia que le debemos dar al entrenamiento infantil, empezando con ejercicios generales, ya que desarrollaron habilidades y capacidades sobre las que descansa el rendimiento futbolístico, si no se empieza de lo más simple o no se corrige a estas edades entre más grande sea el niño es muy difícil llegar a desarrollar sus capacidades sensibles y encontrará más dificultad en su ejecución. Sin embargo, tanto la formación general como la específicamente futbolística no hay que verlas como si fueran dos formas separadas del proceso de entrenamiento, sino como si fueran tareas que están estrechamente interrelacionadas. Son las dos caras de una formación básica extensa.

En todos los ámbitos del entrenamiento infantil, los medios de entrenamiento generales deberían ser parte importante, conseguir que la formación sea variada y extensa utilizando los entrenamientos generales, hay que tener en cuenta que los ejercicios pensados específicamente para el fútbol ayudan a desarrollar la coordinación y que con ello contribuyen a una formación motora multilateral, para saciar los deseos de competición y novedad de los niños, debe trabajarse en cada unidad y ámbito de entrenamiento con un alto porcentaje de formas de juego y competición de cincuenta a setenta por ciento. (fútbol base programa de entrenamiento 10-11 años, pág. 20).

4.2. Fundamentos del fútbol

Es necesario el saber cuáles son los fundamentos del fútbol: físico, técnico, táctico y psicológico. En la parte técnica fue la que más se profundizó el entrenamiento ya que ellos aún están en formación, planificando ejercicios en donde ellos hicieran trabajos de pases con borde interno levantando la vista para

lograr un pase más preciso. Explicándoles que debían orientar su cuerpo para una mejor recepción de balón y controlar con la pierna lejana de donde venía el balón para mayor facilidad, también en los tiros, siempre recalcando que deben ir con fuerza y con dirección.

El entrenamiento físico tuvo un lugar paralelo en este proceso ya que esta capacidad no se puede maximizar por la edad en la que ellos están, lo cual solo se optimizo. En lo táctico no fue algo que se profundizara pero de igual manera se trabajó este fundamento ya que desde edades tempranas debe ser equivalente al trabajo técnico, los contenidos tácticos orientándose a un desarrollo cognitivo, donde hubiera una mejora en la comprensión del juego ya que esta es punto clave en el entrenamiento, de esta manera plantearles en cada entrenamiento el conocimiento de la totalidad de las reglas. Y en lo psicológico siempre tratando de hablar con el niño o la niña mantenerlos siempre activos para que mantengan una mentalidad sana. la falta de fundamentos técnico- tácticos individuales y de capacidad táctica colectiva con la que los jugadores llegan a la edad adulta es un problema incluso en los equipos de elite de nuestro país, no es extraño que se abandonen planificaciones de trabajo estratégico orientado afianzar los sistemas de juego a emplear durante la competición para dedicar gran parte de esas horas de entrenamiento a practicar gestos técnico-tácticos aparentemente sencillos que dichos jugadores de elite ya deberían comprender y saber ejecutar, y esto no sucede solo con el trabajo táctico ; a nivel técnico no es fácil encontrar jugadores, aun es los equipos de mayor entidad, que sepan dar bien un pase en paralelo con la pierna de peor ejecución o recortar adecuadamente con dicha pierna. (Velasco tejeda & Lorente Peñas, 2003, pág. 18).

El conocimiento de la existencia de estas carencias técnicas y tácticas nos lleva a orientar nuestro objetivo en forma de dotar en a los fututos jugadores de alta competición de la llamada competencia motriz, que no es alta cosa que el perfeccionamiento en todos los ámbitos que intervienen en el juego. (L. H. Ripoll, 1982) Nos lo explica de forma clara al insistir en que el entrenamiento no solo consiste en que los niños automaticen al máximo sus gestos técnicos, sino que deben de ser capaces de adaptarse y adaptarlos a las perturbaciones que la

situaciones que la situación deportiva les gusta imponer, este concepto de la adaptación a las situaciones de juego debe tenerse como primordial , pues dentro de los estudios que todos los autores consultados han hecho sobre cualquier deporte colectivo aparece como la base sobre la que fundamenta la enseñanza del movimiento táctico del jugador. Aprender nunca es llegar a ser capaz de repetir el mismo gesto, sino dar a la situación una respuesta adaptada por diferentes medios. (Velasco tejeda & Lorente Peñas, 2003, pág. 19).

4.2.1. Técnica

En la parte técnica se trabajó como deberían hacer un buen pase con fuerza y con precisión , siempre corrigiendo en levantar la vista antes de hacer el pase, en el control no solo es de recibir el balón si no de saber cómo ellos deben de orientar el cuerpo para facilitar la recepción, la conducción que su desplazamiento sea con mayor velocidad y haciéndolo de la forma correcta con el borde externo y no solo llevar la cabeza hacia abajo es algo en lo que de corrigió, algunos les costaba combinar la velocidad con el desplazamiento , de esta manera también se trabajó el cabeceo , regate, y definición siempre corrigiendo cada fundamento y de igual manera felicitando al que lograba hacerlo bien.

Si el jugador no tiene una buena relación técnica con el balón difícilmente podrá contribuir con los aspectos tácticos y físicos que este juego demanda. El joven jugador en estas etapas de formación es una esponja que absorbe y asimila toda la información que queremos proporcionarles, ya que su sistema nervioso está mucho más perceptivo a todos esos estímulos técnicos.

Se debe buscar primero la calidad de la ejecución y luego la velocidad, ir de lo simple a lo complejo en un proceso gradual que culmine en la realidad de juego, los detalles hacen la diferencia en el entrenamiento de los fundamentos técnicos. (Benedek, 2001).

4.2.2. Táctica

Este fundamento es equivalente al trabajo técnico, los contenidos tácticos se orientaron a un desarrollo cognitivo. Donde hubiera una mejora en la comprensión del juego ya que esta es punto clave en el entrenamiento,

de esta manera plantearles en cada entrenamiento el conocimiento de la totalidad de las reglas.

Conjunto de estrategias y filosofías de fútbol que se utilizan en los partidos, generalmente las aplica el entrenador tras un estilo previo de las jugadas y estrategias del equipo contrario, puede haber tácticas de ataque, con el objetivo de meter goles, y jugadas estratégicas defensivas que persiguen evitar que el rival marque.

4.2.3. Entrenamiento físico

El entrenamiento físico tiene un lugar paralelo en este proceso ya que esta capacidad no se puede maximizar por la edad en la que ellos estaban, lo cual solo se optimizo

La parte física es la preparación que se utilizó en el entrenamiento cuyo objetivo fue el desarrollo y la utilización de las cualidades físicas de los niños en el fútbol. Lo que se intenta potenciar en los entrenamientos es la velocidad, la fuerza, la resistencia y la flexibilidad de los niños, estas cuatro cosas son las capacidades condicionales y después se intenta mejorar las capacidades coordinativas que son la reacción o la orientación entre muchas otras.(Ezquerro, La Preparación Física en el fútbol, 2017).

4.2.4. Psicológico

La psicología de implemento para mejorar el rendimiento, dándole charlas y siempre apoyándolos en el trabajo que a ellos les costaba realizar, animándolos para que puedan lograrlo. En este contexto, el deporte es un vehículo para enriquecimiento humano. La actitud de ganar a cualquier precio es incompatible con los objetivos y aspiraciones del mejor psicólogo del deporte, el objetivo es que el participante alcance su potencial máximo como deportista, desarrollar el autocontrol y la confianza en sí mismo da como resultado un rendimiento deportivo superior. (H. Cox, 2009).

4.3. Fundamentos técnicos

4.3.1. Control

El control se ejecuta con la parte interna del pie en el cual el niño debía orientar su cuerpo para una mejora en la recepción con la pierna lejana del lado en que le hicieron el pase.

El control de balón es la base de todos los aspectos del fútbol y una fuente de motivación para los niños.

Controlar el balón significa hacerse el amo del mismo. La perfecta ejecución del control entraña el éxito de la combinación, los controles que deben trabajarse prioritariamente orientados y los controles en movimiento, puesto que general velocidad en el juego. (FIFA, 2016).

4.3.2. Conducción

Este fundamento se ejecuta con el borde externo del pie el cual se debe hacer a velocidad para el desplazamiento en la cancha, siempre cabeza levantando para saber hacia a dónde hacer el pase, hacer el tiro o para ver a su rival.

Se trata de un medio de progresión individual en el espacio libre. Conducir bien el balón significa ser su dueño en todo momento, lo que requiere un buen equilibrio y un excelente dominio de los apoyos. (FIFA, 2016).

