



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

MODALIDAD: SEMIPRESENCIAL

Informe final del trabajo de graduación o titulación previo a la obtención del título de Licenciado En Ciencias de la Educación.

MENCIÓN: CULTURA FÍSICA

TEMA:

“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”.

AUTOR: Sr. David Alejandro Rivera Paredes.

TUTOR: Lcdo. Mg. Jean Carlos Indacochea Mendoza.

Ambato-Ecuador

2013

APROBACIÓN DEL TUTOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN

CERTIFICA

Yo Lcdo. Mg. Jean Carlos Indacochea Mendoza con número de cédula 131029669-2. En calidad de Tutor del trabajo de graduación o titulación, sobre el tema **“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO**”. Desarrollado por el Egresado Sr. David Alejandro Rivera Paredes, considero que dicho informe Investigativo, reúne los requisitos, Técnicos, Científicos y reglamentación, 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 de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

.....
Lcdo. Mg. Jean Carlos Indacochea Mendoza

TUTOR

TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

El presente proyecto de investigación **“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, elaborado por quien suscribe la presente, declara que los análisis, opiniones y comentarios que consta en este trabajo de graduación son de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Sr. David Alejandro Rivera Paredes

C. I. 180363982-0

AUTOR

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Adjudico los derechos patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: **“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de la regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

Sr. David Alejandro Rivera Paredes

C. I. 180363982-0

AUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Al H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.

La comisión de estudios y calificación del informe de Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: **“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”**

Presentado por el Sr. David Alejandro Rivera Paredes egresado de la carrera de Cultura Física, promoción Septiembre 2011 – Febrero 2012, una vez revisado el trabajo de Graduación o de Titulación, considera que dicho informe reúne los requisitos básicos tanto técnicos como científicos y reglamentarios establecidos.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante el Organismo pertinente, para los trámites legales y pertinentes.

Ambato, 21 de febrero de 2014

LA COMISIÓN

.....
Dr. Ángel Sailema Torres
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

.....
Lcdo. Mg. Alfredo Jiménez Ruiz
MIEMBRO

.....
Lcdo. Mg. Julio Mocha Bonilla
MIEMBRO

DEDICATORIA

Dedico en primer lugar a Dios por darme la fortaleza, la sabiduría y por sobre todas las cosas salud para compartir con mis seres queridos y poder culminar mis metas propuestas.

Dedico también a mi hijo precioso Sebastián y mi esposa amada Eli que son los pilares fundamentales dentro de mi vida para emprenderme en cada uno de los objetivos planteados.

A mis padres y a toda mi familia que siempre me inculcaron por los senderos del bien y del éxito para llegar hacer una persona humilde para solventar las satisfacciones de los demás en base a la sencillez del corazón.

David Alejandro Rivera Paredes

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la satisfacción de seguir luchando y aprendiendo los retos de la vida.

A las Autoridades, personal Administrativo y sobre todo a mis Docentes que impartieron sus conocimientos, para fomentar en mí la ideología de ser un profesional fructífero y exitoso dentro de mis convicciones para con la sociedad.

David Alejandro Rivera Paredes

INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A.- PÁGINAS PRELIMINARES	Pág.
Portada	i
Aprobación del tutor	ii
Autoría de la investigación	iii
Cesión de Derechos	iv
Aprobación del Tribunal De Grado	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice General de Contenidos	viii
Índice de Cuadros	xi
Índice de Gráficos	xii
Resumen Ejecutivo	xiii
B.- TEXTO	
Introducción	1
CAPÍTULO I. EL PROBLEMA	
1.1. Tema	3
1.2. Planteamiento del Problema	3
1.2.1. Contextualización	3
1.2.2. Análisis Crítico.....	6
1.2.3. Prognosis	6
1.2.4. Formulación del problema.	7
1.2.5. Preguntas directrices (interrogantes)	8
1.2.6. Delimitación del problema de investigación.....	8
1.3. Justificación.....	9
1.4. Objetivos.	10
1.4.1. General.....	10
1.4.2. Específicos	10

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos.....	12
2.2. Fundamentación filosófica.....	12
2.3. Fundamentación legal.....	14
2.4. Categorías fundamentales.	16
2.5. Hipótesis.....	63
2.6. Señalamiento de variables.....	63

CAPÍTULO III. METODOLOGIA

3.1. Enfoque investigativo.	64
3.2. Modalidad básica de la investigación.....	65
3.3. Nivel o tipo de investigación.....	65
3.4. Población y muestra.....	66
3.5. Matriz de Operaciones.....	68
3.6. Técnicas o instrumentos.....	70
3.7. Plan de recolección de información.....	71
3.8. Plan de procesamiento de la información.....	72

CAPÍTULO IV. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis de datos.	73
4.2. Interpretación de resultados.....	73
4.3. Verificación de la hipótesis.....	92

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones.....	98
5.2. Recomendaciones.....	99

CAPÍTULO VI. PROPUESTA

6.1. Datos informativos.....	100
6.2. Antecedentes de la propuesta.....	101
6.3. Justificación.....	102

6.4. Objetivos	103
6.5. Análisis de factibilidad	103
6.6. Fundamentación Científica.	105
6.7. Metodología. Modelo Operativo	110
6.8. Administración de la propuesta.	112
6.9. Plan de monitoreo y evaluación de la propuesta.	113
6.10. Guía Teórica y Práctica de los Fundamentos Básicos	114
6.10.1. Introducción.....	115
6.10.2. Fase I	116
6.10.2.1. Gestos técnicos como Fundamentos Básicos.....	116
6.10.3. Fase II	122
6.10.3.1. Parte objetiva del desarrollo de las Capacidades Físicas	122
6.10.4. Fase III	126
6.10.4.1. Ejercicios de los Fundamentos Básicos del Fútbol.....	126

C.- MATERIALES DE REFERENCIA

1.- Bibliografía.	141
2.- Anexos.	143
Encuestas dirigida a docentes.....	143
Encuestas dirigida a padres de familia.....	145
Fotografías.	147

INDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Población y Muestra.....	67
Cuadro N° 2 Variable independiente	68
Cuadro N° 3 Variable dependiente	69
Cuadro N° 4 Recolección de la información.....	71
Cuadro N° 5 Gestos técnicos	74
Cuadro N° 6 Fundamentos básicos del fútbol	75
Cuadro N° 7 Utilización del balón	76
Cuadro N° 8 Juego colectivo	77
Cuadro N° 9 Resistencia, Flexibilidad, Velocidad, Fuerza	78
Cuadro N° 10 Actividades Físicas	79
Cuadro N° 11 Capacidades perceptivo-motrices	80
Cuadro N° 12 Equilibrio y coordinación	81
Cuadro N° 13 Capacidad Física Agilidad	82
Cuadro N° 14 El pase Conducción Drible y Remate	83
Cuadro N° 15 Utilización del balón	84
Cuadro N° 16 Fundamentos básicos del fútbol	85
Cuadro N° 17 Juegos colectivos en la práctica de fútbol	86
Cuadro N° 18 Capacidades físicas	87
Cuadro N° 19 Actividades físicas	88
Cuadro N° 20 Capacidades perceptivo-motrices	89
Cuadro N° 21 Actividades de equilibrio y Coordinación	90
Cuadro N° 22 Capacidades resultantes	91
Cuadro N° 23 Frecuencias Observadas	94
Cuadro N° 24 Frecuencias Esperadas	95
Cuadro N° 25 Calculo del Chip cuadrado	96
Cuadro N° 26 Gastos	104
Cuadro N° 27 Cuadro general de objetivos técnicos en el niño	109
Cuadro N° 28 Modelo Operativo	110
Cuadro N° 29 Plan de Acción	111

Cuadro N° 30 Administración de la Propuesta	112
Cuadro N° 31 Recursos Humanos	112
Cuadro N° 32 Plan de Monitoreo y Evaluación	113

INDICE DE GRAFICOS

Grafico N° 1 Árbol de problemas	5
Grafico N° 2 Categorías fundamentales	16
Grafico N° 3 Constelación de ideas de la variable Independiente	17
Grafico N° 4 Constelación de ideas de la variable dependiente	18
Grafico N° 5 Gestos técnicos	74
Grafico N° 6 Fundamentos básicos del fútbol	75
Grafico N° 7 Utilización del balón	76
Grafico N° 8 Juego colectivo	77
Grafico N° 9 Resistencia, Flexibilidad, Velocidad, Fuerza	78
Grafico N° 10 Actividades Físicas	79
Grafico N° 11 Capacidades perceptivo-motrices	80
Grafico N° 12 Equilibrio y coordinación	81
Grafico N° 13 Capacidad Física Agilidad	82
Grafico N° 14 El pase Conducción Drible y Remate	83
Grafico N° 15 Utilización del balón	84
Grafico N° 16 Fundamentos básicos del fútbol	85
Grafico N° 17 Juegos colectivos en la práctica de fútbol	86
Grafico N° 18 Capacidades físicas	87
Grafico N° 19 Actividades físicas	88
Grafico N° 20 Capacidades perceptivo-motrices	89
Grafico N° 21 Actividades de equilibrio y Coordinación	90
Grafico N° 22 Capacidades resultantes	91
Grafico N° 23 Representación del Chip cuadrado	93

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION
CARRERA DE CULTURA FISICA

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”

AUTOR: Sr. David Alejandro Rivera Paredes

TUTOR: Lic. Mg. Jean Carlos Indacochea

RESUMEN

El presente trabajo investigativo se basa en la realidad de la institución como es el caso la problemática del desarrollo de las capacidades físicas de los niños en base a los fundamentos básicos del fútbol.

La principal parte de la superación del niño deportista se basa en los fundamentos básicos del fútbol, que engloba una preparación y enseñanza acorde a la edad de cada niño, que busca satisfacer las necesidades de la sociedad, siendo los principales cursores de una actividad deportiva demostrando superación y desenvolvimiento personal por las destrezas adquiridas durante la práctica del fútbol, que mejore la competitividad del niño con los demás.

La presente investigación tiene como finalidad establecer actividades afines para la preparación y enseñanza con la utilización de metodología e instrumentos. Es una investigación realizada en la institución educativa que se dedica a la enseñanza que manifiesta un declive en el desarrollo de capacidades físicas, así como también lograra la interacción entre el

examinado y el examinador para de esta manera recoger datos confiables de manera individual como grupal. El diseño de la investigación es participativo y abierto, flexible y nunca acabado. Al concluir la investigación se ha determina que los fundamentos básicos del futbol es un factor asociado en el desarrollo de capacidades físicas.

Palabras claves:

Desarrollo, capacidades físicas, fundamentos, fútbol, superación, preparación, enseñanza, satisfacer, necesidades, sociedad, cursores, actividad, deportiva, superación, destrezas, práctica, competitividad, metodología, instrumentos, interacción, examinado, examinador, participativo, abierto, flexible.

INTRODUCCIÓN

Los niños desarrollan una serie de condiciones ideales para entrenar la movilidad y desarrollar las capacidades físicas que de acuerdo a una actividad van perfeccionando los movimientos y sus cualidades.

A partir de los 5 años la mayoría de los niños ya están preparados para dar sus primeros pasos en el fútbol: se adaptan mejor a los movimientos y suelen tener una mejor coordinación. Controlado, sin excesos innecesarios y una adecuada preparación, este deporte puede aportar grandes beneficios:

- Incrementa la potencia muscular de las piernas.
- Mejora la capacidad cardiovascular.
- Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica.
- Aporta un aumento de la densidad ósea a nivel del fémur.
- Aumenta la potencia del salto.
- Incrementa los niveles de testosterona, lo que hará que se forme más tejido muscular.
- Oxigena la sangre.

En si mejora el desarrollo de las capacidades físicas que van de la mano hacia el desenvolvimiento personal del niño.

Además, el fútbol sociabiliza a los niños, les inculca el trabajo en equipo, el valor del compañerismo y la generosidad.

La tesis consta de seis capítulos importantes la cual se ha desarrollado el estudio detenidamente según la importancia del mismo, este se limitó a la investigación dentro de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

El capítulo I uno describe el problema del tema a investigar.

El capítulo II describe el denominado Marco teórico.

El capítulo III describe el tipo de metodología que se utilizó en esta tesis producto de mi investigación.

El capítulo IV nos explica los análisis e interpretación de resultados de las encuestas planteadas en la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

El capítulo V se detalla las conclusiones y recomendaciones que se ha dado por la investigación.

El capítulo VI representa la propuesta que se da como una solución a la investigación planteada.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 TEMA:

“LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 CONTEXTUALIZACIÓN

En el Ecuador la práctica del fútbol se lo realiza con más frecuencia que otras disciplinas deportivas, en algunos casos sin los debidos fundamentos básicos que implica esta disciplina, por tal motivo los niños en el Ecuador presentan mala coordinación al ejecutar los ejercicios dentro de la práctica deportiva.

Pude observar en varias instituciones del país que se debe ejemplificar la parte metodológica sobre la enseñanza de estos fundamentos técnicos con la finalidad que exista la superación y el buen desarrollo de las capacidades físicas como también ayudarán a la perfección y coordinación de los movimientos que se ejecuten dentro de una actividad.

En la provincia de Tungurahua también se puede indicar que uno de los problemas por la que pasan las instituciones educativas en el ámbito deportivo es la inadecuada enseñanza sobre los fundamentos básicos de fútbol en la que nos podemos dar cuenta de acuerdo a los programas interescolares que se

realiza mediante la Federación Deportiva Estudiantil de Tungurahua la gran dificultad que presentan los niños en la coordinación y ejecución ya que no se sigue un rol específico de trabajo sobre el aprendizaje y los métodos de enseñanza que debe impartir el docente en el área de Cultura Física.

En el cantón Ambato primordialmente en la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” he observado que los fundamentos básicos de fútbol son aplicados incorrectamente presentando un inadecuado rendimiento en la práctica de fútbol.

La problemática se da por la inadecuada planificación en la enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol, por tal motivo los niños no desarrollarán las capacidades físicas siendo esto lo primordial para que se puedan desenvolver indistintamente en cualquier disciplina deportiva.

1.2.2 Análisis Crítico

ÁRBOL DE PROBLEMAS

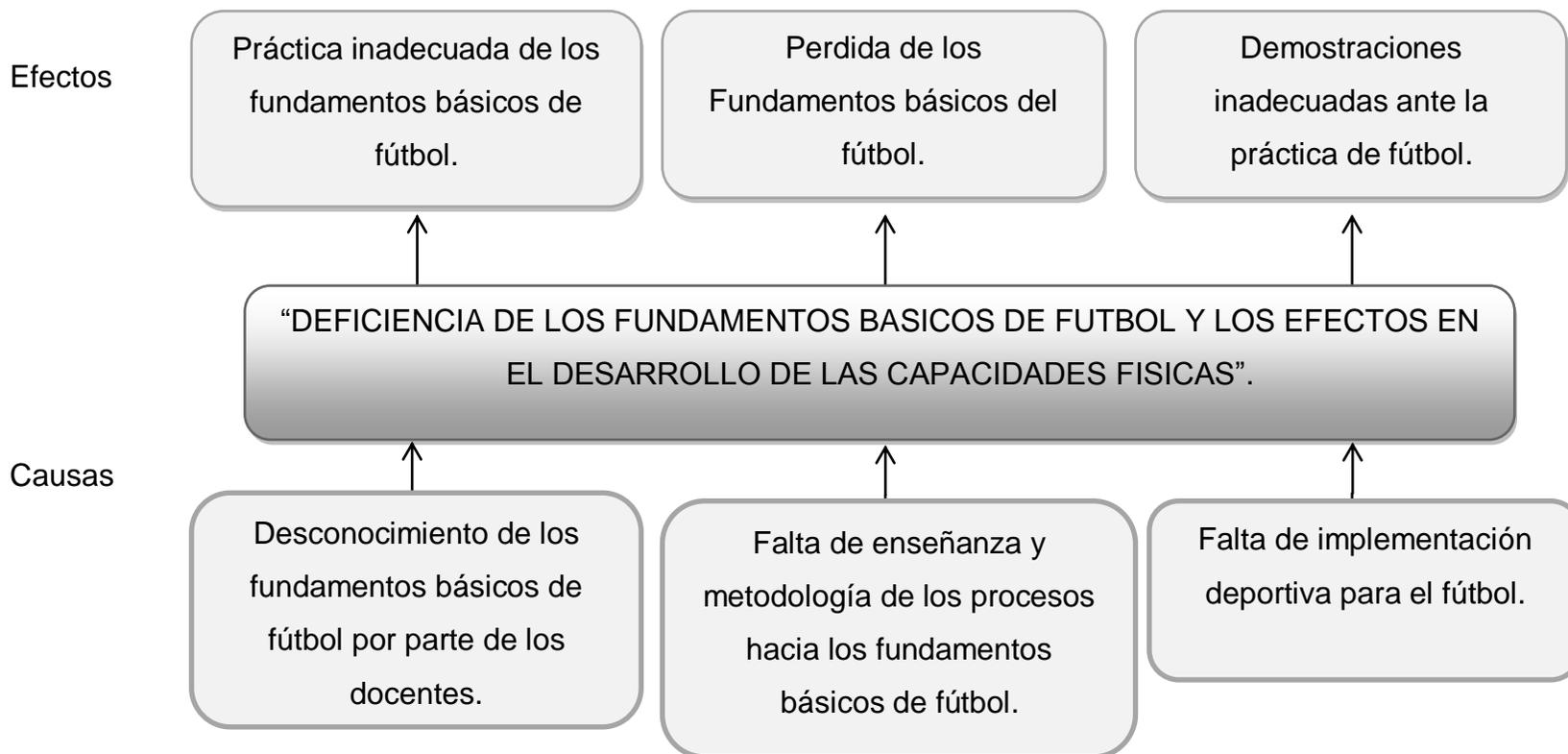


GRAFICO # 1

Elaborado por David Rivera (2013)

1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO

Como se puede observar dentro del árbol de problemas una de las causas es el desconocimiento sobre los fundamentos básicos de fútbol por parte de los docentes encargados dentro del área de cultura física en la que ellos son los ejecutores en el desarrollo y bienestar de las capacidades físicas de los niños dando como resultado la práctica inadecuada sobre la propia ejecución de los fundamentos básicos del fútbol.

