



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
MODALIDAD: PRESENCIAL

Trabajo de Investigación.

Previo a la obtención del Grado Académico en Licenciado en Cultura Física.

TEMA:

“LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

AUTOR: Paredes Morales Jorge Luis

TUTOR: Mg. Christian Rogelio Barquín Zambrano

Ambato – Ecuador

2016

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Lcdo. Mg. Christian Rogelio Barquín Zambrano con C.C. 180348525-7, en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA “desarrollado por el Sr. Jorge Luis Paredes Morales, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión Calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

Ambato, Agosto del 2016



Lcdo. Mg. Christian Rogelio Barquín Zambrano

C.C. 1803485257

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.

A handwritten signature in blue ink that reads "Jorge Paredes". The signature is stylized with loops and a horizontal line underneath.

.....
Jorge Luis Paredes Morales

C.C. 1804216644

AUTOR

SESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



.....
Jorge Luis Paredes Morales

C.C. 1804216644

AUTOR

**AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN:**

La Comisión del estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, presentada por el Sr. Jorge Luis Paredes Morales, egresado una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios. Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.



MG. Edgar Medina



Dr. Ángel Saillema

AGRADECIMIENTO

A Dios, por iluminar mi camino
y permitirme dedicar mi vida a la enseñanza.
A mis queridos padres, hermanos, esposa e hijo
quienes me brindaron su apoyo en todo momento.

Jorge Luis Paredes Morales

DEDICATORIA

A mi amada esposa que ha sido el impulso durante toda mi carrera y el pilar fundamental para la culminación de la misma, que con su apoyo constante y amor incondicional ha sido amiga y compañera inseparable, fuente de sabiduría, calma y consejo en todo momento.

A mi precioso hijo Nicolás para quien ningún sacrificio es suficiente, que con su luz iluminado mi vida y hace mi camino más claro.

A mis padres que con su amor y enseñanza han sembrado las virtudes que se necesitan para vivir con anhelo y felicidad.

Jorge Luis Paredes Morales

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Portada	I
Aprobación del tutor del trabajo de graduación o titulación.....	II
Tutor.....	II
Autoría de la investigación.....	III
Sesión de derechos de autor	IV
Al consejo directivo de la Facultad de Ciencias Humanas	V
Agradecimiento	VI
Dedicatoria	VII
Índice general de contenidos	VIII
Índice de gráficos	XI
Índice de tablas.....	XII
Resumen ejecutivo	XIII
Introducción	XIV
CAPÍTULO I	1
El problema	1
1.1.Tema.....	1
1.2.Planteamiento del problema	1
1.2.1.Contextualización.....	1
1.2.2.Análisis crítico	5
1.2.3.Prognosis	6
1.2.4.Formulación del problema	6
1.2.5.Preguntas directrices	6
1.2.6.Delimitación del problema	7
1.3.Justificación.....	7
1.4.Objetivos	9
1.4.1.Objetivo general.....	9
1.4.2.Objetivos específicos	9
CAPÍTULO II	10
Marco teórico	10
2.1.Antecedentes investigativos	10

2.2.Fundamentación filosófica	12
2.3.Fundamentación legal	14
2.4.Categorías fundamentales	16
2.4.1.Categorías fundamentales de la variable independiente	19
2.4.2.Categorías fundamentales de la variable dependiente:	31
2.5.Hipótesis.....	49
2.6.Señalamiento de variables	49
CAPÍTULO III	50
3.1.Enfoque de la investigación	50
3.2.Modalidad básica de la investigación	50
3.2.1.Investigación bibliográfica documental	50
3.2.2.Investigación de campo	51
3.3.Niveles o tipos de investigación.....	51
3.3.1.Investigación exploratoria	51
3.3.2.Investigación descriptiva.....	51
3.3.3.Asociación de variables.....	51
3.4.Población y muestra	52
3.5.Operacionalización de variables: motricidad gruesa.....	53
3.5.1.Variable independiente: fundamentos técnicos del fútbol	54
3.6.Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	55
3.7.Plan de recolección de la información	55
3.8.Plan de procesamiento de información.	56
CAPÍTULO IV	58
4.1.Análisis de resultados.....	58
4.2.Verificación de la hipótesis	68
4.3.Planteamiento de la hipótesis	68
4.3.1.Selección del nivel de significación	68
4.3.2.Especificación de lo estadístico	68
4.3.3.Especificaciones de las regiones de aceptación y rechazo	69
4.3.4.Recolección de datos y cálculos estadísticos	70
4.3.5.Cálculo del chi - cuadrado.....	71
4.3.6.Regla de decisión	71

4.3.7.Representación gráfica	72
CAPÍTULO V	73
5.1.Conclusiones	73
5.2.Recomendaciones.....	74
CAPÍTULO VI	75
6.1.Tema:.....	75
6.2. Datos informativos	75
6.3. Antecedentes de la propuesta	75
6.4 Justificación.....	75
6.5 Objetivos	76
6.6 Análisis de factibilidad.....	77
6.7 Fundamentación	77
6.7. Metodología. modelo operativo	113
6.8. Administración de la propuesta.....	114
6.9. Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta	114
Bibliografía	115
Linkografía	117
Anexos.....	118
Anexo n.1	119
Encuesta	119
Anexo n° 2 Fotografía.....	121
Anexo n° 3 Autorización del desarrollo de tesis	125

Índice de gráficos

Gráfico n.- 1 Arbol de problemas	4
Gráfico n.- 2 Categorías fundamentales	16
Gráfico n.- 3 Constelación de ideas variable independiente	17
Gráfico n.- 4 Constelación de ideas - variable dependiente	18
Gráfico n.- 5 Cambios de velocidad con facilidad	58
Gráfico n.- 6 Flexibilidad necesaria para el deporte	59
Gráfico n.- 7 Despliega con facilidad y velocidad	60
Gráfico n.- 8 Pierde el equilibrio al saltar	61
Gráfico n.- 9 Coordina movimientos al saltar y correr	62
Gráfico n.- 10 Coordina el control de balón	63
Gráfico n.- 11 La orientación y espacio físico	64
Gráfico n.- 12 Utiliza correctamente las partes del pie	65
Gráfico n.- 13 Comunicación con el entrenador	66
Gráfico n.- 14 Charla técnica	67
Gráfico n.- 15 Tabla distribución chi-cuadrado	69
Gráfico n.- 16 Representación gráfica del chi cuadrado	72

Índice de tablas

Tabla n.- 1 Población	52
Tabla n.- 2 Operacionalización de variables: variable independiente.....	53
Tabla n.- 3 : Operacionalización de variables variable independiente.....	54
Tabla n.- 4 Plan de recolección de la información.....	56
Tabla n.- 5 Cambios de velocidad con facilidad	58
Tabla n.- 6 Cambios de velocidad con facilidad	59
Tabla n.- 7 Despliega con facilidad y velocidad	60
Tabla n.- 8 Pierde el equilibrio al saltar	61
Tabla n.- 9 Coordina movimientos al saltar y correr	62
Tabla n.- 10 Coordina el control de balón.....	63
Tabla n.- 11 La orientación y espacio físico	64
Tabla n.- 12 Utiliza correctamente las partes del pie	65
Tabla n.- 13 Comunicación con el entrenador	66
Tabla n.- 14 Charla técnica ayuda a la integración motivacional	67
Tabla n.- 15 Frecuencia observada.....	70
Tabla n.- 16 Frecuencia esperada.....	70
Tabla n.- 17 Cálculo del chi cuadrado	71

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN CARRERA CULTURA FÍSICA
MODALIDAD PRESENCIAL**

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

AUTOR: Jorge Luis Paredes Morales

TUTOR: Lcdo. Mg. Christian Rogelio Barquín Zambrano

La presente investigación tiene como finalidad dar respuesta a nuestra interrogante ¿Qué importancia tiene la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos de fútbol?, puesto que el niño ingresa a practicar la disciplina del fútbol en edades muy tempranas, en la cual la motricidad juega un papel importante para el desarrollo y aprendizaje de los fundamentos técnicos ya que hoy en día es un deporte que lo practican niños, jóvenes, adultos etc.

Podemos observar el grado de desarrollo en el cual se encuentra para dar solución a esta problemática que afecta tanto a lo deportivo, social y anímico. Destacar también que quienes están al frente de la enseñanza de nuestros niños-as, como son los entrenadores y profesores de cultura física, se les debe concientizar sobre los métodos alternativos y estrategias de enseñanza, para prevenir futuras dificultades al momento de realizar o ejecutar un ejercicio.

Palabras claves: Motricidad Gruesa, Desarrollo Corporal, Fútbol, Ejercicios, Jugadores.

INTRODUCCIÓN

Este estudio pretende dedicar sus esfuerzos en investigar como la motricidad gruesa incide en el desarrollo de los fundamentos técnicos de fútbol de los niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo provincia de Tungurahua, para dar respuesta y solución a diversos problemas que presentan al realizar los diferentes ejercicios aplicando ejercicios de motricidad gruesa a desarrollarse en los entrenamientos diarios.

El Trabajo de Graduación consta de los siguientes capítulos y contenidos:

CAPITULO I, EL PROBLEMA; se contextualiza el problema a nivel macro, meso y micro, a continuación se expone el Árbol de problemas y el correspondiente Análisis crítico, la Prognosis, se plantea el Problema, los Interrogantes del problemas, las Delimitaciones, la Justificación y los Objetivos general y específicos.

CAPÍTULO II, EL MARCO TEÓRICO; se señalan los Antecedentes Investigativos, las Fundamentaciones correspondientes, la Red de Inclusiones, la Constelación de Ideas, el desarrollo de las Categorías de cada variable y finalmente se plantea la Hipótesis y el señalamiento de variables.

CAPÍTULO III, LA METODOLOGIA; se señala el Enfoque, las Modalidades de investigación, los Tipos de Investigación, la Población y Muestra, la Operacionalización de Variables y las técnicas e instrumentos para recolectar y procesar la información obtenida.

CAPÍTULO IV, ANÁLISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS, se presentan los resultados del instrumento de investigación, las tablas y gráficos estadísticos mediante los cuales se procedió al análisis de los datos para obtener resultados confiables de la investigación realizada.

CAPÍTULO V, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES, se describen las Conclusiones y Recomendaciones de acuerdo al análisis estadístico de los datos de la investigación.

CAPÍTULO VI, LA PROPUESTA; se señala el Tema, los Datos informativos, los Antecedentes, la Justificación, la Factibilidad, los Objetivos, la Fundamentación, el Modelo Operativo, el Marco Administrativo y la Previsión de evaluación de la misma.

Finalmente se hace constar la Bibliografía, así como los Anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1. Tema

“LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA CANTONAL PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

1.2. Planteamiento del Problema

1.2.1. Contextualización

En el **Ecuador**, la Federación Deportiva Nacional del Ecuador, planifica, supervisa, dirige e impulsa el deporte formativo, promoviendo el perfeccionamiento profesional, técnico, metodológico y científico del deporte, se orienta a cimentar de forma adecuada la base de alto rendimiento, garantizando la formación adecuada del deportista.

El fútbol, como actividad, está compuesto de una gran variedad de movimientos y acciones cíclicas (como la carrera pase, control, disparo etc.). Es pues necesario poseer una buena motricidad fina (capacidad de realizar movimientos con precisión). Se desarrollará la coordinación óculo-motora con ejercicios donde se trabaje con balón (conducción, pase, remate), con las distintas partes con las que se golpee y siempre en movimiento. No obstante, hay que recordar que la coordinación dinámica general es necesaria para las acciones cíclicas (carreras, slaloms, etc.), por lo que también deberá ser entrenada y en ningún caso olvidada. (Brines, 2012)

La práctica deportiva incrementa los niveles de fuerza muscular, de flexibilidad, equilibrio y de coordinación en los jóvenes. Este aspecto beneficia la disminución del riesgo de lesiones en la edad adulta, es recomendable que los niños partan con actividad física lo antes posible. No se trata de inscribirlos en una liga competitiva a los tres años, pero sí inculcarles ejercicios lúdicos, entretenidos y variados. Durante la niñez partiendo a los dos años- es aconsejable que ellos conozcan y practiquen diferentes deportes, para que puedan elegir el que más les guste.

Pero a nivel de las Federaciones Deportivas en la disciplina de fútbol se puede observar que no existe la infraestructura adecuada e implementos deportivos y la falta de interés en los entrenadores, esto ocasiona que se lo practica como un juego o pasatiempo, más no como una habilidad que permita desarrollar las destrezas de los deportistas, aduciendo que es una pérdida de tiempo, miedo a asumir nuevos retos, no tienen por qué desarrollarlo, no hay beneficios, están muy pequeños para acoger nuevas actividades como el fútbol u otro deporte y esto genera en los niños imágenes distorsionadas del deporte y el ejercicio, hasta llegar a incorporar conceptos de sí mismos como personas incapaces para la práctica deportiva, el ocio al deporte, valoración que podría hacerse extensiva a otras esferas de la vida.

En la provincia de **Tungurahua**, se puede detectar los principales problemas que se observa en algunas instituciones como, F.D.T, Ligas Cantonales, Escuelas Barriales y Escuelas Privadas, que impiden el desarrollo de las habilidades motrices de los niños, hecho que es generado:

- Por la poca importancia que se da a este aspecto por parte de las instituciones mencionadas como de sus respectivos entrenadores.
- Falta de espacios físicos e implementos deportivos, lo que trunca la implementación de nuevas estrategias para mejorar las habilidades motrices básicas de los niños y niñas, con lo cual mejorará de igual manera el aprendizaje.

Es recomendable que los niños partan con actividad física lo antes posible, por ello se debe inculcar en ellos ejercicios lúdicos, entretenidos y variados, que

permitan que ellos practiquen diferentes deportes, para que puedan elegir el que más les guste.

Acción que en la actualidad no se lo está tomando en cuenta por tal razón se detecta muchos problemas en el desarrollo motriz desde edades tempranas ya que los niños/as ingresan a las escuelas deportivas con miedo a involucrarse con otros niños/as y conforme va pasando el tiempo se va detectando problemas en el desarrollo de su motricidad como: lateralidad, escuchar ordenes, timidez, miedos, desmotivados, falencias motrices, desarrollo de nociones, hábitos, entre otros.

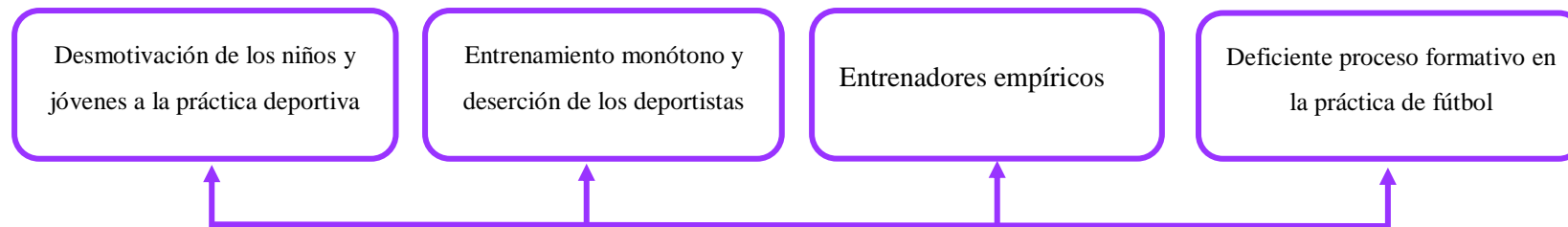
En la Escuela permanente Liga Cantonal Pelileo, se ha podido detectar que en Administraciones anteriores ha existido poco interés al momento de contratar los servicios de entrenadores o monitores, que sean capaces de detectar problemas al momento de practicar los fundamentos técnicos del fútbol, lo cual impide que los niños/as desarrollen sus habilidades y mejoren sus condiciones técnicas.

Otro inconveniente detectado, es la exigencia de los padres de familia hacia los niños, pues tratan de imponer su voluntad, obligándoles a practicar la disciplina de fútbol, esto ocasiona el desinterés y poca motivación para el perfeccionamiento de las habilidades motrices en los fundamentos de fútbol. Más bien la práctica deportiva del fútbol debe aportar al crecimiento armónico de los niños y niñas acogiendo actividades para el desarrollo de su motricidad.

Se tiene contacto directo con uno de los tantos problemas que les rodea, del cual es participe un grupo vulnerable que son los niños en etapas iniciales de crecimiento y desarrollo; y están identificados con ciertas dificultades motrices, lo cual se observa que depende de los padres de familia ya que no les interesa practicar el deporte ocasionando que no tengan un normal desarrollo por lo que se tiene problemas de obesidad y no dan una debida acogida al deporte.

Árbol de Problemas

EFFECTOS



PROBLEMA



CAUSAS

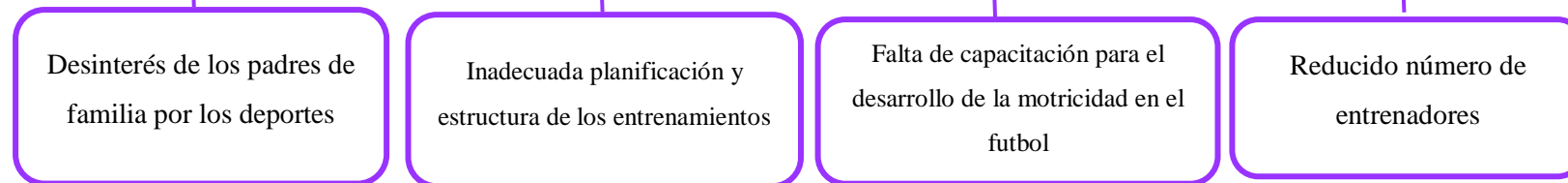


Gráfico N.- 1Árbol de problemas

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

1.2.2. Análisis Crítico

El desinterés de los padres de familia por el deporte, es preocupante ya que, en la mayoría de los casos, prefieren que sus hijos solo estén centrados en actividades escolares y que ayuden en la casa, manifestando que los entrenamientos son una pérdida de tiempo, provocando como efecto la desmotivación de los niños a la práctica del deporte.

Inadecuada planificación y estructura de los entrenamientos por parte de los entrenadores, produce que las prácticas sean monótonas, mostrando el desinterés por parte de los niños y jóvenes, al no tener conocimientos, tácticas y aprendizajes técnicos novedosos, existiendo inclusive la deserción de los deportistas.

El poco conocimiento de los procesos para desarrollar la motricidad en los niños por parte de los entrenadores ocasiona que no desarrollen correctamente su esquema corporal teniendo problemas a futuro en su práctica deportiva y su desarrollo, debido a que los entrenadores no les interesa aplicar nuevas metodologías para el desarrollo motriz, provocando efectos negativos en el niño.

A existir la falta de capacitación de los entrenadores y monitores en lo que respecta al desarrollo de la motricidad en el fútbol, ocasiona indudablemente entrenadores empíricos.

El reducido número de entrenadores capacitados provoca el deficiente proceso formativo en la práctica de fútbol, por lo que no conllevan una buena participación y poder conseguir resultados dejando un lado el trabajo en los fundamentos técnicos; produciendo inclusive lesiones, lo cual se tienen como efecto el deficiente proceso formativo en las prácticas deportivas.

1.2.3. Prognosis

De seguir con este problema y no darse solución en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de la escuela de liga cantonal Pelileo, se continuará teniendo una deficiente ejecución de los fundamentos técnicos de fútbol, él niño no tendrá las capacidades motoras necesarias para un correcto desarrollo que a futuro perjudicarán su normal desarrollo físico, motriz y psicológico.

Uno de los factores principales es de no realizar un trabajo adecuado y planificado tanto los directivos y entrenadores que en un futuro no muy lejano no contaremos con niños que refuercen las categorías superiores, por lo cual no permite que los niños no puedan ascender a otra categoría, teniendo como consecuencia una desmotivación de los mismos y da lugar a la deserción de los niños, igual muchos equipos del Cantón serían perjudicados y en el peor de los casos desaparecerían. De igual manera la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo sufriría los estragos de la problemática, estando vulnerable a una decisión trágica como su cierre definitivo.

1.2.4. Formulación del Problema

¿Cómo incide la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos de fútbol de la escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo, provincia de Tungurahua?

1.2.5. Preguntas directrices

- ¿Cómo afecta el desarrollo de la motricidad gruesa en el fútbol?
- ¿Qué importancia tienen los fundamentos técnicos del fútbol en los niños?
- ¿Proponer alternativas de solución al problema planteado?

1.2.6. Delimitación del problema

a) Delimitación del contenido

Campo: Deportivo

Área: Educativa

Aspecto: Motricidad Gruesa - Fundamentos Técnicos de Fútbol

b) Delimitación Espacial

La presente investigación se realizó en la Escuela permanente de la liga cantonal Pelileo, del cantón Pelileo.

c) Delimitación Temporal

La investigación se realizará durante el periodo 2015-2016.

d) Unidades de observación

Esta investigación se realiza a los entrenadores y niños.