4.3.3. Pase

Se ejecuta con el borde interno, levantando la cabeza para ver a quien darle el balón y no darlo a lo perdido, era algo que algunos niños se les complicaba daban el pase y sin ver hacia donde, de igual manera un pase siempre debe ir con fuerza y con dirección no solo hacerlo porque sí, en el fútbol todo tiene un porque es algo que los niños deben de tener claro. Es el elemento primordial del juego colectivo, argumento principal del juego, el pase permite al equipo: conservar colectivamente el balón, preparar los ataques, cambiar la dirección de juego, contratacar, dar el pase o asistencia a gol, los centros son pases cortos o largos que suelen preceder al disparo, por lo que cuentan como asistencia. (FIFA, 2016).

4.4. Clasificación de la técnica

Las ejecuciones técnicas en fútbol se consideran los gestos y movimientos más eficaces realizados con el mínimo gasto energético, sin embargo la técnica no será un objetivo en sí, sino un medio para dominar los principios tácticos.

4.4.1. Técnica individual

Este tipo de técnica se desarrolló en cada niño ya que el trabajo siempre se llevaba a cabo con más compañeros pero siempre se evaluaba y se corregía de forma individual para beneficio propio con un buen dominio de balón, logrando jugadas sin la intervención de otros compañeros de equipo independientemente de la definición final.

4.4.2. Técnica colectiva

Esta técnica fue importante que todos los niños la comprendieran ya que a la edad que ellos tienen todos quieren siempre mantener el balón y se les hace difícil pasarlo, pero es algo en el que ellos debían tener claro ya que este tipo de deporte es colectivo y no individual.

Compuesta por acciones que consiguen enlazar dos o más jugadores de un equipo buscando siempre el beneficio del equipo, es decir la realización de acciones combinativas. (Exposito Bautista, 2010, pág. 46).

4.5. Capacidades coordinativas

Trabajar la coordinación con las niñas y niños nos permitió que realizaran movimiento más ordenados, mejoraran la velocidad, resistencia en ejecutar los ejercicios, desplazarse de un lugar a otro con facilidad, conocer el espacio y tiempo y fuerza para pegarle al balón, para controlarlo, para no caer fácilmente al momento de enfrentarse con un rival. Es por eso la importancia de desarrollar la coordinación en el fútbol. Cuanto más variados sean los movimientos en la niñez, mejor podrán controlar más tarde su musculatura con ayuda del sistema nervioso.

Es indispensable destacar la percepción polifacética y el análisis de los propios movimientos, la presencia de modelos de las características dinámicas, temporales y espaciales de los movimientos del propio cuerpo la comprensión de la actividad motora, la formación de un plano y un método concreto para ejecutar el movimiento. Para incrementar el nivel de coordinación, es muy importante la

adaptación de la actividad de los distintos analizadores según las particularidades específicas de una modalidad deportiva. El entrenamiento mejora las funciones de numerosos analizadores, ello se traduce, por ejemplo, por una disminución de los umbrales de sensibilidad propioceptiva.

Analizador óptico: Facilita la información sobre movimientos, pero sobre todo de los demás analizadores, por lo tanto tuvo una enorme importancia porque permitió un modelo basado en la visión.

Analizador estático dinámico: fue el principal órgano del equilibrio; nos informa acerca de las aceleraciones del cuerpo y en particular las aceleraciones rotatorias.

Analizador acústico: por medio de este analizador los niños percibieron sonidos y ruidos.

Analizador cinestésico: A través de este analizador se recibió información acerca de las tensiones de los músculos que nos permitieron modular el movimiento.

Analizador táctil: Nos informa acerca de las presiones ejercidas en las diversas partes del cuerpo. (N. Platonov & M. Bulatova, 2014, pág. 213)

Las capacidades de coordinación pueden permitir una ejecución lo más fiel posible del programa motor propuesto gracias a la precisión de las informaciones recibidas por los analizadores.

Clasificaciones de las capacidades de coordinación

Aparejamiento de movimientos; esta capacidad permitió conectar habilidades motoras automatizadas, ejemplo, la carrera y el salto

Orientación espacio-temporal: Capacidad que permitió modificar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y tiempo, con referencia a un espacio de acción definido.

Diferenciación cinestesia: permitió controlar de manera sutilmente diferenciada los parámetros dinámicos, temporales y espaciales de movimiento.

Equilibrio: Esta capacidad mantuvo el cuerpo en postura fija y la recuperación después de amplios movimientos o situaciones.

Reacción: permitió responder a estímulos, ejecutando acciones motoras adecuadas con respuesta a una señal.

Ritmización: Cronológicamente posee la capacidad de organizar los músculos en relación al espacio y tiempo.

La finalidad predominante de los ejercicios para perfeccionar la coordinación implico ejecutarlos a distinta intensidad, sin embargo existió una tendencia general en lo que se refiere a los ejercicios más variados que permitió aumentar la coordinación: la aplicación de baja intensidad en las etapas iniciales del perfeccionamiento de una cualidad con acciones motoras concretas, aumento gradual de la intensidad conforme se va ampliando las posibilidades técnicas y tácticas del deportista, y por fin la utilización de una intensidad máxima y casi máxima cuando se trata de perfeccionar la coordinación y los resultados en competición. (N. Platonov & M. Bulatova, 2014, pág. 222).

5. Descripción de la experiencia docente de la comunidad (EDC)

5.1. Descripción de la población atendida

La Experiencia Docente con la Comunidad -EDC- dio inicio con 40 niños en las edades de 11 a 13 años en Escuela de Iniciación Deportiva en el desarrollo de las capacidades coordinativas a través de los fundamentos técnicos los cuales están distribuidos en los 2 horarios de jornada diaria una parte recibe de 8:00 a 10:00 y otro de 10:00 a 12:00 horas, atendidos durante la práctica que se llevó a cabo a partir del 1 de Septiembre al 30 de Noviembre de 2016. Para la realización de la misma, contamos con una red de balones, conos y aros que fueron utilizados como escaleras de coordinación y dos canchas para la utilización del entrenamiento por la cantidad de niños, de esta manera tener espacio suficiente para el entrenamiento y que los niños tuvieran una mejor técnica y coordinación. Para este propósito se trabajó con el método global el más utilizado en la actualidad en el fútbol, se apega a la realidad de juego, intervienen todos los elementos (balón, compañeros y adversario) se reflejó un elevadísimo nivel de motivación que llevo al niños a involucrarse de forma plena. La última semana del proyecto se realizó un campeonato con el objetivo de poner en práctica lo aprendido, durante el proceso donde se involucraron todas las escuelas, se le pidió que cada equipo escogiera un color que los representara, tanto hombres como mujeres, a los primeros 3 lugares se le premio con medallas. La Experiencia Docente con la Comunidad –EDC- culmino con las 300 horas establecidas llevadas a cabo en 3 meses.

5.2. Descripción de la planificación

El objetivo de la planificación fue desarrollar en el niño las capacidades coordinativas, para lograr movimientos con eficacia por medio de la enseñanza de la técnica en la cual se utilizaron métodos para garantizar el desarrollo y de esta manera acelerar el proceso de enseñanza –aprendizaje en el niño.

5.3. Descripción de los logros

5.3.1. Físicos

Los logros a nivel físico se determinaron a través de los test y obtuvieron mejoras en la capacidad de coordinación, esto se revela en los resultados

de las pruebas de manera favorable y muy marcada en cada una de ellas, se evidencio que se redujo el tiempo en consideración con la primera prueba en las pruebas de agilidad y reacción el noventa por ciento mejoro entre diez a quince segundos colocándose en el rango bueno e ideal.

5.3.2. Técnicos

En los fundamentos técnicos según se evidencia la prueba motriz respondieron adecuadamente a los estímulos aplicados durante todo el proceso de la práctica, adquiriendo así habilidades y destrezas importantes en la práctica del futbol, el niño paulatinamente mejoro su técnica para una mejora colectiva como objetivo de juego , a través de las pruebas de conducción se determinó que los niños disminuyeron su tiempo , en base a la relación con el balón, el setenta por ciento de los niños logro un mejor control y precisión en el pase .

5.3.3. Teóricos

En los aspectos teóricos mejoraron su nivel cognitivo ya que en base a charlas previas realizadas una vez por semana en cuyo objetivo es la explicación y comprensión del trabajo que se llevarían a cabo y para una mejora en la toma de decisión y desempeñar un rendimiento deportivo a nivel individual y colectivo.