Otras de las causas por las que podemos mencionar ante la deficiente práctica de los fundamentos básicos de fútbol es sobre la metodología y procesos que se deben llevar a cabo ante la enseñanza de estos fundamentos hacia los niños en la que nos da como resultado o efecto una pérdida total sobre la enseñanza que se debe impartir en los niños formando su desarrollo hacia las actividades físicas que ellos empleen.

También podemos indicar que las causas por las que no se enseña de la mejor manera los fundamentos básicos del fútbol, es la falta de implementación deportiva para la práctica de esta disciplina dando como resultado niños con bajo rendimiento en las demostraciones de los fundamentos que se debe impartir mejorando la práctica deportiva de fútbol e incrementar el nivel competitivo, dentro de la institución como fuera de ella en los diferentes programas que realiza la Federación Deportiva Estudiantil de Tungurahua.

1.2.3 PROGNOSIS

Este tema de investigación es primordial en el correcto desarrollo del niño en la que se podrá mejorar las capacidades físicas mediante la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol, en la que puedo indicar que las observaciones fomentadas hacia la enseñanza de estos fundamentos, y el desenvolvimiento en la práctica deportiva de fútbol, se

la debe impartir a temprana edad puesto que ayudará al correcto desenvolvimiento en su ámbito deportivo forjándolos en el buen dominio de los fundamentos y perfeccionamiento, a medida que el niño va presentando el aprendizaje, este irá aumentando su desarrollo de las capacidades físicas en el transcurso del tiempo y de su correcto aprendizaje que el presente.

Sabemos que si a más temprana edad se enseña un fundamento mayor prioridad tendrá en captar y seguir perfeccionando las técnicas que mantiene la práctica de fútbol, pero no obstante el principal auge que está encaminado a realizar el docente es el de fomentar y mejorar las capacidades físicas a través de la práctica deportiva que se imparten en las horas de clase de Cultura Física, impartiendo procesos metodológicos que ayuden al desenvolvimiento personal del niño en las actividades físicas que se presenten.

Al no realizar una investigación que este determinada a buscar lineamientos que favorezcan el aprendizaje de los fundamentos básicos de fútbol en la que contribuirán con el desarrollo de capacidades físicas en los niños, este a la larga traerá complicaciones sobre el desarrollo de las capacidades físicas definidas como un ente primordial del aspecto motriz del niño, superándose en todo nivel de participación y actividades deportivas a las que se enfrentaran dentro de la sociedad.

1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo los fundamentos básicos de fútbol inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato?

1.2.5 PREGUNTAS DIRECTRICES - INTERROGANTES

¿Cuáles son los efectos de una inadecuada enseñanza sobre los fundamentos básicos de fútbol en los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato?

¿Es responsabilidad de los Docentes el de mejorar el desarrollo de las capacidades físicas en los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato?

¿Es importante implementar una propuesta de solución al problema sobre una guía teórica y práctica de ejercicios sobre los fundamentos básicos de fútbol que contribuyan al desarrollo de las capacidades físicas en los niños?

1.2.6 DELIMITACION DEL POBLEMA

Área: Cultura Física.

Campo: Educativo.

Aspecto: Fundamentos básicos de fútbol.

UNIDADES DE OBSERVACIÓN:

Docentes del área de Cultura Física Total 2

Niños de 6^{to} año de educación básica Total 39

Padres de familia Total 39

DELIMITACION ESPACIAL: El trabajo de investigación se realizará en la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

DELIMITACION TEMPORAL: La investigación se realizará desde el mes de Abril 2013 hasta Agosto 2013.

1.3. JUSTIFICACIÓN

El tema de investigación presenta sus justificativos en los que detallo a continuación.

El **interés** es conocer como incide los fundamentos básicos de fútbol en las capacidades físicas en los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato y el trabajo que deben realizar los docentes para mejorar este aspecto.

Es **importante** dar a conocer al personal docente como también a las autoridades de la Escuela de Educación Básica sobre la importancia que debe tener la enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol contribuyendo a la formación integral del niño como al desarrollo de las capacidades físicas permitiendo a los docentes realizar una adecuada planificación de manera que los niños puedan desenvolverse y participar en los diferentes eventos deportivos.

Los **beneficiarios** son directamente los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato, ya que al aplicar los fundamentos básicos de fútbol desarrollarán las capacidades físicas.

Este tema de investigación causará un gran **impacto** en la Institución Educativa donde se ejecutará este proyecto, ya que mejorará la enseñanza en los docentes del área de cultura física que son los encargados del desarrollo de las capacidades físicas, incrementando el potencial y la correcta metodología que se debe impartir a la hora de

enseñar permitiendo que el niño pueda alcanzar la formación y desenvolvimiento dentro de la actividad deportiva.

Es **factible** puesto que el presente trabajo investigativo tiene solución, es ejecutable, por la predisposición que tienen las Autoridades de la Institución, docentes del área de Cultura Física al colaborar para que este proyecto de investigación se lo pueda realizar como un plan piloto para luego difundir en toda la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

La **utilidad** es brindar con una mejor estrategia metodológica los fundamentos básicos de fútbol que inciden directamente en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de educación básica.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 GENERAL

Estudiar los fundamentos básicos de fútbol y su incidencia en el desarrollo de las capacidades físicas en los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

1.4.2 ESPECÍFICOS

1. Identificar los efectos de una inadecuada enseñanza sobre los fundamentos básicos de fútbol en los niños.

2. Establecer responsabilidades en los Docentes en la aplicación de metodologías para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas en los niños.

3. Elaborar una guía teórica y práctica sobre los fundamentos básicos de fútbol que contribuyan al desarrollo de las capacidades físicas de los niños.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Al realizar consultas por las Universidades de Ambato que tiene dentro de su oferta Académica Títulos dentro de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, dentro de la Carrera de Cultura Física en la que se ha revisado en las bibliotecas trabajos de investigación similares al presente trabajo planteado sobre, “LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”, por lo que se han encontrado tesis relacionadas con el tema pero desarrolladas de diferentes contextos y muestras.

Por lo que se procede a realizar la presente investigación que está encaminada a buscar una solución para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los niños mediante los fundamentos básicos de fútbol de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

2.2. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA O TEÓRICA

El presente trabajo se ubicará en el paradigma naturalista (Critico-propositivo) porque en él se puede interpretar la situación actual de este problema sobre los fundamentos básicos de fútbol y su relación con el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato lo cual este

contexto facilita y proyecta a la investigación a un cambio a nuestra realidad comprendiendo la problemática y guarda coherencia con el desarrollo integral del niño.

La idea principal de acuerdo al tema de investigación es abastecer la mayor cantidad del aprendizaje sobre los fundamentos básicos de fútbol, fomentar el intercambio y la puesta en común de los valores humanos y, por supuesto, disfrutar practicando este maravilloso deporte.

Para algunos, el fútbol es un conjunto de actividades recreativas, para otros, representa la práctica del fútbol de forma organizada, con entrenamientos y partidos en el marco de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad.

2.2.1. Fundamentación Ontológica.

Esta investigación es una situación real en la problemática de la práctica deportiva del fútbol relacionados al desarrollo de sus formas técnicas en la que se debe establecer puntos específicos que se sigan de un principio a fin, contribuyendo a la formación de los niños.

Esta problemática exige que todos estemos involucrados con el mundo y la actividad deportiva que busca nuevos retos de enseñanza hacia los niños formándolos en un nivel de concientización y buen trabajo que refleje el propio desenvolvimiento del niño con la sociedad.

2.2.2. Fundamentación Epistemológica.

En nuestra sociedad se ha fomentado los nuevos retos sobre la enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol hacia el correcto desarrollo de las capacidades físicas forjándolos desde un punto de vista deportivo, pues todo deporte ayuda a la perfección y al desarrollo de las cualidades físicas.

La correcta enseñanza impartida por el docente debe estar sujeta a cambios realistas que contribuya la formación de los niños encaminándolos hacia las expectativas generales de la sociedad y sus propios retos con el deporte, que satisfaga las aptitudes y cualidades de cada individuo.

2.2.3. Fundamentación Axiológica.

La integración de conocimientos que se debe alcanzar dentro de la enseñanza de los docentes hacia los niños debe estar sujeta con métodos estratégicos que formen la personalidad de los niños como el desarrollo de sus cualidades sin dejar de lado el valor deportivo y la humildad, que será un ente primordial hacia el éxito de los niños siguiendo paso a paso las rutinas emprendidas por los docentes, encaminándolos hacia nuevos retos.

Como es de saberse para la búsqueda y complemento de la investigación, ha sido preciso fundamentarla previamente sobre la base de un estudio, buscando formas adecuadas de enseñanza y motivación hacia la superación exitosa de los niños, con nuevos métodos que formen a los niños y que busque el desarrollo de las capacidades físicas en base a una actividad deportiva.

2.3. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

LEY DE LA CULTURA FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

Título I

Capítulo Único

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;

Título II

De la organización de la Cultura Física, Deporte y Recreación.

Art. 15.- El nivel formativo de la cultura física comprende los procesos de planificación, iniciación, masificación y selección de talentos mediante la aplicación de planes y programas orientados al perfeccionamiento deportivo.

Título V

De la educación física

Sección i

Generalidades

Artículo 65- De la Educación Física.- La Educación Física será la herramienta utilizada por las unidades educativas de todo nivel para garantizar la formación integral del individuo y el desarrollo de las capacidades y habilidades motrices propias de cada edad.

El Ministerio Sectorial, en coordinación con el Ministerio de Educación diseñará un plan para estimular la actividad física en todas las instituciones de educación.

2.4. CATEGORIAS FUNDAMENTALES

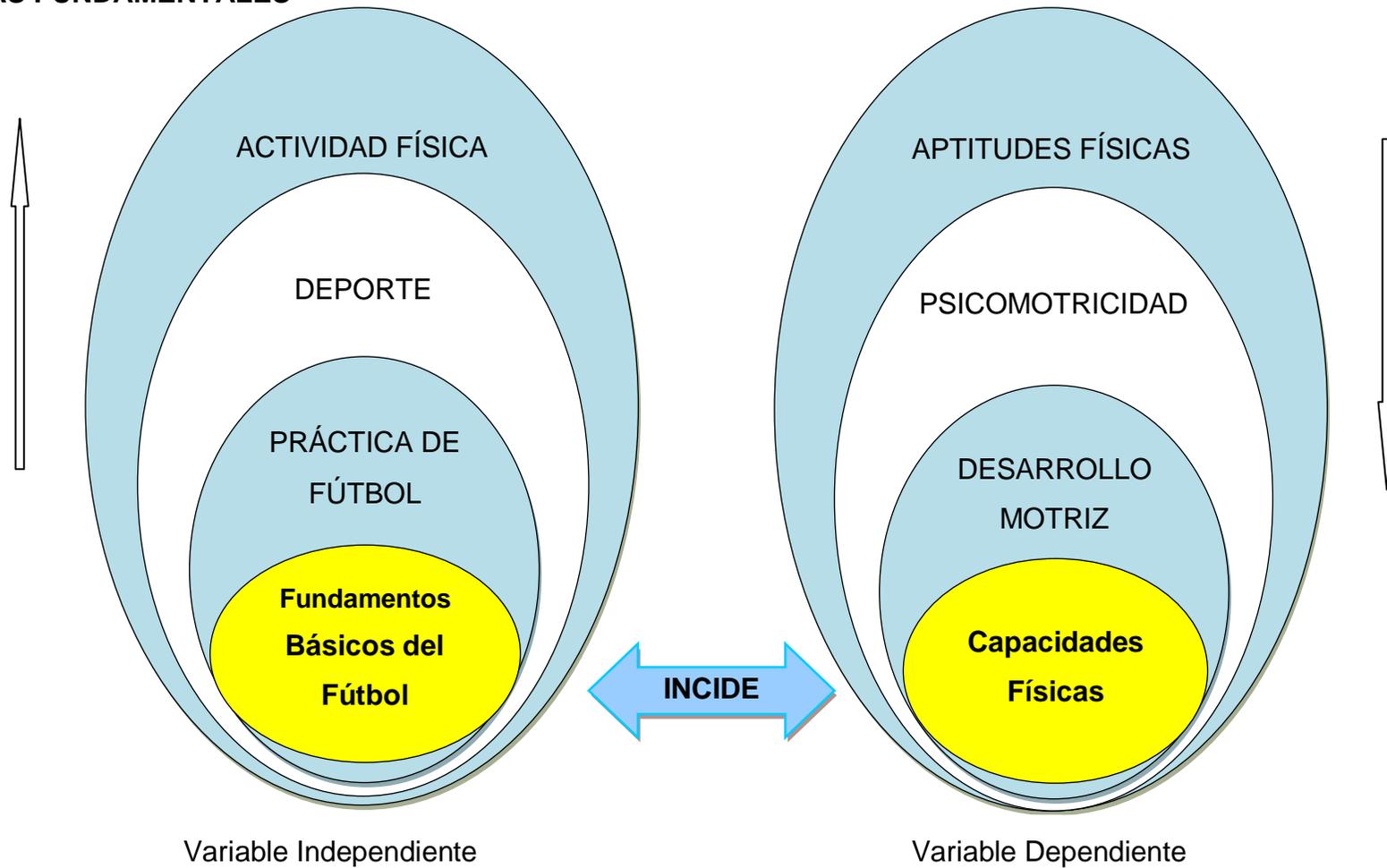


GRAFICO # 2
Elaborado por: David Rivera (2013)

CONSTELACIÓN DE IDEAS DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE:

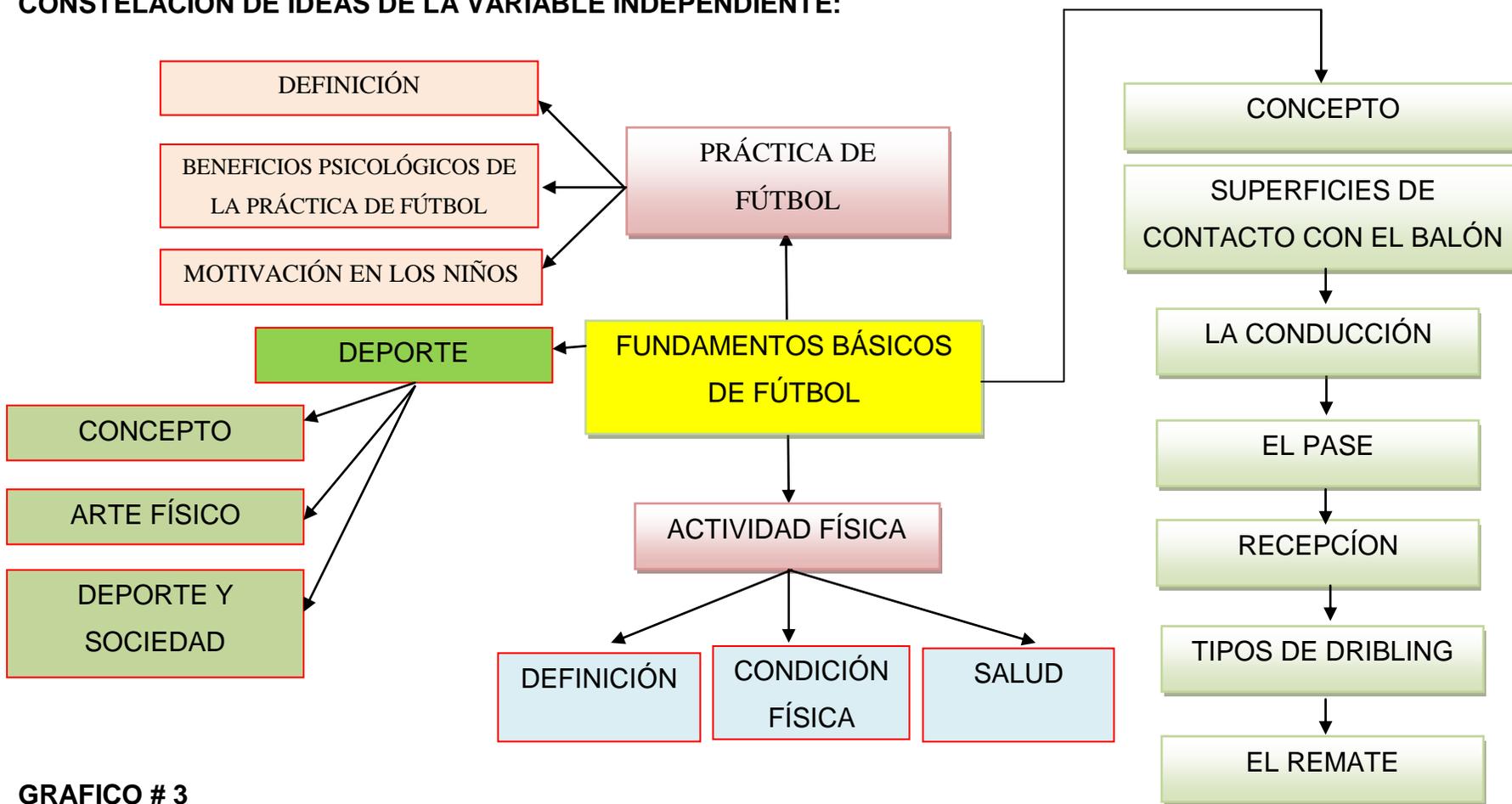


GRAFICO # 3

Elaborado por David Rivera (2013)