1.3. Justificación

El **interés** de la investigación está basado en la aplicación de las actividades preliminares de fútbol y el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños de ocho a trece años de la Escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo; desarrollando actividades deportivas que se convierten en la parte fundamental del desarrollo motriz, aplicando nuevas estrategias donde las habilidades y destrezas desemboquen en valores, hábitos como la cooperación, el compañerismo, la socialización, la honestidad, la puntualidad y desarrollo integral.

La **Importancia** de esta investigación radica en la inclusión del fútbol desarrollando nuevas actividades por medio de la recreación infantil como elemento de análisis para estimular su motricidad gruesa en la participación cotidiana de los niños y niñas en el deporte para lograr desarrollar sus destrezas, hábitos, integración, comunicación, socialización y habilidades motoras logrando despertar el interés y la importancia no solo en las actividades curriculares sino

también en las extracurriculares como es la participación de campeonatos deportivos, competencias aplicando solo las actividades de fútbol, mas no solo juego, sino algo innovador que desarrollen y compartan nuevas alternativas.

La investigación es **factible** porque se cuenta con el apoyo de las autoridades, padres de familia, con la actuación primordial de los niños y niñas, con los recursos económico para su ejecución, existe suficientes recursos materiales y bibliográficos, se dispuso del tiempo suficiente para el desarrollo de la investigación y con el conocimiento necesario para que lo contemplado en esta investigación sea lo correcto.

El desarrollo de este trabajo de investigación tiene mucha **utilidad** que ofrecer a los profesores de educación física, y a los estudiantes una serie de ayudas fundamentales y modernas plasmadas en una guía didáctica para su trabajo y al mismo tiempo permita el mejoramiento técnico de aquellos que procuran el aprendizaje del fútbol como deportes, ya sea como distracción o entretenimiento.

Es por eso que este desarrollo debe suplir el déficit motriz del estilo de vida y de trabajo el caminar, correr, saltar, empujar, lanzar, recibir y muchas otras formas motoras básicas llegaron a la motricidad deportiva surgiendo de la motricidad laboral o por intermedio de ella.

Se ha comprobado que el fútbol es el deporte que los estudiantes más practican en sus tiempos libres y pueden ampliarse estas actividades si el profesor o entrenador presenta alternativas diferentes, variadas y activas en sus planificaciones de trabajo o entrenamiento.

Además, se tendrá un **impacto** social e integral positivo debido a que los niños y niñas conocerán una serie de actividades recreativas, corporales que les ayudará en el desarrollo de la motricidad y en la incorporación de las actividades del fútbol a nivel personal, recreativo y en la comunidad educativa.

Los **Beneficiarios** inmediatos del presente trabajo serán de los niños de 8 a 13 años de la Escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo, además de los padres de

familia ya que por este ámbito lograrán tener hijos con características y valores positivos, además de no estar en vicios o lugar no adecuados.

1.4. Objetivos

1.4.1. Objetivo General

Investigar como incide la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos de fútbol de los niños de la Escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo, provincia de Tungurahua.

1.4.2. Objetivos Específicos

- Determinar cómo afecta el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños de la Escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo provincia de Tungurahua
- Analizar la importancia que tienen los fundamentos técnicos de fútbol en los niños.
- Diseñar alternativas de solución al problema planteado.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos

Una vez revisado en la biblioteca de la Universidad Técnica de Ambato especialmente en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, se han encontrado los siguientes trabajos de investigación, con una temática similar al del presente proyecto.

Tema: “LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL MEJORAN LA MOTRICIDAD Y COORDINACIÓN DE MOVIMIENTOS DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE APOYO INFANTIL JALOA - EL ROSARIO ESCUELA 17 DE ENERO, DEL CANTÓN QUERO DE LA PROVINCIA DE TUNGURAHUA, NOVIEMBRE 2010 – MARZO 2011”

Autor: Sánchez Santamaría William Bolívar

Año: 2011

Conclusiones:

- La mayor parte de alumnos del centro apoyo no han desarrollado todas sus habilidades motoras y coordinativas por la falta de conocimiento de la práctica deportiva.
- Los niños después de clases ayuda a sus padres en trabajo de agricultura y ganadería, por esta causa no tienen tiempo para la recreación y sus movimientos se vuelven muy rígidos.
- La falta de recursos económicos afecta en la nutrición de los niños ya que por este motivo no obtienen los suficientes nutrientes para su desarrollo corporal, además no cuentan con la indumentaria adecuada para la práctica del deporte.

Como aporte personal se puede manifestar que se debe establecer actividades de recreación conjuntamente con las autoridades del caserío que se ha de agrado de los niños y padres

Tema: “APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS TÉCNICOS EN EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE FÚTBOL EN LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL MEJÍA”

Autor: Edwin Manuel Naranjo Ibarra

Año: 2009

Conclusiones:

- Los Entrenadores que al momento se encuentran bajo la responsabilidad de preparación de deportistas no ejecutan una planificación acorde a las necesidades de los deportistas que practican la disciplina del fútbol en la misma que debe existir una metodología adecuada para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol.
- La dirigencia, no maneja el conocimiento necesario sobre la ejecución de planes y programas que se debe aplicar en un ciclo de preparación, sometiéndose a lo que el entrenador planifica de acuerdo a su criterio.
- Se sigue manteniendo los esquemas tradicionalistas que no han permitido la participación creativa, crítica, reflexiva y propositiva del deportista sin alcanzar la interacción de los protagonistas del inter - aprendizaje debido a la presencia de monitores empíricos que carecen desconocimiento científico

Como aporte personal es muy fundamental que los entrenadores puedan adquirir una variedad de juegos pre deportivos y ejercicios adecuados para la hora del entrenamiento de la coordinación para que así puedan aplicarlo y su entrenamiento sea más dinámico y atraiga la atención de los deportistas

Tema: “LA ENSEÑANZA DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICAS DEL FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN LA PARTICIPACIÓN EN EL CAMPEONATO ESCOLAR DE LA ESCUELA BENJAMÍN ARAUJO DE PATATE”

Autor: Fabricio Vélez

Año: 2010

Conclusiones:

- La metodología de entrenamiento de la técnica no es planificada lo que no permite acercarse a la realidad del fútbol.
- No se planifica los entrenamientos diarios de acuerdo con las cualidades fisiológicas de cada deportista.
- El trabajo técnico se realiza solo de manera empírica y es manejada por personas que tienen el conocimiento científico necesario sin llegar a los niveles que en competencia se necesita.
- Se da poca importancia de parte de las autoridades a la participación de la institución en los campeonatos ínter escolares.

Como aporte personal es dar la importancia necesaria a la participación de la institución en los torneos inter escolares ya que el deporte contribuye a la formación integral de los deportistas, el aspecto técnico en intensidades elevadas nos acercará más a la realidad de la competencia que existe en el fútbol.

2.2. Fundamentación Filosófica

La investigación se basa en el paradigma crítico propositivo; crítico porque investigará la realidad socio educativa y propositiva porque busca diseñar solución al problema investigado.

El paradigma Crítico Propositivo admitirá, además presentar una propuesta en la aplicación de las actividades preliminares del fútbol y sus beneficios, a más de lograr una educación constructivista aplicando nuevas estrategias en el desarrollo de la motricidad gruesa. Este trabajo se basa en la Constructivismo Social, la misma que defiende una formación integral de la persona en todos los aspectos.

La fundamentación ontológica siendo una ciencia busca detectar todos los aspectos negativos del ser humano para buscar alguna alternativa de solución para eso desde los primeros años de educación el niño requiere la atención adecuada, oportuna, la protección la seguridad que los padres de familia deben cumplir, así como el papel que juegan los entrenadores dentro de la institución deportiva, propendiendo mejorar la calidad de vida de las personas a través del deporte. (Florence, 2013)

Se refiere al ser humano considerado desde el nacimiento para ello esta fundamentación habla que la educación debe ser transmitida pensando en el niño, el joven como un ser humano en toda su magnitud, desde los primeros años motivar y desarrollar sus motricidades, voluntades ya que a tempranas edades todavía no se le puede considerar como un ser humano completo este pensamiento herrado no aporta al proceso formación, es una de las causas para que la educación de hoy tenga sus múltiples problemas que requieren ser tratados en busca de mejorar la calidad de vida de las personas.

Fundamentación Epistemológico“En realidad el intelecto transforma los datos de la experiencia de tal manera que el mundo pensando no corresponde al mundo real se entiende que razón es la madre de todos los saberes adquiridos por el estudiante en formación de hechos reales probados si es posible científicamente” (Rodríguez, 2012.).

Es la ciencia que trata de cómo enseñar, capacitando para tener una forma de cómo llegar con los contenidos donde el deportista, en otras palabras es el arte de enseñar poniendo de manifiesto todos los mecanismos, herramientas validas que durante el proceso de formación sean necesarias, la epistemología parte de algunas escuelas el racionalismo, pragmatismo, empirismo, positivo, lógico y el materialismo dialéctico para poder determinar cómo produce el conocimiento el estudiante lo plasma de la siguiente forma la idea que concibe la epistemología, el hombre produce el conocimiento a través del fruto de la experiencia de lo sensible.

La axiológica es la ciencia que estudia la práctica de los valores, las buenas costumbres que se propende el mejoramiento de la calidad de vida con una educación de calidad y calidez pensando en una sociedad que se ponga en

práctica el buen vivir y cómo lograrlo a través de la puesta en funcionalidad de los valores que tanta falta hace (Mardoza, 2011).

Esta se refiere a la relación que tiene el proceso educación con los valores que muchas de las veces la educadora se preocupa en entregar contenidos solamente científicos pensando en la preparación cognitiva, pero de los valores que son los que más se práctica se olvida, siendo necesario trabajar donde las aulas con los niños para prepararlos para la vida, como entes que aporten a la sociedad.

Fundamentación psicopedagogía nos ayuda a prevenir, dar alternativas de solución al problema, para poder corregir cualquier dificultad que exista en la motricidad, y sus múltiples consecuencias en su desarrollo, especialmente por medio de los fundamentos técnicos del fútbol en los niños, de esta manera contribuir a que los entrenadores y padres de familia den el interés para fortalecer sus habilidades y destrezas.

Fundamentación Didáctica por medio de planificaciones se podrá llevar a cabo estrategias que permitan tener influencia en el desarrollo de la motricidad, de igual forma concientizar y socializar a los padres de familia la importancia que tiene el deporte especialmente la actividad de fútbol en sus hijos, motivando al compromiso de mejorar en el aprendizaje significativo.

2.3. Fundamentación Legal

(Constitución Política del Ecuador, 2008). Título II, Capítulo segundo Derechos del buen vivir, Sección quinta, Cita lo siguiente:

Art. 27 Derechos a la Educación.- La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar.

La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional.

(Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2011). Capítulo IV de los derechos y obligaciones de las y los docentes, art 11 cita que:

Art. 11.- Obligaciones. - Las y los docentes tienen las siguientes obligaciones:

i.- Dar apoyo y seguimiento pedagógico a las y los estudiantes, para superar el rezago y dificultades en los aprendizajes y en el desarrollo de competencias, capacidades, habilidades y destrezas;

j.- Elaborar y ejecutar, en coordinación con la instancia competente de la Autoridad Educativa Nacional, la malla curricular específica, adaptada a las condiciones y capacidades de las y los estudiantes con discapacidad a fin de garantizar su inclusión y permanencia en el aula.

(Código de la Niñez y Adolescencia, 2003). En su Artículo 38, literal ha reza:

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación. - La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para:

a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo;

(Ley de la Cultura física, deporte y recreación, 2010). Título I, Capítulo Único cita que:

Art. 1.-Esta Ley regula la cultura física, el deporte y la recreación, y establece las normas y directrices a las que deben sujetarse estas actividades para contribuir a la formación integral de las personas.

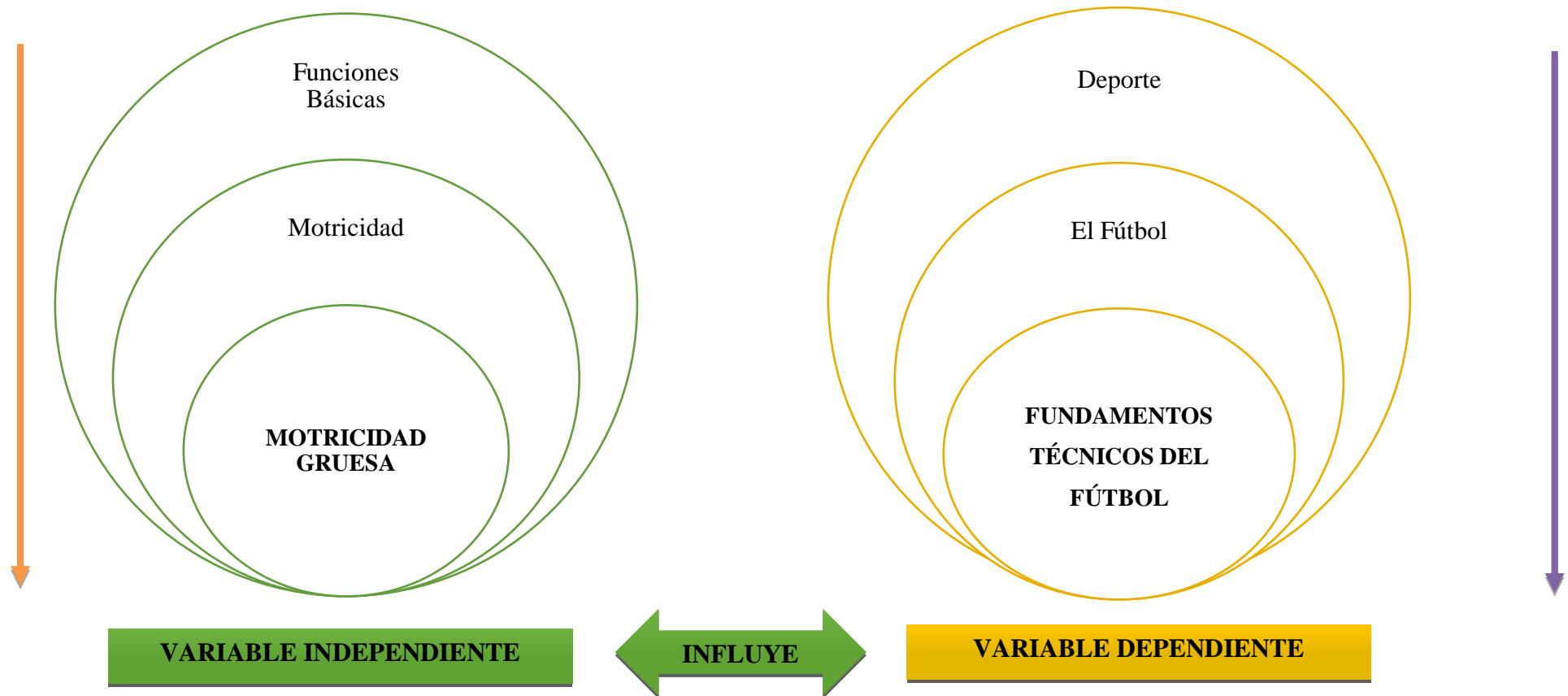
Art. 2.-Para el ejercicio de la cultura física, el deporte y la recreación, al Estado le corresponde:

a) Proteger, estimular, promover y coordinar las actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana, así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación;

b) Proveer los recursos económicos e infraestructura que permitan masificar estas actividades;

2.4. Categorías Fundamentales

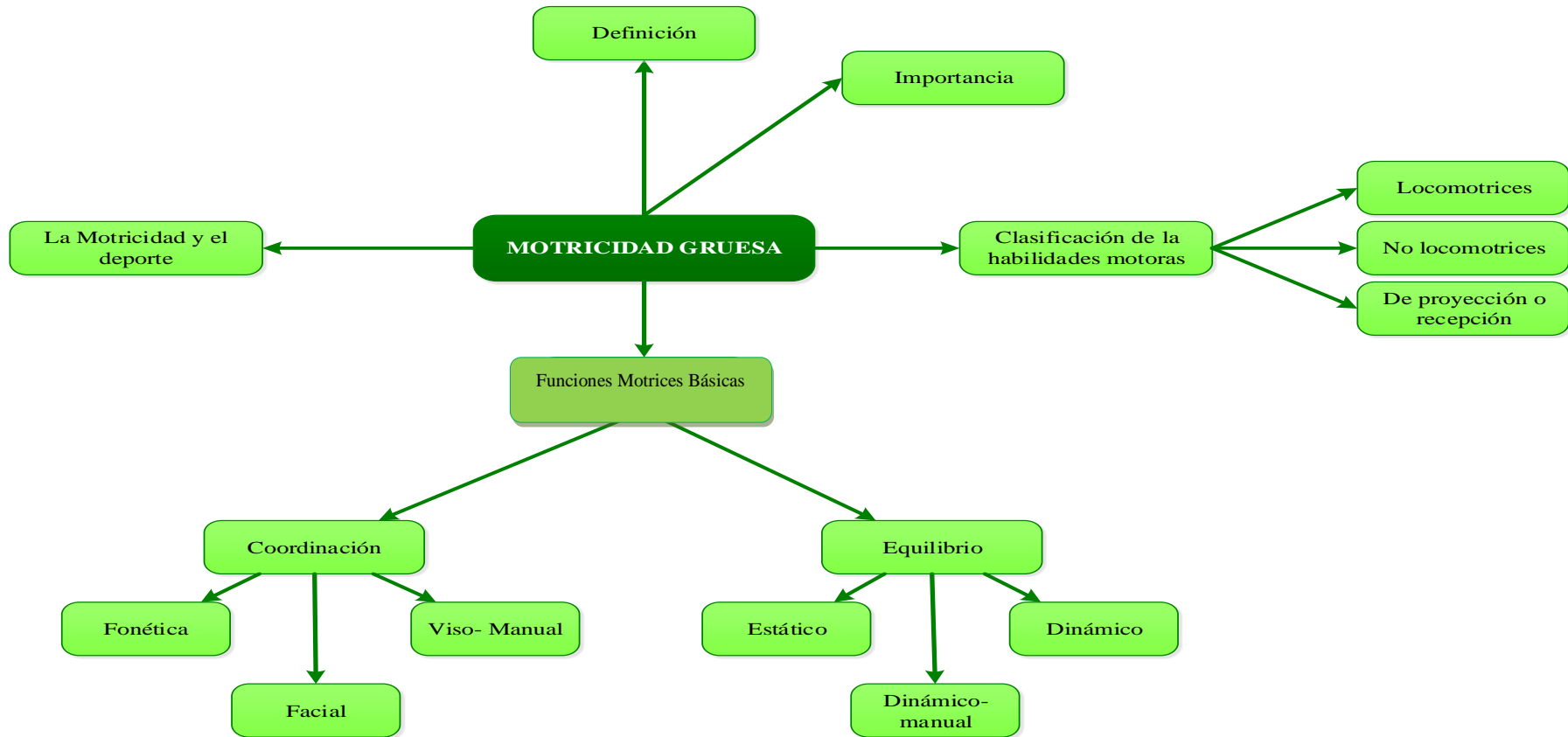
Gráfico N.- 2 Categorías Fundamentales



Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

CONSTELACIÓN DE IDEAS VARIABLE INDEPENDIENTE: MOTRICIDAD GRUESA

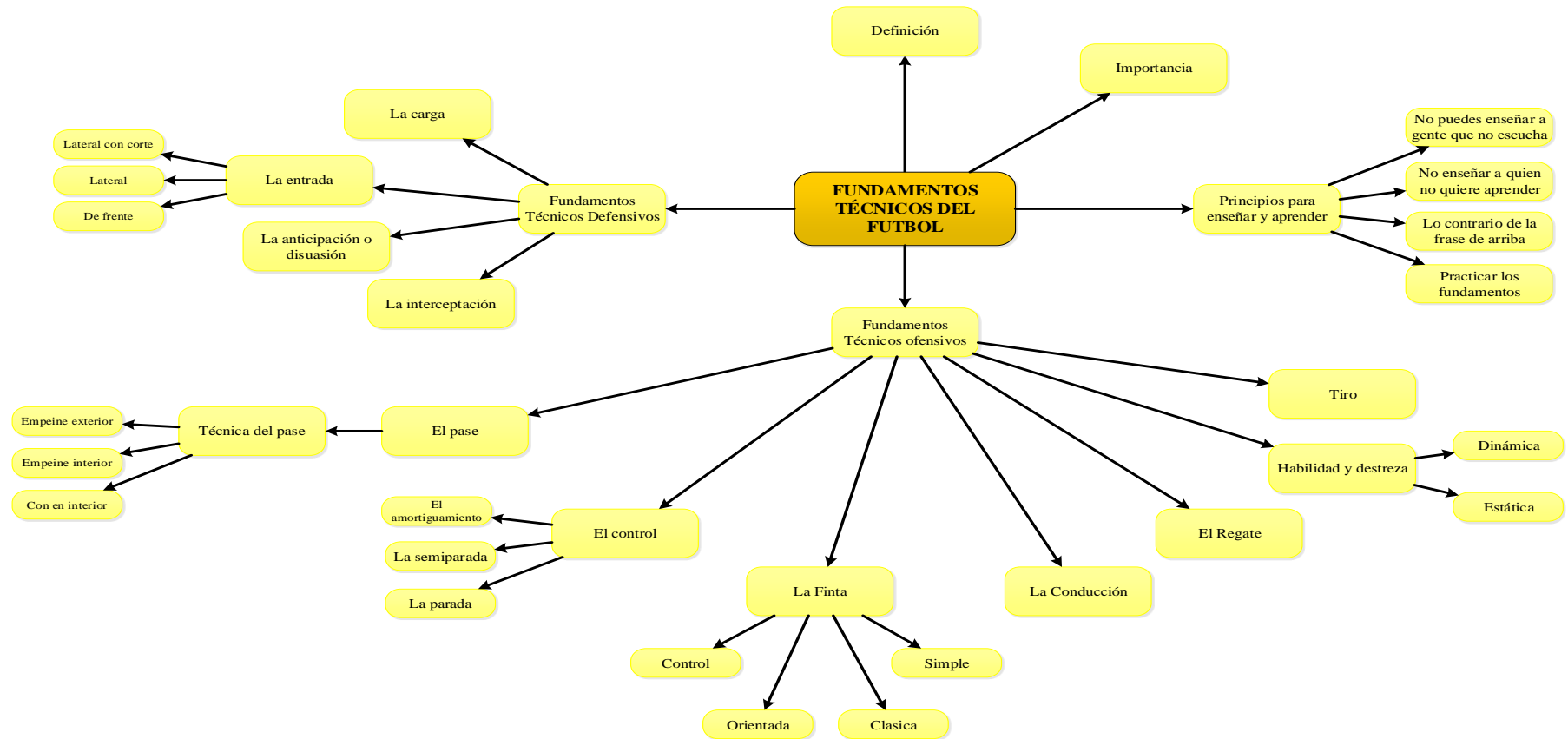
Gráfico N.- 3 Constelación de ideas - Variable Independiente



Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

CONSTELACIÓN DE IDEAS VARIABLE DEPENDIENTE: FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL

Gráfico N.- 4Constelación de ideas - Variable Dependiente



Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

2.4.1. Categorías Fundamentales de la Variable Independiente: Motricidad Gruesa

FUNCIONES BÁSICAS

Definición

El ser humano tiene que desarrollar sus funciones ya que estas son muy importantes para desempeñar sus funciones básicas mediante la conducción y orientación de su cuerpo para que su cerebro como el motor principal dirija el resto de los órganos por lo que podemos decir que: es el proceso mediante el cual el niño emplea su madurez neuero-psico-social adaptándose a los cambios que se presentan en su entorno, preparándose, mental, emocional y corporalmente para un correcto desarrollo escolar, ya que si no se logra el desarrollo de las funciones básicas tendrán problemas en su aprendizaje.(Cupuerán, 2013.)