6. Metodología

La metodología utilizada facilitó la asimilación de la técnica y coordinación en los niños. Se inició de lo simple a lo complejo considerando el grado de dificultad de los elementos técnicos, los movimientos se practicaron de forma simple y conforme iban evolucionando se les fue exigiendo, una construcción de entrenamientos variada y diversa proporciona buenos resultados.

6.1. Metodología de enseñanza

6.1.1 Metodología global

Una de las características más importantes para que un aprendizaje sea lo más eficaz y perdurable posible es que las actividades que se realicen impliquen la globalidad de las capacidades del niño (mentales y físicas). Las actividades realizadas llevadas a cabo tenían el objetivo de introducir progresivamente la noción del oponente, introducir la acción y el gesto en una fase de juego completa, realizar el entrenamiento en situaciones próximas a la competencia, controlar la evaluación durante el juego, establecer nuevas normas en las que se ponga en práctica la intervención de la imaginación, la creatividad y el sentido lógico del alumno, por ello resulta muy adecuada la propuesta de situaciones de juego ya que el niño, debido a la gran motivación que supone superar a un contrario, involucra automáticamente todas sus capacidades y va en función de la táctica a la técnica.

Lo más importante de esta situación-problema se orienta a que el jugador decida cómo resolverla, escogiendo aquella acción que crea más conveniente, en lugar de utilizar de forma obligada y dirigida, aquella que ha determinado el entrenador considerando la realidad del fútbol-base, en el que habitualmente se dispone de muy poco tiempo para trabajar semanalmente.

El método global presenta además de otras ventajas de carácter científico, un elemento favorable de orden práctico. Al realizar, por ejemplo, un ejercicio analítico de control, se está incidiendo en un tipo de control específico, con una superficie de contacto concreta, una orientación del

balón concreta, una orientación del balón definida y con una trayectoria del mismo también establecida, de esta forma para llegar a dominar el concepto del control quedarían por desarrollar todo el resto de superficies, con todas las posibles variantes que le correspondan a cada una. Suponiendo que se llevara a la práctica todo este trabajo, aun restarían poder desarrollar los demás conceptos técnicos (pase, tiro, juego de cabeza, etc.) los conceptos tácticos (apoyo, marcaje, desmarque, etc.) con todas sus posibles variantes, igualmente ocurriría con las cualidades físicas.

Resulta evidente la posibilidad de abarcar toda esa cantidad de trabajo, consiguiendo un alto nivel de ejecución. Por el contrario con el método global, se incide simultáneamente en aspectos técnicos, tácticos, físicos, lo que permite, durante un juego, desarrollar todo de forma conjunta aunque sea de un modo más genérico, situación que en la práctica con los cuarenta niños y niñas en edades de 11 a 13 años se desarrolló de una forma eficaz el aprendizaje involucrando el método global.

Por ejemplo si proponemos un juego en que las reglas provocan la aparición persistente de tiros a portería, este objetivo será requerido desde diversos ángulos, utilizando ambas piernas, con diferentes trayectorias de balón, Además a nivel ofensivo se manifestaran otras cualidades técnicas como el control, el regate, etc. Conceptos tácticos como el apoyo, el desmarque, mientras que defensivamente pueden aparecer el marcaje, la cobertura, la intercepción, el control de oposición , es por ello que el método global permite obtener un resultado más eficaz utilizando el escaso tiempo que disponemos para formar a nuestros jóvenes futbolistas, si analizamos las características esenciales del futbol, observamos como su enseñanza fundamentada en gestos y acciones aisladas y estereotipadas no tiene demasiado sentido, dadas las innumerables y continuas variaciones que se presentan durante el juego, es difícil que en el mismo aparezcan dos situaciones idénticas, por lo que el objetivo debe ser que el alumno sea capaz de adaptarse.

Adecuación del método: una vez determinado el método global como fundamento de la enseñanza del futbol, en este primer nivel, se trata de

adecuarlo en sus formas de aplicación a las edades para las que en principio está pensando el programa, ya que de lo contrario estaríamos incurriendo en uno de los defectos analizados en el primer punto. La situación global más representativa del fútbol es un 11:11 sin embargo las dimensiones del espacio, el número de jugadores y las interrelaciones que se establecen entre ellos, hacen que sea una situación altamente compleja. Por ello debemos implicar el grado de dificultad, para lo que plantearemos situaciones de efectivos reducidos, caracterizadas por:

Reducción del espacio de juego, reducción del número de compañeros, reducción del número de contrarios, reducción del tiempo a utilizar en cada una de las formas didácticas. (Frattarola Alcaraz & Sans Torrelles, 2000, págs. 24-26).

7. Análisis e interpretación de datos – resultados

7.1. Control de test motrices – graficas

Estos se incluyen en la planificación desarrollada debido a la importancia que conlleva la coordinación de los niños, se observó que obtuvieron mejores resultados en las pruebas de preparación especial, de acuerdo a lo cuantitativo, mostrando resultados favorables y muy marcados en cada uno de ellos, se evidencio que se redujo el tiempo en comparación con la primera prueba en las pruebas de agilidad y Reacción, el noventa por ciento mejoro entre diez a quince segundos colocándose en el rango bueno e ideal. Los tiempos de los niños disminuyeron aunque en su mayoría se mantuvieron en Bueno y regular.

Tabla de Referencia Para Ponderación								
Prueba de conducción de balón								
Edad: 11 años				Rama: Masculina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	23.72` = I	23.72` = I	23.72 - 32.09` = B	23.72 - 32.09` = B	32.10- 40.46` = R	32.10- 40.46` = R	40.47` = N.M	40.47` = N.M
A			28.81	24.15				
B				30			49	
C				30			42.73	
D						34.28	51.65	
E				30.98	32.98			
F		22.43			38.45			
G				31.5	39.95			
H		20.93	32					
I				28.06	38.9			
J			32.01	25				
K			27.01	24				

7.1.1. Prueba de conducción de balón con el pie sobre el circuito

Prueba No. 1 se ejecutó el 06/09/16

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, balón.

40 niños en las edades de 11 a 13 años

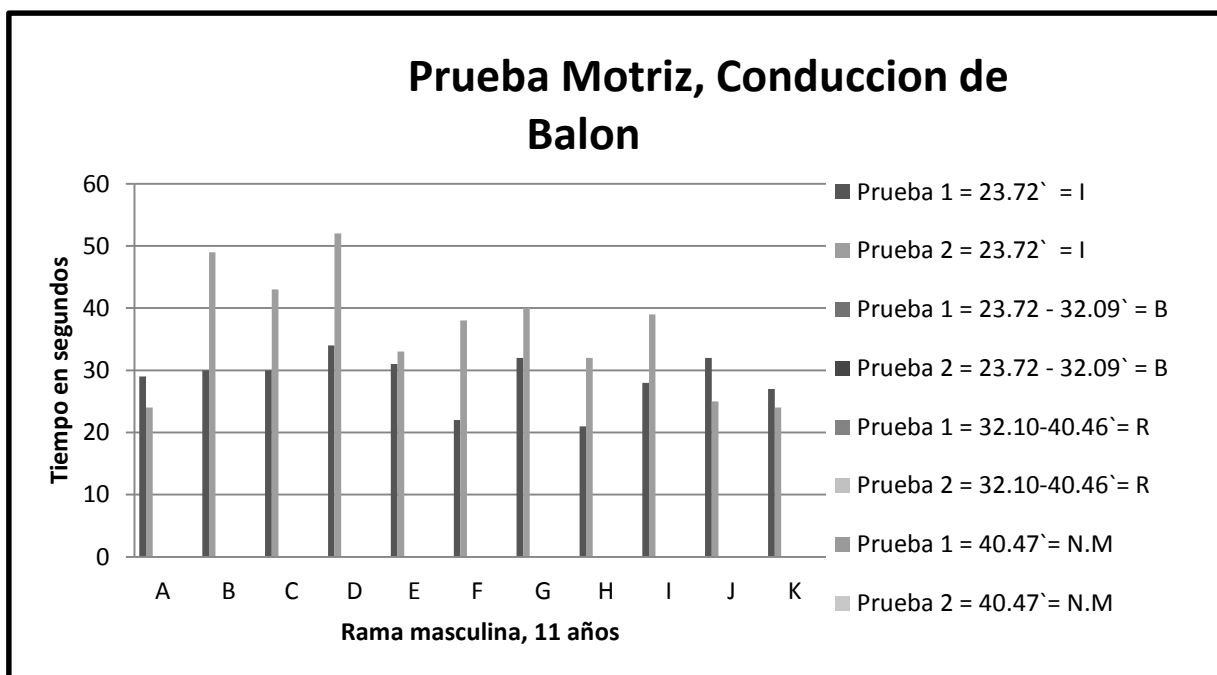
Descripción de la prueba

Ejecución: consistió en un circuito formado por seis postes,

Objetivo: medir la coordinación òculo-pèdica del sujeto en desplazamiento con múltiples cambios de dirección.