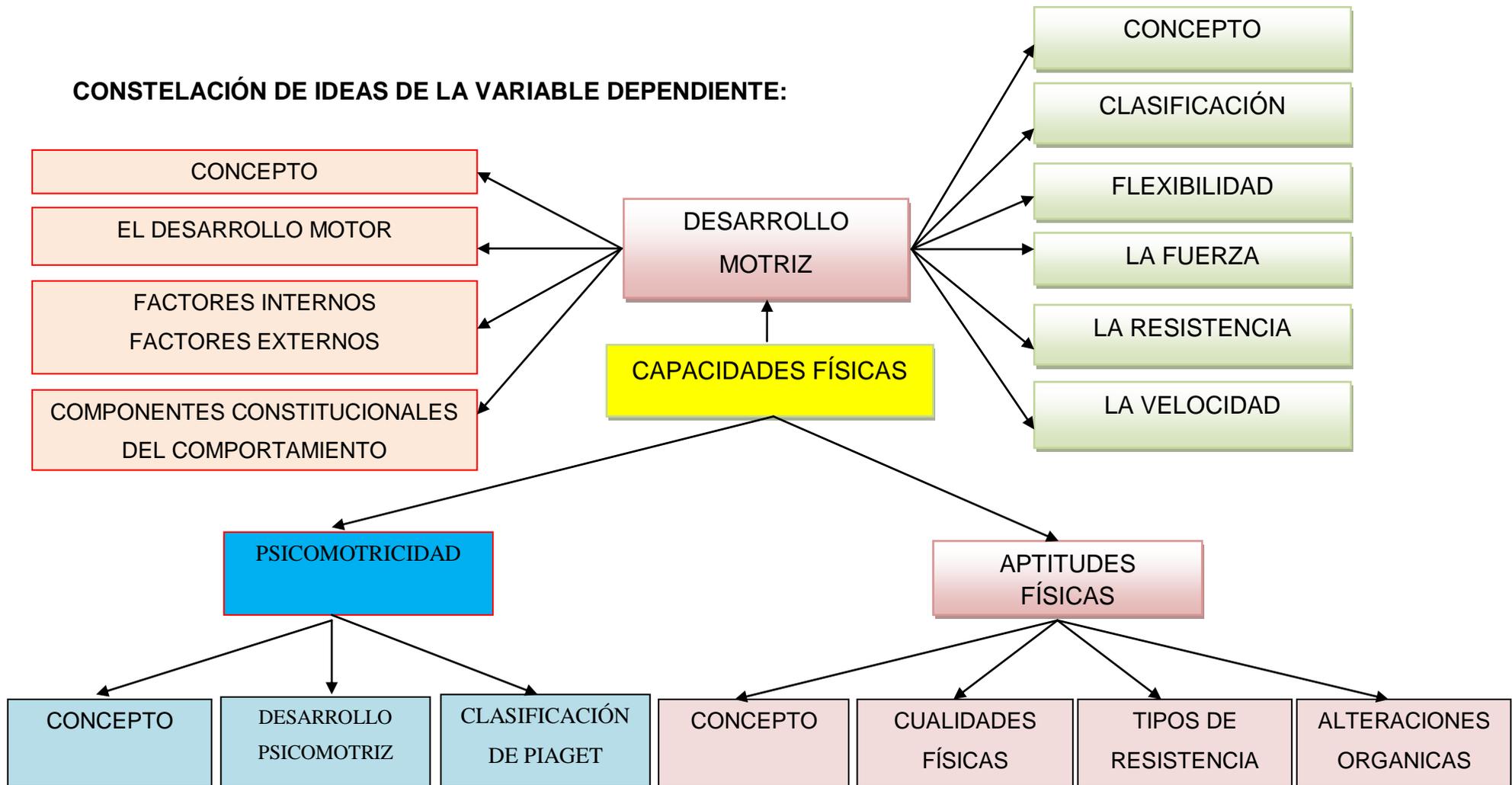


GRAFICO # 4

Elaborado por David Rivera (2013)

2.4.1.- CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE

2.4.1.1 FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL

Son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo. Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores.

Los fundamentos a trabajar son: La conducción, el pase, dribling, remate.

SUPERFICIES DE CONTACTO CON EL BALÓN¹

1)EL PIE.- Es la parte del cuerpo que en el fútbol se usa más.

a) PLANTA DEL PIE.- Sirve para semiparar, parar, desviar, conducir, pasar, driblear.

b) EMPEINE.- Sirve para amortiguar, pasar largo, rematar (volea, semivolea), chalaca.

c) BORDE INTERNO.- Sirve para darle la mayor seguridad al destino del balón. También sirve para semiparar, amortiguar, desviar, rematar (penal), conducir, driblear, pasar.

d) BORDE EXTERNO.- Se utiliza para engañar, semiparar, amortiguar, desviar, conducir, driblear, rematar (tiro libre), pasar (pared corta).

e) PUNTA.- Se utiliza en situaciones de urgencia (rechazos), (disparos instantáneos), sirve también para desviar, pasar, rematar.

f) TACO (talón).- Sirve para emergencias en jugadas de distracción o lujo.

¹ PACHECO, Rui "La enseñanza y el entrenamiento de fútbol", Editorial Paidotribo.

2) RODILLA.- Sirve para pasar, amortiguar.

3) MUSLO.- Sirve para proteger, dominar, amortiguar, desviar, pasar.

4) EL PECHO.- Sirve para amortiguar, desviar, pasar, anticipar.

5) LOS HOMBROS.- Sirven para pasar y amortiguar.

6) LA CABEZA.- Sirve para cabecear, amortiguar, conducir, desviar, rematar, anticipar.

1.1. LA CONDUCCIÓN.

Es poner en movimiento el balón por medio del contacto con el pie dándole trayectoria y velocidad teniendo visión panorámica, aplicado para avanzar y preparar el dribling en carrera siempre que nos permita cambio de ritmo.

TIPOS DE CONDUCCIÓN.

1) SEGÚN LAS SUPERFICIES DE CONTACTO

a) CON LA PARTE EXTERNA DEL PIE.- La posición del cuerpo es inclinada hacia fuera. El pie conductor se dirige hacia dentro en el momento de empujar el balón. La rodilla se acerca al eje longitudinal del cuerpo. El pie queda un poco flojo y lo giramos hacia dentro desde el tobillo.

b) CON LA PARTE EINTERNA DEL PIE.- Utilizamos el empeine interior del pie. Durante la carrera la punta del pie que conduce el balón gira hacia fuera. La conducción es correcta cuando mantenemos el balón bajo nuestro control con un movimiento armónico, ininterrumpido y sin quebrar el impulso.

c) CON EL EMPEINE.- Es empujar el balón con el empeine total del pie lo que hace la acción más compleja que las anteriores.

d) CON LA PUNTA DEL PIE.- Forma de conducción algo rudimentaria, el poco uso de esta técnica se debe a que se pierde casi toda la precisión debido a que el balón está casi fuera de control.

e) CON LA PLANTA DEL PIE.- Se utiliza para perfilarse en jugadas de emergencia, o cuando el balón queda un poco atrás o cuando queremos protegerla del rival haciendo rodar el balón con la planta, que nos da mejor posibilidad de utilizar el cuerpo.

2) SEGÚN LA TRAYECTORIA.

a) Conducción en línea recta.

b) Conducción en zig-zag (slalom).

c) Conducción con cambios de dirección.

d) Conducción con cambios de frente.

3) ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN LA CONDUCCIÓN DEL BALON.

- El cuerpo siempre debe permanecer ligeramente inclinado hacia delante.
- El pie que golpea el balón debe perder toda rigidez.
- La mirada siempre debe estar hacia delante, y sólo echar rápidas ojeadas en el momento que el pie hace contacto con el balón.
- Los toques al balón deben ser cortos y pegados al pie cuando tenemos al rival cerca y largos, cuando el rival está lejos y necesitamos ganar espacios.

1.2.- EL PASE

El pase es la acción técnica que consiste en enviar la pelota a un compañero y se realiza con cualquier parte del cuerpo que no penalice el reglamento de fútbol.

El pase se nos presenta en situaciones tanto defensivamente como ofensivamente.

Debe saberse entregar correctamente el balón para ello debemos de practicar los movimientos adecuados para así obtener resultados positivos.

Pasar el balón no es otra cosa que cederlo al compañero mejor situado para que este haga lo propio y así sucesivamente hasta que sea oportuno el remate. De cualquier forma hay que contemplar el pase como una solución defensiva.

No solamente debemos ceder el balón a un compañero, debemos de aprender a pasar el balón al mejor ubicado, esto nos permitirá una mejor situación del juego. La entrega defensiva no es más que la que todos conocemos como "ENFRIAR EL PARTIDO".

Además del empeine se emplea en ocasiones la planta, el talón, y la parte interna y externa del pie cuando más veloz el pase, de menos tiempo dispone el adversario para interceptarlo.

Como las situaciones del fútbol son variadas debemos de saber emplear ocasionalmente las diversas partes del pie o pies para cederlo y cuando más rápido sea este mayor grado de efectividad tendrá ya que el adversario no podrá reaccionar a tiempo.

TIPOS DE PASE²

El pase puede ser corto o largo en función de la distancia entre los jugadores no solo podemos hacer pases con los pies si no utilizar las diferentes partes del cuerpo que nos facilita las reglas del fútbol. Solo el arquero podrá hacer uso de las manos y en su área para ceder el balón, los demás jugadores podrán utilizar los hombros, la cabeza, los muslos, etc.

“El pase puede ser corto o largo en función de la distancia a la que se pretenda desplazar el balón, y alto o raso, en atención a la mayor o menor elevación de su trayectoria.

Podemos hacer uso del pase de acuerdo a las condiciones que se nos presenta, utilizamos un pase a profundidad, cuando un compañero libre de marca puede aprovechar esta situación.

TIPOS DE PASE

1) DE ACUERDO A LA DISTANCIA

- Pases cortos.
- Pases largos.
- Pases medianos.

2) DE ACUERDO A LA ALTURA

- Pase a ras del suelo.
- Pase a media altura.
- Pase por elevación.

² GIFFORD, Clive “El arte del fútbol” Edición primera.

3) DE ACUERDO A LA SUPERFICIE DE CONTACTO

- Con la parte interna de pie.
- Con la parte externa del pie.
- Con el empeine.
- Con la punta.
- Con el taco.

PASE CON EL PIE

Como es frecuente en todo encuentro de futbol, debe todo jugador saber los movimientos técnicos adecuados para tocar el balón correctamente.

¿Cómo debemos de pasar un balón a profundidad y elevado?

Hay que saber la posición del cuerpo para que no sea defectuoso. Debemos de tirar el cuerpo atrás antes de efectuar el pase, el pie de apoyo debe de estar un poco flexionada y al costado del balón el pie que va a efectuar el disparo debe de flexionar con fuerza y pegarle abajo del balón, esto dará como resultado una buena elevación.

Como es lógico el pase que más se repite en cualquier partido se efectúa con el pie, entre otros motivos porque es el más seguro y preciso.

En todo encuentro futbolístico vemos con frecuencia que el pase lo dan con el pie es natural por que todo jugador debe saber darle al balón con el pie, esto le brinda una mayor seguridad.

El secreto consiste en mantener la pierna en la que nos apoyamos bastante próxima al balón, y la rodilla y el cuerpo sobre el mismo en el instante del golpearlo.

Debemos de saber golpear el balón correctamente primero, para después practicar un disparo con potencia.

1.3.- RECEPCIÓN DEL BALÓN

Como sucede con frecuencia en todo encuentro fútbol, es necesario que el jugador sepa recepcionar o parar el balón, debe saber principalmente amortiguar la trayectoria y utilizar la parte más útil del cuerpo de acuerdo a las circunstancias del juego.

Para empezar con garantías cualquier acción es imprescindible tener perfectamente controlado el balón.

Como siempre cualquier parte del cuerpo que el reglamento autoriza será válida para recibir el balón, es decir desde los pies hasta la cabeza, pasando por el mismo, el vientre y el pecho.

La utilización de una u otra parte estará en función de las condiciones en que llegue el balón y, asimismo de las circunstancias que rodean al receptor.

Cuando queremos jugar un balón necesariamente debemos de pararlo para después cederlo. Utilizamos para ello cualquier parte del cuerpo (menos los brazos y las manos) de acuerdo a las circunstancias y a como venga el esférico.

1.4.- DOMINIO O CONTROL DEL BALÓN.

Es una acción (malabarismo) que consiste en controlar el balón la mayor cantidad de tiempo sin dejarlo caer al piso. Es necesario desarrollar este fundamento para la acción de juego.

Este control del balón a través de la acción técnica busca llegar a la “pericia técnica” que es la técnica depurada y desarrollada dentro de la dinámica del fútbol actual.

Es también una forma de familiarizarse con el balón y a la vez ir mejorando la coordinación con él.

Un jugador será mejor cuando más domine un balón, para ello puede utilizar cualquier parte del cuerpo para controlar el balón.

Es importante saber dominar el balón para las diferentes situaciones de juego que se presentan.

No olvidemos nunca de practicar, pues todos los grandes jugadores jamás dejan de hacerlo en el curso de toda su carrera.

Cuando más practiquemos dominar un balón cada día iremos perfeccionarnos más, ya que nunca se deja de practicar con diferentes balones; grandes, chicos, blandos o duros.

Lo inmediato deberá hacer la colaboración de un amigo para que le envíe el esférico a varias alturas, desde ángulos y distancias distintas y acostumbrarse a pararla y amortiguar su golpe y valiéndose de la cabeza, el pecho, el muslo o los pies siempre de la forma más apropiada a como viene el balón.

Podemos dominar el balón de diferentes ángulos para poder así acostumbrarnos a desenvolvernos en las diferentes situaciones que se nos presenta en un encuentro de futbol.

El dominar el balón correctamente proporciona un mejor desenvolvimiento en las diferentes circunstancias de un juego de fútbol. Debemos de

dominar y controlar el balón con las diferentes zonas del cuerpo aprobadas por las reglas del fútbol.

1.5.- EL DRIBLING

Es el fundamento técnico individual que busca a través de la habilidad en el dominio del balón en carrera; sortear, eludir o evitar al adversario con el fin de llegar al arco rival o en algunos casos con el objetivo de no perder la posesión del balón. Su elemento más importante es la finta.

LA FINTA.- Son los movimientos de engaño y ademanes que realiza el jugador con el cuerpo para desorientar al adversario y así poder superarlo.

OBJETIVOS DE LA FINTA.

- Distraer la atención del adversario, para superarlos.
- Para ganar tiempo y espacio.
- Para no perder la posesión del balón.
- (ENGAÑO SIN BALÓN = FINTA).
- (ENGAÑO CON BALÓN QUE PUEDE SER EJECUTADO CON FINTA = DRIBLING).

CARACTERÍSTICAS DEL DRIBLING.

- Es un fundamento técnico-individual.
- Se necesita tener gran pericia técnica y un agudo sentido de la improvisación.
- Exige creatividad.
- En mitad de campo sirve para descongestionar; para mantener la posesión del balón; en nuestra área nos ayuda a sacarnos de encima a un rival.

TIPOS DE DRIBLING³

1) SEGÚN LA COMPLECHIDAD DE LA EJECUCIÓN

a) DRIBLING SIMPLE.- Busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón.

b) DRIBLING COMPUESTO.- Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.

1.6.- EL JUEGO DE CABEZA

Es muy importante saber utilizar la cabeza no solo para despejar si no para enviar un cabezazo al arco, es muy importante recalcar que para que sea un buen cabezazo debe de ser pegado con la frente y los ojos nunca deben de estar cerrados.