Antes de comenzar un periodo de prácticas de futbol los niños y niñas atravesaran un periodo de nivelación de conocimientos el cual mejorara y desarrollara la capacidad de identificar, analizar, relacionar y comprobar, esto se refiere al desarrollo de sus destrezas y habilidades con la adaptación a los requerimientos que tiene el aprendizaje para un desarrollo motriz.

Áreas de las Funciones Básicas

Área Esquema Corporal:

El esquema corporal se forma a partir de las experiencias y las informaciones sensoriales que son el resultado de la relación entre el individuo y el medio. A partir de ellas el niño va adquiriendo conciencia de sí mismo, conocimiento y control de su cuerpo y consiguiendo un mejor ajuste de sus intenciones motrices a las condiciones del entorno.

Es por eso que cada persona tiene su propio esquema corporal. Este es personal e intransferible.

Este esquema se va formando en el niño desde el nacimiento hasta aproximadamente los 11 o 12 años (donde la base, lo fundamental de éste se ha construido), aunque a los 6 el niño consigue que éste esté totalmente

organizado (de los 0 a los 6 años es la etapa más importante de la formación del esquema corporal). (Regina, 2012)

Este tipo de esquema consiste en la representación mental del propio cuerpo, segmentos, posibilidades de movimientos y sus límites, de esta manera se podrán realizar cualquier acto motor voluntario de una manera independiente y eficaz.

Área Dominancia Lateral

La lateralidad es el predominio de un hemisferio cerebral sobre el otro en los individuos, el izquierdo en los diestros, el derecho en los zurdos y el predominio de los dos hemisferios en los ambidiestros. La dominancia lateral es el dominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro para que tenga conciencia de la existencia de un lado derecho e izquierdo y al mundo que le rodea (Grima, 2013.)

Es la proyección de la lateralidad en el espacio, tomando en cuenta las conciencia de las nociones derecha, izquierda, abajo, arriba, delante, atrás, cuando se presenta dificultades el predominio lateral no es el correcto en el proceso de aprendizaje, produciendo dificultad en la lectoescritura y cálculo, por tal motivo es imprescindible estimular y motivar el predominio lateral espontaneo.

Área Orientación Témporo Espacial

“Es la capacidad que permite determinar y cambiar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo con relación al campo de acción y/o a un objeto. Se puede definir también como la percepción de la situación y del movimiento en el espacio y la acción motriz para modificarla” (Reyes, 2011.).

En el conocimiento espacial al momento de desarrollar actividades se pretende potenciar las capacidades de reconocimiento del espacio que ocupa su cuerpo, esto se refiere a la orientación, permitiendo que realice con eficacia sus actividades

Área Receptiva Auditiva

El individuo para adaptarse a la realidad debe ser capaz de detectar la existencia y las características de los objetos y acontecimientos, debe tener sensibilidad a los elementos físicos que contiene señales sobre la naturaleza del mundo y hacer inferencias apropiadas con base en estas señales. La parte auditiva es esencial en la mayoría de aprendizajes que enfrenta el niño, el lenguaje permite el desarrollo de destrezas auditivas. (Grima, 2013.).

Esta percepción de la audición se relaciona con los distintos mecanismos y órganos que integra el sistema nervioso central, diferenciando entre acuidad y discriminación auditiva, refiriéndose como acuidad a la capacidad de oír y la habilidad de oír sonidos de tono y sonoridad diferentes, las percepciones auditivas son muy importantes en la etapa de aprendizaje.

Área Receptivo Visual

Las actividades biológicas necesitan una maduración de sus órganos para garantizar un perfecto funcionamiento, necesita de una adecuación de todos sus órganos y sistema nervioso, para lograr el aprendizaje de lecto escritura y cálculo instrumentos básicos para todo el proceso educativo, Es necesario desarrollar el área receptivo visual que implica la capacidad de reconocer, discriminar e interpretar las formas e imágenes propuestas. Aprende a explorar y discriminar objetos y formas por medios táctiles y visuales. (Vargas, 2015.)

La percepción visual constituye una tarea de decodificación visual, por lo tanto, los ejercicios irán dirigidos a dar significado a estímulos visuales debiendo elegir la alternativa que identifica la misma categoría, las senso percepciones es la reproducción de las sensaciones o representaciones que configuran una totalidad, una unidad armónica y equilibrada.

Área Asociación Auditiva

Consiste en completar frases, el educador enuncia la analogía incompleta, sin bajar la voz para indicar que la oración no está completa, el niño/a debe completarla oralmente, en cada analogía se aceptan diferentes posibilidades

de respuesta, en los juegos de analogía se debe clasificar objetos según diferentes propiedades tales como color, material forma, tamaño uso y función (Grima, 2013.).

La asociación auditiva pretende que el niño o la niña, relacione símbolos verbales con su significado a través de analogías. La técnica usada consiste en completar frases, voces de mando, sugerencias dadas por el entrenador enuncia la analogía incompleta deteniéndose bruscamente, sin bajar la voz, para indicar que la oración no está completa, el niño o la niña debe completarla oralmente. En cada analogía se aceptan diferentes posibilidades de respuesta.

Área Expresivo Manual

El ser humano es un gran imitador sensible a los signos corporales de sus semejantes en los niños/as hay una inclinación espontánea hacia la imitación inconsciente de los gestos de adultos y pares, los gestos expresan actos casuales y pasajeros, pero también formas de estar y de ser (Grima, 2013.).

Esta primera etapa inconsciente y espontánea, se la debe valorar como un gran esfuerzo de ajuste corporal. En una etapa siguiente el niño o la niña está en condiciones de ejecutar actos más complejos, ya sea los expresivos que conciernen a una parte del cuerpo, como también los posturales que comprometen la totalidad.

Área Cierre Auditivo Vocal

El lenguaje no es un objeto de estudio simple, unívoco cuya descripción y funcionamiento puedan ser explicadas con facilidad, la coordinación de múltiples aptitudes y funciones y la intervención de numerosos órganos distintos, el lenguaje oral es el más representativo, pero no el único modo de comunicación, el lenguaje gestual, y escrito y los alternativos. La adquisición del lenguaje no es un fenómeno aislado, es simultáneo a otros progresos del niño y toma forma en conductas de comunicación por lo que hay que tener en cuenta las funciones nerviosas superiores, la interacción con el entorno, los factores sociales, culturales, afectivos emocionales y el desarrollo del lenguaje está ligado a la evolución nerviosa cerebral, y se produce por la coordinación de los diferentes órganos bucofonatorios. (Vargas, 2015.)

El lenguaje oral permite intercambiar información a través de una codificación específica, donde se utiliza palabras, sonidos hasta lograr una correcta utilización del código. Se debe tener en cuenta que depende del medio familiar y social que se encuentre alrededor del niño para tener una fluidez y entendimiento de las palabras, por tal motivo se debe hablar al niño con claridad desde un principio.

Área de Pronunciación

“Es de vital importancia que el niño/a tenga una riqueza tanto en su estructura como en su fluidez verbal lingüística de esto depende del éxito en su vida personal, emocional, académica, deportiva y social”. (Grima, 2013.)

Los niños de hasta 5 años deben tener el conocimiento y pronunciar de una manera correcta y clara un aproximado de treinta mil palabras y en cada año de su vida se debe ir incrementando seiscientas palabras, es imprescindible que la educadora aplique actividades para el desarrollo del lenguaje para que el niño tenga un lenguaje más fluido, claro que favorezca a su autoestima

Área de Memoria Secuencial Auditiva

Significa que se ha desarrollado habilidades para realizar operaciones complejas como en la decodificación de los sonidos recibidos de manera secuencial para percibir, identificar y comprender los fonemas, palabras y frases, a esta secuencia se conoce como procesamiento de la información auditiva, la alteración de la memoria secuencial auditiva puede causar dificultades (Vargas, 2015.).

Se recibe gran parte de la información por el sentido del oído, ésta información llega elaborada como lenguaje con toda su complicación simbólica es un componente informativo que empezará a decodificar, transformar y manipular para ir generando su propio conocimiento de la realidad.

MOTRICIDAD

“Es la capacidad de un ser vivo para producir movimiento por sí mismo, ya sea de una parte corporal o de su totalidad, siendo éste un conjunto de actos voluntarios e involuntarios coordinados y sincronizados por las diferentes unidades motoras es decir los músculos” (Garzón, 2011.).

Según el autor su estudio sigue un amplio análisis del desarrollo de un ser vivo, desde su fecundación hasta la vejez. Investigan todas las etapas, causas y efectos, de un acto motor, dando explicación a todo lo relacionado con el movimiento del ser vivo.

Clases de motricidad

Santo considera las siguientes clases de motricidad:

Dinámica o anisométrica.- Es aquella en la que la magnitud de la tensión del músculo no es igual a la longitud del mismo, variará según cual sea la tensión generada, la cual al ser generada por la tensión de la longitud del musculo varía según indique cada ejercicio.

Gruesa.- Tiene que ver con marcha, carrera, salto, equilibrio, y coordinación en movimientos alternos simultáneos con y sin manejo de ritmo también conocida como proceso Hardur.

Fina.- Se refiere a las prensiones o agarres que facilita actividades de precisión. Todo debidamente organizado y sincronizado previamente. **(Santos, 2012.)**

Etapas de la Motricidad

La psicomotricidad comprende habilidades referidas al conocimiento y dominio de su propio cuerpo esquema corporal, control y ajuste postural, respiración,

relajación); y las relacionadas con la locomoción (desplazamiento y saltos y las de coordinación. Sin embargo, existen diversas etapas de desarrollo:

Según Arce, las etapas de la psicomotricidad son las siguientes:

Etapla cortical: Es donde se planifica el futuro acto motor, en el momento en que se decide cuál es el más adecuado se ponen en marcha los mecanismos para ejecutarlo.

Etapla ganglionar y cerebral: La situación anatómica de esta etapa se encuentra entre la corteza y la médula espinal, por donde la orden pasa al cerebelo, el cuál regula el equilibrio y el movimiento tomando como referencia la distancia, fuerza, dirección, tiempo, etc.

Etapla Espinal: Es la transmisión del impulso a través de la médula espinal, descendiendo hasta el segmento correspondiente del músculo o músculos a estimular, tomando la raíz nerviosa de dicho nivel como vía de continuación a la orden de movimiento previamente perfeccionada.

Etapla nerviosa: Consiste en el viaje que resulta del impulso desde la salida de la raíz nerviosa de la médula espinal hasta la fibra o fibras musculares, terminando esta etapa en la unión nervio- músculo.

Etapla muscular: Se realiza el paso del impulso nervioso al músculo, donde se encuentra el impulso eléctrico se transforma en una señal química, la cual provoca la contracción muscular solicitada por el córtex cerebral, produciendo un movimiento que se vale de una palanca ósea

Etapla articular: Existe movimiento articular, siendo considerado por fin como el actor motor propiamente dicho, es un conjunto de funciones nerviosas y musculares. (Arce, 2013.)

MOTRICIDAD GRUESA

Definición

Se determina como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo y poco a poco mantener el equilibrio de la cabeza, del tronco, extremidades, gatear, ponerse de pie, y desplazarse con facilidad para caminar y correr; además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos. (Anaya, 2014.).

Dicho factor es el primero en hacer su aparición en el desarrollo del menor, desde el momento en el que empieza a sostener su cabeza, sentarse sin apoyo, saltar, subir escaleras, etc.; son otros logros de motricidad gruesa que, con el paso de los años, irá adquiriendo y aprendiendo

Importancia

El desarrollo en los niños y niñas es muy importante en los primeros años, y una parte fundamental en esta etapa es la motricidad que van experimentando y consiguen. Todo ser humano necesita moverse, coger cosas, tirarlas, entre otras cosas. Es por eso que el trabajo de la motricidad en las escuelas, y en casa, así como en la motivación a ello, es muy importante. A veces encontramos pequeños que les cuesta más que otros, andar, correr, o hacer la motricidad fina como hacer la pinza, ya que cada uno necesita su tiempo de desarrollo, pero lo que sí es verdad es que lo podemos trabajar en casa junto con la escuela. (Sancho, 2012)

Este tipo de motricidad es vital para el desarrollo integral del niño, incluyendo los movimientos de brazos, piernas, espalda, abdomen; permitiendo que el niño se mueva y se desplace para explorar y conocer el mundo que le rodea. La motricidad se relaciona con todos los movimientos que de manera coordinada y voluntaria realiza el niño con pequeños y grandes grupos de músculos. Estos movimientos constituyen la base para adquirir el desarrollo de las áreas cognitivas y del lenguaje.

Clasificación de las habilidades motoras

Las habilidades motoras, se clasifican en:

- **Locomotoras:** son movimientos que tienen como objetivo principal llevar al cuerpo de un lado a otro del espacio. Como, por ejemplo: caminar, correr, saltar, deslizarse, rodar, trepar, etc.
- **No locomotoras:** su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Como, por ejemplo: balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girarse, retorcerse, empujarse, levantarse, colgarse, equilibrarse, etc.
- **De proyección o recepción:** se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Como por ejemplo: lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, etc. (Castillo, 2013)

Es importante destacar que influyen movimientos controlados y deliberados que requieren el desarrollo muscular y la madurez del sistema nervioso central. Aunque los recién nacidos pueden mover sus manos y brazos, estos movimientos son el reflejo que su cuerpo no controla conscientemente sus movimientos.

Habilidades Motoras Básicas: Coordinación y equilibrio

“Las habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las destrezas que asimilamos al ver y observar, estando presentes desde el momento en que nacemos y a lo largo de todo nuestro desarrollo”. (Oñate, 2012.).

Las características particulares que hacen, que una habilidad motriz, sea básica, son las siguientes: Tienen que ser comunes a todas las personas, Deben ser básicas para poder vivir.

- **Desplazamientos:** Por desplazamiento entendemos toda progresión de un punto a otro del espacio, utilizando como medio el movimiento corporal total o parcial. Las dos manifestaciones más importantes del desplazamiento son la caminata y la carrera.

- **Salto:** El desarrollo del salto se basa en complicadas modificaciones de la carrera y la caminata, con la variante del despegue del suelo como consecuencia de la extensión violenta de una o ambas piernas. En todo salto existen dos fases:

Fase previa o preparación al salto.

Fase de acción, o salto propiamente tal.

- **Giros:** Entendemos por giro todo aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y sagital. Los giros, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona (Huertas, 2014).

El desarrollo motor grueso se determina como la habilidad que el niño va adquiriendo, para mover armoniosamente los músculos de su cuerpo y poco a poco mantener el equilibrio de la cabeza, del tronco, extremidades, ponerse de pie, y desplazarse con facilidad para caminar y correr; además de adquirir agilidad, fuerza y velocidad en sus movimientos, además de la coordinación necesaria para poder realizar cualquier tipo de movimiento en este caso cuando se ejecute ejercicios técnicos en el fútbol.

Coordinación

La coordinación es la consolidación del control postural en los comportamientos relacionados con la movilidad de todo el cuerpo, incluyendo la marcha, la carrera y el salto. “De la coordinación depende que estos comportamientos se vayan haciendo progresivamente más automáticos y más armónicos de tal modo que puedan llegarse a producir movimientos más complejos” (Ried, 2011.).

Según Ried, la evaluación de la coordinación suele abarcar los aspectos como: caminar en línea recta, en círculo, cambiando la longitud del paso, entre dos líneas paralelas, sortear obstáculos, saltar en direcciones prefijadas, caminar combinando movimientos de brazos y piernas y desplazamientos del cuerpo.

Tipos de Coordinación

Coordinación Viso-Manual: Según Barragán la coordinación manual conducirá al niño al dominio de la mano. “Es muy importante tenerlo en cuenta ya que antes de exigir al niño una agilidad y ductilidad de la muñeca y la mano en un espacio reducido como una hoja de papel, será necesario que pueda trabajar y dominar este gesto más ampliamente en el suelo, (pizarra) y con elementos de poca precisión como la punta de dedos”(Barragan, 2014).

Coordinación Facial: Para Muñoz la coordinación facial es un aspecto de suma importancia ya que tiene dos adquisiciones: El del dominio muscular y la posibilidad de comunicación y relación que tenemos con la gente que nos rodea a través de nuestro cuerpo y especialmente de nuestros gestos voluntarios e involuntarios de la cara. (Muñoz, 2012.).

El poder dominarlos músculos de la cara y que respondan a nuestra voluntad nos permite acentuar unos movimientos que nos lleven a poder exteriorizar unos sentimientos, emociones y manera de relacionarnos, es decir actitudes respecto al mundo que nos rodea.

Coordinación Fonética:(Hernández & Sánchez , 2013) Según los autores afirman que la Coordinación fonética es un aspecto dentro de la motricidad muy importante a estimular y a seguir de cerca para garantizar un buen dominio de la misma.

Equilibrio:

Está estrechamente ligado al sistema nervioso central, que necesita de la información del oído, vista y sistema cenestésico, que está localizado en los músculos, las articulaciones y los tendones, y nos proporciona información sobre el movimiento del cuerpo. “Así, por equilibrio podemos entender, la capacidad de

asumir y mantener una determinada postura en contra de la gravedad” (Valdiviezo, 2014).

El equilibrio estático: “Proyecta el centro de gravedad dentro del área delimitada por los contornos externos de los pies” (CentroReus, 2013). Este tipo de equilibrio sirve para que el niño tenga orientación en sus actividades, delimitar un área es muy importante para que los niños y niñas realicen sus actividades y se puedan orientar.

El equilibrio dinámico: Es el estado mediante el cual, la persona se mueve, durante este movimiento, modifica constantemente su polígono de sustentación. “El equilibrio dinámico, por el contrario del equilibrio estático, alcanza más tarde su potencial, y tras permanecer inalterable, durante un largo periodo, desciende poco a poco, a partir de los 40 años” (Espinoza, 2014).

Dinámico-manual: Corresponde al movimiento manual que se efectúa con precisión. “La coordinación dinámica general, sirve de base a todos los movimientos, estando presente en todas las habilidades básicas” (Rojo, 2011).