Colocadas en dos filas alineadas en 3 pilares de cada una, de forma paralela y separadas ambas líneas 6 metros. La línea de salida estará colocada de frente a las 2 líneas, y separa del primer poste a 2,5 m. la separación longitudinal entre postes de 2 m. El ejecutante se colocó en posición de salida alta en el punto medio

Entre ambas líneas y detrás de la línea de salida, a la señal del controlador, el alumno corrió hacia un círculo, conduciendo el balón con el pie, dejando el primer poste a su izquierda y corriendo en ziz-zag sobre circuito, realizando ida y vuelta 2 veces hasta sobrepasar finalmente la línea de salida.



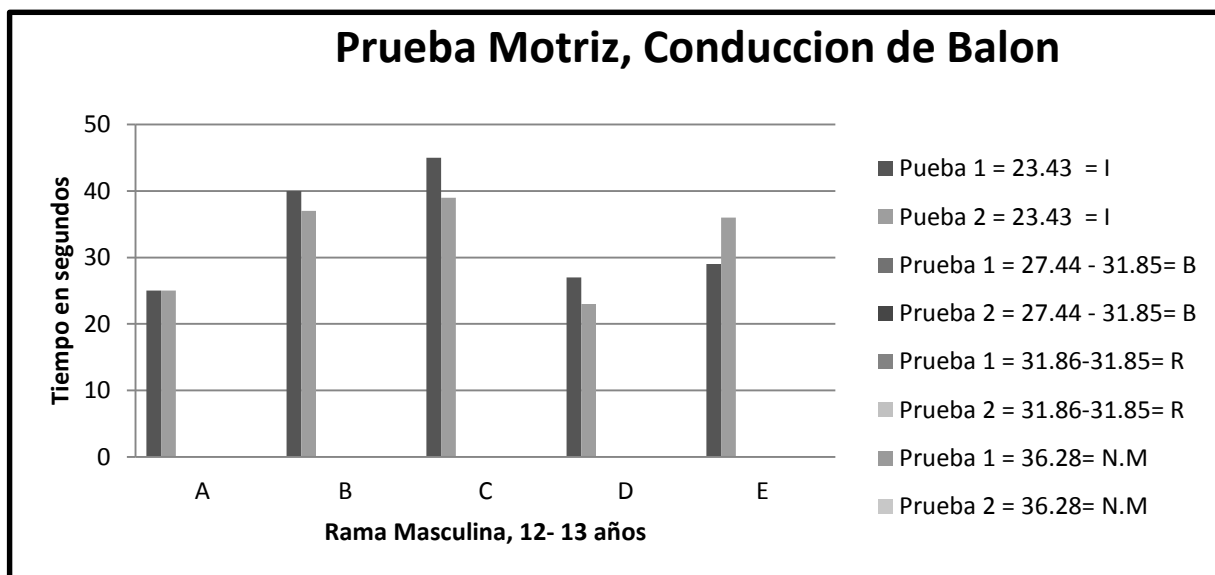
Se observó en el test de motricidad de conducción de balón en niños de once años la coordinación òculo-pèdica, con cambios de desplazamiento y dirección, realizando en el menos tiempo, se evidencio en la segunda prueba, que el cien por ciento mejoro en los diez a veinte segundos colocándose en el rango bueno e ideal.

Tabla de Referencia Para La Ponderación De La Prueba De Conducción				
Rama: Masculina				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 23.72		menos o igual a 27.43	
Bueno	23.72 - 32.09		27.44 - 31.85	
Regular	32.10 - 40.46		31.86 - 36.27	
N.M.	40.47 en adelante		36.28 en adelante	

La tabla de referencia sirvió para hacer las demás tablas y ordenar el rango en el que se encontraba cada niño, mostrándonos acá si fue ideal, bueno, regular o si necesitaba mejorar, ordenando así los rangos en la primera prueba y en la segunda y conforme los la diferencia de la primera y la segunda prueba se hizo una gráfica de cada edad y de cada rama, para que de esta manera este mejor explicado.

Tabla de Referencia Para Ponderación								
Prueba de Conducción de Balón								
Edad: 12-13 años				Rama: Masculina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	23.43` = I	27.43` = I	27.44 - 31.85` = B	27.44 - 31.85` = = B	31.86- 31.85` = R	31.86- 36.27` = R	36.28` = N.M	36.28` = N.M
A	24.52	25						
B							39.80	37.42
C							45.09	38.92
D	27.38	23.01						
E				29		36.01		

Hubo una variedad en los tiempos de los niños algunos están en ideal, otros bueno y otros necesitan mejorar, pero aun así todos bajaron sus tiempos, es nos indica que si hubo mejora en todos.



En el test de motricidad de conducción de balón en niños de 12 a 13 años de edad, se observaron resultados satisfactorios en la mayoría de los niños, el noventa por ciento de ellos redujeron su tiempo en consideración con la primera prueba, mostrando así que la metodología utilizada favoreció el desarrollo de la motricidad de conducción en el balón.

7.1.2 Test prueba de conducción de balón con el pie sobre circuito Niñas

Prueba No. 1 se ejecutó el 06/09/16

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, balón.

18 niñas en las edades de 11 a 13 años

Descripción de la prueba

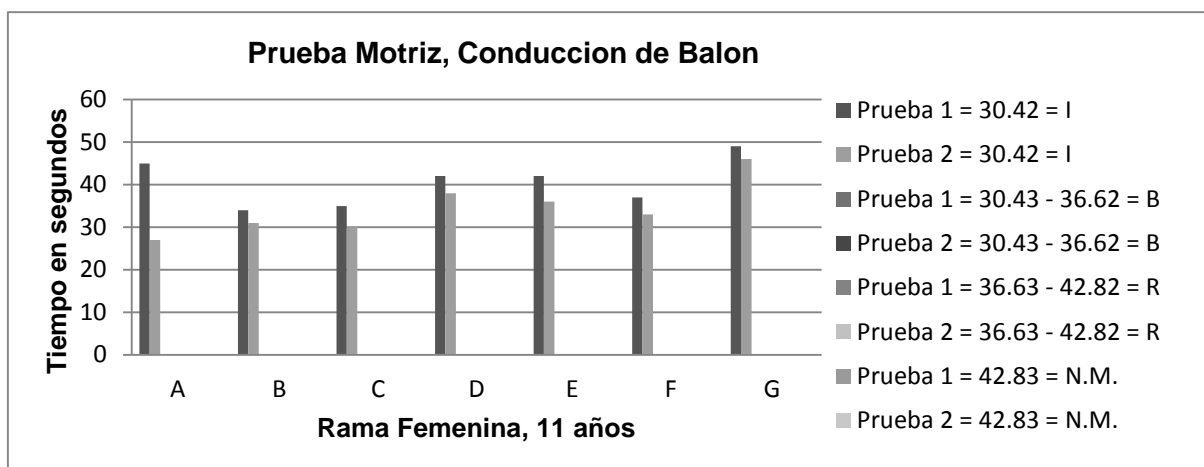
Su principal objetivo fue medir la coordinación óculo-pédica del sujeto en desplazamiento con múltiples cambios de dirección. La realización de esta prueba consiste en un circuito formado por seis postes, colocados en 2 filas alineadas de 3 pilares de cada una, de forma paralela y separadas ambas líneas 6 metros. La línea de salida estará colocada de frente a las 2 líneas y separada del primer poste a 2,5 m. la separación longitudinal entre postes de 2 m.

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

A la señal del controlador corrió hacia el círculo, conduciendo el balón con el pie, dejando el primer poste a su izquierda y corriendo en zigzag sobre el circuito, realizando ida y vuelta dos veces hasta sobrepasar finalmente la línea de salida. Se cronometró el tiempo empleado en realizar dos veces seguidas el circuito.

Tabla De Referencia Para Ponderación								
Prueba de Conducción de Balón								
Edad: 11 años				Rama: Femenina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	30.42 = I	30.42 = I	30.43 - 36.62 = B	30.43 - 36.62 = B	36.63 - 42.82 = R	36.63 - 42.82 = R	42.83 = N.M.	42.83 = N.M.
A		27.32					45.32	
B		30.5	33.57					
C				30.01	35.18			
D						37.82	42.01	
E						35.5	42	
F				33.15	36.82			
G							49.08	46.31

La diferencia en los tiempos de la primera a la segunda prueba fue notable en base a los segundos, esto nos demuestra que los entrenamientos y la metodología utilizada fue de gran beneficio, ya que se notó el avance en los 3 meses de entrenamiento, algunos con solo el hecho de llevar el balón era de gran trabajo y con tiempo aún más, en la segunda prueba ellas ya se desplazaban con una mejor técnica y con más confianza en ellas mismas.