Casi todas las alternativas analizadas en el pase y en el remate pueden ser aplicados al hablar de juego de cabeza.

La frente es la parte más usada aunque también se utilizan las partes laterales, parietales, y la superior.

Como hemos dicho anteriormente la frente es la más importante y no debemos de olvidarnos de no cerrar los ojos.

Al aproximarse el balón, abra el compás de las piernas buscando el equilibrio e incline ligeramente la cabeza hacia delante impulsando la pelota contra el suelo con la frente. Procurando mantener los ojos bien abiertos hasta el momento de darle y no pierda de vista ni siquiera después de alejarla. Debemos de aprender a cabecear correctamente y cuando sigamos más estas instrucciones más efectiva será esta.

³ PACHECO, Rui, "La enseñanza y el entrenamiento de fútbol", Editorial Paidotribo.

1.7.- EL CENTRO

Como sabemos el centro es un tipo de pase, mayormente se utiliza en la ofensiva y más específicamente los punteros debemos de saber a centrar un balón de acuerdo a las circunstancias del juego, lo podemos hacer por alto, por bajo o media altura.

Aunque el centro, como cualquier otro tipo de pase, puede efectuarse por alto y por bajo, por definición es casi siempre por alto o media altura.

La pierna que se apoya en el suelo deberá mantenerse ahora ligeramente detrás del balón de modo que basculando el cuerpo hacia atrás, el pie de bajo para elevarlo.

Si logramos aprender esta sincronización de movimientos habremos dominado la perfección de un buen servicio de centro, es muy importante saber bascular a la hora de efectuar el centro hay jugadores que aun no tienen la técnica adecuada y desperdician ataques por no saber efectuarlo.

1.8.- LOS DISPAROS, REMATES (CHUTS).

No es más que un tiro al arco y para ello debemos de pegarle con fuerza al balón para que el arquero y los defensores tengan pocos segundos para reaccionar, lo importante del disparo es la expectativita, la fuerza y la trayectoria del esférico.

Para disparar hacia puerta lo más efectivo suele ser hacerlo al suelo apuntando a un metro del poste más alejado del portero.

El disparo al ras del suelo suele ser el más difícil para los arqueros ya que tienen que lanzarse contra el piso que hay veces que causan lesiones y si se dispara con fuerza entonces tendrá de menos tiempo para poder llegar

al balón como es lógico debemos de apuntar a una distancia pequeña del poste porque lo que todos pretenden es introducir el balón al arco y no que este choque en el poste.

Es un golpeo que se hace con el pie al balón con la finalidad de meter gol. Se puede chutar con las diferentes superficies del pie. Se puede chutar de diferentes formas:

- Punta: Se usa para chutar con la máxima potencia.
- Interior: Se usa para ajustar más el balón al lugar que quieres que vaya de esta manera el tiro o irá tan rápido que cuando chuteas de punta.
- Empeine: Se realiza con la parte anterior del pie.
- Talón: Se usa para sorprender al portero o al adversario.

EL REMATE⁴

Fundamento técnico individual que consiste en golpear el balón con el fin de dirigirlo al arco rival en busca del gol. Su objetivo es anotar.

TIPOS DE REMATE.

1) DE ACUERDO A LA SUPERFICIE DE GOLPEO:

- a) Remate con el empeine.
- b) Remate con el empeine interno.
- c) Remate con el empeine externo.
- d) Remate con la punta del pie.

⁴ VENEGAS, Joffre, Diccionario Básico Ilustrado.

e) Remate con la rodilla.

f) Remate con el taco.

g) Remate con la cabeza.

h) Remate con la punta.

2) DE ACUERDO A LA ALTURA DEL BALÓN.

a) Remate a ras del suelo.

b) Remate a media altura.

c) Remate de altura.

d) Remate de semivolea o contrabote.

e) Remate de volea.

f) Remate de semichalaca.

g) Remate de media vuelta.

3) DE ACUERDO A LA DIRECCIÓN DEL BALÓN.

a) Remate en línea recta.

b) Remate cruzados o en diagonal.

c) Remate con efecto.

2.4.1.2. PRÁCTICA DE FÚTBOL

Definición.- El fútbol se juega siguiendo una serie de reglas, llamadas oficialmente reglas de juego. Este deporte se practica con una pelota esférica (de cuero u otro material con una circunferencia no mayor a 70 cm y no inferior a 68 cm, y un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g al comienzo del partido), donde dos equipos de once jugadores cada uno (diez jugadores "de campo" y un arquero) compiten por encajar la misma en la portería rival, marcando así un gol. El equipo que más goles haya marcado al final del partido es el ganador; si ambos equipos no marcan, o marcan la misma cantidad de goles, entonces se declara un empate. Puede haber excepciones a esta regla; véase Duración y resultado más abajo.

La regla principal es que los jugadores, excepto los guardametas, no pueden tocar intencionalmente la pelota con sus brazos o manos durante el juego, aunque deben usar sus manos para los saques de banda.

En un juego típico, los jugadores intentan llevar la pelota hasta la portería rival, lo que se denomina gol, a través del control individual de la misma, conocido como regate, o de pases a compañeros o tiros a la portería, la cual está protegida por un guardameta. Los jugadores rivales intentan recuperar el control de la pelota interceptando los pases o quitándole la pelota al jugador que la lleva; sin embargo, el contacto físico está limitado.

El juego en el fútbol fluye libremente, y se detiene sólo cuando la pelota sale del terreno de juego o cuando el árbitro decide que debe detenerse. Luego de cada pausa, se reinicia el juego con una jugada específica. Al final del partido, el árbitro compensa el tiempo total en minutos que se suspendió el juego en diferentes momentos.

Las reglas no especifican ninguna otra posición de los jugadores aparte de la del guardameta, portero o arquero, pero con el paso del tiempo se

han desarrollado una serie de posiciones en el resto del campo. A grandes rasgos, se identifican tres categorías principales: los delanteros, cuya tarea principal es marcar los goles; los defensas o defensores, ubicados cerca de su portería, quienes intentan frenar a los delanteros rivales; y los centrocampistas, mediocampistas o volantes, que manejan la pelota entre las posiciones anteriores. A estos jugadores se los conoce como jugadores de campo, para diferenciarlos del guardameta. A su vez, estas posiciones se subdividen en los lados del campo en que los jugadores se desempeñan la mayor parte del tiempo.

Así, por ejemplo pueden existir centrocampistas derechos, centrales(de contención) e izquierdos. Los diez jugadores de campo pueden distribuirse en cualquier combinación: por ejemplo, puede haber cuatro defensas, cuatro centrocampistas y dos delanteros; o tres defensas, cuatro centrocampistas y tres delanteros, y la cantidad de jugadores en cada posición determina el estilo de juego del equipo: más delanteros y menos defensas creará un juego más agresivo y ofensivo, mientras que lo contrario generará un juego más lento y defensivo.

Aunque los jugadores suelen mantenerse durante la mayoría del tiempo en una posición, hay pocas restricciones acerca de su movimiento en el campo. El esquema de los jugadores en el terreno de juego se llama la formación del equipo, y ésta, junto con la táctica, es trabajo del entrenador.

BENEFICIOS PSICOLOGICOS DE LA PRÁCTICA DE FÚTBOL.

El fútbol base es un deporte diferente al fútbol que se mira por televisión, tiene unas características particulares: tamaño del balón, configuración de la cancha, número de jugadores. El niño vivencia esta práctica de forma distinta que un adulto.

La práctica de este deporte supone una gran oportunidad para desarrollar lazos afectivos y permite potenciar en el niño el desarrollo de otros puntos de vista “ponerse en el lugar del otro” que es una habilidad difícil de desarrollar en otras esferas.

Las consecuencias positivas de la participación en el fútbol base tienen más que ver con la calidad de las relaciones sociales que se producen en el contexto deportivo que con la competición en sí misma.

Pero también puede ser des-educativo generando 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, valoración que podría hacerse extensiva a otras esferas de la vida.

El trabajo en equipo se basa en 3 elementos: Confianza, Cooperación y Compromiso.

Para conseguir estos objetivos cada elemento del triángulo deportivo: Jugador, Entrenador y Padres deben estar alineados con los deseos de los niños: Jugar para divertirse.

Por otro lado se entiende que el objetivo del deporte es: Educar y el objetivo de los padres y madres es Educar, entonces ¿dónde radica la diferencia?. Son roles distintos el de entrenador y el de los padres y madres.

El rol del entrenador es Educar a Través del Movimiento para potenciar destrezas psicomotrices y en la dinámica de grupo potenciar valores de lealtad, compañerismo, justicia, valor, esfuerzo, entre otros. Además de enseñar una serie de bases motrices que un niño de la categoría benjamín todavía necesita ajustar: salto, carrera, lanzamiento y tiro.

Por otro lado, el rol de los padres y madres en el fútbol base se entiende como Educadores a Través del Comportamiento. Estudios relacionados señalan que las actitudes y comportamientos de los espectadores en competiciones infantiles pueden modificar:

La autopercepción del jugador: Relación entre el cómo me veo a mí mismo y la calidad de ánimo que reciben de sus padres en los partidos. Los papás y mamás influyen en la percepción de la información y la forma de procesarla: lo que es bueno y malo, lo que es justo de lo que no lo es, la percepción ante el árbitro, ante los compañeros de los otros equipos, etc.

La Motivación: Si el clima está focalizado al aprendizaje/ diversión se asociará con esfuerzo.

Actitudes y comportamientos de gran disfrute se asocia con baja presión de los padres.

Los ánimos de los padres tienen efectos de amortiguación en situaciones negativas.

Gran presión por parte de los padres se asocia con respuestas afectivas negativas y estados de ansiedad precompetitiva.

Desarrollo Mental en Benjamines.

Los valores, los deseos, los modelos de conducta son adquiridos inicialmente por las interacciones que los niños establecen con sus familiares más cercanos. Es rol de los padres enseñarles explícitamente normas sociales para una buena adaptación del niño en su entorno.

Para ello es importante un cierto grado de control sobre las normas y un alto grado de receptividad con el niño: escucharlo y darle soporte emocional.

El niño en estas edades todavía posee un pensamiento concreto por lo que sus amistades la basará en acciones concretas con sus compañeros de equipo: pasar el balón, compartir experiencias en la competición, el entrenamiento, etc.

El tema de ganar y perder es sólo un factor que no debiera ser el centro de las conversaciones ya que los niños se encuentran desarrollando su sentido de autoeficacia, sentido de identidad: Soy capaz de...y los partidos de fin de semana debieran servir para buscar qué es lo que se ha hecho bien y qué hicieron bien los compañeros de su equipo. Lo demás se irá mejorando en entrenamiento.

Una excesiva presión por parte de los padres y madres puede repercutir en respuestas emocionales como: exceso de ansiedad: dolor de cabeza o de barriga, náuseas, no querer comer, pasar malas noches, pensamientos de indecisión y de “no voy a poder”, entre otras respuestas inadecuadas a un juego de niños que se basa en un proceso, no en un partido; silencio (no explicar nada), arrebatos de ira o agresividad, no querer asumir ninguna responsabilidad, pobre imagen de sí mismo, tristeza y apatía.

Beneficios Psicológicos de la Práctica.

El fútbol base otorga gran cantidad de beneficios psicológicos, sociales y físicos:

- Autonomía.
- Resistencia a la frustración.
- Alta capacidad volitiva.
- Planteamiento de desafíos.

- Cumplir metas.
- Capacidad de adaptación a distintos escenarios y cambios.
- Autoestima.
- Sentimiento de autoeficacia (competencia percibida).
- Socialización (aprendizaje de normas, valores, actitudes que le permiten adaptarse a la sociedad en la que viven).

Para obtenerlos totalmente es necesario que el niño se relacione positivamente con el entorno, y el padre y la madre mantener un control sobre lo que se hace y dice en ese entorno deportivo = Es Necesario Saber el Rol que Pertoca a cada Integrante del Triángulo Deportivo.

Pautas Para Motivar.

A veces pensamos que motivar es gritarles a nuestros hijos para que lo hagan mejor. Pero se ha comprobado que un 5% de los niños realmente se motivan de esta forma.

Motivar quiere decir ayudarle al niño a satisfacer sus necesidades, las necesidades de un niño en fútbol base son:

- Ganar experiencia nueva.
- Ser reconocido por su esfuerzo.
- Tener responsabilidades.
- Jugar.
- Socializarse con los demás.
- Moverse.
- Vivir en el presente.
- Ser comprendido por los adultos: tiene otros problemas, aprenden de forma distinta y no piensan de forma lógica.

Si el niño pierde la paciencia, dentro del campo tendrá que aprender a autoajustarse, sí se le puede enseñar ese ajuste a partir del ejemplo que

se da en casa y hablar con él en casa dando una perspectiva de la situación. Es fundamental ayudar a los niños a ver la parte positiva en aquellas ocasiones que se sienta desanimado o frustrado por no conseguir un resultado deportivo y entre todos disfrutar de la práctica de este deporte.

El Verdadero Significado de Ganar.

El éxito significa hacer el máximo posible para llegar a ser lo mejor posible según la propia capacidad. El éxito se define en términos de compromiso y esfuerzo, no de victorias o campeonatos.

Tenemos control sobre el esfuerzo, no sobre el resultado.

2.4.1.3 DEPORTE

El deporte es toda aquella actividad física que involucra una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, tablero, mesa, etc.) a menudo asociada a la competitividad deportiva.

Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), requiere competición con uno mismo o con los demás.

Como término solitario, el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor es la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder).

Sin embargo, también se reconocen como deportes actividades competitivas que combinen tanto físico como intelecto, y no sólo una de ellas.

También hay colectivos practicantes de determinadas actividades, donde sólo se usa el físico, o bien sólo el intelecto, que reclaman su actividad como deporte, incluso, de carácter olímpico.

Aunque frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física/fitness, en realidad no significan exactamente lo mismo.

La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra del mero hecho de la práctica de la segunda.

Popularmente, la palabra «deporte» es utilizada para señalar una actividad que provee a sus practicantes de salud física.

De este modo, la recomendación médica para gran parte de enfermedades, problemas físicos, emocionales y síquicos, así también como para la prevención de todo lo anterior, suele ser practicar deportes o algún tipo de actividad física mínima.

Profesionalidad

El aspecto de entretenimiento del deporte, junto al crecimiento de los medios de comunicación y el incremento del tiempo de ocio, ha provocado que se profesionalice el mundo del deporte.

Esto ha conducido a cierta polémica, ya que para el deportista profesional puede llegar a ser más importante el dinero o la fama que el propio acto deportivo en sí.

Al mismo tiempo, algunos deportes han evolucionado para conseguir mayores beneficios o ser más populares, en ocasiones perdiéndose algunas valiosas tradiciones.

Arte físico

Los deportes comparten un alto grado de afinidad con el arte. Disciplinas como el patinaje sobre hielo así como el hockey sobre patines o el taichí, son deportes muy cercanos a espectáculos artísticos en sí mismos.

Actividades tradicionales como la gimnasia y el yoga, o más recientes como el culturismo, el tricking y el parkour también comparten elementos propios del deporte con elementos artísticos. El hecho de que el arte sea tan cercano al deporte en algunas situaciones está probablemente relacionado con la naturaleza de los deportes.

La definición de deporte establece la idea de ejecutar una actividad no solo para el propósito habitual; por ejemplo, no correr solo para llegar a alguna parte, sino correr por propia voluntad, con el fin de mantener el estado físico.

Esto es similar a una visión común de la estética, que contempla los objetos más allá de su utilidad.

Por ejemplo, valorar un coche no por llevarnos de un sitio a otro, sino por su forma, figura, etc.

Del mismo modo, una actividad deportiva como el salto no se valora solo como un modo efectivo de evitar obstáculos; también cuentan la habilidad, la destreza y el estilo.

Deporte y sociedad

El deporte tiene una gran influencia en la sociedad; destaca de manera notable su importancia en la cultura y en la construcción de la identidad nacional.

En el ámbito práctico, el deporte tiene efectos tangibles y predominantemente positivos en las esferas de la educación, la economía y la salud pública.

2.4.1.4 ACTIVIDAD FÍSICA.

La actividad física es todo tipo de movimiento corporal que realiza el ser humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente y el metabolismo basal, Considere la actividad física como una solución para combatir el cansancio, el aburrimiento y el estar fuera de forma.

La actividad física de alta competición requiere un compromiso permanente del niño con el entrenamiento, el juego que éste realiza inicialmente deja de serlo para convertirse en una obligación, los horarios son estrictos y las lesiones se convierten en parte de su vida.

En estos casos los niños que no están preparados psicológicamente pueden presentar traumas, muchas veces son reforzados por las ansias de triunfo de algunos padres, que deberán preguntarse si están dispuestos a asumir estos riesgos.

DEFINICIÓN.

Se entiende por actividad física a toda actividad o ejercicio que tenga como consecuencia el gasto de energía y que ponga en movimiento un montón de fenómenos a nivel corporal, psíquico y emocional en la persona que la realiza.

La actividad física puede ser realizada de manera planeada y organizada o de manera espontánea o involuntaria, aunque en ambos casos los resultados son similares.