La motricidad en el deporte

La Motricidad representa un fundamento y una condición importante, no sólo para el desarrollo físico, sino también para el desarrollo intelectual y socio afectivo, ya no podemos analizarla únicamente desde el punto de vista biológico, sino que debemos asumir la repercusión que la misma posee sobre todas las dimensiones del ser humano. Es por esto que la motricidad formativo-educativa debe suplir el déficit motriz de nuestro estilo de vida y de trabajo, el caminar, correr, saltar, empujar, lanzar, recibir, y muchas otras formas motoras básicas llegaron a la motricidad deportiva surgiendo de la motricidad laboral o por intermedio de ella. (Naranjo, 2011)

La finalidad de la educación no es exclusivamente la adquisición de determinados conocimientos o habilidades, sino el desarrollo de un ser humano más plenamente humana, libre, creadora y recreadora de su propia cultura, con el fin último de mejorar su calidad de vida. La Educación física es el área de la educación que

educa al hombre a través del movimiento, desde y en lo psicomotor, hacia lo cognitivo - socio afectivo y en función de un diseño de hombre.

2.4.2. Categorías Fundamentales de la Variable Dependiente:

Fundamentos Técnicos.

DEPORTE

Definición

Se define al deporte como una “actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas; también, en una segunda acepción, más amplia, como recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre” (Heredia, 2013).

Por tal motivo el deporte a nivel institucional es aconsejable practicarlo en las horas clase, de esta forma se puede utilizar esta actividad deportiva para el desarrollo e incremento de la motricidad y mentalidad con la aplicación de estrategias modernas y metodológicas para fomentar los valores de compañerismo e igualdad. De igual manera la práctica deportiva da la posibilidad de integración sin discriminación de ningún tipo, fomentando la comprensión mutua, solidaridad, espíritu de amistad y de juego limpio para desarrollar un ambiente de tranquilidad, seguridad y sobre toda aplicar el Buen vivir con sus compañeros de entrenamiento.

Deporte es aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; también es cada tipo de actividad física realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo. (Vásquez, 2011.)

El deporte es considerado muy importante en el desarrollo de los niños y niñas ya que nos ayuda a educar por medio del juego y puedan desenvolverse en su vida diaria sin tener problemas durante su desarrollo y mantener una vida saludable.

Importancia

Es importante realizar ejercicio físico ya que ahora en la actualidad no le prestan importancia por la comodidad y por tal razón tenemos muchos niños y niñas con problemas de obesidad o en algunos casos con enfermedades mucho más serias que perjudican una vida sana o la muerte. Por tal razón es importante realizar actividades deportivas dentro de las instituciones para lograr desarrollar una vida sana en los niños.

La importancia y necesidad de realizar actividad física se ha incrementado en los últimos años en los países occidentales, sobre todo debido a la industrialización e incremento de la utilización de la tecnología, y al incremento del poder adquisitivo de los ciudadanos. Estos cambios en la forma de vida han provocado un importante incremento del sedentarismo en las vidas familiares y laborales. Larga es la lista de factores que han provocado esta ausencia de ejercicio físico (ej. transportes, tipo de ocio pasivo, incremento del tiempo libre, etc.). Se hace necesario, pese a las tendencias hacia el sedentarismo y la vida cómoda, que no se obvie el necesario papel que la actividad física tiene en nuestro desarrollo y mantenimiento físico- biológico. (Calderón & Frideres, 2011.)

Recordar que en estas etapas tempranas es fundamental incidir especialmente en la coordinación psicomotriz, utilizando el juego como motor central en las sesiones de entrenamiento y aplicando ejercicios donde las habilidades y destrezas variadas tengan un papel relevante y la velocidad de movimiento tenga especial atención en el momento de trabajar la iniciación a la técnica individual basada en la familiarización con el balón, a modo de ejercicios óculo pie-balón y óculo mano- balón, sin dejar de lado los juegos grupales de cooperación y de oposición y la iniciación a ciertas prácticas físicas para desarrollar algunas capacidades condicionales concretas.

Beneficios

Delgado menciona algunos de los beneficios del por qué practicar un deporte y manifiesta que es para que los niños quieran hacer cualquier actividad lo primordial es que les resulte divertida; lo de menos es si se trata de fútbol, baloncesto, kárate o gimnasia rítmica; practiquen el deporte que practiquen se beneficiarán. (Delgado, 2011.)

Algunos beneficios del deporte en el desarrollo en los niños:

- Tendrán menor riesgo de obesidad y sobrepeso.
- Menor riesgo de diabetes.
- Mantendrán correctos sus niveles de colesterol.
- Se fortalecerán corazón y pulmones.
- Los músculos y los huesos se desarrollan mejor y más fuertes.
- Se corrigen malas posturas y disminuyen problemas de espalda.
- Se mejora la flexibilidad, el equilibrio y la coordinación.
- Ayuda a integrarse en un grupo.

Beneficios del deporte en la integración los niños:

- Fomenta la amistad y el compañerismo.
- Enseña a respetar unas reglas.
- Enseña la importancia del esfuerzo y de superación.
- Enseña a aceptar las frustraciones (no siempre van a ganar).
- Mejora la autoestima.
- Disminuye el riesgo de inicio de actitudes poco saludables.
- Enseña lo importante que es cuidar el cuerpo.

Clasificación

Utilizó un criterio de clasificación de las prácticas deportivas en el sentido de la experiencia. “Él mismo ha señalado que la educación física es un conjunto de

prácticas también llamada deportivas. Al analizarlas, lo primero que hay que preguntarse es si existen grandes significaciones claramente dominantes que permitan una punta de referencia común” (Puente, 2014.).

La respuesta es no. Se practica la educación física por la pura satisfacción del placer, o bien por contribuir a mantener una buena salud, también por la satisfacción de vencer a unos adversarios e incluso por la búsqueda de prestigio y dinero.

Por lo tanto, compone 5 grandes grupos de deportes, y se resumen de la siguiente manera

Deportes de combate: “Es un deporte competitivo de contacto donde dos combatientes luchan el uno contra el otro usando ciertas reglas de contacto, con el objetivo de simular algunos segmentos de lo que sería un verdadero combate cuerpo a cuerpo” (Pérez, 2014). El boxeo, el taekwondo, las artes marciales mixtas y la esgrima moderna occidental son ejemplos de deportes de combate.

Las técnicas usadas pueden ser clasificadas en tres dominios: el golpe, el agarre, y el uso de un arma. Algunas reglas del encuentro se especializan en un área, mientras que otras permiten la proposición. En este caso la psicología del practicante toma como referencia el esfuerzo de su propio cuerpo y la autoprotección, tratando de anular los esfuerzos del contrario para superarle

Deportes de pelotas:

Son aquellos en que la práctica se centra más en la pelota, el balón o la bola, que en el mismo adversario y en su propio esfuerzo corporal. A este grupo le corresponden infinidad de prácticas físicas educativas como el fútbol, el Handball o balonmano, el tenis, ping pong, el waterpolo, el frontón, las modalidades de hockey. (Puente, 2014.).

La introducción de la pelota presupone una evidente complicación, pero el carácter apasionado y abierto de todas las prácticas deportivas basadas en ella permitirá clasificarlas a veces como deportes de combate, pues en el fondo

constituyen también una lucha, pero con la interposición entre los contendientes, individuales o colectivos, del elemento conceptual de referencia que es la pelota.

Deportes mecánicos: Es aquel surgido del empleo deportivo de diversos ingenios técnicos. “En estas especialidades, las máquinas se constituyen en sí mismas, simultáneamente, como objeto y sujeto de la actividad, como una prolongación de las posibilidades físicas del hombre que busca extraer de ellas el máximo rendimiento. En este grupo se encuentran el automovilismo, el ciclismo y el motociclismo, como principales” (Hernández V. , 2012).

Las dos últimas categorías, las prácticas físicas en contacto con la naturaleza y los deportes mecánicos, aparecen estrechamente vinculadas en la actualidad con el carácter urbano e industrial de nuestra civilización. En el caso de los deportes mecánicos, se trataría de una expresión del progreso tecnológico y su uso con fines también lúdicos y competitivos.

Deporte de contacto con la naturaleza: Se centra en vencer obstáculos presentes en determinados ambientes naturales como el agua, el campo, la fauna, y las montañas. “En estas prácticas, el hombre mide sus fuerzas, su constitución y sus posibilidades favorables o desfavorables contra la naturaleza misma. En este grupo se ubican los deportes rápidos como: El esquí, la caza, el canotaje, el alpinismo y toda práctica que se relacione con el medio ambiente” (Hernández V. , 2012).

En esas prácticas, el hombre tiende a valorar más el medio ambiente por encima de cualquier otra consideración, lo que exige una reflexión acerca de su constitución y posibilidades favorables o desfavorables.

Deportes atléticos: A diferencia de los grupos anteriores, el objetivo principal del esfuerzo del practicante no se centra en sí mismo, en el antagonista o en un instrumento, sino que el punto de referencia lo constituye el propio cuerpo, el esfuerzo de uno mismo. “Ya no se trata de extraer las máximas posibilidades de

un espacio o de la calidad de un suelo, sino que lo que predomina por encima de cualquier consideración es rendir el máximo esfuerzo rendirle, valorable” (Puente, 2014.).

EL FÚTBOL

Definición

Roa A. (2011). Afirma que “Mientras un jugador no domine el balón con todo el cuerpo, como es debido, mientras no haya un espíritu más ofensivo, mayor coordinación y velocidad en el ataque, más ganas de ganar en buena ley, más divertido será seguir viendo los partidos de la muchachada en los baldíos y potreros”.

Por lo tanto, las actividades del fútbol en edades tempranas ayudan en su mayoría en el desarrollo de la motricidad gruesa y la razón sería primordial que a nivel educativo se tome en cuenta nuevas alternativas para desarrollar adecuadamente el aprendizaje de los niños/ s incrementando su coordinación, lateralidad, velocidad resaltando en ellos los valores como grupales e individuales para que formen parte de la sociedad en forma independiente sin miedo a asumir nuevos retos.

Objetivos

Muñoz. (2012) manifiesta que los objetivos se consiguen en base a las actividades desarrolladas en el deporte y se puede lograr a través de la práctica de los deportes como el fútbol en cuanto a los objetivos que tratamos de conseguir, vamos a destacar los siguientes:

- Ampliar la participación de todos los niños y jóvenes, porque se reducen las exigencias técnicas del juego.
- Integrar ambos sexos en las mismas actividades (coeducación), ya que se favorece la formación de equipos mixtos y una participación equitativa.

- Reducir la competitividad que pueda existir entre los niños/as mediante la intervención del profesor, centrada en resaltar la naturaleza y dinámica de los diferentes deportes.
- Utilizar materiales poco sofisticados y espacios más reducidos que faciliten la práctica de los deportistas.
- Conseguir que los alumnos aprendan y se diviertan con el nuevo enfoque de estos deportes.

Los deportes como el fútbol desarrollan valores educativos y personales como:

- Contribuirán el bienestar general, la salud, la calidad de vida y el equilibrio personal.
- Desarrollar la afición de las personas a la iniciativa y a la responsabilidad.
- Contribuir al desarrollo progresivo e integral de los niños y jóvenes.
- Ser unos elementos compensadores indispensables de las tensiones de la vida moderna.
- Ofrecer un medio excepcional de formación de la juventud.
- Estimular la participación y la iniciativa.
- Iniciar un comportamiento moral, al mismo tiempo que aportar una contribución al conocimiento de sí mismo y de los demás

Según varios actores manifiestan que la práctica deportiva beneficia a los niños y niñas ya que en la actualidad algunos no lo practican y tenemos problemas de obesidad y es perjudicial para el desarrollo y por tal razón tenemos una baja autoestima; por eso es importante inculcar desde pequeños que practiquen algún deporte para su diario vivir no solo escolar.

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL

Definición

Nadie nace con técnicas futbolísticas o de entrenador. Mientras que algunos jugadores poseen una mayor habilidad para el deporte que otros (por ejemplo: mayor velocidad, equilibrio o agilidad), estas ventajas sólo son importantes cuando se dominan las técnicas fundamentales del fútbol. La velocidad y la anticipación pueden situarte en una situación de juego ventajosa, pero no pueden jugar por ti. (Warren & Danner, 2012.).

Como ocurre en la mayoría de deportes, muchas de las técnicas básicas del fútbol no son naturales; deben aprenderse mediante una enseñanza rigurosa de ejercicios y entrenamiento, y lograr una riqueza técnica que servirá para los partidos de fútbol y lograr se efectivos con habilidades y destrezas. Por ejemplo, la forma natural de dar una patada a los objetos es con la punta, no con el lateral del pie, sin embargo, controlar la velocidad, la dirección y el efecto del balón en el pase, disparo o regate precisa la superficie lisa del empeine exterior o interior, que a su vez precisa un movimiento en el disparo bastante diferente del que realiza la punta del pie.

Como entrenadores, por supuesto ya sabemos todo lo expuesto; entonces, tenemos razón al asumir que los jugadores saben cuándo vienen a nosotros la primera vez, deberíamos asumir que dominarán esas técnicas o cualquier otra si no se las enseñamos. Los jugadores con una habilidad natural pueden desarrollar su potencial sin la enseñanza y el aprendizaje de los fundamentos, por supuesto que no. Los dos aspectos más importantes de enseñar son comunicar y usar ejercicios repetitivos para que la ejecución de las técnicas sea habitual.

Importancia

Comunicar consiste en encontrar formas de conseguir que los jugadores entiendan lo que necesitan saber para jugar bien. A veces ello implica la demostración y

explicación de nuevas técnicas; a veces implica corregir errores. En todos los casos, requiere paciencia y disposición para intentarlo, y volverlo a intentar si en un primer momento los jugadores no consiguen aprender lo que intentas enseñarles.

El fútbol es un juego de hábitos. Su naturaleza de elevada velocidad y movimiento constante precisa que los jugadores tomen rápidas decisiones mientras ejecutan técnicas fundamentales. La correcta ejecución de las técnicas requiere una práctica y repetición constante. En este contexto, enseñar consiste en comunicar conceptos de forma correcta, y usar ejercicios y actividades que implican técnicas específicas repetidas una y otra vez hasta que los jugadores ya no tengan que pensar cómo se supone que esas técnicas deben realizarse (Garren & Danner, 2012.)

Aprender es impredecible; ocurre a su propio ritmo, y nunca se sabe con antelación cuándo va a suceder. Lo mejor que cualquier entrenador puede hacer es crear condiciones favorables para aprender en los entrenamientos, ser un profesor más que un espectador y buscar constantemente nuevas formas de demostrar y decir a los jugadores cómo ejecutar las técnicas fundamentales del fútbol.

Cuatro principios para enseñar y aprender

No puedes enseñar a gente que no escucha. Tienes que procurar que toda acción y conversación se detenga y todas las cabezas se giren hacia ti cuando hables al equipo, o cuando te dirijas a un jugador en particular en un contexto de equipo. Esto es especialmente importante al entrenar a niños de poca edad, cuyo margen de atención se mide en décimas de segundo. Tienes que procurar que tus jugadores se concentren, no sólo en lo que hacen, sino también en lo que dices.

No puedes enseñar a personas que no quieren aprender. De hecho, no deberías ni tenerlas en tu equipo. Es algo sobre lo que reflexionar al seleccionar la plantilla en las pruebas de pretemporada.

Lo contrario de la frase de arriba es igual de importante: nunca debes rendirte con un jugador que quiere aprender. El deseo de aprender es lo que hace posible el aprendizaje.

Practicar los fundamentos debería preceder a los ejercicios competitivos. Es difícil competir cuando eres incapaz de realizar las técnicas necesarias para competir. (Warren & Danner, 2012.)

Cuanto más organizados sean tus entrenamientos, más conseguirás. La organización es un hábito un aspecto aprendido no un talento dado por Dios. Nunca hemos conocido a un entrenador con verdadero talento que no estuviera organizado. Planificar tus entrenamientos y apuntarlos para recordar lo que quieres realizar da estructura a tus sesiones de entrenamiento. Saber de antemano qué áreas quieres cubrir y cómo piensas enfocarlas te da confianza para empezar; también da confianza a los jugadores el hecho de que sepas lo que haces, a dónde va el equipo y cómo planificas llegar allí.

Fundamentos técnicos ofensivos:

Sirven para facilitar la progresión del balón hacia la meta contraria. En este caso, se habla de una maniobra o movimiento ofensivo.

El tiro: “Un tiro es toda la acción técnico-táctica ejercida por el jugador sobre el balón con el objetivo de introducirlo en la portería contraria. El remate es la acción culminante de la fase de ataque. Todas las demás acciones que se llevan a cabo durante un partido se encaminan a buscar una óptima situación de tiro” (Vásquez L. , 2014.).

Según el autor la técnica ideal de tiro que tenemos que seleccionar debe estar ajustada a cada situación de juego, El tipo de ejecución técnico-táctica de tiro depende: de la trayectoria del balón, de la distancia de la de la portería y de la posición del portero.

La habilidad y destreza: La habilidad por si misma nos puede servir para resolver una situación compleja con una situación inesperada o, también, como base para una buena ejecución en el resto de acciones técnicas. “La habilidad se puede definir como la capacidad del futbolista de dominar el balón por el suelo o por el aire mediante más de dos contactos” (Yopo, 2010.).

Gracias a la habilidad, el futbolista consigue tener el balón en su poder con el fin de superar a uno o varios adversarios y/o facilitar la acción y movimientos de los compañeros.

La habilidad se divide en dos tipos:

- **Estática.** El jugador realiza la habilidad en el sitio, sin desplazamiento.
- **Dinámica.** El jugador realiza la habilidad moviéndose, con desplazamiento.

La acción más frecuente y propia de la habilidad es conseguir controlar el balón mediante toques sucesivos sin que éste bote en el suelo. A esta habilidad se la conoce futbolísticamente como realizar dominio de balón. Se puede ejercitar con cualquier superficie de contacto excepto los brazos y manos.

El jugador habilidoso tiene una serie de cualidades como son una perfecta coordinación de movimientos, un gran dominio del balón, claridad de ideas para decidir la acción a realizar en el momento de la habilidad, claridad de ideas para decidir la acción posterior a la habilidad realizada y suficiente tranquilidad y equilibrio emocional para realizar la habilidad con la presencia de contrarios deseosos de hacerse con la posesión del balón.

El regate: “La acción de regatear significa moverse con la pelota de un punto a otro, siendo el objetivo del jugador moverse con el balón y conseguir mantenerlo bajo control sin tener que interrumpir su ritmo de avance” (Peitersen, 2010.)

Los regates; y los trucos resultan enormemente atractivos a todos los jugadores. El juego con el balón es divertido para todos y cada uno tiene la posibilidad de desarrollar sus facultades por completo. Pero como el fútbol es, en primer lugar, un juego colectivo, muchos entrenadores intentan convencer a los jugadores que tienen tendencia a regatear para que no lo exploten con frecuencia. Sin embargo, el fútbol puede funcionar como juego en equipo si cada jugador sabe regatear o engañar a un contrario para dejar al equipo rival en inferioridad numérica en un

momento determinado. Incluso cuando un jugador se encuentra bajo presión puede liberarse de una situación difícil gracias a una artimaña.

La conducción: De acuerdo al Moreno; manifiesta sobre la conducción lo siguiente:

La conducción del balón es la acción técnico-táctica de desplazamiento controlado del balón en un espacio de juego por parte del jugador. La conducción es una acción técnico-táctica imprescindible no sólo en la progresión hacia la portería adversaria, sino también para temporizar la acción ofensiva posibilitando un movimiento táctico de los compañeros con el objetivo de crear las condiciones más favorables para la evolución del juego. (Cano, 2012.)

La conducción del balón es efectuada normalmente con los miembros inferiores, especialmente con los pies; la parte interna del pie es la que ofrece mayor precisión debido a la gran superficie de contacto que la toca, pero es menos rápida porque es necesario girar hacia fuera la pierna conductora en el momento del toque, la conducción del balón con el empeine es bastante rápida porque es más continua, pero se vuelve en cierto modo poco precisa al ser relativamente pequeña el área de contacto con el balón; además se debe llevar el balón con la parte externa del pie es rápida y eficiente porque es grande la superficie de contacto con el balón y fácil su adaptación. Estas tres superficies corporales de conducción del balón pueden emplearse durante el mismo desplazamiento;

La Finta: “La finta son ciertos movimientos o acciones realizadas por el jugador, independientemente del balón, con el propósito de engañar, confundir o distraer al contrario de la acción que verdaderamente se pretende hacer” (Suárez, 2013.)

Los tipos de finta se pueden clasificar en:

Simple: engañar al contrario con un movimiento del cuerpo y dejar pasar el balón en beneficio de un compañero.

Clásica: después de hacer la finta, control y salida en la misma dirección de la que provenía el balón.

Orientada: realizar la finta y luego controlar el balón hacia la posición contraria a la que se encuentra el adversario,

Control: es la que se realiza con un movimiento del cuerpo sin tocar el balón, dejándolo seguir en su trayectoria y acompañándolo en su protección.