Las gráficas nos muestran la diferencia y el avance que hay entre una y otra prueba en base a las referencias de baremos de cada edad.

Tabla De Referencia Para Ponderación								
Prueba de Conducción de Balón								
Edad: 12 A 13 años				Rama: Femenina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	29.65 = I	29.65 = I	29.66 - 36.35 = B	29.66 - 36.35 = B	36.36 - 42.92 = R	36.36 - 42.92 = R	42.93 = N.M	42.93 = N.M
A				30.22	36.43			
B							45.35	44.22
C						40.35	52.93	
D			36.13	30.01				
E				34.07	40.01			
F		27.86	34.68					
G				29.73	37.50			
H								47.83
I			31.56	30			49.6	
J	28.8	27.33						
K					39.85	36.09		

En las edades de 12-13 años es complicado ya que a esta edad se dificulta corregir, ellas ya tenían una mala técnica, se hizo un esfuerzo por corregir, por lo cual su tiempo era más prolongado, aun así conforme a los entrenamientos en su mayoría tuvieron mejora en sus tiempos.

Tabla de Referencia Para la Ponderación								
Prueba de Slalom								
Edad: 12 a 13 años				Rama: Masculina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	8.9 = I	8.9 = I	8.10 - 9.64 = B	8.10 - 9.64 = B	9.65 - 10.38 R	9.65 - 10.38 R	10.39 = N.M	10.39 = N.M
A		8.71	9.5					
B					9.7	9.73		
C							11.89	11.36
D			8.16			9.71		
E							11.43	10.4

Tabla de Referencia Para la Ponderación de la Prueba de Conducción				
Rama: Femenina				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 30.42		menos o igual a 29.65	
Bueno	30.42 - 36.62		29.66 - 36.35	
Regular	36.62 - 42.82		36.36- 42.92	
N.M.	42.83 en adelante		42.93 en adelante	

Tabla de referencia en la rama femenina en base a las edades de 11 a 12-13 años, para la ponderación de conducción de balón, para tener el conocimiento si están en el rango ideal, bueno, regular, o necesita mejorar.

7.1.3 Prueba de slalom niños

Prueba No. 1 se ejecutó el 06/09/16

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, balón.

16 niños en las edades de 11 a 13 años

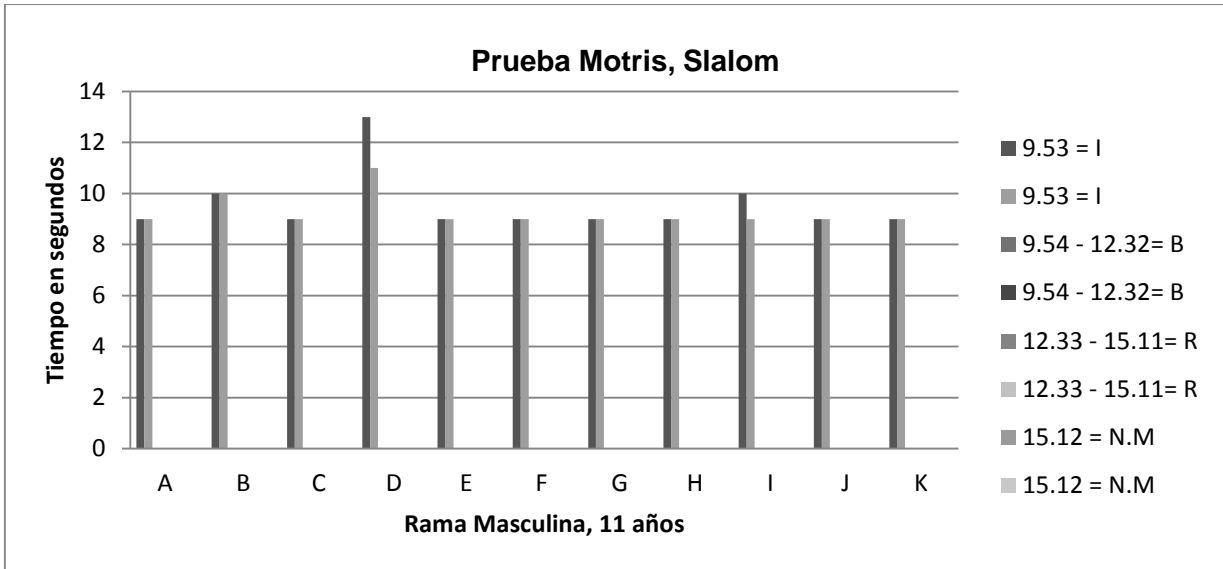
Descripción de la prueba

El objetivo de esta prueba fue medir la agilidad de desplazamiento del sujeto.

El ejecutante se colocó en posición de salida detrás de la línea de partida, colocada en el suelo, a partir de la línea de salida, había un pasillo de 2 metros de anchura y de 8 metros de largo, donde estaban colocados seis postes (de forma asimétrica) cada 2 m.

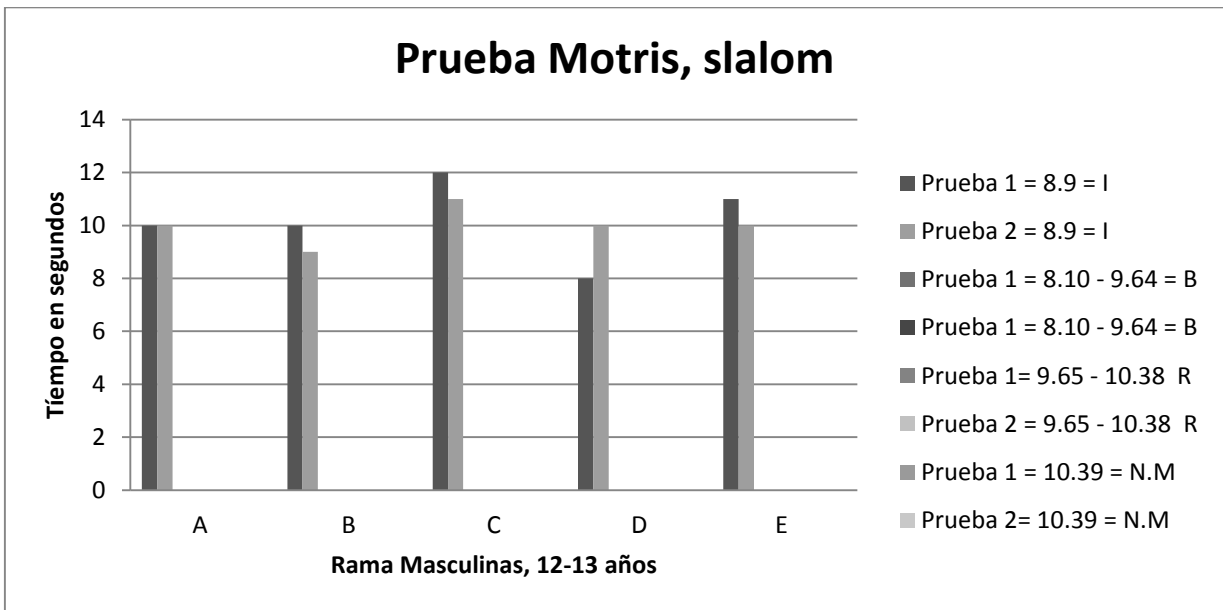
Tabla de Referencia para Ponderación								
Prueba de Slalom								
Edad: 11 años				Rama: Masculina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	9.53 = I	9.53 = I	9.54 - 12.32= B	9.54 - 12.32= B	12.33 - 15.11= R	12.33 - 15.11= R	15.12 = N.M	15.12 = N.M
A	9.48	9.28						
B			9.81	9.63				
C	8.9	8.78						
D				11.41	12.83			
E	8.66	8.53						
F	8.95	8.6						
G	8.83	8.68						
H	9.4	9.2						
I			9.8	8.95				
J	9.48	9.47						
K	9.11	8.63						

En la prueba de slalom hubo una mejor respuesta tanto en la primera como la segunda prueba, ya que la mayoría estuvo en el rango de ideal.



La grafica nos detalla de mejor manera las estadísticas en que la mayoría de los niños mantuvo su tiempo o lo mejoró, ninguno lo bajo.