Normalmente, la actividad física es una capacidad que poseen todos los seres vivos que se mueven: animales y ser humano. Sin embargo, en el caso del ser humano, la actividad física puede ser pensada y propiamente organizada a fin de obtener resultados específicos.

CONDICIÓN FÍSICA.

La actividad física en el ser humano se ha popularizado en las últimas décadas como una manera directa hacia el bienestar no sólo físico si no también psíquico y emocional ya que se considera que el ejercicio desestresa, permite eliminar toxinas y despierta componentes químicos que tienen que ver con la satisfacción personal.

La actividad física puede ser ejercida o realizada de diversas maneras. Cuando esta es involuntaria o no planeada, la actividad física es más bien ejercicio básico tal como caminar, realizar tareas hogareñas y muchas otras.

La actividad física planeada es también muy variada y se pueden encontrar numerosos tipos de ejercicios que están pensados para diferentes tipos de públicos, para diferentes necesidades, para obtener diferentes tipos de resultados.

SALUD.

La actividad física conlleva muchos beneficios tales como el mejoramiento de la salud a nivel corporal (mejora la circulación, permite perder grasa, activa el metabolismo, da fuerza a los músculos), pero también a un nivel emocional y psíquico ya que permite al organismo desestresarse, renovar energías y desgastar toda la fuerza que tengamos de sobra.

2.4.2 CONCEPTUALIZACIÓN DE LA VARIABLE DEPENDIENTE.

2.4.2.1 CAPACIDADES FÍSICAS.

CONCEPTO.

Es la capacidad que tiene el organismo humano, de efectuar diferentes actividades físicas en forma eficiente, retardando la aparición de la fatiga y disminuyendo el tiempo necesario para recuperarse luego de las actividades, es decir, es el desarrollo adecuado de las cualidades físicas del cuerpo humano, las cuales permiten la realización de actividades físicas con diferentes esfuerzos y duración.

Toda persona posee como capacidades físicas a la fuerza, resistencia, flexibilidad, coordinación y velocidad.

Estas cualidades básicas, están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente (su propia voluntad) o en su actividad deportiva.

El estado individual de las cualidades, es el que determina la condición física individual.

Así como su condición física está marcada por los esfuerzos diarios, un entrenamiento concreto puede influir sobre facultades desaprovechadas e incluso mejorarlas.

Un entrenamiento razonable mejora las debilidades físicas y contribuye a una armonización de la condición física.

Para el mejoramiento de las aptitudes físicas son necesarias las diferentes cualidades físicas del organismo que son:

Cualidades físicas

Flexibilidad

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

Los niños se muestran extraordinariamente flexibles, tanto más cuantos más jóvenes son.

Se considera que las cualidades extensibles de la musculatura pueden empezar a decrecer a partir de los nueve o diez años si no se trabaja de forma específica sobre ellas; por este motivo la flexibilidad ha de formar obligatoriamente parte del currículo de la Educación Física en esta etapa educativa, ya que si no fuera así supondría para los alumnos una pérdida más rápida de esta cualidad.

Resistencia

La resistencia es la capacidad de repetir y sostener durante largo tiempo un esfuerzo de intensidad bastante elevada y localizada en algunos grupos musculares.

Esta forma de endurecimiento depende en gran parte de la fuerza de los músculos, pero también del hábito de los grupos musculares usados en cuanto a trabajar con una deuda de oxígeno elevada.

En esta forma de esfuerzo, la aportación del oxígeno necesario a los músculos en la unidad de tiempo, es insuficiente. Los músculos no se recuperan totalmente. Esta cualidad de resistencia es fundamental para ciertos deportistas: tenistas, gimnastas, remeros, boxeadores, corredores de fondo, etc.

Tipos de resistencia:

Aeróbica

Este tipo de resistencia se da en trabajos generalmente de larga duración y poca intensidad, en el que el gasto de oxígeno está equilibrado con el oxígeno que aporta la sangre.

Es decir, cuando hay trabajo, el oxígeno es transportado por la sangre llegando rápidamente al músculo por el sistema arterial, este lo aprovecha y lo transforma en CO₂ devolviéndolo junto con los productos de desecho al sistema venoso.

Este gasto está casi compensado por el aporte. Decimos casi porque a la larga se va produciendo un déficit.

Anaeróbica

Por ejemplo, cuando un ciclista dice estar acidificado significa que su intensidad de trabajo ha sido tan elevada que las células de su cuerpo no pueden alimentarse por los medios "normales", por lo que recurren a otro tipo de "alimentación", pero al hacer esto liberan una sustancia tóxica para el organismo (el famoso ácido pirúvico que se transformará en ácido láctico), si esta sustancia se acumula de una manera excepcional en el plasma del deportista se verá obligado a detenerse, pues bien, el umbral de intensidad en el que un organismo comienza a producir con gran intensidad estas sustancias se denomina umbral anaerobio, anaeróbico.

Factores de los que depende la resistencia.

Capacidad del organismo para abastecer al músculo de los elementos energéticos.

- Oxígeno.
- Temperatura.
- Edad.
- Sexo.
- Fuerza.

ALTERACIONES ORGANICAS MOMENTANEAS EN EL INDIVIDUO COMO CONSECUENCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA.

El cuerpo humano para la realización de toda actividad física requiere de un potencial energético:

En la medida en que la actividad es mayor, la necesidad de consumo de energía aumenta, por esto es que cuando un individuo altera su estado de reposo a través de la actividad física:

- Aumenta la frecuencia respiratoria.
- Aumenta la frecuencia cardiaca.
- Aumenta la temperatura corporal y la sudoración.

Aumenta la frecuencia respiratoria porque el organismo necesita abastecerse de oxígeno para la realización de la oxidación a nivel del músculo y de esta forma producir el movimiento.

Además, a través de la expiración debe desechar el anhídrido carbónico (producto de desecho) por resultar altamente nocivo.

Aumenta la frecuencia cardiaca porque a través del torrente sanguíneo viaja el oxígeno que requieren los músculos y en la medida en que el trabajo es mayor la circulación es mayor.

En la realización de todo trabajo parte de la energía es utilizada efectivamente.

Aumenta la temperatura corporal porque una cantidad inferior restante de la energía utilizada es liberada en forma de calor, es por esto que cuando corremos, saltamos, jugamos o realizamos cualquier otra actividad, nuestro cuerpo se calienta.

En consecuencia, aparece la sudoración porque el organismo debe controlar ese aumento de la temperatura, actuando en este caso el sudor como un sistema de enfriamiento.

El pulso.

Como parte de las actividades de la clase de Cultura Física, es indispensable que aprendas a medirle la frecuencia cardiaca o pulso.

El pulso es el elemento básico para conocer el grado de intensidad con que se está realizando un esfuerzo físico.

Debes saber que ello tiene un gran valor, tanto para controlar el grado de exigencia de los ejercicios y establecer la recuperación, como para regular la intensidad con que deseas ejercitarte.

De lo anteriormente expuesto se desprende que el pulso debe ser tomado antes, durante y después de un programa de entrenamiento.

2.4.2.2 PSICOMOTRICIDAD.

Concepto.- La psicomotricidad es la relación entre las funciones motoras del organismo humano y los factores psicológicos que intervienen en ellas, condicionando su desarrollo.

Se basa al conjunto de técnicas que estimulan la coordinación de dichas funciones.

La Psicomotricidad es la técnica o conjunto de técnicas que tienden a influir en el acto intencional o significativo, para estimularlo o modificarlo, utilizando como mediadores la actividad corporal y su expresión simbólica.

El objetivo, por consiguiente, de la Psicomotricidad es aumentar la capacidad de interacción del sujeto con el entorno.

La Psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo.

Lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello:

- Disfunciones.
- Patologías.
- Estimulación.
- Aprendizaje, etc.⁵

⁵ BERRUEZO Pedro Pablo; 1995; Madrid; Editorial CEPE.

La Psicomotricidad es una disciplina educativa / reeducativa / terapéutica, concebida como diálogo, que considera al ser humano como una unidad psicosomática y que actúa sobre su totalidad por medio del cuerpo y del movimiento.

En el ámbito de una relación cálida y descentrada, mediante métodos activos de mediación principalmente corporal, con el fin de contribuir a su desarrollo integral.⁶

Desarrollo psicomotriz.

Desde que el niño nace y durante la primera infancia, hasta los 5 ó 6 años, la conducta motriz permite al infante con el mundo, le ayuda asimilarlo, le facilita acomodarse a él y nos da muestras muy concretas de la evolución de su proceso madurativo.

El discurrir psicomotor del niño lo podemos subdividir en dos grandes etapas: la prenatal y la postnatal.

En esta última encontramos la lactancia, la primera infancia, la segunda infancia, la niñez y la pubertad y adolescencia.

CLASIFICACIÓN DE PIAGET.

La clasificación de Piaget se centra en torno al despliegue de la inteligencia, internamente ligado con el proceso general del desarrollo.

⁶ MUNIÁIN J. L.; 1997; Barcelona; Manual de educación; Edición propia.

Y por consiguiente “índice” significativo del mismo. Su esquema es el siguiente:

PERIODO	ESTADIO	EDAD
<p>Etapa Sensoriomotora La conducta del niño es esencialmente motora, no hay representación interna de los acontecimientos externos, ni piensa mediante conceptos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a. Estadio de los mecanismos reflejos congénitos. b. Estadio de las reacciones circulares primarias c. Estadio de las reacciones circulares secundarias d. Estadio de la coordinación de los esquemas de conducta previos. e. Estadio de los nuevos descubrimientos por experimentación. f. Estadio de las nuevas representaciones mentales. 	<p>0 – 1 mes</p> <p>1 – 4 meses</p> <p>4 – 8 meses</p> <p>8 – 12 meses</p> <p>12 -18 meses</p> <p>18-24 meses</p>
<p>Etapa Preoperacional Es la etapa del pensamiento y la del lenguaje que gradúa su capacidad de pensar simbólicamente, imita objetos de conducta, juegos simbólicos, dibujos, imágenes mentales y el desarrollo del lenguaje hablado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a. Estadio preconceptual. b. Estadio intuitivo. 	<p>2 - 4 años</p> <p>4 - 7 años</p>

<p>Etapa de las Operaciones Concretas</p> <p>Los procesos de razonamiento se vuelen lógicos y pueden aplicarse a problemas concretos o reales. En el aspecto social, el niño ahora se convierte en un ser verdaderamente social y en esta etapa aparecen los esquemas lógicos de seriación, ordenamiento mental de conjuntos y clasificación de los conceptos de casualidad, espacio, tiempo y velocidad.</p>	<p>7-11 años</p>
<p>Etapa de las Operaciones Formales</p> <p>En esta etapa el adolescente logra la abstracción sobre conocimientos concretos observados que le permiten emplear el razonamiento lógico inductivo y deductivo. Desarrolla sentimientos idealistas y se logra formación continua de la personalidad, hay un mayor desarrollo de los conceptos morales.</p>	<p>11 años en adelante</p>

El desarrollo cognitivo (también conocido como desarrollo cognoscitivo), por su parte, se enfoca en los procedimientos intelectuales y en las conductas que emanan de estos procesos.

Este desarrollo es una consecuencia de la voluntad de las personas por entender la realidad y desempeñarse en sociedad.

Por lo que está vinculado a la capacidad natural que tienen los seres humanos para adaptarse e integrarse a su ambiente.

La modalidad más frecuente de analizar los datos y de emplear los recursos cognitivos es conocido como estilo cognitivo.

Cabe destacar que esto no está vinculado a la inteligencia ni al coeficiente intelectual, sino que es un factor propio de la personalidad.

2.4.2.3 DESARROLLO MOTRIZ.

Concepto.- El desarrollo motriz es aquel que se manifiesta de manera integral en el organismo, que está basado en el sistema nervioso, musculo-esquelético, etc. y que cuando una persona está sana de todo estos sistemas corporales, decimos que su crecimiento o desarrollo es normal, ejemplo, cuando quieres levantar una mano o cerrar un ojo, entran en función, diversas acciones internas, sistema nervioso, orden a la parte del cuerpo.

Para que dicha acción se lleve a cabo la cual es seguida de los músculos y por consiguiente los huesos o parte del cuerpo correspondiente, la otra respuesta se basa en el hecho de una terapia de apoyo a alguna persona con discapacidad o como actualmente se le suele llamar personas con capacidades diferentes, las cuales sus desarrollo motriz va muy ligado a un daño neuronal, vaya pues a un desorden de sus sistema nervioso.

EL DESARROLLO MOTOR.

Factores que influyen en el desarrollo motor.

El recién nacido parece un ser indefenso, sin embargo posee muchas capacidades que le permiten sobrevivir y transformarse en un ser evolucionado y maduro.

Entre el nacimiento y los 2 años, el pequeño sufre una transformación motriz.

Este cambio está condicionado por varios factores.

1º Factor: Su desarrollo Neuro-muscular que le permitirá adquirir un tono de base en los músculos, la correcta evolución de las posturas (levantará

la cabeza, se sentará y empezará a caminar) y los movimientos, que serán cada vez más coordinados (mejorará la manipulación y la marcha).

2º Factor: Su desarrollo psicológico es, decir, sus manifestaciones afectivas y cognitivas.

Hay una evolución paralela y una influencia recíproca entre el desarrollo psico-motor, el desarrollo afectivo-social y desarrollo cognitivo.

La madurez del desarrollo motor también está condicionada por estructuras.

Neurológicas y por otros factores.

Aunque hay unos patrones básicos que rigen el desarrollo, cada niño/a tiene su propio ritmo que se debe conocer y respetar.

Factores Internos.- Los genes, las hormonas, alteraciones psicológicas y médicas importantes, etc.

Factores Externos.- La nutrición, las enfermedades de la madre, las radiaciones, las drogas, el clima, las clases sociales.

Componentes constitucionales del comportamiento.

LA CALIDAD.

La constitución psico-química del cerebro.

El autor afirma que hay buenos o malos cerebros, como hay buenos y malos corazones, que determinan nuestra forma de reaccionar a las tensiones...

LO TEMPORAL.

Las experiencias personales directas, que empiezan a influirnos antes del nacimiento.

Cada sistema nervioso se desarrolla a partir de sus propias experiencias con el medio.

Cada niño posee un ritmo y un estilo de crecimiento que son tan característicos de su individualidad como los rasgos de la cara.

Componentes Ambientales.

El aprendizaje sensorio-motor del mundo físico y de las relaciones humanas

La cristalización de los afectos a lo largo de las fases por las que pasa el niño.

Gracias a la intervención de factores internos y externos, el ser humano se puede desarrollar, y en su evolución motriz influyen su peculiar forma de madurar física y neurológicamente, la calidad y variedad de sus experiencias y numerosas condiciones, tanto genéticas como ambientales.

Tampoco se ha de olvidar lo importante que es un clima afectivo sano, que proporcione seguridad y favorezca la autonomía del niño.

Leyes del desarrollo motor.

Las observaciones sobre el desarrollo motor están apoyadas sobre la idea de la progresión en la organización de los movimientos, que se efectúa en el sentido céfalo-caudal y próximo-distal.

LEY CEFALO-CAUDAL.

Establece que la organización de las respuestas motrices se efectúa en orden descendente, desde la cabeza hasta los pies.

Es decir, se controlan antes los movimientos de la cabeza que de las piernas.

Esto explica el hecho de que el niño sea capaz de mantener erguida antes la cabeza que la espalda, y ésta antes de que las piernas puedan mantenerlo.

LEY PRÓXIMO-DISTAL

Indica que la organización de las respuestas motrices se efectúa desde la parte más próxima al eje del cuerpo, a la parte más alejada.

Así, se puede observar que el niño controla antes los movimientos de los hombros, que los movimientos finos de los dedos.

Otra de las máximas del desarrollo, es la evolución de los movimientos, desde respuestas globales o generales, a respuestas más localizadas y específicas.

Se observa como un bebé de 4 meses al que se presenta un objeto interesante, agita todo su cuerpo de una forma general, pero cuando crece, a los 7 meses, ya puede coger con la mano (si está a su alcance) el objeto deseado.

Desarrollo Neuromotor

Bases y Estructuras Neurofisiológicas de la Motricidad Humana, el ser humano se relaciona con el medio a través del movimiento, pero éste solo

es posible si la orden se transmite correctamente desde el cerebro, que es el motor de la motricidad humana.

El impulso se origina en el SNC y es conducido por las vías motoras a los músculos, es decir, a los órganos efectores del movimiento.

Resulta evidente que un niño no puede llevar a cabo determinadas actividades debido a que posee un sistema nervioso aún incompleto.

Durante los últimos meses de embarazo y los primeros años de vida, se va a ir dando el proceso de mielinización, fundamental y responsable del ajuste, la adecuación y rapidez de los movimientos.

Este proceso consiste en la formación de una vaina de mielina alrededor de la célula nerviosa, que va a permitir que la información que se transmite a través de las neuronas y las conexiones en los centros del cerebro sea más rápida, completa y eficaz.