El Control: Como decía un entrenador de alto nivel, una de las grandes diferencias entre el atletismo y el fútbol radica en que el atleta, cuando llega a la meta, termina; para el futbolista, cuando llega a la meta, es decir, al balón, comienza el problema, la velocidad que requiere el fútbol actual obliga al jugador a recibir el balón y situarlo en posición de jugarlo en función de la siguiente acción técnica lo antes posible. (Calderón & Frideres, 2011)

Por ello, la acción técnica más utilizada, en lo que a los controles se refiere, es el control orientado. Con el control orientado nos hacemos dueños del balón y orientamos el juego adonde más nos conviene. Además, con el control orientado, realizando finta y/o dribling, podemos engañar al adversario haciéndole creer que orientaremos el balón hacia un lado y saliendo, al contrario. Con el control orientado controlamos y orientamos el balón mediante un solo contacto utilizando la superficie de contacto idónea.

Además del control orientado, los otros tipos de controles son:

- **La parada,** con la que se inmoviliza totalmente un balón raso o alto sirviéndonos habitualmente de la planta del pie.
- **La semiparada,** con la que, a balones rasos y rebotados, no se inmoviliza totalmente el balón, dejándolo preparado para otra acción. Se puede utilizar cualquier superficie de contacto.
- **El amortiguamiento,** que, ante cualquier tipo de procedencia del balón, reduce la velocidad del mismo mediante el retroceso de la superficie de contacto. (Vásquez, 2014)

El pase: “El pase es el principio del juego la acción técnica que hace del fútbol un deporte de equipo y evita que sea una repetición de individualidades” (Cantatore, 2010).

El pase se define como la acción técnica que permite establecer una relación entre dos o más componentes de un equipo mediante la transmisión del balón por un toque. Esta acción técnica nos permite dar mayor velocidad a nuestro juego, ya que el balón se desplaza siempre más rápido al ser tocado por un jugador que si éste mismo tuviera que trasladarlo de un punto a otro. También nos permite salvar el obstáculo de un adversario con mayor facilidad que realizando un regate. Y, por supuesto, nos proporciona la posibilidad de realizar dejadas para que un compañero pueda efectuar un tiro a portería sin control previo

Sin embargo, un error que se comete con cierta frecuencia es obligar a los futbolistas a jugar los partidos con un máximo de toques. Obsesionar al jugador con la obligación de pasar es totalmente equivocado, más si el futbolista es joven. De esta obsesión por la obligación en el pase se ha llegado a la consecuencia de que cada vez hay menos jugadores habilidosos,' menos artistas del regate. No se puede olvidar que el fútbol es un deporte colectivo como resultado de una suma de individualidades. (Cantatore, 2010)

El futbolista tiene que estar cómodo en el desarrollo de su función. Su creatividad y su responsabilidad en la toma de decisiones deben ser fomentadas por el entrenador. Más importante que los movimientos del jugador que posee el balón son los movimientos de los jugadores que son los que ofrecen distintas soluciones al compañero que posee el balón. Con varios apoyos, el poseedor del balón tendrá distintas opciones: pasar a uno u otro compañero, regatear al contrario, que le será más fácil gracias a la indecisión que provoca en el defensor la duda de no saber qué solución tomará el poseedor del balón, buscar el tiro, etc.

Los tipos de pase se clasifican en función de las siguientes variables:

- **Distancia:** corto, medio y largo.
- **Altura:** alto, medio y raso.
- **Dirección:** adelante, atrás, horizontal y diagonal.
- **Superficie de contacto:** interior, exterior, empeine interior, empeine exterior, puntera, tacón, planta, muslo, tronco y cabeza.
- **Trayectoria:** con efecto sin efecto.
- **Mano:** sólo el portero.

La técnica del pase.

Con el interior:

- Se utiliza para pases a corta distancia.
- El pie de apoyo se coloca a la altura del balón.
- Se utiliza la superficie de máxima seguridad.
- Se acompaña al balón en su trayectoria y no se realiza un golpe seco.
- El balón discurre por raso.

Con el empeine interior:

- Se utiliza para pases a media y larga distancia.
- El pie de apoyo se coloca retrasado con respecto a la altura del balón.
- Se golpea suavemente al balón en función de la distancia a la que queramos que llegue el balón.
- El cuerpo se inclina ligeramente hacia atrás.
- El balón describe una trayectoria por alto y con efecto
- La acción clave
- El cuerpo hay que relajarlo e inclinarlo ligeramente hacia atrás para lograr un pase más preciso.

Con el empeine exterior:

- Se utiliza para pases a corta, media y larga distancia
- Se busca el engaño y/o superar a un adversario.

- El balón puede ir raso, a media altura o alto.
- El pie de apoyo se coloca en función de la altura que queramos conseguir.
- Al balón se le golpea en su zona lateral exterior.
- Al balón se le golpea con suavidad.

Fundamentos técnicos defensivos.

Los utilizamos para frenar o detener la progresión de la pelota, ya sea mediante un gesto (técnico) o una conducta o reacción (táctica), con o sin recuperación de balón. Las finalidades recuperar la pelota y lanzar luego un ataque contra la meta contraria.

La interceptación: “La interceptación es la acción técnica mediante la cual modificamos la trayectoria de un balón lanzado o tocado por un contrario, intentando evitar que llegue a su destino. El tipo de interceptación puede ser reflexivo o irreflexivo” (Cantatore, 2010).

Así, con una interceptación irreflexiva puede ocurrir que el balón llegue finalmente a su destino, que quede libre de control o, incluso, que marquemos un gol en propia meta. La interceptación reflexiva es aquella en la que se prevé la acción posterior, aunque se puede realizar sin un objetivo claro en la segunda acción, como sería en el desvío clásico, en el que nuestro único objetivo es impedir que el balón llegue a su destino.

La anticipación o disuasión: La anticipación o la disuasión es la acción técnico-táctica que impide recibir el balón a nuestro adversario directo, receptor potencial.

Debido a que no siempre podemos elegir en la práctica una estrategia basada en la interceptación, hay que interferir en las trayectorias o líneas de pase mediante otra intención que sería la disuasión la cual perturba dificulta o retrasa la circulación del balón, impidiendo ciertas trayectorias a la recepción del balón por el/los principal/es destinatarios potenciales del móvil. (Cano, 2012.)

La disuasión para ser total implica el control continuo y permanente sobre el posible receptor y, al mismo tiempo, un control visual sobre el balón; para lo que hay que encontrar una orientación particular que la favorezca. Además, debe realizarse continuos desplazamientos para colocarse sobre esas posibles trayectorias del pase.

Carga: “La carga es una acción física que consiste en apartar al contrario en la disputa del balón mediante el contacto físico de hombro contra hombro respetando las reglas del juego en este apartado” (Cantatore, 2010.).

La carga también se puede realizar de hombro contra espalda si el adversario cubre el balón con su cuerpo. Para Cantatore, C. (2010). Para realizar una carga reglamentaria, ésta tiene que realizarse con, al menos, un pie en el suelo, sin violencia ni peligro, con el balón en condiciones de disputarse y con el objetivo de hacerse con su posesión y de hombro a hombro, o de hombro a espalda si el contrario cubre el balón.

La Entrada “La entrada es la acción que realizamos al ir en busca del contrario que posee el balón, con el fin de arrebatárselo e impedir que progrese en el terreno o mantenga la iniciativa en el juego. La entrada se puede realizar de frente o lateralmente, y la superficie de contacto que se utiliza es el pie” (Vásquez, 2014)

Los momentos más efectivos para realizar una entrada son cuando el contrario, después de recibir un balón, todavía no lo ha controlado o cuando va realizando una conducción, después del contacto con el balón en la conducción, éste se despega del pie.

Entrada de Frente:

- El contrario conduce el balón y salimos a su encuentro.

- Aguantamos la posición y le serramos su salida hacia el centro obligándole a dirigirse hacia una posición favorable para nosotros.
- Esperamos que el contrario realice un toque al balón para continuar con su conducción.
- Tras robar el balón, al contrario, lo envolvemos hacia nuestra posición para alejarlo de los dominios del adversario e iniciar una jugada de ataque.
- **Entrada Lateral:** Según Cantatore, C. (2008) dice “se utiliza cuando el contrario ha superado ligeramente nuestra posición o se encuentra suficientemente alejado para que sea necesario deslizarnos por el suelo”.
- Con este tipo de entrada se busca principalmente realizar un desvío o un despeje.
- El momento de realizar la entrada es aquel en que el contrario, durante la conducción, pierde ligeramente el control del balón.
- El jugador que realiza la entrada se lanza al suelo buscando el balón con la pierna más alejada del contrario mientras que recoge la otra pierna en forma de paso de valla.
- La superficie de contacto a emplear dependerá de la situación, pudiéndose utilizar el empeine, el interior o la puntera si no se llega al balón ninguna de las otras dos superficies.

Entrada lateral con el corte.

- Se realiza cuando el contrario no ha superado todavía nuestra posición y nos llega lateralmente.
- El momento de realizar la entrada es aquel en que el contrario durante la conducción, pierde ligeramente el control del balón.
- El jugador que realiza la entrada inicia un movimiento similar al de la entrada lateral.
- En vez de lanzarse al suelo, el jugador se arrodilla con una pierna y con el interior de la otra se hace con la posesión del balón.

2.5. Hipótesis

H₀: La motricidad gruesa No influye en los fundamentos técnicos del fútbol de los niños de la escuela permanente de liga cantonal Pelileo, provincia de Tungurahua.

H₁: La motricidad gruesa influye en los fundamentos técnicos del fútbol de los niños de la escuela permanente de liga cantonal Pelileo, provincia de Tungurahua.

2.6. Señalamiento de Variables

Variable independiente:

Motricidad Gruesa

Variable dependiente:

Fundamentos técnicos de fútbol

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Enfoque de la Investigación

Los Enfoques Cualitativo y el Cuantitativo, son los considerados para esta investigación, debido a que se distinguen entre sí por el tipo y por el empleo de los datos reunidos

Investigación cuantitativa: suelen plantear la cuestión de un modo limitado, pero muy bien perfilado. Con ellas se examinan aquellos supuestos en este caso la hipótesis que se han formulado ya antes de comenzar la obtención de datos.

Investigación cualitativa: se utilizan sobre todo para estudios exploratorios en campos que son poco conocidos. Se los emplea además en investigaciones con las cuales se quiere conocer las interpretaciones subjetivas de las personas.

3.2. Modalidad Básica de la Investigación

El diseño de este trabajo de investigación responderá a las dos modalidades que calzan directamente en este tema.

3.2.1. Investigación Bibliográfica Documental

La investigación además será documental-bibliográfica y será de comienzo a fin obteniendo información en fuentes como: libros, revistas, folletos, internet y otras publicaciones que se han apoyado al contexto, marco teórico y metodología de este trabajo de investigación.

3.2.2. Investigación de Campo

Por qué se realizó en el lugar de los hechos, del problema de investigación es decir en la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo en donde se puede observar las actividades referentes al fútbol en el desarrollo de la motricidad gruesa de los niños.

3.3. Niveles o Tipos de Investigación

3.3.1. Investigación Exploratoria

Por cuanto la variable independiente tiene relación directa con la variable dependiente en el presente trabajo de investigación, este nivel permite desarrollar nuevos métodos, generar hipótesis, reconocer variables de interés investigativo, sondear un problema poco investigado o desconocido en un contexto particular.

3.3.2. Investigación Descriptiva

En concordancia con el tema de investigación, en este nivel el investigador establecerá mediciones precisas, con conocimientos suficientes para sustentar el trabajo investigativo, puesto que se constituye como de interés social, por lo que se sustentará de la comparación de entre dos o más fenómenos, situaciones o estructuras.

3.3.3. Asociación de Variables

Al determinar este aspecto para nuestra investigación, nos ayudará a ver qué relación se puede encontrar entre la causa y el efecto. Si determinamos claramente en nuestro árbol de problemas, veremos cómo fluye de manera lógica nuestra correlación existente entre las dos variables.

Esto a su vez nos permitirá realizar apreciaciones del sistema de variables en donde las hipótesis serán las pautas a investigar y despejar las dudas para verificar

en donde se encuentra el verdadero problema y de esta manera poder dar las soluciones al mismo. Además, nos ayudará a visualizar de mejor manera la relación existente entre las dos variables.

3.4. Población y Muestra

La población y muestra está constituido por todos los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, y en vista de que es poco número de la población se constituye en una muestra.

Tabla N.- 1 Población

Población	Frecuencia	Porcentaje
Niños categoría 8-10	30	55%
Niños categoría 11-13	18	44%
Entrenador	2	1%
Total	50	100%

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Como el universo de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo es pequeño no se aplicará ninguna fórmula para la muestra, en este trabajo de investigación se trabaja directamente con toda la población.

3.5.1. Variable Independiente: Fundamentos Técnicos de Fútbol

Tabla N.- 3: Operacionalización de Variables Variable Independiente

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas e Instrumentos
<p>Son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a un óptimo manejo del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo. Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores.</p>	Gestos técnicos	<ul style="list-style-type: none"> Control del balón Conducción del balón Golpear el balón 	<p>¿Coordinas el control del balón con tus movimientos?</p> <p>¿Cuándo conduce el balón es fundamental la orientación en el espacio físico para ejecutar los movimientos?</p>	<p>Técnica</p> <p>Encuesta</p> <p>Entrevista</p> <p>Instrumento</p> <p>Cuestionario</p>
	Manejo del balón	<ul style="list-style-type: none"> El Pie Planta del pie Empeine Borde del empeine Punta Cabeza 	<p>¿Utiliza correctamente las partes del pie al momento de practicar el manejo del balón?</p> <p>¿Existe comunicación entre el entrenador y los niños durante la práctica deportiva?</p>	
	Juego colectivo	<ul style="list-style-type: none"> Cooperación Comunicación Integración Colaboración 	<p>¿Cree que la charla técnica ayuda a la integración motivacional del grupo durante los encuentros deportivos?</p>	

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para el trabajo de investigación se utilizó técnicas acordes al tema, como son la encuesta que fue aplicada a los deportistas, también se utilizó la entrevista la misma que es dirigida a los entrenadores de la escuela permanente de liga cantonal Pelileo de la provincia de Tungurahua

Encuesta

Es una técnica destinada a tener datos de varias personas a diferencia de la entrevista se utiliza un listado de preguntas escritas que se entrega a las personas con la finalidad las entregue por escrito, este listado se denomina cuestionario. Esta es la parte más emocionante que cumplimos al realizar un proyecto de investigación donde sacamos los resultados. Una entrevista es un diálogo entablado entre dos o más personas: el entrevistador o entrevistadores que interrogan y el o los entrevistados que contestan. Se trata de una técnica o instrumento empleado para diversos motivos, investigación, medicina, selección de personal. Una entrevista no es casual sino es un diálogo interesado, con un acuerdo previo y unos intereses y expectativas por ambas partes.

3.7. Plan de recolección de la información

La recolección de la información se efectuó previo a la encuestas a los deportistas y la entrevista a los entrenadores de escuela cantonal Pelileo, con una gran voluntad se efectuara la recolección de información necesaria para procesar los datos requeridos.

Tabla N.- 4 Plan de Recolección de la Información

Preguntas Básicas	Explicación
1.- ¿Para qué investigar?	Para alcanzar el objetivo de investigación
2.- ¿De qué personas u objetos?	Entrenadores, deportistas y padres de familia
3.- ¿Sobre qué aspectos?	La motricidad gruesa y los fundamentos técnicos de fútbol
4.- ¿Quién? ¿Quiénes?	Investigador: Paredes Morales Jorge Luis
5.- ¿Cuándo?	Enero – Septiembre 2016
6.- ¿Dónde?	En la escuela permanente de la liga cantonal Pelileo
7.- ¿Cuántas veces?	Las veces que sean necesarias
8.- ¿Cómo? ¿Qué técnica de recolección?	Encuesta, Entrevista
9.- ¿Con que?	Cuestionario
10.- ¿En qué situación?	Condiciones favorables

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

3.8. Plan de procesamiento de información.

- Se utilizó como instrumento al cuestionario y como técnica de recopilación de información a la encuesta.
- Para la obtención de los datos se procede a solicitar un espacio para la aplicación de las encuestas.

- Previo a la autorización emitida por la máxima autoridad del plantel se procede a la aplicación de las encuestas.
- Tomando en consideración los datos obtenidos se procede la tabulación de la información.
- Los datos obtenidos de la investigación son de vital importancia para el análisis e interpretación de resultados
- Se realiza la verificación de la hipótesis mediante fórmulas aritméticas
- Finalmente se elabora las conclusiones y recomendaciones respectivas.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis de Resultados

Pregunta N°. 1.- ¿Realizas cambios de velocidad con facilidad al momento de practicar el fútbol?

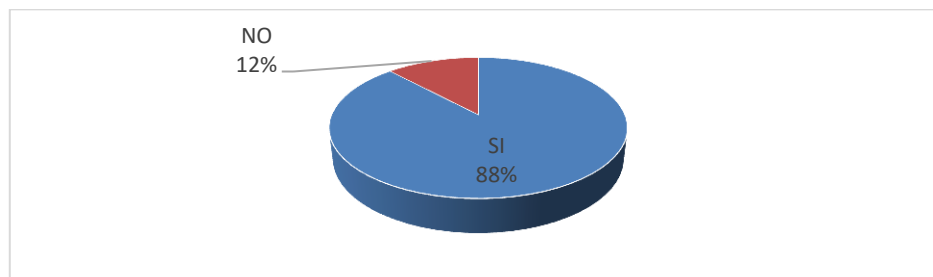
Tabla N.- 5Cambios de velocidad con facilidad

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	44	88%
No	6	12%
Total	50	100,00

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 5Cambios de velocidad con facilidad



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Una vez realizada la encuesta a los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo se puede analizar que en la primera pregunta el 88% de los mismos contestaron con la alternativa de SI, a la pregunta planteada siendo así equivalente a 44 niños, mientras que 6 que representan el 12% de la población en estudio respondieron con la respuesta de NO.

Interpretación: Mediante este análisis se llega a interpretar que el 88% de los niños encuestados realizan cambios de velocidad con facilidad al momento de practicar futbol, y el 12% no realiza esta actividad.

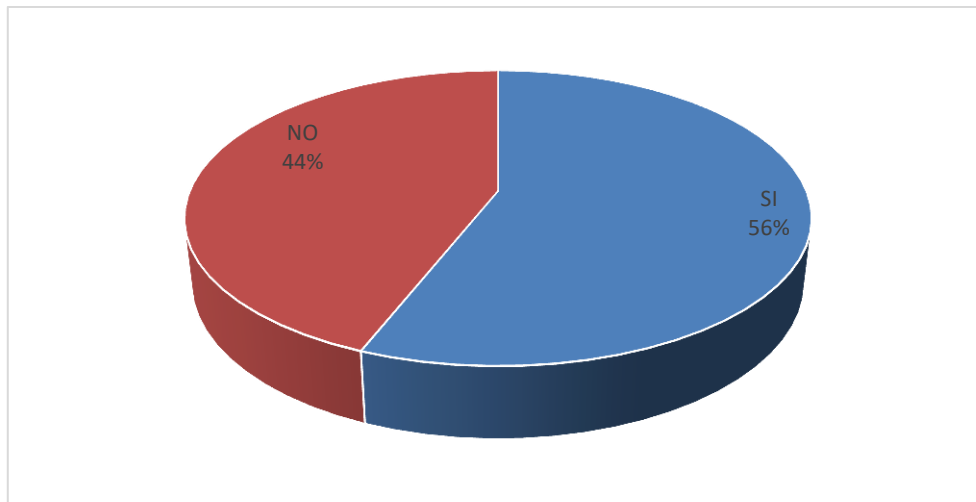
Pregunta N° 2.- ¿Tienes la flexibilidad necesaria para la práctica del deporte?

Tabla N.- 6 Cambios de velocidad con facilidad

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	28	56%
No	22	44%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 6 Flexibilidad necesaria para el deporte



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: En la segunda interrogante establecida se puede evidenciar que 28 niños han contestado con la alternativa de SI, siendo equivalente al 56% de la población, mientras que el 44% correspondiente a 22 niños han escogido la respuesta de NO

Interpretación: Se puede observar en el gráfico que más de la mitad de los niños encuestados contestó con la alternativa SI, y únicamente un 44% respondió con la alternativa de NO, esto quiere decir que La mayoría de niños tiene la flexibilidad necesaria para la práctica del deporte.

Pregunta N° 3.- ¿Te despliegas con facilidad y velocidad en todo el espacio?

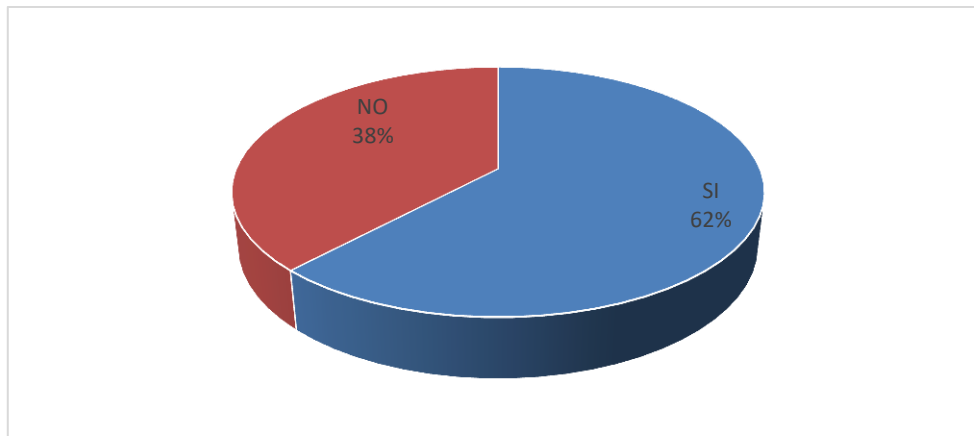
Tabla N.- 7Despliega con facilidad y velocidad

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	31	62%
No	19	38%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 7Despliega con facilidad y velocidad



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: En esta pregunta planteada en la encuesta aplicada a los niños de la escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo se obtuvo el resultado del 62% que corresponde a 31 niños respondieron con la opción de SI, mientras que 19 niños representando el 38% de la población contestó con la alternativa de NO.