La prueba de slalom en niños de 12- 13 años demuestra que a diferencia de los de 11 años ellos se mantuvieron en un rango de regular y necesita mejorar a pesar de que bajaron sus tiempo no lograron subir a bueno o ideal.



En la gráfica logramos notar como algunos niños en sus pruebas mantuvieron sus tiempos, otros bajaron y otros se hicieron más tiempo en la segunda prueba, esto muestra que los que subieron o mantuvieron su tiempo eran los niños que no eran constantes en los entrenos.

Tabla de Referencia Para la Ponderación de la Prueba de Slalom				
Rama: Masculina				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 9.53		menos o igual a 8.9	
Bueno	9.54 - 12.32		8.10 - 9.64	
Regular	12.33 - 15.11		9.65 - 10.38	
N.M.	15.11 en adelante		10.39 en adelante	

Tabla de referencia para facilitar el orden en los rangos de los niños en sus diferentes edades.

7.1.4 Prueba slalom niñas

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, balón.

Niñas en las edades de 11 a 13 años

Descripción de la prueba

El objetivo de la prueba fue medir la agilidad de desplazamiento del sujeto.

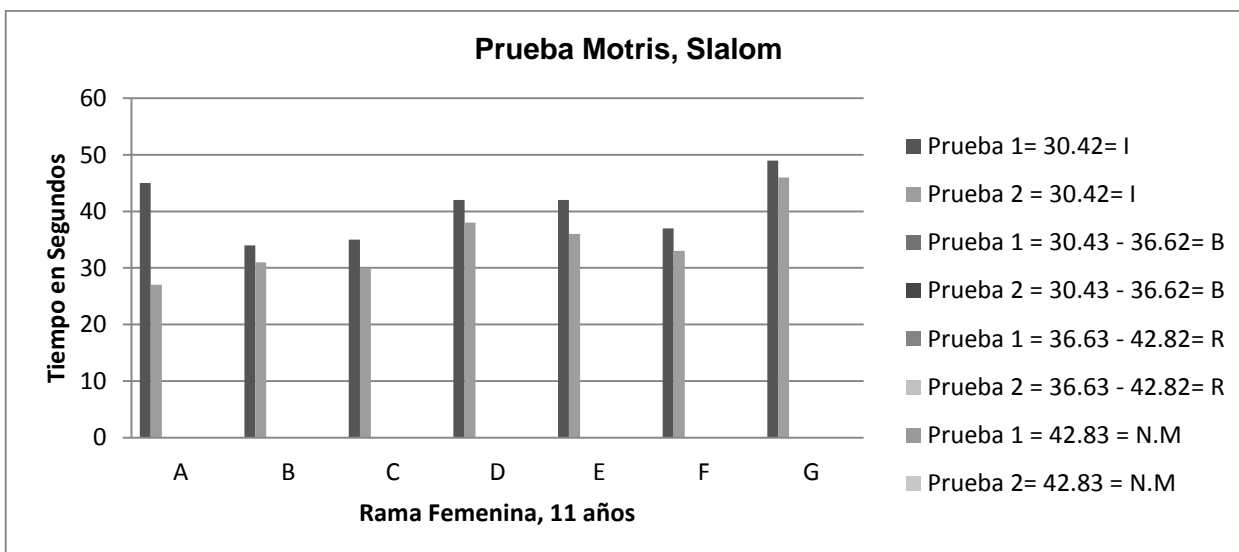
El ejecutante se colocó en posición de salida detrás de la línea de partida, colocada en el suelo, a partir de la línea de salida, existirá un pasillo de 2 m de anchura y de 8 m de largo, donde estaban colocados seis postes (de forma asimétrica) cada 2m.

A la señal del controlador, el ejecutante realizo un recorrido de ida y vuelta sobre el pasillo, sorteando en zigzag los postes, se cronometro el tiempo marcado por el ejecutante en realizar el recorrido de ida y vuelta completo.

El examinado no debía detenerse en la línea de llegada si no continuar varios metros más, se valoró el mejor tiempo de 2 intentos.

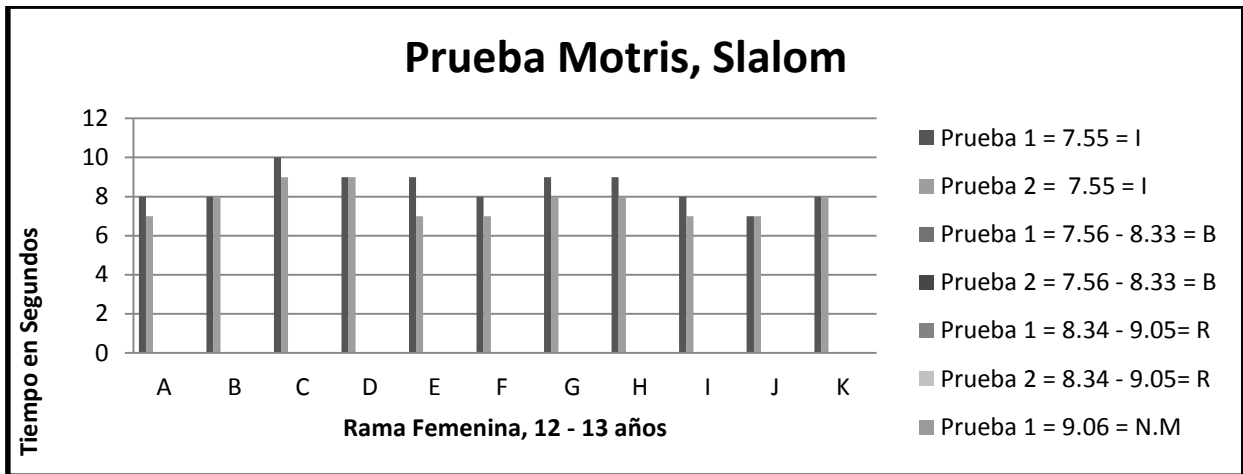
Tabla de referencia para ponderación								
Prueba de Slalom								
Edad: 11 años				Rama: Femenino				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	30.42= I	30.42= I	30.43 - 36.62= B	30.43 - 36.62= B	36.63 - 42.82= R	36.63 - 42.82= R	42.83 = N.M	42.83 = N.M
A		27.32					45.32	
B			33.57	30.5				
C		30.01	35.18					
D					42.01	37.82		
E				35.5	42			
F				33.15	36.82			
G							49.08	46.31

Se observó en el test de motricidad de slalom en niñas de 11 años, resultados Satisfactorios a diferencia de los niños de la misma edad, esto se debió a que ellas tienen mejor habilidad motriz a esta edad.



La Grafica muestra como todas las niñas de 11 años disminuyeron sus tiempos, algunas si diferencias significativas de segundos y otros milisegundos.

Se observó en el test de motricidad de slalom en niñas de 12 – 13 años los resultados obtenidos en dicha prueba fueron poco significativos , ya que en comparación adecuada durante la edad sensible, se le dificulto el responder de manera eficiente a la prueba. De ambas las mejores se marcaron por milésimas de segundo, esto pudo deberse al factor edad, puesto que las niñas no fueron estimuladas



La grafica muestra como todos bajaron su tiempos algunos de manera significativa y otros si en segundos.

Tabla de Referencia Para la Ponderación de la Prueba de Slalom				
Rama: Femenino				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 30.42		menos o igual a 7.55	
Bueno	30.43 - 36.62		7.56 - 8.33	
Regular	36.63 - 42.82		8.34 - 9.05	
N.M.	42.83 en adelante		9.06 en adelante	

Tabla de referencia para facilitar el orden en los rangos de los niños en diferentes edades.