Al nacer, la mielinización sólo alcanza los centros subcorticales, haciendo del recién nacido un ser de respuestas involuntarias, automáticas y reflejas, que reacciona a la estimulación con movimientos que no puede controlar.

(Por ejemplo, succiona un objeto al acercárselo a la boca).

A medida que se va perfeccionando el S. N. Y el proceso de mielinización alcanza las zonas del córtex, el niño puede llevar a cabo actos conscientes y voluntarios, es decir, ejercer un control de sus propios movimientos.

Los órganos efectores de nuestros movimientos son los músculos. Ellos realizan la actividad muscular cuando la energía nerviosa generada en el cerebro se transforma en energía mecánica.

La actividad muscular puede ser:

- Estática o tónica.
- Dinámica o cinética.
- Estática o tónica. Relacionada con la tonicidad de los músculos.

El **tono** es el grado de tensión de los músculos, que permite organizar gestos, controlar los movimientos, modificar posturas, y mantener una actitud equilibrada.

Un mal funcionamiento de los centros reguladores del tono produce anomalías en él, en las posturas, en el equilibrio y en el movimiento, por lo que aparece atonía, hipertonía e hipotonía y otras patologías.

Dinámica o cinética. Hay que señalar que cada uno de nuestros movimientos es un acto motor.

Los comportamientos motores nos permiten clasificar los movimientos en 3 grupos:

Movimientos Reflejos.

Es la forma más simple de motricidad, son los movimientos innatos. La primera manifestación motriz del recién nacido.

Entre otros están los reflejos de: succión, prensión, andar automático...

La ejecución de los movimientos reflejos no es consciente, están regulados por la médula y por el tronco cerebral.

Debe desaparecer para dar paso a los movimientos voluntarios y controlados.

Movimientos Voluntarios.

Son intencionales, por tanto antes de ejecutarlos se han de representar mentalmente.

Para su ejecución se requiere la coordinación de varios músculos, a fin de alcanzar el objetivo propuesto.

Su control depende de la corteza cerebral.

Movimientos Automáticos.

Son movimientos inicialmente intencionales, y por tanto voluntarios, que a base de repetirlos muchas veces se automatizan y no requieren representación para ejecutarlos, precisan poca atención y poca energía.

La realización continuada de movimientos voluntarios se integra de forma automática convirtiéndose en hábitos, de esta forma se ahorra energía a la hora de interpretar y realizar movimientos.

Son ejemplos: escribir, caminar, montar en bicicleta.

La actividad motriz evoluciona desde los actos reflejos y movimientos incordiados y sin una finalidad hasta los movimientos coordinados y precisos de los actos voluntarios y de los automatizados.

En el Sistema Nervioso Central se distinguen las siguientes estructuras:

El cerebro, es el motor del movimiento.

En ella están las neuronas responsables del tono muscular y las posturas, y otras que afectan a la motricidad (tanto refleja como voluntaria y automática).

2.4.2.4 CAPACIDADES FÍSICAS.

Concepto.- Las cualidades o capacidades físicas son los componentes básicos de la condición física y por lo tanto elementos esenciales para la prestación motriz y deportiva, por ello para mejorar el rendimiento físico el trabajo a desarrollar se debe basar en el entrenamiento de las diferentes capacidades.

Aunque los especialistas en actividades físicas y deportivas conocen e identifican multitud de denominaciones y clasificaciones las más extendidas son las que dividen las capacidades físicas en: condicionales, intermedias y coordinativas; pero en general se considera que las cualidades físicas básicas son:

Velocidad Resistencia Flexibilidad Fuerza

Todas estas cualidades físicas básicas tienen diferentes divisiones y componentes sobre los que debe ir dirigido el trabajo y el entrenamiento, siempre debemos tener en cuenta que es muy difícil realizar ejercicios en los que se trabaje puramente una capacidad única ya que en cualquier actividad intervienen todas o varias de las capacidades pero normalmente habrá alguna que predomine sobre las demás.

Por ejemplo en un trabajo de carrera continua durante 30 minutos será la resistencia la capacidad física principal, mientras que cuando realizamos trabajos con grandes cargas o pesos es la fuerza la que predomina y en aquellas acciones realizadas con alta frecuencia de movimientos sería la velocidad el componente destacado.

Por lo tanto la mejora de la forma física se deberá al trabajo de preparación física o acondicionamiento físico que se basará en el desarrollo de dichas capacidades o cualidades físicas y de sus diferentes subcomponentes, el éxito de dicho entrenamiento se fundamenta en una

óptima combinación de los mismos en función de las características de cada individuo (edad, sexo, nivel de entrenamiento, etc.) y de los objetivos y requisitos que exija cada deporte.

CLASIFICACIÓN.

Dentro de las capacidades y cualidades físicas básicas podemos hacer la siguiente clasificación:

- Capacidades motrices: resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.
- Capacidades perceptivo-motrices: coordinación y equilibrio.
- Capacidades resultantes: agilidad.

Capacidades físicas condicionales motrices:

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

Es una capacidad física que se pierde con el crecimiento. La flexibilidad de la musculatura empieza a decrecer a partir de los 9 o 10 años si no se trabaja sobre ella

Por eso la flexibilidad forma parte del currículo de la Educación Física, ya que si no fuera así supondría para los alumnos una pérdida más rápida de esta cualidad.

La **Fuerza**: consiste en ejercer tensión para vencer una resistencia, es una capacidad fácil de mejorar.

Hay distintas manifestaciones de la fuerza: si hacemos fuerza empujando contra un muro no lo desplazaremos, pero nuestros músculos actúan y consumen energía.

A esto se le llama Isométrica. Con este tipo de trabajo nuestras masas musculares se contornean porque se contraen y la consecuencia es que aumenta lo que llamamos “tono muscular”, que es la fuerza del músculo en reposo.

Si en vez de un muro empujamos a un compañero, sí que lo desplazaremos y se produce una contracción de las masas musculares que accionan a tal fin.

A este trabajo se le llama Isotónico.

La **Resistencia**: Es la capacidad de repetir y sostener durante largo tiempo un esfuerzo de intensidad bastante elevada y localizada en algunos grupos musculares.

Depende en gran parte de la fuerza de los músculos, pero también del hábito de los grupos musculares usados prosiguiendo sus contracciones en un estado próximo a la asfixia, pero sin alcanzar un estado tetánico.

En esta forma de esfuerzo, la aportación del oxígeno necesario a los músculos es insuficiente. No pueden prolongar su trabajo si no neutralizan los residuos de las reacciones químicas de la contracción muscular.

El organismo se adapta a la naturaleza del trabajo gracias a la producción de sustancias que impiden los excesos de ácidos y mediante el aumento de sus reservas energéticas.

La **velocidad**: Es la capacidad de realizar uno o varios gestos, o de recorrer una cierta distancia en un mínimo de tiempo. Los factores que determinan la velocidad son de orden diferente:

Muscular, en relación con el estado de la fibra muscular, su tonicidad y elasticidad, etc., o sea, la constitución íntima del músculo.

Nervio, se refiere al tiempo de reacción de la fibra muscular a la excitación nerviosa.

La coordinación más o menos intensa de una persona es un factor importante para su velocidad de ejecución.

Estas cualidades físicas están desarrolladas de forma diversa en cada persona de acuerdo con el esfuerzo que debe realizar diariamente o en su actividad deportiva, en conjunto determinan la condición física de un individuo.

Las capacidades físicas coordinativas.

Coordinación, en su sentido más amplio, consiste en la acción de coordinar, es decir, disponer un conjunto de cosas o acciones de forma ordenada, con vistas a un objetivo común.

Según algunos autores, la coordinación es "el acto de gestionar las interdependencias entre actividades"⁷. En otros términos coordinar implica realizar adecuadamente una tarea motriz, existen estas capacidades coordinativas:

La capacidad de **acoplamiento o sincronización**: Es la capacidad para coordinar movimientos de partes del cuerpo, movimientos individuales y operaciones entre sí.

La capacidad de **orientación**: Es la capacidad para determinar y cambiar la posición y el movimiento del cuerpo en el espacio y en el tiempo.

La capacidad de **diferenciación**: Es la capacidad para lograr una alta exactitud y economía fina de movimiento.

⁷ HARRE Dietrich; 1987; Teoría del entrenamiento deportivo; Editorial Stadium S.R.L.

La capacidad de **equilibrio**: Es la capacidad del cuerpo para mantenerlo en una posición óptima según las exigencias del movimiento o de la postura.

La capacidad de **adaptación**: Es la capacidad para situarse adecuadamente en una situación motriz, implica responder de forma precisa.

La capacidad **rítmica** (Ritmo): Es la capacidad de comprender y registrar los cambios dinámicos característicos en una secuencia de movimiento, para llevarlos a cabo durante la ejecución motriz.

La capacidad de **reacción**: Es la capacidad de iniciar rápidamente y de realizar de forma adecuada acciones motoras en corto tiempo a una señal.

2.5 HIPÓTESIS.

Ho. Los fundamentos básicos de fútbol **no** inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Hi. Los fundamentos básicos de fútbol **si** inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

2.6 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES.

Variable Independiente: Fundamentos básicos de fútbol.

Variable Dependiente: Capacidades físicas.

CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1. Enfoque de la investigación.

Después de haber analizado el problema y la necesidad de mejorar la enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol hacia la necesidad de contribuir con el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

La modalidad de la presente investigación se la aplicó desde el enfoque cualitativo y cuantitativo:

Cualitativo, pues abarca del contenido de las cualidades y utilidad de la misma en base al tema planteado.

Cuantitativo, porque vamos a utilizar funciones matemáticas y estadísticas en la recopilación, análisis e interpretación de los datos recogidos en las encuestas planteadas sobre el tema de investigación.

Se utilizará también el método **Histórico – Lógico**, que nos permite descubrir los procedimientos históricos que investigue los hechos desde su origen hasta la actualidad, según como muestra el problema a investigarse, y que contribuirá con al aprendizaje de los fundamentos básicos de fútbol y el desarrollo de las capacidades físicas en los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

3.2. MODALIDAD BASICA DE LA INVESTIGACIÓN.

De campo.

El trabajo de investigación se realizará en el lugar de los hechos, donde la base a encuestar, es sobre los fundamentos básicos de fútbol y su incidencia con el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Bibliográfica o Documental.

Se utiliza la investigación bibliográfica, ya que por intermedio de esta tendremos la oportunidad de escoger acertadamente la información escrita que más se ajuste a mi tipo de investigación, recurriendo a los diferentes medios bibliográficos tales como: libros, revistas técnicas, informes, monografías, tesis de grado sobre los fundamentos básicos de fútbol, siempre y cuando todo este material guarde relación con mi problema planteado, utilizando técnicas como el fichaje y lectura científica, que son de gran ayuda para mi investigación.

Se basa en documentación especializada tanto de bibliografía como de páginas Web en la que este y los anteriores instrumentos facilitaron el desarrollo para que la investigación permita tener el éxito deseado.

3.3. NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN.

Dentro de la metodología de investigación también se debe considerar los niveles o tipos de investigación, puesto que cada uno de ellos tienen sus propias características.

Exploratorio.

Esto le permite al investigador sondear un problema poco investigado, desconocido, esta nos ayuda a recoger la suficiente información.

Descriptivo.

Estará basado a las preguntas directrices que son Sub-problemas del tema, esta me ayudará a realizar comparaciones entre dos o más fenómenos, situaciones o estructuras esta investigación tiene una característica de acción social.

Asociación de Variables.

Este nivel de investigación sirve para evaluar las variaciones de comportamiento entre las variables, medir el grado de relación entre variables que le permita tomar decisiones acertadas o ajustadas al tema.

Explicativo.

Basada a la comprobación de la hipótesis para poder llegar a los efectos o consecuencias del tema de no ser erradicado, la misma nos ayudará a detectar los factores determinantes para la investigación.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA.

Es la totalidad del universo en la cual se va realizar la investigación del tema escogido, para la presente problemática se ha tomado como

muestra lo siguiente dentro de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Cuadro Nº 1 Población y Muestra.

Población	Número
Docentes del Área de Cultura Física.	2
Niños de 6 ^{to} año de educación básica	39
Padres de familia de los niños de 6 ^{to} año de educación básica.	39
Total	80

Elaborado por el investigador: David Rivera (2013).

LA MUESTRA.

Se entiende por población o universo a todos los grupos de elementos o personas que poseen alguna característica especial o común.

No se necesita sacar el tamaño de muestra ya que el número total de personas que está inmerso dentro de la investigación es de 80 personas a investigar contando con los docentes de cultura física, los niños de 6^{to} año de educación básica y padres de familia de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

3.5 MATRIZ DE OPERACIONES.

VARIABLE INDEPENDIENTE: FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL.

Cuadro Nº 2

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón que predomine el juego colectivo.	Gestos técnicos	<ul style="list-style-type: none"> ❖ El Pase, ❖ Conducción, ❖ Dribling, ❖ Remate 	<p>¿Piensa usted que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?</p> <p>¿Conocía usted que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?</p>	Encuestas.
	Utilización del balón	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Dominio del balón ❖ Carrera ❖ Reacción 	<p>¿Cree usted que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?</p>	Padres de familia.
	Juego colectivo	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Cooperación por un objetivo. 	<p>¿Está usted de acuerdo que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?</p>	Docentes del área de cultura física. Cuestionarios estructurados.

Elaborado por el investigador: David Rivera (2013).

VARIABLE DEPENDIENTE: CAPACIDADES FÍSICAS.

Cuadro № 3

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Son los componentes básicos de aprendizaje en la forma de desarrollo de las personas las cuales intervienen las, capacidades motrices, capacidades perceptivo-motrices y capacidades resultantes, que mejoran la formación integral del individuo.	Capacidades motrices	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Resistencia ❖ Fuerza ❖ Velocidad ❖ Flexibilidad 	<p>¿Cree usted que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?</p> <p>¿Piensa usted que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?</p> <p>¿Está usted de acuerdo que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?</p> <p>¿Conoce usted que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?</p> <p>¿Sabía usted que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?</p>	<p>Encuestas.</p> <p>Padres de familia.</p> <p>Docentes del área de cultura física.</p> <p>Cuestionarios estructurados.</p>
	Capacidades perceptivo-motrices	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Coordinación ❖ Equilibrio 		
	Capacidades resultantes	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Agilidad 		

Elaborado por el investigador: David Rivera (2013)

3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.

La técnica que utilizaré para esta e investigación son las encuestas y consultas determinadas hacia los docentes de cultura física y padres de familia de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato, en diferentes aspectos como también las sugerencias que se presentan ante los fundamentos básicos y su relación con el desarrollo de las capacidades físicas.

Encuesta.

Se realizará una encuesta a los docentes de cultura física y padres de familia de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato, mediante la utilización de cuestionarios con preguntas objetivas que permitan la recolección de los datos sobre los lineamientos de la investigación.

3.7. PLAN DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.

Cuadro Nº 4.

PREGUNTAS BASICAS	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación.
¿De qué personas u objetos?	De los docentes de cultura física y padres de familia de los niños de 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.
¿Sobre qué aspectos?	Indicadores matriz, operacionalización de variables.
¿Quién? ¿Quiénes?	Investigador David Rivera
¿Cuándo?	Inicio Abril 2013 a Agosto 2013
¿Dónde?	Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.
¿Cuántas veces?	Aplicaciones 1
¿Qué técnicas de recolección?	Encuestas.
¿Con que?	Cuestionarios estructurados
¿En qué situación?	Práctica de fútbol

Elaborado por el investigador: David Rivera (2013)

3.8. PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.

- Como primer paso será la realización del instrumento de investigación previo al problema planteado.
- Luego la aplicaré al personal docente del área de cultura física de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato
- Una vez cogida toda la información la analizaré fomentando una revisión crítica analizando e interpretando sobre las encuestas planteadas.
- Estableceré la información y la tabularé.
- Finalmente realizaré las tablas y cuadros que permiten interpretar los resultados recogidos durante las encuestas planteadas a los docentes del área de cultura física como a los padres de familia de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A continuación detallaré las variables independiente y dependiente del tema de investigación y observaremos el índice del que refleja el tema como son “LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE 6^{to} AÑO DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BASICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”.

Realizado a los docentes y padres de familia.

4.1 ANÁLISIS DE DATOS.

4.2 INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES

CUESTIONARIO DE PREGUNTAS:

Pregunta N° 1

¿Piensa usted que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?

Cuadro N° 5: Gestos Técnicos.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 5 Gestos Técnicos.



Análisis.

En esta pregunta 1 en la que se aplicó a los docentes ellos contestaron en un 100% que si, los fundamentos básicos del fútbol son gestos técnicos que contribuyen a la formación del niño hacia su aprendizaje.

Interpretación.

En esta pregunta en la que fue aplicada a los docentes ellos contestaron positivamente por lo que podemos darnos cuenta que los gestos técnicos son indispensables hacia la formación del niño contribuyendo al aprendizaje y desarrollo de aptitudes físicas.

Pregunta N° 2

¿Conocía usted que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?