Interpretación: Una vez establecido el análisis en la pregunta número tres de la encuesta aplicada a los niños de la escuela de la Liga Cantonal Pelileo, se puede interpretar que más de la mitad de la población encuestada se despliega con facilidad y velocidad en todo el espacio, mientras que el porcentaje restante no logra realizar esta acción de una manera correcta.

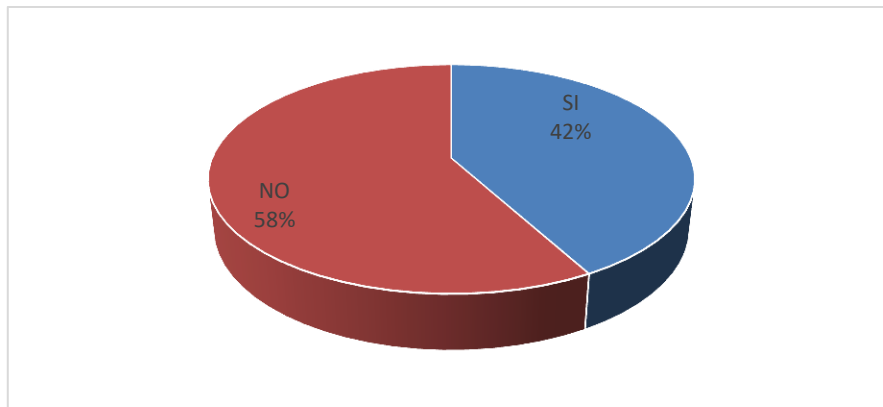
Pregunta N° 4.- ¿Pierdes el equilibrio cuando realizas actividades con salto?

Tabla N.- 8 Pierde el equilibrio al saltar

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	21	42%
No	29	58%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 8 Pierde el equilibrio al saltar



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Una vez realizada la tabulación en la pregunta número cuatro de la encuesta aplicada, se verifica que 21 niños que equivale al 42% respondió de manera afirmativa es decir escogiendo la opción de SI, mientras que el 58% el cual representa a 29 niños encuestados respondió inclinándose hacia la respuesta de NO en la interrogante planteada.

Interpretación: De esta manera se puede establecer que en más de la mitad de niños encuestados que representa el 58% contestó con la opción de NO, y mientras el 42% escogió la alternativa SI, lo que significa que un poco más de la mitad de niños pierde el equilibrio cuando realiza una actividad en la que intervenga el salto.

Pregunta N° 5.- ¿Coordinas fácilmente tus movimientos al momento de saltar y correr?

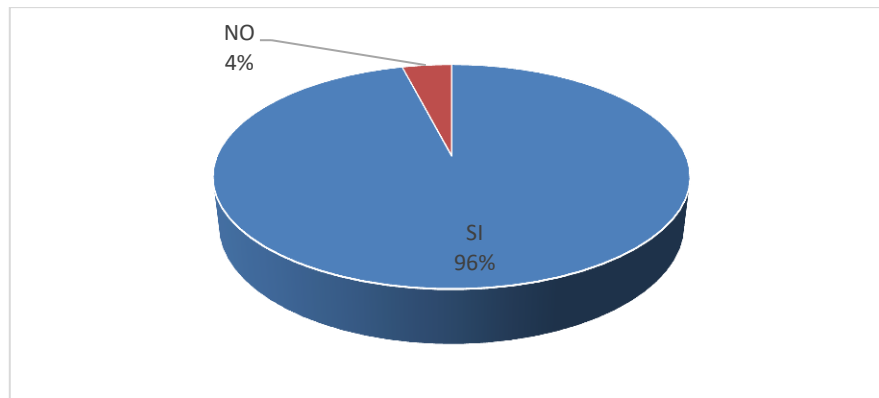
Tabla N.- 9Coordina movimientos al saltar y correr

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	48	96%
No	2	4%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 9Coordina movimientos al saltar y correr



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Se puede analizar que los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo en la quinta pregunta el 96% de los mismos contestaron con la alternativa de SI, a la pregunta planteada siendo así equivalente a 48 niños, mientras que 2 que representan el 4% de la población en estudio respondieron con la respuesta de NO.

Interpretación: Una vez establecido el análisis en la pregunta número cinco de la encuesta aplicada a los niños de la escuela de la Liga Cantonal Pelileo, se puede interpretar que casi en su totalidad de la población encuestada puede coordinar con facilidad sus movimientos al momento de saltar o correr, mientras que el porcentaje restante el cual es mínimo no logra realizar esta acción de una manera correcta.

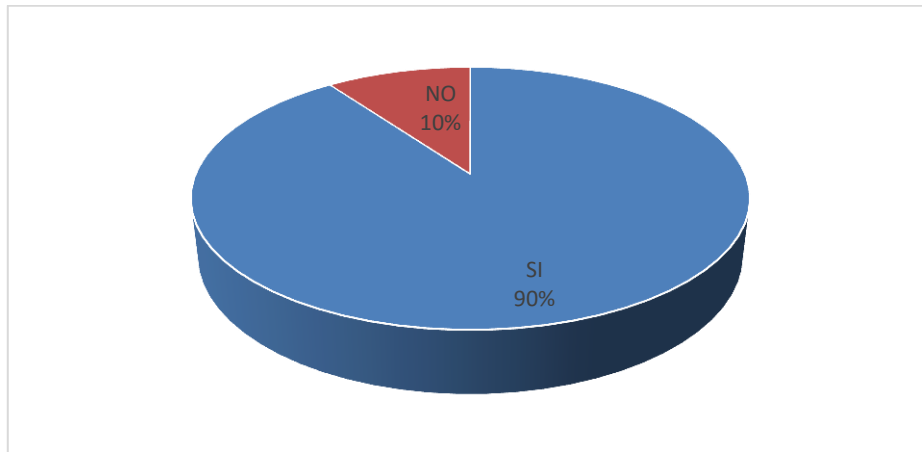
Pregunta N° 6.- ¿Coordinas el control del balón con tus movimientos?

Tabla N.- 10Coordina el control de balón

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	45	90%
No	5	10%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 10Coordina el control de balón



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo
Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis:En la pregunta número seis de la encuesta realizada se obtuvo que el 90% de los niños encuestados correspondiendo así a 45 de la población respondió con la opción de SI, mientras que el 10% equivalente a 5 niños respondió inclinándose a la alternativa de NO, de la encuesta aplicada.

Interpretación: Mediante este análisis podemos evidenciar que en el gráfico casi en su totalidad que es del 90% de la población en estudio logra coordinar el control del balón con sus movimientos, mientras que únicamente 5 de los niños encuestados no logra coordinar esta acción.

Pregunta N° 7.- ¿Cuándo conduces el balón es fundamental la orientación en el espacio físico para ejecutar tus movimientos?

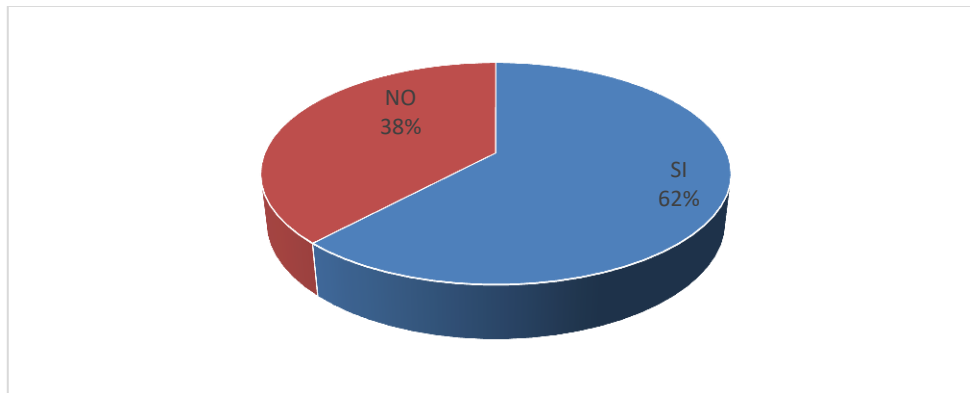
Tabla N.- 11La orientación y espacio físico

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	31	62%
No	19	38%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 11La orientación y espacio físico



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: En la pregunta número siete de la encuesta aplicada, se verifica que 31 niños que equivale al 62% respondió de manera afirmativa es decir escogiendo la opción de SI, mientras que el 38% el cual representa a 19 niños encuestados respondió inclinándose hacia la respuesta de NO en la interrogante planteada.

Interpretación: Se puede observar en el gráfico que más de la mitad de los niños encuestados contestó con la alternativa SI, y únicamente un 38% respondió con la alternativa de NO, esto quiere decir que La mayoría de niños considera que la conducción del balón es fundamental en cuanto a la orientación en el espacio físico para ejecutar los movimientos.

Pregunta N° 8.- ¿Utilizas correctamente las partes del pie al momento de practicar el manejo del balón?

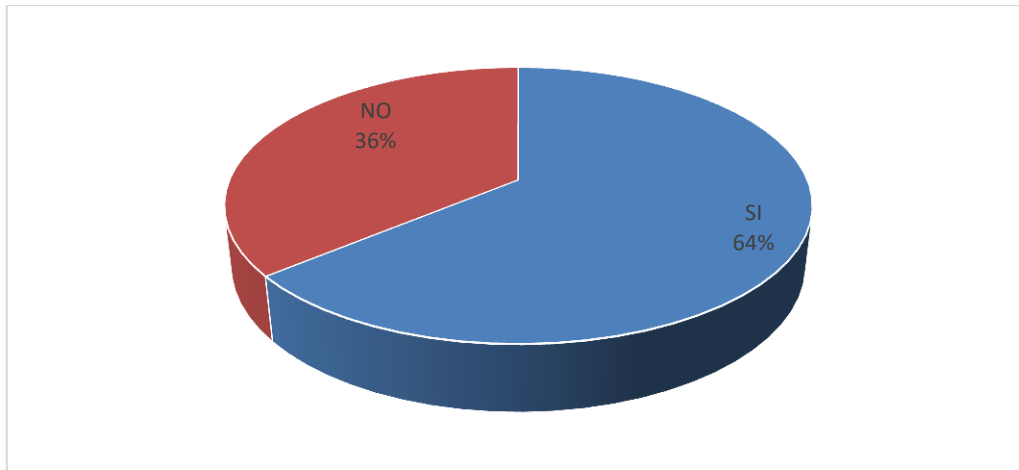
Tabla N.- 12 Utiliza correctamente las partes del pie

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	32	64%
No	18	36%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 12 Utiliza correctamente las partes del pie



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Siendo 50 niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, que equivale al 100% se obtuvo que el 64% correspondiente a 32 niños contestó que SI, a la interrogante planteada, y 18 niños que corresponde al 36% de la población en estudio respondió con la alternativa de NO.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos se puede afirmar que más de la mitad de niños encuestados siendo equivalente al 64%, utiliza correctamente las diferentes partes del pie al momento de practicar el manejo del balón.

Pregunta N° 9.- ¿Existe comunicación con el entrenador durante la práctica deportiva?

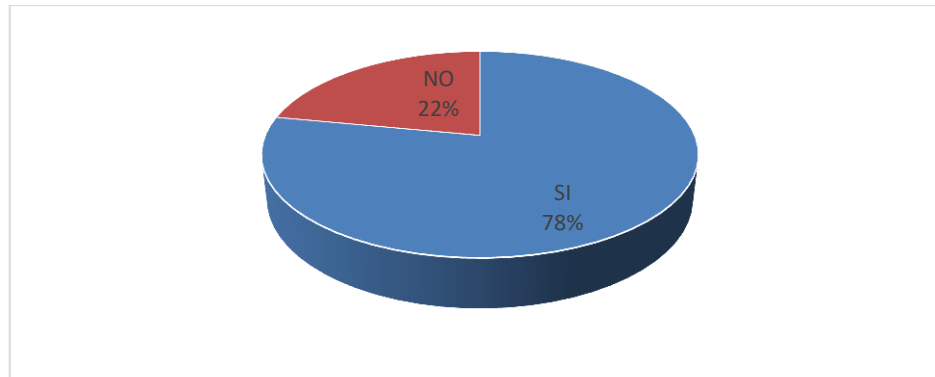
Tabla N.- 13Comunicación con el entrenador

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	39	78%
No	11	22%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 13Comunicación con el entrenador



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Con respecto a la pregunta número nueve de la encuesta realizada para los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, se obtuvo que del 100% de la población encuestada, el 78% corresponde a la alternativa de SI y para la opción de NO, corresponde el 22% equivalente a 11 niños.

Interpretación: Se establece que el 78% correspondiente a 39 niños a quienes se aplicó la encuesta respondieron afirmativamente en esta interrogante, y el 22% respondió de manera negativa, esto quiere decir que casi las tres cuartas partes de la población encuestada considera que existe comunicación con el entrenador durante la práctica deportiva.

Pregunta N° 10.- ¿Crees que la charla técnica ayuda a la integración motivacional del grupo durante los encuentros deportivos?

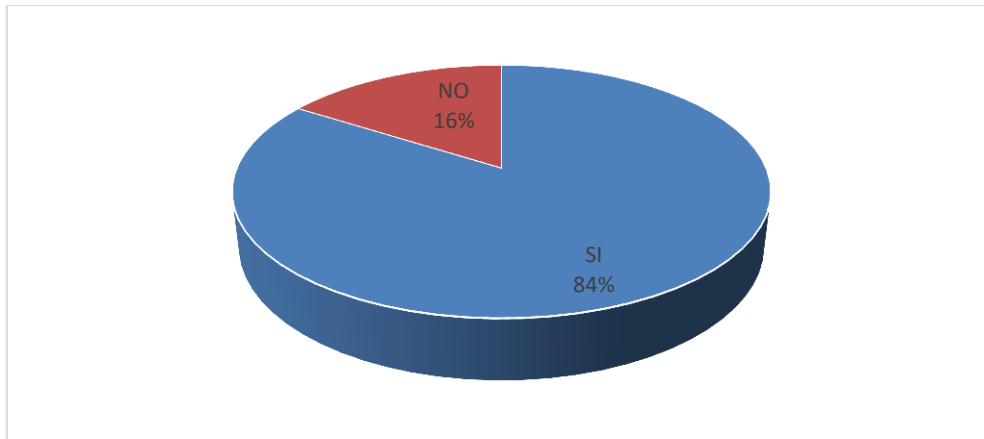
Tabla N.- 14Charla técnica ayuda a la integración motivacional

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Si	42	84%
No	8	16%
Total	50	100%

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Gráfico N.- 14Charla técnica ayuda a la integración motivacional



Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Análisis: Siendo 50 los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo a quienes se aplicó la encuesta (100,0 %), 42 de ellos contestan que SI (84%) a la inquietud planteada, mientras que 8 de ellos contestan que NO (16%) a la interrogante formulada.

Interpretación: De acuerdo a los resultados obtenidos se puede establecer que el 84% que es casi la totalidad de la población cree que la charla técnica ayuda a la integración motivacional del grupo durante los encuentros deportivos, y únicamente el 16% no piensa que esta actividad desarrolla motivación en el grupo.

4.2. Verificación de la Hipótesis

El estadígrafo de significación por excelencia es Chi cuadrado (χ^2) que permite la obtención de la información suficiente para la toma de decisiones, es decir en base a la aplicación del chi cuadrado, se aceptará o negará la hipótesis planteada.

4.3. Planteamiento de la Hipótesis

Hipótesis Afirmativa = Alternativa (H_1): “La Motricidad Gruesa **SI** incide en los fundamentos técnicos del fútbol de los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, Provincia de Tungurahua”

Hipótesis Negativa = Nula (H_0): “La Motricidad Gruesa **NO** incide en los fundamentos técnicos del fútbol de los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, Provincia de Tungurahua”

4.3.1. Selección del Nivel de Significación

Para la verificación hipotética se utilizará el nivel de **p 0.05** de confiabilidad

4.3.2. Especificación de lo Estadístico

Se trata de un cuadrado de contingencia de **4 filas por 2 columnas**, en las que 4 filas estarán compuestas por 4 preguntas seleccionadas de la encuesta aplicada a los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, de acuerdo a los criterios aleatorios y cualitativos dados por el autor de la investigación, y 2 filas compuestas por la alternativa de respuesta en cada interrogante, siendo esta: SI y NO.

El estadístico de prueba Chi-Cuadrado para una muestra está calculado en base a la fórmula:

$$X^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E} \quad \text{Dónde:}$$

X² = Valor estadístico de Chi o Ji cuadrado

∑ = Sumatoria

O = Frecuencia Observada

E = Frecuencia Esperada

4.3.3. Especificaciones de las Regiones de Aceptación y Rechazo

Para decidir primero determinamos los grados de libertad (gl), con el cuadro formado por 4 filas y 2 columnas.

$$gl = (f-1)(c-1)$$

$$gl = (4-1)(2-1)$$

$$gl = (3)(1)$$

$$gl = 3$$

Por lo tanto con 3 grados de libertad y un nivel de significación de 0,05 y en la tabla estadística se obtiene el chi cuadrado teórico X²_{t4}

Tabla de distribución Chi-Cuadrado. g=grados de libertad. p=área a la derecha

El valor x de la tabla cumple que para X es chi-cuadrado con g grados de libertad

$$P(X > x) = p$$

g	p										
	0.001	0.025	0.05	0.1	0.25	0.5	0.75	0.9	0.95	0.975	0.999
1	10.827	5.024	3.841	2.706	1.323	0.455	0.102	0.016	0.004	0.001	0
2	13.815	7.378	5.991	4.605	2.773	1.386	0.575	0.211	0.103	0.051	0.002
3	16.266	9.348	7.815	6.251	4.108	2.366	1.213	0.584	0.352	0.216	0.024
4	18.466	11.143	9.488	7.779	5.385	3.357	1.923	1.064	0.711	0.484	0.091
5	20.515	12.832	11.07	9.236	6.626	4.351	2.675	1.61	1.145	0.831	0.21
6	22.457	14.449	12.592	10.645	7.841	5.348	3.455	2.204	1.635	1.237	0.381
7	24.321	16.013	14.067	12.017	9.037	6.346	4.255	2.833	2.167	1.69	0.599

7.815.

Gráfico N.- 15Tabla Distribución Chi-Cuadrado

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Se puede observar que para la probabilidad de 0.05 corresponde la cifra:

Regla de decisión: Se rechaza H_0 si el valor calculado de Chi-Cuadrado es mayor o igual que el de la tabla con sus respectivos grados de libertad.

4.3.4. Recolección de datos y cálculos Estadísticos

FRECUENCIA OBSERVADA

Tabla N.- 15 Frecuencia Observada

Indicadores	Alternativas		Total
	Si	No	
¿Realizas cambios de velocidad con facilidad al momento de practicar el fútbol?	44	6	50
¿Tienes la flexibilidad necesaria para la práctica del deporte?	28	22	50
¿Cuándo conduces el balón es fundamental la orientación en el espacio físico para ejecutar tus movimientos?	31	19	50
¿Utilizas correctamente las partes del pie al momento de practicar el manejo del balón?	32	18	50
TOTAL	135	65	200

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

FRECUENCIA ESPERADA

Tabla N.- 16 Frecuencia Esperada

Indicadores	Alternativas		Total
	Si	No	
¿Realizas cambios de velocidad con facilidad al momento de practicar el fútbol?	33,75	16,25	50,00
¿Tienes la flexibilidad necesaria para la práctica del deporte?	33,75	16,25	50,00
¿Cuándo conduces el balón es fundamental la orientación en el espacio físico para ejecutar tus movimientos?	33,75	16,25	50,00
¿Utilizas correctamente las partes del pie al momento de practicar el manejo del balón?	33,75	16,25	50,00
TOTAL	135	65	200

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

4.3.5. Cálculo del chi - cuadrado

Tabla N.- 17Cálculo del chi cuadrado

O	E	O - E	(O - E) ²	(O - E) ² /E
44	33,75	10,25	105,0625	3,11296296
6	16,25	-10,25	105,0625	6,46538462
28	33,75	-5,75	33,0625	0,97962963
22	16,25	5,75	33,0625	2,03461538
31	33,75	-2,75	7,5625	0,22407407
19	16,25	2,75	7,5625	0,46538462
32	33,75	-1,75	3,0625	0,09074074
18	16,25	1,75	3,0625	0,18846154
Chi cuadrado calculado (χ^2_c)				13,56

Fuente: Encuesta a niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

Se rechaza **H₁** si el valor calculado de Chi-Cuadrado es mayor o igual que el de la tabla con sus respectivos grados de libertad.