7.1.5 Test batería de salida – reacción niños

Prueba No. 1 se ejecutó el 06/09/16

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, terreno liso

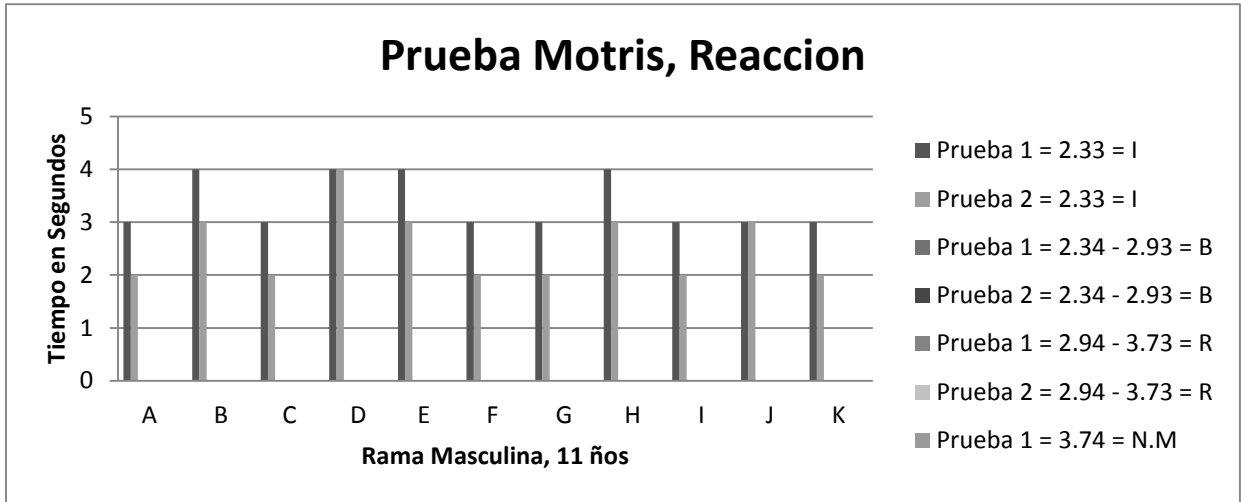
16 niños en las edades de 11 a 13 años

Descripción de la prueba

El objetivo de esta prueba fue medir la velocidad de reacción del sujeto, esta batería esta propuesta por Legido Col. (1995) y para su ejecución realizó 7 salidas desde las siguientes posiciones: Sentado, mirando hacia el sentido de la carrera, piernas extendidas y manos apoyadas al suelo. Se registró el tiempo transcurrido desde la señal de salida de “ya” hasta que el sujeto sobrepasara la línea de 10 metros. Para obtener la valoración final, se eliminó el mejor y el peor resultado.

Tabla de referencia para ponderación								
Prueba de reacción								
Edad: 11 Años Rama: Masculina								
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016 Prueba 2: 15/11/2016								
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	2.33 = I	2.33 = I	2.34 - 2.93 = B	2.34 - 2.93 = B	2.94 - 3.73 = R	2.94 - 3.73 = R	3.74 = N.M	3.74 = N.M
A		2.13			3			
B						3.36	4.39	
C				2.58	3.16			
D							4.37	4
E					3.5	3		
F				2.91	3.33			
G				2.93	3			
H						3.35	3.83	
I					3.08	2.98		
J					2.78	2.99		
K					2.91	2.98		

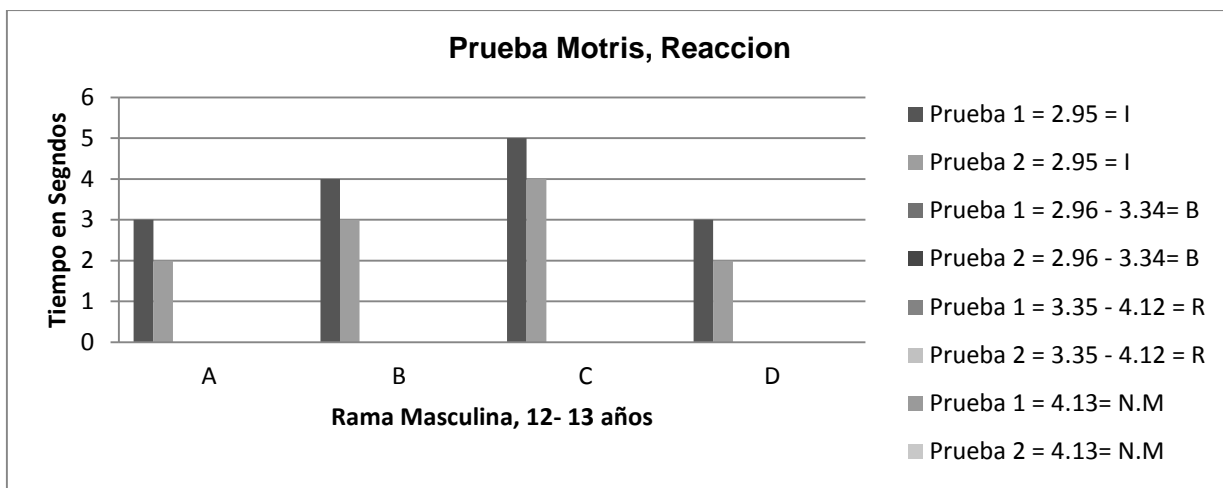
Se observó que la mayoría de los niños bajo en sus tiempos, pero se mantuvo en el mismo rango, solo un niño cambio de rango de regular a ideal.



A pesar de la diferencia que vemos en la gráfica de tiempos los niños no cambiaron de rango, fueron milésimas de segundos los resultados diferentes solo el niño A, marco la diferencia.

Tabla de referencia para ponderación								
Prueba de Reacción								
Edad: 12-13 años				Rama: Masculino				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueb a No. 2
Atletas	2.95 = I	2.95 = I	2.96 - 3.34= B	2.96 - 3.34= B	3.35 - 4.12 = R	3.35 - 4.12 = R	4.13= N.M	4.13= N.M
A	2.95	2.56						
B				3.31	3.48			
C							4.53	4.13
D	2.91	2.56						

Se observa en las edades de 12-13 años una diferencia notable a diferencia de los niños de 11 años, solo una persona necesita mejorar.



Las gráficas nos muestran de forma más clara los tiempos disminuidos en cada prueba.

Tabla de Referencia Para la Ponderación de Reacción				
Rama: Masculino				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 2.33		menos o igual a 2.95	
Bueno	2.34 - 2.93		2.96 - 3.34	
Regular	2.94 - 3.73		3.35 - 4.12	
N.M.	3.74 en adelante		4.13 en adelante	

Tabla de referencia para conocer el rango en el que se encuentra y conocer si hubo mejora o no.

7.1. 6 Test batería de salida – reacción niñas

Prueba No. 1 se ejecutó el 06/09/16

Prueba No. 2 se ejecutó el 15/11/16

Material: conos, cronometro, terreno liso

18 niñas en las edades de 11 a 13 años

Descripción de la prueba

El objetivo de esta prueba fue medir la velocidad de reacción del sujeto, esta batería fue propuesta por Legido y Col. (1995). Y para su ejecución

realizó 7 salidas desde las siguientes posiciones: sentado, mirando hacia el sentido de la carrera, piernas extendidas y manos apoyadas al suelo.

Se registró el tiempo transcurrido desde la señal de salida "ya" hasta que el sujeto sobrepasara la línea de 10 mts.

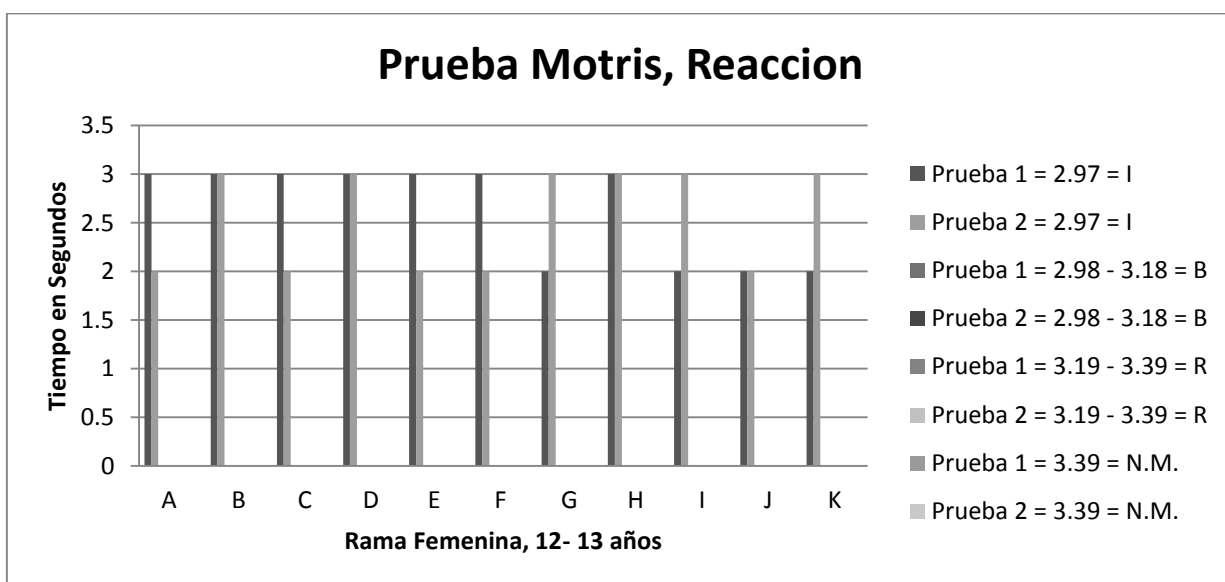
Para observar la valoración final, se eliminó el mejor y peor resultado.