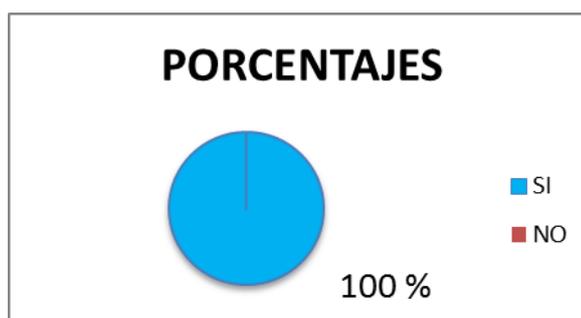
Cuadro N° 6: Fundamentos básicos del fútbol.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Gráfico N° 6 Fundamentos básicos del fútbol.



Análisis.

De igual manera se ha realizado una pregunta aplicada a los docentes sobre si el pase, conducción del balón dribling forman parte de los fundamentos básicos del fútbol en la que contestaron positivamente tal y como se observa en la gráfica.

Interpretación.

Como podemos observar en la gráfica los docentes contestaron positivamente hacia la pregunta planteada ya que ellos conocen que dentro de los fundamentos técnicos de fútbol existe el pase, conducción del balón como el dribling y estos a su vez contribuyen a la formación del niño.

Pregunta N° 3

¿Cree usted que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?

Cuadro N° 7: Utilización del balón.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 7 Utilización del balón.



Análisis.

Dentro de la pregunta 3 aplicada de igual manera a los docentes sobre si la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos del fútbol ellos contestaron positivamente como se observa en la gráfica

Interpretación.

En esta pregunta que se le aplicó a los docentes sobre si la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos del fútbol, ellos estar de acuerdo con la pregunta por lo que saben la necesidad primordial que es trabajar con el balón para seguir perfeccionando cada uno de los fundamentos básicos para luego seguirlos perfeccionando.

Pregunta N° 4

¿Está usted de acuerdo que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?

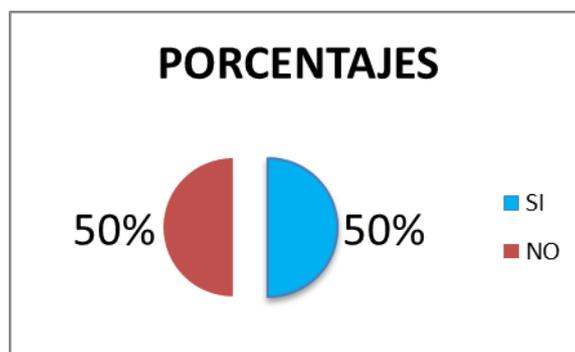
Cuadro N° 8: Juego colectivo.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	1	50%
NO	1	50%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 8 Juego colectivo.



Análisis.

Como podemos observar en la gráfica los docentes no comparten la misma opinión por lo que contestaron indistintamente dividiendo sus opiniones de la misma manera como se puede ver en la gráfica.

Interpretación.

Dentro de esta pregunta podemos observar que los docentes no comparten la misma opinión en la que dividen los criterios igualmente puesto que aducen que no siempre el juego colectivo ayuda a mejorar los fundamentos básicos del fútbol sino mas bien aducen que parte de este ayuda los ejercicios manejados con el balón, mientras que el otro tanto afirma que el juego colectivo y la utilización del balón son indispensables en la formación del niño.

Pregunta N° 5

¿Cree usted que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?

Cuadro N° 9: Resistencia, Fuerza, Velocidad y Flexibilidad.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 9 Resistencia, Fuerza, Velocidad y Flexibilidad.



Análisis.

De igual manera se ha realizado la pregunta 5 a los docentes sobre si las capacidades físicas forman parte del desarrollo del niño en la que los docentes están de acuerdo con la pregunta aplicada por lo que podemos notar el 100% de los encuestados en lo que contestaron positivamente como se puede observar en la gráfica.

Interpretación.

Dentro de esta pregunta aplicada al personal docente de cultura física podemos observar que todos comparten la misma opinión, de lo que debemos indicar que la resistencia, fuerza, flexibilidad, y la velocidad forman parte de las capacidades físicas de los niños que de acuerdo a una práctica de ejercicios adecuada se puede desarrollar estas capacidades adecuadamente.

Pregunta N° 6

¿Piensa usted que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?

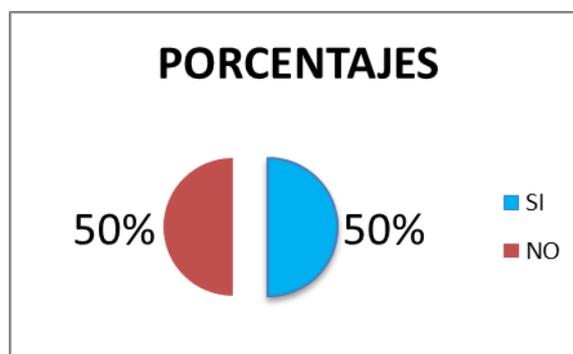
Cuadro N° 10: Actividades físicas.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	1	50%
NO	1	50%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 10 Actividades físicas.



Análisis.

Dentro de esta pregunta 6 aplicada de la misma manera a los docentes, en la que podemos darnos cuenta que no comparten la misma opinión y nos genera como resultado un 50%, y 50% dividiendo los criterios tal y como se observa en la gráfica.

Interpretación.

Como podemos observar en la gráfica no todos comparten la misma opinión ya que la mitad de ellos aducen que no siempre las actividades físicas mejoran las capacidades, mientras que el otro porcentaje aduce lo contrario que solo las actividades físicas ayudan a mejorar y desarrollas las capacidades físicas de los niños, por lo que debemos enfatizarnos sobre esta pregunta en la que debemos unificar los criterios positivamente.

Pregunta N° 7

¿Está usted de acuerdo que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?

Cuadro N° 11: Capacidades perceptivo-motrices.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 11 Capacidades perceptivo-motrices.



Análisis.

En esta pregunta 7 aplicada a los docentes como podemos observar en la gráfica todos están de acuerdo con la pregunta ya que las capacidades perceptivo-motrices son indispensables para el desarrollo y formación del niño en base al desarrollo de sus capacidades.

Interpretación.

Como podemos darnos cuenta los docentes contestaron positivamente ya que conocen que las capacidades perceptivo-motrices son indispensables en la formación y desarrollo de las capacidades físicas de los niños, que a la larga serán de gran utilidad para su propio desenvolviendo dentro de cualquier actividad deportiva.

Pregunta N° 8

¿Conoce usted que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?

Cuadro N° 12: Equilibrio y Coordinación.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Gráfico N° 12 Equilibrio y Coordinación.



Análisis.

De la misma manera se preguntó a los docentes sobre si el equilibrio y la coordinación son indispensables para el desarrollo de las capacidades físicas en la que todos contestaron positivamente por lo que podemos observar en la gráfica el 100% de los encuestados.

Interpretación.

En esta pregunta 8 realizada a los docentes de la institución sobre si el equilibrio y la coordinación son fundamentales en el desarrollo de las capacidades físicas ellos contestaron positivamente dando como resultado el 100% en la que afirman la pregunta positivamente.

Pregunta N° 9

¿Sabía usted que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?

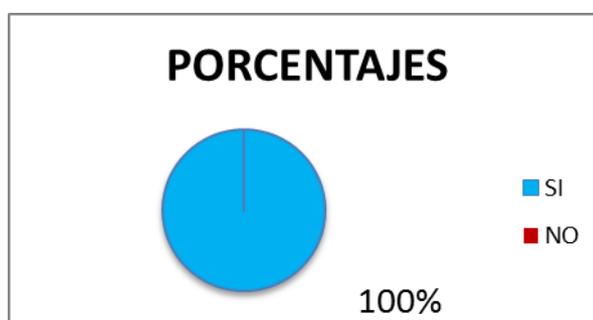
Cuadro N° 13: Capacidad Física Agilidad.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	2	100%
NO	0	0%
TOTAL	2	100%

Fuente: Docentes de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Gráfico N° 13 Capacidad física Agilidad.



Análisis.

En esta pregunta 9 aplicada a los docentes sobre si las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas en la que contestaron positivamente como podemos observar en la gráfica del 100% de los encuestados.

Interpretación.

En esta pregunta que se realizó a los docentes ellos contestaron positivamente por lo que podemos darnos cuenta que las capacidades resultantes como es la agilidad forma gran parte del desarrollo de las capacidades físicas que ayudan al desarrollo interactivo del niño con el deporte.

ENCUESTA A LOS PADRES DE FAMILIA

CUESTIONARIO DE PREGUNTAS:

Pregunta N° 1

¿Piensa usted como padre de familia que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?

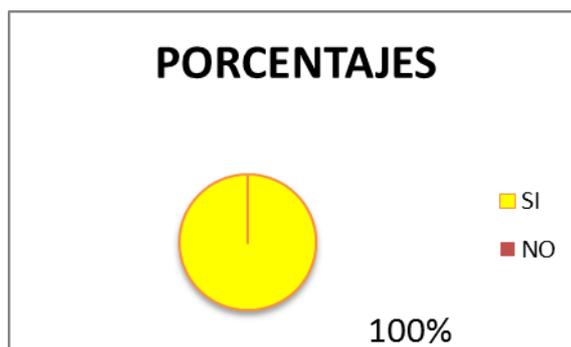
Cuadro N° 14: El Pase, Conducción, Dribling y Remate.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	39	100%
NO	0	0%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 14 El pase, Conducción, Dribling y Remate.



Análisis.

Como podemos observar en la gráfica acerca de la pregunta 1 en la que se detalla si los gestos técnicos como es el pase, conducción, dribling y remate son indispensables en los fundamentos básicos del fútbol por lo que nos damos cuenta que todos están de acuerdo con la pregunta.

Interpretación.

Como podemos observar en la gráfica los padres de familia saben que dentro de los fundamentos básicos del fútbol está el pase, la conducción, el dribling y el remate que son indispensables para el aprendizaje de cada uno de los gestos técnicos dentro de la formación del niño.

Pregunta N° 2

¿Cree usted como padre de familia que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?

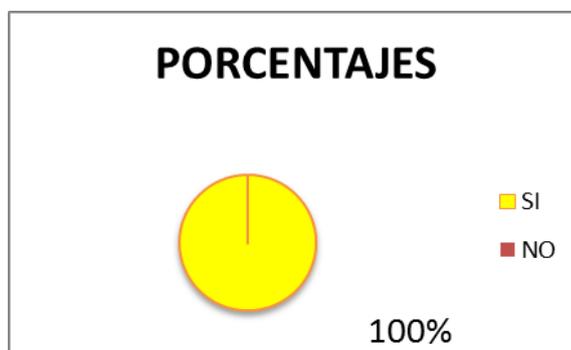
Cuadro N° 15: Utilizar el balón indispensable para los fundamentos.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	39	100%
NO	0	0%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 15 Utilizar el balón indispensable para los fundamentos.



Análisis.

En esta pregunta 2 dirigida a los padres de familia podemos darnos cuenta que todos están de acuerdo con la pregunta aplicada en la que se detalla si la utilización del balón ayuda a mejorar los fundamentos básicos del fútbol en la que debemos indicar que todos contestaron positivamente como se observa en la gráfica.

Interpretación.

En esta pregunta podemos darnos cuenta que los padres de familia saben que la utilización del balón dentro de la práctica de fútbol ayuda a mejorar los fundamentos básicos para luego perfeccionarlos en la que los niños podrán satisfacer sus necesidades de acuerdo a la actividad deportiva.

Pregunta N° 3

¿Conocía usted como padre de familia que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?

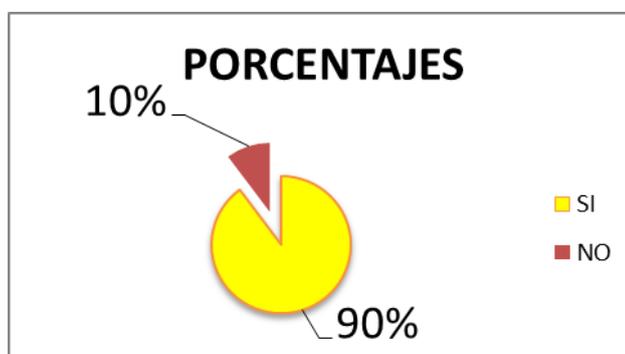
Cuadro N° 16: Los fundamentos básicos del fútbol.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	35	90%
NO	4	10%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 16 Los fundamentos básicos del fútbol.



Análisis.

De igual manera se ha realizado una tercera pregunta aplicada a los padres de familia en la que podemos observar en la gráfica que no todos comparte la misma opinión por lo que tiene criterios diferentes, y por lo que es indispensable trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Interpretación.

En esta pregunta en la que se indicó a los padres de familia si conocen que el pase, el dribling, el remate y la conducción forman parte de los fundamentos básicos del fútbol ellos contestaron indistintamente pero una gran mayoría está de acuerdo, y por lo que es necesario trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Pregunta N° 4

¿Está usted de acuerdo como padre de familia que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?

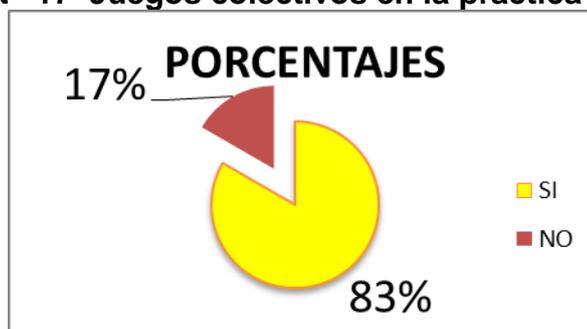
Cuadro N° 17: Juegos colectivos en la práctica del fútbol.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	32	83%
NO	7	17%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 17 Juegos colectivos en la práctica del fútbol.



Análisis.

De igual manera se ha realizado una cuarta pregunta aplicada a los padres de familia en la que se indicó si están de acuerdo que los juegos colectivos ayudan a mejorar el aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol, por lo que debemos indicar que no todos están de acuerdo como podemos observar en la gráfica un 83% aduce estar de acuerdo mientras que el 17% no lo está o no conoce bien sobre el tema.

Interpretación.

Como se observa en la gráfica los criterios son compartidos indistintamente por los padres de familia pero una gran mayoría está de acuerdo con la pregunta planteada siendo este un total del 83% mientras que una minoría no comparte la misma opinión por lo que es indispensable trabajar por esa minoría para unificar los criterios.

Pregunta N° 5

¿Cree usted como padre de familia que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?

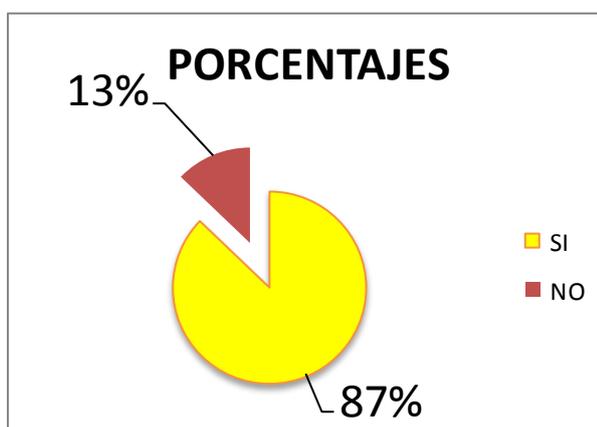
Cuadro N° 18: Las capacidades físicas.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	34	87%
NO	5	13%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 18 Las capacidades físicas.



Análisis.

En esta pregunta cinco aplicada a los padres de familia en la que se detalla si creen que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños ellos contestaron indistintamente por lo que no comparten los criterios tal y como muestra la gráfica.

Interpretación.

En esta pregunta podemos darnos cuenta que no todos comparten el mismo criterio pero una mayoría está de acuerdo mientras que una minoría no lo está por lo que es fundamental trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Pregunta N° 6

¿Piensa usted como padre de familia que la ejecución de actividades físicas ayuda a mejorar las capacidades físicas?

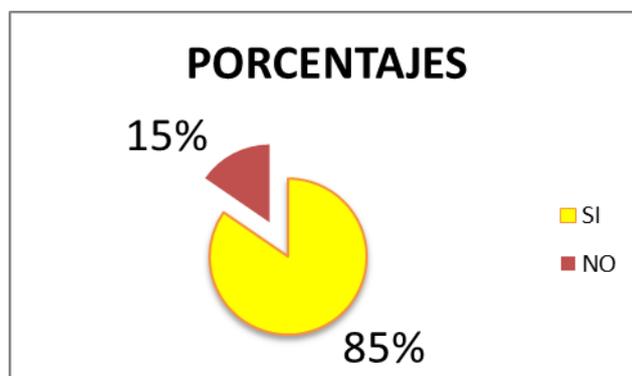
Cuadro N° 19: Actividades físicas.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	33	85%
NO	6	15%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 19 Actividades físicas.



Análisis.

Podemos observar de igual manera en la gráfica sobre la pregunta 6 aplicada a los padres de familia en la que contestaron indistintamente tal y como se puede observar en la gráfica, pues no todos comparten la misma opinión pero si una gran mayoría está de acuerdo con la pregunta aplicada.