Chi-Cuadrado Calculado : **13,56**

Valor Obtenido Tabla de Distribución Chi-Cuadrado : **7,815**

Como observamos **se rechaza H₀ y se acepta H₁** quedando de la siguiente manera:

4.3.6. Regla de Decisión

Se rechaza **H₀** si el valor calculado de Chi-Cuadrado es mayor o igual que el de la tabla con sus respectivos grados de libertad. Según la regla de cálculo podemos observar que el chi cuadrado calculado es mayor al valor obtenido en la tabla de distribución por lo que se procede a tomar como hipótesis resultante **H₁**, que dice,

“La Motricidad Gruesa SI incide en los fundamentos técnicos de fútbol de los niños de la Escuela Permanente de Liga Cantonal Pelileo, Provincia de Tungurahua”

4.3.7. Representación Gráfica

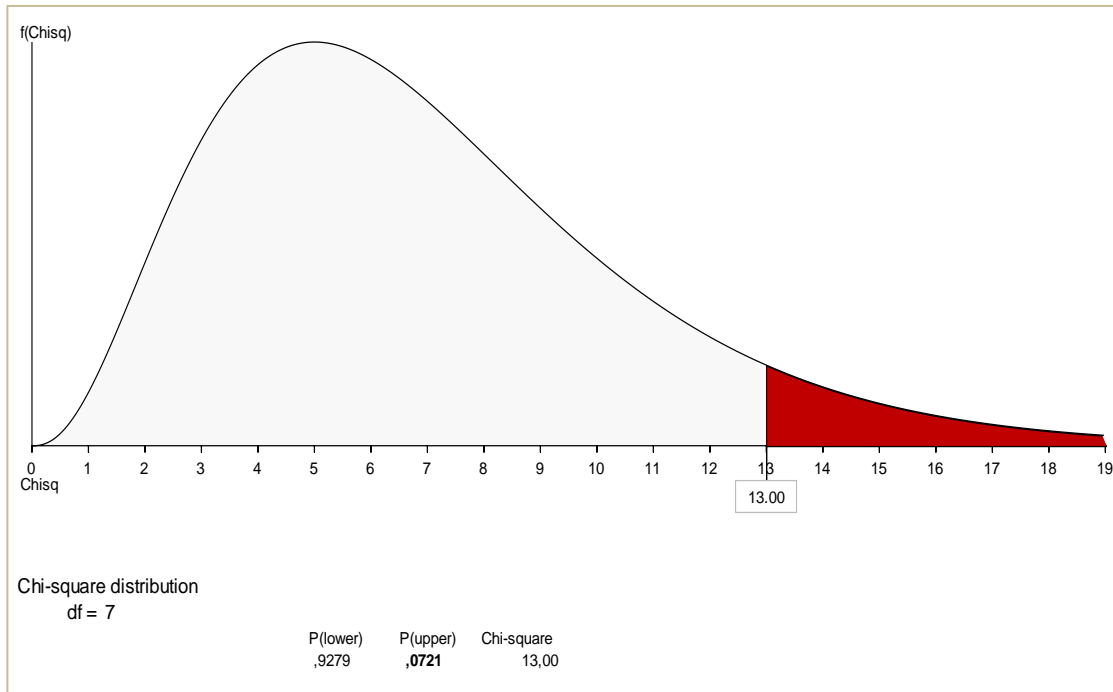


Gráfico N.- 16Representación gráfica del chi cuadrado

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Revisando los diferentes análisis de los resultados se determinó las siguientes conclusiones y recomendaciones

5.1. Conclusiones

- En la Liga Cantonal Pelileo se determinó que el desarrollo de la motricidad gruesa en el niño a través de la práctica del fútbol mejoró su rendimiento físico su estado anímico e integración al medio social deportivo, por cuanto los entrenadores aplicaron planificaciones acordes a la edad, mejorando en el niño sus habilidades técnicas.
- Se puede concluir que la base para practicar la disciplina del fútbol es la importancia del conocimiento de los fundamentos técnicos, con los cuales los niños adquieren técnicas correctas que ayudan a mejorar las destrezas y habilidades para un mejor desempeño en la práctica deportiva.
- Igualmente, se puede concluir que no existe una guía de actividades que mejoren la motricidad gruesa mediante la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol en los niños de la escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo provincia de Tungurahua.

5.2. Recomendaciones

- Es fundamental que los entrenadores apliquen una planificación bien estructurada en base de mejorar la motricidad gruesa para la ejecución de los fundamentos técnicos acorde a las necesidades de los niños y realizando un entrenamiento continuo, logrando mejorar el rendimiento deportivo, consiguiendo así cumplir los objetivos propuestos por el entrenador para la correcta formación de futuros deportistas.
- Se recomienda a los entrenadores que inculque a los niños a practicar continuamente los fundamentos técnicos del fútbol ya que es un proceso de largo tiempo.
- A los entrenadores asistan a cursos de capacitación e innoven sobre los fundamentos técnicos de fútbol para mejorar los entrenamientos y las clases no sean monótonas ya que va existir mayor interés en practicar el fútbol en los niños.
- Diseñar una guía de actividades de los fundamentos técnicos del fútbol con sus procesos, que servirá a los entrenadores a motivar el desarrollo de la motricidad gruesa para que los entrenamientos sean productivas y motivantes, generalmente lúdico, buscando en todo momento incentivar a llevar una vida saludable.

CAPÍTULO VI

LA PROPUESTA

6.1. Tema:

DISEÑAR UNA GUIA DE EJERCICIOS DE MOTRICIDAD GRUESA PARA MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN LOS NIÑOS DE LA ESCUELA DE LIGA CANTONAL PELILEO.

6.2. DATOS INFORMATIVOS

Institución Ejecutora: Liga Cantonal de Pelileo.

Beneficiarios: Niños de la Escuela permanente de Liga Cantonal de Pelileo.

Ubicación: Cantón Pelileo

Provincia: Tungurahua

Equipo técnico responsable: Investigador

6.3. ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

Luego de la investigación realizada se estableció que la guía de ejercicios de la motricidad gruesa ayudará a mejorar el desarrollo de los fundamentos técnicos de fútbol de los niños de la Escuela de fútbol de Pelileo, y les dará a los niños y entrenadores de la Escuela un mejor sustento académico para poder alcanzar los objetivos propuestos en el momento de cada entrenamiento.

6.4 JUSTIFICACIÓN

La motricidad gruesa en los fundamentos técnicos del fútbol, justifican la **importancia** al realizar esta propuesta dentro del ámbito deportivo y en forma

específica aplicado en los entrenamientos con los niños de la Escuela de Liga Cantonal Pelileo.

Los fundamentos técnicos de fútbol forman parte importante en la Formación Corporal motriz y son de gran **interés** ya que contribuyen al desarrollo de la motricidad gruesa de los niños e indirectamente fortalece sus capacidades físicas, afectivas, psíquicas y culturales, promoviendo hábitos físicos y deportivos.

Los **beneficiarios** directos son los niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo, puesto que se va a orientar planificada y técnicamente al niño, para la obtención de información valiosa y necesaria para la correcta aplicación, realización y desenvolvimiento de cada una de las estrategias de enseñanza de la aplicación de la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos de fútbol obteniendo buenos resultados.

La aplicación de la presente propuesta es **factible** de realizarla ya que se cuenta con toda la apertura de las autoridades, entrenadores, y niños de la escuela de fútbol y como entes anexos a estas los señores padres de familia.

El factor económico, logístico y su presupuesto requerido es mínimo por lo que será posible llegar a cumplir con el objetivo, y de esta manera promover la aplicación de la guía de ejercicios de la motricidad gruesa para mejorar los fundamentos técnicos del fútbol en los niños, con la principal intención de lograr cambios cuantitativos y cualitativos en los procesos de enseñanza-aprendizaje del área de Educación Física.

6.5 OBJETIVOS

Objetivo General

Aplicar de forma técnica y planificada la presente guía de ejercicios de motricidad gruesa para mejorar los fundamentos técnicos de fútbol en los niños la escuela de liga cantonal Pelileo

Objetivos Específicos

- ✓ Enseñar la forma adecuada de utilizar la motricidad gruesa.
- ✓ Aplicar los conocimientos adquiridos en el desarrollo de la guía de ejercicios.
- ✓ Evaluar los beneficios del mejoramiento de los fundamentos técnicos de fútbol en los niños

6.6 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD

Esta propuesta se consideró factible de realizarla y aplicarla por la predisposición que existe de todos los involucrados en la misma, el presupuesto económico a solventar por parte de investigado, la gran expectativa y motivación de los niños de la Escuela de Liga Cantonal Pelileo para los diferentes ejercicios.

La institución cuenta con un esquema organizacional adecuado para implementar la guía de ejercicios para la ejecución de sus estrategias metodológicas, facilitando tanto las instalaciones físicas, la logística necesaria y la concurrencia de los entrenadores y estudiantes.

6.7 FUNDAMENTACIÓN

La motricidad gruesa es una parte muy importante del desarrollo infantil. Solo un niño que haya desarrollado suficientemente su motricidad gruesa será capaz de aprender sin problemas las habilidades propias para poder ejecutar los movimientos o fundamentos técnicos de fútbol

Un desarrollo motriz apropiado para la edad del niño es especialmente importante en el ámbito de la motricidad gruesa, puesto que el estado de desarrollo afecta directamente otros ámbitos de la vida del niño. Un niño que desarrolla con normalidad su motricidad gruesa tendrá con seguridad menos problemas en la escuela para aprender a escribir y en las clases de cultura física, con temas como el equilibrio. Podrá concentrarse mejor, tendrá más confianza en sí mismo y podrá reaccionar más deprisa. Estas habilidades le beneficiarán en su día a día.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CULTURA FÍSICA



***GUIA DE EJERCICIOS DE LA MOTRICIDAD GRUESA PARA
MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE FÚTBOL EN
LOS NIÑOS DE LA ESCUELA DE LIGA CANTONAL PELILEO.***



AUTOR: JORGE PAREDES
AMBATO - ECUADOR

2016

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se trata sobre la importancia que tiene los ejercicios de la motricidad gruesa al ejecutar los fundamentos técnicos de fútbol, ya que influye en el desarrollo integral del niño, los ejercicios que veremos nos ayudara a mejorar tanto la motricidad y la técnica de fútbol ya que es vital conocer para poder aplicar en el campo de juego, además podemos destacar que es la base fundamental para poder practicar correctamente cualquier disciplina deportiva.

OBJETIVOS

Objetivo General

Aplicar la guía de ejercicios de motricidad gruesa para la práctica de los fundamentos técnicos de fútbol en los niños de la Escuela de fútbol de Liga Cantonal Pelileo

Objetivos Específicos

- ✓ Emplear los conocimientos adquiridos sobre la planificación de la motricidad gruesa para el desarrollo y fortalecimiento de los fundamentos técnicos de fútbol en los niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo.

- ✓ Ampliar el fortalecimiento de los fundamentos técnicos mediante la guía de ejercicios en los niños de la escuela de Liga Cantonal Pelileo.

GUIA DE EJERCICIOS	
Fase Uno	Calentamiento y Estiramiento
Fase Dos	Conducción
Fase Tres	Dominio
Fase Cuatro	Pases y recepción
Fase Cinco	Golpeo de cabeza
Fase Seis	Tiros y remates
Fase Siete	Vuelta a la calma.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

FASE UNO

Calentamiento y Estiramiento




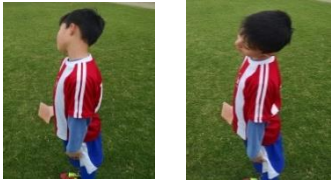
Los ejercicios de calentamiento y estiramiento son esenciales para disminuir el riesgo de lesiones y aumentar la efectividad del ejercicio que se realizará posteriormente. Por esa razón es importante que antes de iniciar su rutina de ejercicios, realice una serie de ejercicios de calentamiento durante 5-10 minutos.




El calentamiento general, se compone de 2 tipos de ejercicio:

- **Ejercicios de estiramiento y movilidad articular** suaves, para ir preparando los músculos y articulaciones (la elasticidad es más conveniente trabajarla después de la actividad física). Comenzando desde la parte alta del cuerpo, para ir bajando hasta los pies.
- **Ejercicios aeróbicos** suaves para elevar la temperatura corporal.
- **Ejercicios de Calentamiento y Estiramiento**

A continuación encontrará los mejores ejercicios de calentamiento y estiramiento divididos por regiones corporales, para que los incorpore dentro de su rutina.

Ejercicios de estiramiento y movilidad articular


Brazos y piernas	
Mover los brazos y las piernas en direcciones opuestas (como al caminar pero más exagerado y sin moverse del sitio). Asegurarse de que el talón contacta con el suelo.	
Realizar este ejercicio durante 2- 3 minutos.	
Cabeza	
Mover la cabeza lentamente: 1. Arriba y abajo.	
2. Derecha e izquierda.	
3. Hacia los lados.	
Mantener 15 segundos cada lado. Repetir 3 veces con cada lado.	
Brazos y manos	





<p>1. Mover los brazos en círculos, como si se nadara.</p>	
<p>2. Abrir los brazos hacia los lados y luego cerrarlos en un abrazo.</p>	
<p>4. Con los brazos estirados, mover las palmas de las manos hacia arriba y hacia abajo.</p>	
<p>Mantener 15 segundos cada lado. Repetir 3 veces con cada lado.</p>	

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: <http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/3-fases-del-calentamiento-fisico>

Ejercicios de Estiramiento

<p>Rodilla a pecho</p>	
<p>Apoyar una mano sobre una pared para mantener el equilibrio. Estirar la rodilla hacia el pecho y cogerla con la mano libre.</p>	
<p>Mantener 15 segundos y cambiar de pierna. Repetir 3 veces con cada pierna.</p>	
<p>Caderas</p>	

<p>Colocarse con un pie delante del otro. Doblar suavemente una rodilla hacia delante, manteniendo el pie de atrás bien apoyado en el suelo.</p>	
<p>Mantener 20 segundos y cambiar de pierna. Repetir 3 veces con cada pierna.</p>	
<p>Muslos</p>	
<p>Apoyar una mano sobre una pared para mantener el equilibrio. Doblar la pierna hacia atrás y coger el tobillo con la mano libre, manteniendo la espalda recta.</p>	
<p>Mantener 20 segundos y cambiar a la otra pierna. Repetir 3 veces con cada pierna.</p>	
<p>Espalda – lumbar</p>	
<p>Colocarse recto y echar ligeramente la espalda hacia atrás.</p>	
<p>Mantener 15 segundos y repetir 5 veces.</p>	
<p>Brazos y hombros</p>	
<p>Cruzar ambos brazos por detrás de la cabeza.</p>	
<p>Mantener durante 15 segundos. Luego inclinar hacia la izquierda. Repetir 3 veces por cada lado.</p>	

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: <http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/3-fases-del-calentamiento-fisic>

EJERCICIOS AERÓBICOS PREVIO A LA SECCION DE ENTRENAMIENTO

Ejercicio 1. Elevación de brazos:

Elevar los brazos hacia arriba y abajo tocando los muslo.
Mantener durante un minuto cada ejercicio.



Ejercicio 2. Laterales:

En forma de lateral con coordinación de brazos en movimiento.
Mantener durante un minuto cada ejercicio.



Ejercicio 3. Elevación de talones:

Elevamos los talones hacia atrás tocando con las manos los mismos.

Mantener durante un minuto cada ejercicio.



Ejercicio 4. Elevación de rodillas:

Flexionamos las rodillas hacia arriba, y con las palmas de las manos tocamos las mismas.




Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: <http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/3-fases-del-calentamiento-fisico>

FASE DOS

Ejercicios motrices para mejorar la conducción

EJERCICIO N° 1	
Nombre de la actividad: Conducción del balón utilizando el salto	
Objetivo: Coordinar la conducción del balón con saltos para mejorar el control del balón utilizando obstáculos.	
Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(Saltos)	
Material: Balones, conos, tapas, chalecos.	
Tiempo: 20 minutos.	
Desarrollo: Los jugadores se ubican en columnas con un balón, al señal del entrenador salen conduciendo con el borde interno o externo del pie, en el momento que encuentran los obstáculos realizan un auto pase y ejecutan un salto con las piernas juntas recogen el balón hasta llegar a la línea final.	
Imagen:	
	
Variante:	
<ul style="list-style-type: none">✓ Combinar los saltos con una sola pierna.✓ Saltos hacia adelante y atrás am la derecha e izquierda.✓ Al finalizar la conducción ejecutamos tiros al arco	

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 2

Nombre de la actividad: Conducción del balón utilizando caídas y roles.

Objetivo: Lograr un dominio y un control del balón, aplicando caídas y roles básicos.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(Roles)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos

Desarrollo

Ubicar a los jugadores en columnas con un compañero al frente situado a unos 10 metros con un balón, a la señal del entrenador salen conduciendo el balón realizan un pase con el borde interno del pie al compañero que está al frente, y en ese momento ejecuta un rol hacia se pone de pie para llegar donde está el otro jugador que el mismo repite el ejercicio.

Imagen:



Variante:

- ✓ Se puede ejecutar diversos roles hacia atrás, rodadas y caídas
- ✓ En la conducción del balón procure utilizar todas las partes del pie igualmente las dos piernas derecha e izquierda.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 3

Nombre de la actividad: Conducción del balón a los dos extremos

Objetivo: Mejorarla concentración y reacción dentro de un espacio.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad, fuerza)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Los jugadores se ubican en grupos de tres con un balón a la señal el jugador del centro sale conduciendo y realiza un pase al jugador de la derecha quien le devuelve al centro para que siga conduciendo, igualmente a lado izquierdo y repite el mismo ejercicio.

Imagen



Variante:

- ✓ Conducir el balón tanto con la pierna derecha e izquierda
- ✓ Conducir con todas las partes de los pies: planta, borde externo e interno, empeine.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/SpC/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 4

Nombre de la actividad: Conducción del balón en forma de zigzag

Objetivo: Desarrollar la agilidad y la coordinación.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa (saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Los jugadores conducen el balón entre los conos siguiendo la forma de triángulo al llegar al otro grupo le entregan la pelota al siguiente jugador y se esperan al nuevo turno.

Imagen



Variante:

- ✓ Conducir con todas las partes de los pies: planta, borde externo e interno, empeine.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N°5

Nombre de la actividad: Conducción formando un cuadrado.

Objetivo: Mejorar la coordinación y agilidad.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Colocamos a los jugadores en un grupo de cuatro formando un cuadrado el primer jugador sale conduciendo y realiza un pase al jugador del frente el cual realiza el mismo ejercicio hacia el otro los cuales repiten el siguiente jugador en forma de un cuadrado.

Imagen



Variante:

- ✓ Conducir con todas las partes de los pies: planta, borde externo e interno, empeine.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

FASE TRES

Ejercicios motrices para mejorar el dominio

EJERCICIO N° 6

Nombre de la actividad: Dominio del balón utilizando saltos

Objetivo: Desarrollar en los niños agilidad y destrezas motoras a través del movimiento utilizando el balón y la combinación de saltos

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Ubicar a los jugadores en columnas el primero de la cada columna con un balón, el mismo debe ser puesto entre los pies del jugador que realiza saltos manteniendo el control del balón el mayor tiempo posible el trabajo se realiza ida y vuelta, llegando hasta la línea final para entregar al otro jugador que repite el mismo ejercicio.

Imagen:



Variante:

- ✓ Este ejercicio se puede realizar como un juego imitando animales.
- ✓ Realice el ejercicio con las otras partes de los pies como es pantorrillas, rodillas y muslo.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: [file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf)

EJERCICIO N° 7

Nombre de la actividad: Dominio del balón.

Objetivo: Desarrollar en el niño la capacidad del dominio con los pies.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad, fuerza)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón por pareja, a la señal del entrenador los jugadores van ubicar las pelotas entre los pies para luego levantar con la pelota y mantener 5 segundos arriba este ejercicio se puede repetir varias veces.

Imagen



Variante:

- ✓ Siguiendo el mismo esquema los movimientos se realizan derecha e izquierda

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 8

Nombre de la actividad: Dominio realizando futbol tenis.

Objetivo: Dominar el balón con tres compañeros tratando de mantener el mayor tiempo posible

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Trazamos una cancha pequeña con una red en la mitad los jugadores se cogen grupos de tres para realizar el futbol tenis el cual un equipo comienza el saque con el pie a media altura y pasa al otro lado de la cancha y el equipo contrario realiza lo mismo tratando de hacer caer el balón en la cancha contraria.