Tabla de Referencia para Ponderación								
Prueba de Reacción								
Edad: 12 – 13 Años Rama: Femenina								
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016 Prueba 2: 15/11/2016								
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2
Atletas	2.97 = I	2.97 = I	2.98 - 3.18 = B	2.98 - 3.18 = B	3.19 - 3.39 = R	3.19 - 3.39 = R	3.39 = N.M.	3.39 = N.M.
A		2.81	3.15					
B			3	3.13				
C						3.02	3.41	
D					3.21	3.27		
E		2.60			3.80			
F		2.58	3.08					
G				2.96	3.40			
H						3.30	3.70	
I		2.88	3.18					
J	2.80	2.80						
K			2.90	3.20				

Los niños subieron su tiempo en la segunda prueba, pero en su gran mayoría lo disminuyeron.

Tabla de referencia para ponderación								
Prueba de Reacción								
Edad: 11 años				Rama: Femenina				
Fecha de evaluaciones: Prueba 1 :06/09/2016				Prueba 2: 15/11/2016				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita mejorar = N.M.				
	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueba No. 2	Prueba No.1	Prueb a No. 2
Atletas	2.62 = I	2.62 = I	2.63- 2.9 = B	2.63- 2.9 = B	2.10 - 3.18 = R	2.10 - 3.18 = R	3.19= N.M	3.19= N.M
				2.82	3.06			
B				2.75			3.48	
C					3.1	2.98		
D		2.53			2.78			
E	2.59	2.48						
F				2.86			3.2	
G						3.01	3.38	

La prueba de reacción en niñas de 11 años nos muestra que la mayoría de las niñas cambio de rango, por lo cual si hubieron mejoras notables. La gráfica nos muestra las claramente que en su mayoría todas bajaron sus tiempos.



La grafica nos muestra con más claridad la diferencia que hay en todos los niños algunos subieron notablemente sus tiempo y otros si lograron disminuirlo.

Tabla de Referencia Para la Ponderación de Reacción				
Rama: Femenina				
Ponderación	Ideal = I	Bueno: B	Regular: R	Necesita Mejorar: N.M.
	11 años		12 a 13 años	
Ideal	menos o igual 2.62		menos o igual a 2.97	
Bueno	2.63 - 2.9		2.98 - 3.18	
Regular	2.10 - 3.18		3.19 - 3.39	
N.M.	3.19 en adelante		3.39 adelante	

Tabla de referencia para facilitar entender los rangos en los que se encuentran las niñas y lograr saber si mejoraron su tiempo.

8. Conclusiones

Se desarrollaron las capacidades coordinativas de los niños, logrando movimientos con eficacia, en el cual se utilizó métodos que lo garantizaran, de una forma más eficiente, precisa y técnica (carrera, conducción, pase, tiro). Se aceleró el proceso de enseñanza-aprendizaje de manera que resulto cercana a situaciones reales en el juego.

Se alcanzó el desempeño óptimo de los gestos técnicos a través de la coordinación, se desarrolló la capacidad de orientación corporal en el espacio (campo de juego), y en la relación con el objeto (balón, compañero, adversario).

Se fortaleció el dominio de balón con borde interno para hacer el control y el pase de una manera precisa, conducción con la cabeza levantada , una mejora en la toma de decisiones , 1 vs 1, 1 vs 2, tiro al arco y juego colectivo.

Se demostró mediante graficas un avance en las pruebas de conducción, slalom y reacción ya que tanto las niñas como los niños disminuyeron su tiempo en todas las pruebas, pocos niños mantuvieron o subieron sus tiempos , esto nos evidencio que los 3 meses de entrenamiento si funcionaron.

Se determinó que si existieran más entrenadores y fuera de una manera más personalizada el entrenamiento los niños y niñas demostraran un avance evidente.

9. Recomendaciones

Es importante mantener los programas de la Escuela de Ciencia y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte en la investigación del Ejercicio Profesional Supervisado con la Dirección General de Educación Física lo que permitirá ayudar al niño en su evolución como deportista.

Enseñar a las niñas y niños los valores como el compañerismo, confianza, autocontrol, que les ayudara dentro y fuera del ámbito deportivo.

A los profesionales de la Educación Física utilizar material adecuado para la cantidad de niños que reciben las clases de futbol, lo que permitirá alcanzar las metas y objetivos.

Que los profesores de Educación Física Escolar implementen la metodología de dividir grupos de niños, los más dotados técnicamente y los que carecen de ella, para mejorar las características deportivas de igual manera para que finalmente se cuente con un grupo homogéneo en donde se pueda hacer más repeticiones y correcciones en los gestos técnicos y de esta manera alcanzar la metas a nivel deportivo.

10 Referencias bibliográficas

Schreiner, peter. (2002). Entrenamiento de la coordinación en el futbol. Barcelona: Paidotribo.

Braube et al, Juergen. (2004). Futbol base programa de entrenamiento 10-11 años. Barcelona: Paidotribo.

Velazco Tejeda, Jesús; Lorente Peña, Javier. (2003) Entrenamiento de base en el Futbol Sala. Barcelona: Paidotribo.

Benedeck, André. (2001). Futbol Infantil. Barcelona: Paidotribo.

H, Cox, Richard. (2009). Psicología del Deporte, conceptos y sus aplicaciones. Buenos Aires: Medica Panamericana, S.A.

Expósito Bautista, Juan. (2010). Escuela de Futbol Base Planificación y Organización. España: Deportiva.

N. Platonov, Vladimir; M. Bulatova, Marina. (2014). La Preparación Física. Badalna: Paidotribo.

James. George. (2005). Test y Pruebas Físicas. España: Paidotribo.

E-grafías

Costa Teoldo, Israel; Garganta da Silva, Julio Manuel; Greco, Juan Pablo; Mezquita, Isabel. (2018). Principios tácticos del Futbol, conceptos y Aplicaciones. <http://www.nucleofutebol.ufv.br>.

Ezqurro, David. (2017). La Preparación Física en el Futbol. <http://www.siguetuliga.com>.

Grassroost. (2016). FIFA. <https://grassroots.fifa.com>

11 Anexos

Imagen No. 1 prueba de conducción de balón sobre circuito, mide la coordinación oculo-pedica.

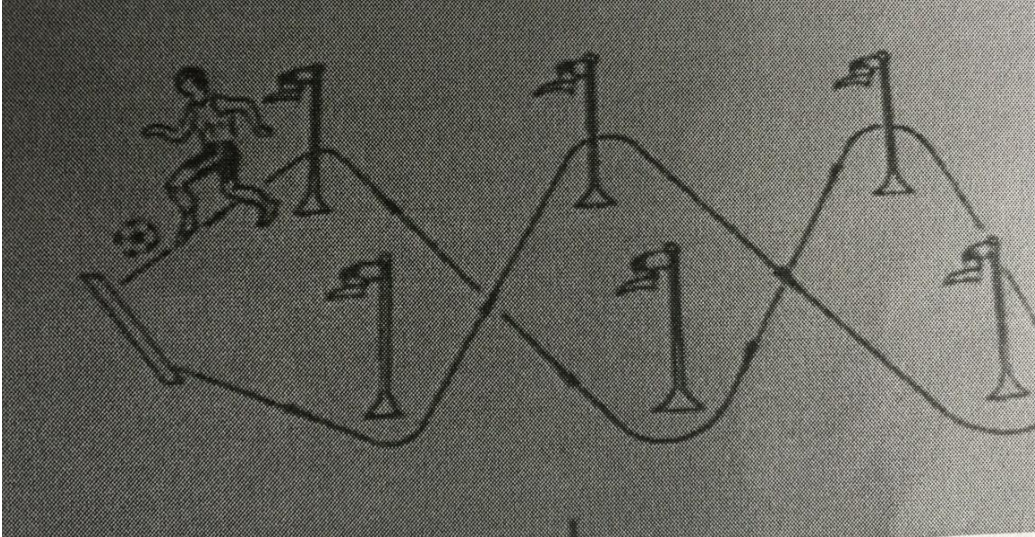


Imagen No.2 Batería de salida, mide la velocidad de reacción del sujeto.



Imagen No.3 Carrera en Ziz-zag, mide la agilidad de desplazamiento



Imagen No.4 Trabajo de coordinación con aros



Imagen No.5 competencia Inter-escuelas





Imagen No.6 Premiación de los primeros 3 lugares