Imagen



Variante:

- ✓ Se puede limitar el número de toques
- ✓ Se puede limitar el número de caídas del balón en el suelo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 9

Nombre de la actividad: Dominio con todas las partes del cuerpo

Objetivo: Mejorar el equilibrio y la coordinación.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo:

Cada jugador con un balón comenzamos a trabajar desde la parte inferior del cuerpo como son los pies, lanzamos con la mano la pelota hacia arriba para luego dominar con el pie tratando que no se caiga al piso, después realizamos con la rodilla y finalmente con la cabeza

Imagen



Variante:

- ✓ Este ejercicio se puede realizar estático o en movimiento.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 10

Nombre de la actividad: Dominio del balón cuando cae al piso.

Objetivo: Mejorar la coordinación de los movimientos

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo:

Cada jugador con un balón con la cualquier parte del pie lanza hacia arriba el balón y en el momento que caiga al piso tenemos que pisar el balón con la planta del pie tratando que el balón quede estático.

Imagen



Variante:


- ✓ Se debe utilizar todas las partes del pie como son parte externa e interna, empeine.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

FASE CUATRO

Ejercicios motrices para mejorar el pase y recepción

EJERCICIO N° 11
Nombre de la actividad: Pases a media altura realizando zigzag
Objetivo: Mejorar la velocidad y agilidad al ejecutar un pase
Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)
Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.
Tiempo: 15 minutos.
Desarrollo. Colocamos a los jugadores en una columna a la señal sale el primer jugador realizando zigzag de frente al cual el entrenador lanza la pelota a media altura para que el jugador devuelva con el borde interno realizando varias repeticiones a la vez
Imagen 
Variante: ✓ Realizar el ejercicio con todas las partes del pie e incluso con la cabeza

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 12

Nombre de la actividad: Pases coordinando pie y cabeza.

Objetivo: Ejercitar en el niño la capacidad de coordinar los movimientos para pasar el balón.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo.

Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón cada uno, el jugador A envía por el piso realizando un pase a su compañero B, que al mismo tiempo lanza por arriba con las manos, el jugador A devuelve ejecutando un pase al ras del piso, mientras el jugador B devuelve con la cabeza este ejercicio debe ser continuo o seguido.

Imagen



Variante:

- ✓ El ejercicio se realiza primero pasivo y luego activo

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Sp/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 13

Nombre de la actividad: Pases con dos balones al mismo tiempo

Objetivo: Practicar el pase corto a ras de piso con dos balones al mismo tiempo

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo. Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro encarados a unos 5 metros de distancia con un balón cada uno, a la señal del entrenador los jugadores comenzaran a pasar la pelota con el borde interno, externo del pie, coordinando los pases tratando de pasar al mismo tiempo las pelotas, los jugadores se Irán pasando la pelota según el golpeo propuesto.

Imagen



Variante:

- ✓ En lugar de empezar todos de pie pueden hacerlo sentados, estirados o a la pata coja.
- ✓ Pueden hacer la conducción con: la planta del pie, el exterior del mismo, el empeine total y el interior del pie.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pd

EJERCICIO N° 14

Nombre de la actividad: Coordinación de pases en forma de cuadrado.

Objetivo: Desarrollar en el niño la capacidad del dominio de los pases cortos.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Formamos un círculo con todos los jugadores menos uno que se situará en el centro del círculo. Este jugador realiza pases sucesivos con sus compañeros pase hacia A quien le devuelve, pase hacia B, el ejercicio se puede hacer siguiendo un orden o dejando que el jugador centro pase a quien quiera.

Imagen



Variante:

- ✓ El mismo esquema podemos trabajar pase bajos, a media altura, cabeza etc.
- ✓ Con varios balones a la vez.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 15

Nombre de la actividad: Pases con saltos combinados.

Objetivo: Ejecutar pases utilizando las partes del pie con saltos combinados.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón por pareja, el jugador A envía rasa la pelota a su compañero B, quien controlará la pelota mientras el jugador A realiza saltos hacia la derecha e izquierda, el jugador B realiza la misma acción.

Imagen



Variante:


- ✓ Siguiendo el mismo esquema los saltos se lo realiza al frente, atrás y atrás

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Sp/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

FASE CINCO

Ejercicios motrices para mejorar el golpe de cabeza

EJERCICIO N° 16
Nombre de la actividad: Golpeo de cabeza con reacción.
Objetivo: Mejorar la reacción y fuerza al momentos de realizar el golpeo de la cabeza
Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)
Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.
Tiempo: 15 minutos.
Desarrollo Por parejas uno delante del otro a escasos metros, se pasan el balón con la cabeza intentando realizarlo el mayor número de veces posibles, ahora los jugadores se siguen pasando la pelota, pero después el jugador debe sentarse en el suelo y volverse a levantar, mientras el otro jugador deberá mantener el balón el tiempo necesario mediante toques de cabeza.
Imagen 
Variante: ✓ Ejecutar el ejercicio de posición sentados, arrodillados

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 17

Nombre de la actividad: Golpeo de la cabeza con saltos sobre ulas

Objetivo: Coordinar el salto con el golpe de cabeza con la técnica apropiada

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos aproximadamente.

Desarrollo

Por parejas, el jugador A sostiene el balón con sus manos, y su compañero B realiza saltos sobre las ulas realizando ejercicios adentro y afuera o solo con una pierna, al finalizar le devuelve con la cabeza aplicando la técnica correspondiente.

Imagen



Variante:

- ✓ Ejecutar el ejercicio de posición sentados, arrodillados

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 18

Nombre de la actividad: Pases con la cabeza con giro.

Objetivo: Mejorar la atención y rapidez de movimientos

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos

Desarrollo

Por parejas, el jugador A sostiene el balón con sus manos, y su compañero B realiza saltos sobre las uñas realizando ejercicios adentro y afuera o solo con una pierna, al finalizar le devuelve con la cabeza aplicando la técnica correspondiente.

Imagen



Variante:

- ✓ Ejecutar el ejercicio de posición sentados, arrodillados

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Sp/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 19

Nombre de la actividad: Cabeceo realizando retroceso

Objetivo: Mejorar la reacción

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos aproximadamente.

Desarrollo

Por parejas, el jugador A sostiene el balón con sus manos, y su compañero B topa el balón con la mano inmediatamente retrocede, mientras el otro jugador lanza el balón para ejecute el cabeceo realizando varias repeticiones.

Imagen



Variante:


✓ Realizar el cabeceo con todas las en diferentes formas de frente y diagonal.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

FASE SEIS

Ejercicios motrices para mejorar tiros y remates.

EJERCICIO N° 20	
Nombre de la actividad: Remates al arco con saltos utilizando alas.	
Objetivo: Lograr que los niños combinen los saltos y rematen al arco de una manera eficaz.	
Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)	
Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.	
Tiempo: 15 minutos	
Desarrollo	
Se ubican los jugadores en una columna a lado del arco el primer jugador realiza saltos combinando pie derecho e izquierdo sobre las alas gira sobre el con que está ubicado, para recibir un pase del entrenador y termina rematando hacia la portería	
Imagen	
	
Variante:	
✓ Trabajar a los dos lados para que puedan tirar con las dos piernas.	

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 21

Nombre de la actividad: Remates al arco con saltos

Objetivo: Realizar tiros exactos utilizando saltos.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad, fuerza)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Desarrollo

Colocamos a los jugadores en un grupo situados diagonal al entrenador a unos 15 metros del área el primer jugador realiza un pase al entrenador que está ubicado diagonal al grupo acto seguido el jugador realiza saltos sobre las vallas, corre a velocidad gira sobre el cono y termina para posteriormente recibir el pase de su entrenador y rematar a la portería

Imagen



Variante:

- ✓ Los saltos pueden variar solo con una pierna, adelante, atrás y combinados.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 22

Nombre de la actividad: Remates al arco con esquipen bajo.

Objetivo: Realizar tiros exactos utilizando el esquipen.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos

Desarrollo

Colocamos a los jugadores en un grupo situados unos 15 metros de la frontal de área el primer jugador realiza un pase al entrenador que está ubicado diagonal al grupo acto seguido el jugador realiza esquipen bajo sobre los conos termina para posteriormente recibir el pase de su entrenador y rematar a la portería

Imagen



Variante:

- ✓ Se puede trabajar combinaciones al finalizar el esquipen el entrenador le entrega el balón con las manos y el jugador devuelve con la cabeza, para que otra vez en entrenador realice un pase por el piso y el jugador remate a la portería.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 23

Nombre de la actividad: Remates al arco con esquipen

Objetivo: Realizar tiros exactos utilizando el esquipen.

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Planificación de la Actividad:

Colocamos a los jugadores en un grupo situados unos 15 metros de la frontal de área el primer jugador realiza un pase al entrenador que está ubicado diagonal al grupo acto seguido el jugador realiza esquipen a la derecha e izquierda hacia adelante y atrás termina para posteriormente recibir el pase de su entrenador y rematar a la portería

Imagen



Variante:

- ✓ Se puede trabajar combinaciones al finalizar el esquipen el entrenador le entrega el balón con las manos y el jugador devuelve con la cabeza, para que otra vez en entrenador realice un pase por el piso y el jugador remate a la portería.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

EJERCICIO N° 24

Nombre de la actividad: Tiros al arco con giro.

Objetivo: Mejorar la velocidad de reacción y movimientos rápidos

Desarrollo motriz: Motricidad Gruesa(saltos, coordinación, agilidad)

Material: Balones, conos, tapas, chalecos, arco.

Tiempo: 15 minutos.

Planificación de la Actividad:

Colocamos dos grupos como esta en el gráfico, el primer jugador sale conduciendo hacia el cono que está vacío sobre la misma gira e inmediatamente realiza un tiro sobre la portería que está al frente de él, para posteriormente sale el otro compañero ejecutando el mismo ejercicio.

Imagen



Variante:

- ✓ Trabajar realizando un auto pase en cono vacío.

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: file:///C:/Users/Spc/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf

FASE SIETE

VUELTA A LA CALMA

Es la parte final de la clase o del entrenamiento, en la que el objetivo es el contrario al calentamiento, es decir, pasar poco a poco de un estado de actividad física media o alta a otro de baja actividad.

EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA O RECUPERACIÓN

Ejercicio 1. Flexión de partes superiores e inferiores:



Tiempo: 8 a 10 segundos,

Repeticiones: 3 veces.

Ejercicio 2. Flexión de las rodillas hacia atrás :



Tiempo: 8 a 10 segundos cada pierna.

Repeticiones: 3 veces

Ejercicio 3. Flexión de rodillas:



Tiempo: 8 a 10 segundos cada rodilla.

Repeticiones: 3 veces

Ejercicio 4. Elevación de brazos con puntas de pie:



Tiempo: 8 a 10 segundos cada lado

Repeticiones: 4 veces

Ejercicio 5. Elevación de las piernas en posición acostado:



Tiempo: 8 a 10 segundos

Repetir: 5 veces.

Ejercicio 6. Póscion invertida con flexión de las rodillas :



Tiempo: 8 a 10 segundos

Repetir: 3 veces

Elaborado por: Paredes Morales Jorge Luis.

Fuente: <http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/3-fases-del-calentamiento-fisico>

6.7. METODOLOGÍA. MODELO OPERATIVO

FASES	OBJETIVOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	RESPONSABLE	FECHAS	EVALUACIÓN
Socialización	Socializar con la escuela de futbol la guía de ejercicios manual de la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos de fútbol	Reuniones de Charlas de Trabajo	Hojas de evaluación Computadora Diapositivas	Investigador Niños Entrenadores	Primer quimestre	Aplicación de instrumentos de evaluación
Planificación	Planificar la implementación de la propuesta	Elaboración de las unidades para las actividades	Hojas Computadora Impresora	Investigador Niños Entrenadores	Segundo mes del quimestre	Aplicación de instrumentos de evaluación
Ejecución	Ejecutar la propuesta	Monitoreo Aplicación	Silbato Aros Materiales varios	Investigador Niños Entrenadores	Los meses asignados para la aplicación	Aplicación de instrumentos de evaluación
Evaluación	Aplicar el manual de evaluación de la propuesta	Aplicación de actividades	Instrumento de recolección de datos	Investigador Niños Entrenadores	Al finalizar las actividades	Aplicación de instrumentos de evaluación

6.8. ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

Organismo	Responsables	Fase de Responsabilidad
Equipo de gestión de la Institución Equipo de trabajo (micro proyectos)	Autoridades de la Institución Investigador	Organización previa al proceso. Diagnostico situacional. Direccionamiento estratégico participativo. Discusión y aprobación. Programación operativa. Ejecución del proyecto.

6.9. PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACION
1. ¿Quiénes solicitan evaluar?	Interesados en la evaluación Equipo de gestión Equipo de proyecto (micro proyecto)
2. ¿Por qué evaluar?	Razones que justifican la evaluación Desarrollo de la técnica y táctica.
3. ¿Para qué evaluar?	Objetivos del Plan de Evaluación Técnica y táctica
4. ¿Qué evaluar?	Aspectos a ser evaluados Motricidad Gruesa Desarrollo de los fundamentos técnicos
5. ¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar
6. ¿Cuándo evaluar?	En periodos determinados de la propuesta Al inicio del proceso y al final en consideración a los periodos educativos
7. ¿Cómo evaluar?	Proceso Metodológico Mediante observación, test, entrevistas, revisión de documentos
8. ¿Con que evaluar?	Recursos Fichas, registros, cuestionarios

BIBLIOGRAFÍA

- Brines, J. (2012). *La importancia del trabajo de coordinación en el fútbol*. Obtenido de <http://www.futbolbaseenestadopuro.com/la-importancia-del-trabajo-de-coordinacion-en-el-futbol/>
- Cupuerán, B. (2013.). *Las funciones básicas y su incidencia en el desarrollo de aprendizaje*. Obtenido de http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6382/1/FCHE_LEP_442.pdf
- Garren, W., & Danner, G. (2012.). *Guía de supervivencia del entrenador de fútbol*. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=VPm0x3lYHMEC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Garzón, A. (2011.). *Elaboración y aplicación de una guía didáctica de ejercicios que desarrollen la motricidad gruesa*. Obtenido de <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/1093/3/T-UTC-0755.pdf>
- Regina, B. (2012). *Esquema Corporal*. Obtenido de <http://brepsicomotricidad.blogspot.com/2012/05/el-esquema-corporal.html>
- Reyes, R. (2011.). *Entrenamiento de las capacidades coordinativas en fútbol*. Obtenido de http://acceda.ulpgc.es/bitstream/10553/10416/1/0655840_00025_0005.pdf
- Santos, C. (2012.). *Preparación física, teórica, aplicaciones, metodología*. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?id=aaf_CgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false
- Vargas, J. (2015.). *Las visitas domiciliarias de la educadora familiar*. Obtenido de <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/13853/1/tesis-jenny-vargas.pdf>
- Roa, A. (2011). *¿Que es el Fútbol?* Obtenido de <http://viajesfutbolentero.blogspot.com/2015/03/que-es-el-futbol.html>

Rojo, J. (2011, p. 34). *Medicina del Deporte*. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=T3nBsJ0n6kgC&pg=PA34&lpg=PA34&dq=%22corresponde+al+movimiento+bimanual+que+se+efect%C3%BAa+%22&source=bl&ots=F8UJSI2avn&sig=wO-M6yoj2oqMjjhfZ8Re6tK4rXg&hl=es-419&sa=X&ei=Z90JVZGLC4eINvqdgrAF&ved=0CCgQ6AEwAg#v=onepage&q>

Sancho, M. (Noviembre de 2012). *La importancia de la motricidad en educación infantil*. Obtenido de <http://lamotricidadinfantil.blogspot.com/>

Suárez, M. (2013, p. 12). *La finta en el fútbol*. Obtenido de <http://es.calameo.com/books/00459005338fbfd5f5e9f>

Valdiviezo, R. (2014, p. 91). *Juegos Tradicionales*. Obtenido de <http://rvaldiviezozapata.blogspot.com/2014/10/juegos-salto-de-la-cuerda-es-el-salto.html>

Vásquez, J. (2011, p. 19). *Deporte para siempre*. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=SWzOCgAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Vásquez, L. (2014, p.77). *Estudio de las estrategias metodológicas para el entrenamiento de los fundamentos técnicos del fútbol*. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/4120/1/05%20FECYT%202058%20TESIS.pdf>

Warren, W., & Danner, G. (2012, p. 109). *Guía de supervivencia del entrenador de fútbol*. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=VPm0x3lYHMEC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Yopo, B. (2010, p. 23). *Educación y transferencia deportiva*. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=SXAOAQAIAAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

Zunino, L. d. (2010). *El aprendizaje psicomotriz*. Caracas, Venezuela: Ediciones Kapeluz.

LINKOGRAFÍA

<http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/3-fases-del-calentamiento-fisico>
[file:///C:/Users/SpC/Downloads/5324-11590-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/SpC/Downloads/5324-11590-1-SM%20(1).pdf)

Naranjo, G. (2011, p. 23). *El deporte y la motricidad*. Obtenido de <http://motricidadhumana2008.blogspot.com/2008/02/el-deporte-y-la-motricidad.html>

Oñate, Á. (2012, p. 43). *Habilidades motrices básicas*. Obtenido de <http://habilidadesmotorasbasica.blogspot.com/>

Peitersen, B. (2010, p. 77). *técnica del fútbol, el abc del entrenamiento juvenil*. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?id=6oHK3mu_RoQC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false

Pérez, A. (17 de Noviembre de 2014). *Deportes de combate*. Obtenido de <https://actividadfisicadeportiva.wordpress.com/2014/11/17/deportes-de-combate/>

Huertas, R. (2014). *Habilidades Motrices*. Obtenido de <http://raulhuertas88.wix.com/huertas6#!habilidades-motrices-bsicas/c20et>

Jiménez, J. (2013). *Psicomotricidad. Cuentos y juegos Programados*. Madrid-España: Editorial La Tierra Hoy.

Mardoza, A. (2011). *Recursos Didácticos*. Obtenido de http://www.mardoza.com/MATERIAL_DIDACTICO.pdf

Marsal, A. (26 de Enero de 2014). *Netmoms*. Recuperado el 02 de Abril de 2015, de Motricidad Gruesa: <http://www.netmoms.es/revista/ninos/desarrollo-infantil/motricidad-gruesa/>

ANEXOS



ANEXO N.1

ENCUESTA

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA
MODALIDAD: PRESENCIAL**

Objetivo: Investigar como incide la motricidad gruesa en los fundamentos técnicos del fútbol de los niños de la Escuela permanente de Liga Cantonal Pelileo, provincia de Tungurahua.

Encuesta realizada a los niños

¿Realizas cambios de velocidad con facilidad al momento de practicar el fútbol?

Si () No ()

¿Tienes la flexibilidad necesaria para la práctica del deporte?

Si () No ()

¿Te despliegas con facilidad y velocidad en todo el espacio?

Si () No ()

¿Pierdes el equilibrio cuando realizas actividades con salto?

Si () No ()

¿Coordinas fácilmente tus movimientos al momento de saltar y correr?

Si () No ()

¿Coordinas el control del balón con tus movimientos?

Si () No ()

¿Cuándo conduces el balón es fundamental la orientación en el espacio físico para ejecutar tus movimientos?

Si () No ()

¿Utilizas correctamente las partes del pie al momento de practicar el manejo del balón?

Si () No ()

¿Existe comunicación con el entrenador durante la práctica deportiva?

Si () No ()

¿Crees que la charla técnica ayuda a la integración motivacional del grupo durante los encuentros deportivos?

Si () No ()

ANEXO N° 2 FOTOGRAFIA

FOTOGRAFIA # 1



Cancha de Liga Cantonal Pelileo

FOTOGRAFIA # 2



Niños de la Escuela de Liga Cantonal Pelileo año 2016

FOTOGRAFIA #3



FOTOGRAFIA #4



Niños de Liga Cantonal Pelileo participando en partidos amistoso en la provincia de Pastaza-Puyo

FOTOGRAFIA #5



Entrega de uniformes e implementos deportivos en la Escuela de Liga Cantonal Pelileo

FOTOGRAFIA #6



FOTOGRAFIA #6



FOTOGRAFIA #7



Los niños de la Escuela de Liga Cantonal Pelileo en sus entrenamientos diarios

ANEXO N° 3 AUTORIZACIÓN DEL DESARROLLO DE TESIS



**LIGA DEPORTIVA
CANTONAL DE PELILEO**
ACUERDO MINISTERIAL 067

Pelileo, 5 de enero del 2016

Señor
Jorge Luis Paredes Morales
ALUMNO DE LA CARRERA DE CULTURA FISICA DE LA UTA
Presente. –

De mi consideración:

Ante la petición realizada por el Señor antes mencionado para la realización de la investigación con el tema: "LA MOTRICIDAD GRUESA EN LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL FÚTBOL DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA PERMANENTE DE LIGA DEPORTIVA CANTONAL DE PELILEO, PROVINCIA DE TUNGURAHUA", debo indicar que su solicitud fue aceptada.

Lo que pongo en su conocimiento para los fines legales pertinentes.

Atentamente,


Sr. José Rodrigo Carrasco
PRESIDENTE



22 de Julio y Celiano Monge Esq.
Pelileo – Tungurahua – Ecuador

Telefax: 2871-144
Email: ligadeportivadepelileo@hotmail.com