Interpretación.

Como podemos darnos cuenta los padres de familia contestaron indistintamente pero si podemos observar que existe una gran mayoría que está de acuerdo con la pregunta planteada, y en lo que se debe trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Pregunta N° 7

¿Está usted de acuerdo como padre de familia que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?

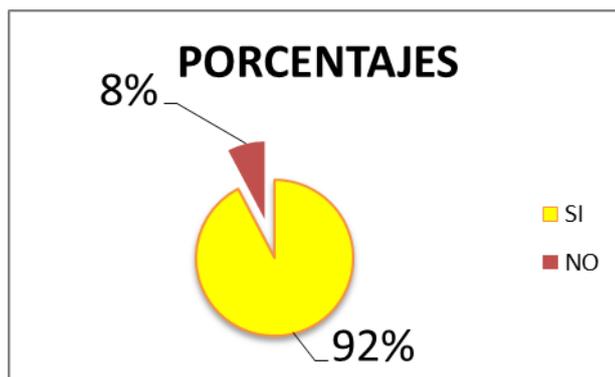
Cuadro N° 20: Capacidades perceptivo-motrices.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	36	92%
NO	3	8%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Gráfico N° 20 Capacidades perceptivo-motrices.



Análisis.

En esta pregunta 7 aplicada a los padres de familia podemos observar en la gráfica que no todos comparten la misma opinión pero si una mayoría está de acuerdo con la pregunta planteada mientras que solo una minoría no comparte la misma opinión y por ende es necesario trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Interpretación.

Debemos indicar que un gran porcentaje de padres de familia que corresponde al 92% conoce sobre las cualidades físicas las cuales ayudan al desarrollo del niño en base a las actividades deportivas que ellos realizan, como son las capacidades perceptivo-motrices.

Pregunta N° 8

¿Conoce usted como padre de familia que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?

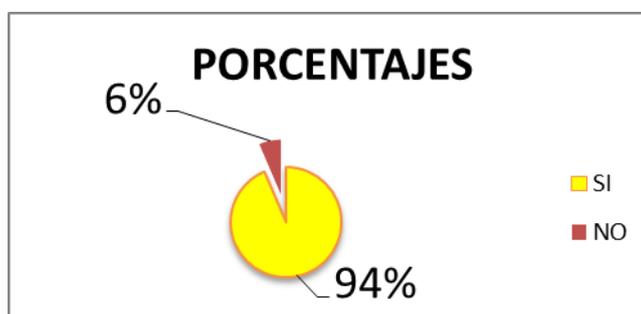
Cuadro N° 21: Actividades de equilibrio y coordinación.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	37	94%
NO	2	6%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 21 Actividades de equilibrio y coordinación.



Análisis.

En la pregunta 8 aplicada a los padres de familia podemos observar en la gráfica que no todos comparten la misma opinión pero una gran mayoría aduce estar de acuerdo que corresponde al 94% mientras que una minoría que corresponde al 6% no lo está, por lo que debemos indicar que no todos conocen bien sobre el tema o la pregunta planteada.

Interpretación.

Como podemos darnos cuenta un gran porcentaje de padres de familia que corresponde al 94% sabe que las actividades de equilibrio y coordinación son de gran ayuda para mejorar las capacidades físicas de los niños mientras que una minoría no lo ve así, por lo que es necesario trabajar por esa minoría para unificar los criterios positivamente.

Pregunta N° 9

¿Sabía usted como padre de familia que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?

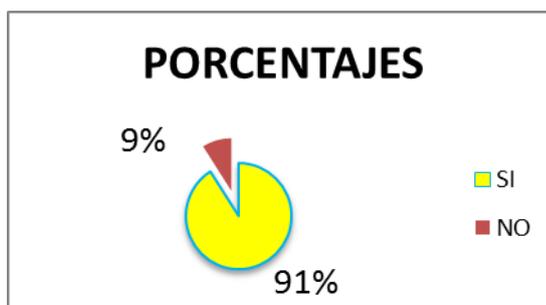
Cuadro N° 22: Las capacidades resultantes mejoran las capacidades físicas.

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	%
SI	35	91%
NO	4	9%
TOTAL	39	100%

Fuente: Encuesta Padres de Familia de la Escuela “Manuela Espejo”.

Elaborado por: David Rivera.

Grafico N° 22 Las capacidades resultantes mejoran las capacidades físicas.



Análisis.

Podemos observar en la gráfica sobre la pregunta 9 aplicada a los padres de familia en la que contestaron indistintamente pero si una gran mayoría está de acuerdo que las capacidades como la agilidad forma parte de las capacidades físicas.

Interpretación.

En esta pregunta los padres de familia contestaron indistintamente una mayoría está de acuerdo mientras que una minoría que refleja el 9% no lo está pero debemos indicar que la agilidad es parte fundamental de las capacidades físicas ya que genera la reacción del deportista al estar sujeto a alguna actividad.

4.3 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.

VERIFICACIÓN DE HIPOTESIS: Hipótesis, Argumento y Verificación.

ARGUMENTO.

4.3.1 Combinación de Frecuencias.

Para establecer la correspondencia de las variables se eligió nueve preguntas de la encuesta, cuatro preguntas por la variable independiente y cinco preguntas de la variable dependiente en estudio.

4.3.2 Hipótesis.

Ho. Los fundamentos básicos de fútbol **no** inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Hi. Los fundamentos básicos de fútbol **si** inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

4.3.3 Selección del nivel de significación.

Se utilizó el nivel $\alpha = 0,05$

4.3.4 Descripción de la Población.

Se trabajó con toda la muestra que corresponde a 80 integrantes dentro de la práctica de los fundamentos básicos del fútbol, en la que constan niños del 6^{to} año de educación básica, docentes y padres de familia.

4.3.5 Especificación del Estadístico.

De acuerdo a la tabla de contingencia 9 X 2 se utiliza la siguiente fórmula:

- $X^2 = \Sigma (O-E)^2 / E$

4.3.6 Especificación de la región de aceptación y rechazo.

Primero se determina los grados de libertad, conociendo que el cuadro está formado por 9 filas y 2 columnas.

$$Gl = (f-1) \cdot (c-1)$$

$$Gl = (9-1) \cdot (2-1)$$

$$Gl = 8 \cdot 1 = 8$$

Entonces con 8 Gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla de Chip cuadrado, el valor es de 15.51 por consiguiente se acepta la hipótesis alternativa para todo valor de Chip cuadrado que se encuentre hasta el valor 15.51 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 15.51.

La representación gráfica sería:

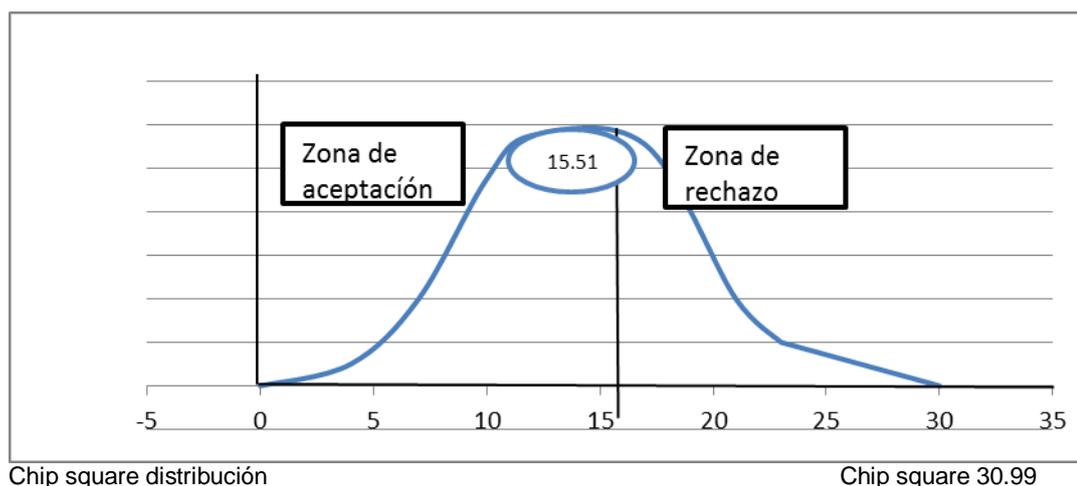


Gráfico 23: Representación del Chip cuadrado.

Elaborado por: David Rivera (2013).

4.3.7 Recolección de datos y cálculo de los estadísticos.

Cuadro 23: Frecuencias Observadas.

PREGUNTA	CATEGORÍAS		SUB
	SI	NO	TOTAL
1. ¿Piensa usted que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?	80	0	80
2. ¿Conocía usted que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?	80	0	80
3. ¿Cree usted que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?	72	8	80
4. ¿Está usted de acuerdo que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?	66	14	80
5. ¿Cree usted que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?	70	10	80
6. ¿Piensa usted que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?	67	13	80
7. ¿Está usted de acuerdo que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?	74	6	80
8. ¿Conoce usted que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?	75	5	80
9. ¿Sabía usted que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?	73	7	80
SUBTOTAL	657	63	720

Elaborado por: David Rivera (2013).

Cuadro 24: Frecuencias Esperadas.

PREGUNTA	CATEGORÍAS		SUB TOTAL
	SI	NO	
1. ¿Piensa usted que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?	73	7	80
2. ¿Conocía usted que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?	73	7	80
3. ¿Cree usted que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?	73	7	80
4. ¿Está usted de acuerdo que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?	73	7	80
5. ¿Cree usted que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?	73	7	80
6. ¿Piensa usted que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?	73	7	80
7. ¿Está usted de acuerdo que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?	73	7	80
8. ¿Conoce usted que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?	73	7	80
9. ¿Sabía usted que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?	73	7	80
SUBTOTAL	657	63	720

Elaborado por: David Rivera (2013).

Cuadro 25: Cálculo del Chip Cuadrado.

O	E	O-E	(O-E) ²	(O-E) ² /E
80	73	7	49	0,67123288
0	7	-7	49	7
80	73	7	49	0,67123288
0	7	-7	49	7
72	73	-1	1	0,01369863
8	7	1	1	0,14285714
66	73	-7	49	0,67123288
14	7	7	49	7
70	73	-3	9	0,12328767
10	7	3	9	1,28571429
67	73	-6	36	0,49315068
13	7	6	36	5,14285714
74	73	1	1	0,01369863
6	7	-1	1	0,14285714
75	73	2	4	0,05479452
5	7	-2	4	0,57142857
73	73	0	0	0
7	7	0	0	0
720	720			30,9980431

Elaborado por: David Rivera (2013).

4.3.8 Decisión Final.

Con 8 grados de libertad y un nivel de 0.05, se obtiene en la tabla 15.51, y como el valor de Chip cuadrado es de **30.99** como la hipótesis nula se encuentra fuera de la región de aceptación se rechaza y se acepta la hipótesis alternativa.

VERIFICACIÓN.

Ante las evidencias comprobadas sobre: Los fundamentos básicos de fútbol **si** inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Se valora que los fundamentos básicos de fútbol si inciden en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.

Por tanto se comprueba la Hipótesis como verdadera.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES.

Mediante el desarrollo de la presente investigación se a podido llegar a las siguientes conclusiones:

- El fútbol como una disciplina deportiva contribuye directamente en el desarrollo de las capacidades físicas de los niños, en las que reflejan coordinación, agilidad, fuerza, velocidad, y resistencia las mismas que se irán perfeccionando en base a la actividad deportiva que realice.
- Una inadecuada enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol genera complicaciones en el desarrollo coordinativo, como son: las capacidades perceptivo-motrices que ayudan al desenvolvimiento personal del niño en cualquier actividad física.
- El Docente es el principal eje en el desarrollo del niño, que en base a los ejercicios y diferentes actividades deportivas incrementa el desarrollo de las capacidades físicas.
- Los docentes del área de cultura física de la institución carecen de una guía teórica y práctica de los fundamentos básicos de futbol que contribuya al desarrollo de las capacidades físicas de los niños.

5.2. RECOMENDACIONES.

- Capacitar a los docentes del área de cultura física, la aplicación de estrategias metodológicas sobre los fundamentos básicos de fútbol que desarrollen las capacidades físicas de los niños de la Escuela “Manuela Espejo”.
- Estimular a los docentes del área de cultura física de la Institución para que las clases se han impartidas acorde a la edad del niño de modo que avance progresivamente, desarrollando sus capacidades físicas mediante la práctica de los fundamentos básicos del fútbol.
- Los docentes del área de cultura física deben ser los precursores en el perfeccionamiento de los gestos técnicos mediante juegos prácticos y ejercicios determinados para cada uno de los fundamentos básicos de fútbol.
- Proporcionar a los docentes del área de cultura física de la institución una guía teórica y práctica de los fundamentos básicos de futbol que contribuya al desarrollo de las capacidades físicas de los niños.

CAPITULO VI

PROPUESTA

TÍTULO DE LA PROPUESTA.

GUÍA TEÓRICA Y PRÁCTICA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FÚTBOL QUE CONTRIBUYA AL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”

6.1 DATOS INFORMATIVOS.

Institución: Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo”.

Ubicación: Calles Toa y Quimbalemba Sector: Ciudadela San Antonio.

Cantón: Ambato.

Provincia: Tungurahua.

Teléfonos: 2845235 / 2842801

Dirección electrónica: <https://www.facebook.com/.../Escuela-de-Educacion-Basica-Manuela-Es...>

Modalidad de estudios: 1^{er} año hasta 10^{mo} año de educación básica.

Número de estudiantes del plantel: 1354.

Número de docentes del plantel: 42.

6.2.- ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.

Con la realización de esta investigación se pudo verificar lo esencial que es el impartir una correcta enseñanza que vaya acorde a la edad del niño buscando adecuar los fundamentos básicos de fútbol, que faciliten al desarrollo de las capacidades físicas para que en lo posterior puedan desenvolverse independientemente en cualquier actividad deportiva a la que ellos estén sujetos o puedan interactuar con la sociedad.

Al estar encaminados a enseñar e impartir ejercicios que sean de ayuda para el niño, mediante actividades deportivas se conoce que las actividades son los entes primordiales para que el niño vaya desarrollando sus cualidades y muestre interés por la forma de hacerlo y ejecutar en la práctica lo más adecuadamente posible como es en este caso la actividad deportiva de fútbol.

Cada uno de los docentes que estén inmersos en la enseñanza del niño sea este en el aspecto deportivo o simplemente en las horas de actividad dentro de la cultura física debe estar sujeto a normas y métodos que sigan una misma línea contribuyendo al niño a la formación y desarrollo de sus cualidades físicas mediante los roles específicos que debe impartir el docente dentro de cualquier actividad deportiva.

Uno de los propósitos indispensables para el docente es ejemplificar una correcta enseñanza que busque en el niño el interés por las diferentes actividades deportivas, dotando en el la relación de docente-estudiante, y sus principios de contribuir con el niño el de mejorar sus capacidades físicas como son fuerza, reacción, velocidad, y resistencia que mediante la práctica adecuada y los movimientos fundamentales generan el desarrollo de las aptitudes físicas del niño, para intervenir en una

sociedad que esté llena del ámbito deportivo para su propio desenvolvimiento personal.

6.3.- JUSTIFICACIÓN.

Mediante la realización de esta investigación estaré contribuyendo tanto al docente como al niño la correcta enseñanza y aprendizaje que vaya acorde a la edad, siendo una investigación importante ya que fomentará en los docentes los parámetros fundamentales sobre la práctica deportiva del fútbol y los fundamentos básicos que estén encaminadas al desarrollo de las capacidades físicas del niño.

Es de gran utilidad esta investigación pues la gran ayuda será para el niño ya que son ellos los que se están incursionando en una sociedad que está en constante cambio dentro del ámbito deportivo, en la que busca el propio desenvolvimiento dentro de las diferentes actividades deportivas para lo cual genera el desarrollo de las capacidades físicas.

De la misma manera esta investigación causará un gran impacto dentro de la institución pues generará cambios estratégicos para el correcto desarrollo de las capacidades físicas en los niños, como también puedo indicar que se sentirán satisfechos los padres de familia pues verán niños van incrementando el interés deportivo sin dificultad de hacerlo o interactuar con la sociedad.

Los beneficiados de este tema de investigación serán primordialmente los niños, los docentes, autoridades del plantel y padres de familia pues conocerán los verdaderos cambios que generan la correcta enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol generando el desarrollo de las capacidades físicas mediante cada uno de los ejercicios.

6.4.-OBJETIVOS.

6.4.1.- OBJETIVO GENERAL.

Elaborar una guía teórica y práctica sobre los fundamentos básicos de fútbol que contribuyan al desarrollo de las capacidades físicas de los niños.

6.4.2.- OBJETIVOS ESPECIFICOS.

1.- Establecer los fundamentos básicos del fútbol como ente primordial de enseñanza a los niños.

2.- Ejecutar los ejercicios dentro de la práctica deportiva de fútbol que mejore el desarrollo de las capacidades físicas.

3.- Evaluar el interés del niño hacia la práctica de los fundamentos básicos de fútbol, en la que se encuentren juegos de atracción a la actividad.

6.5.- ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD.

Este tema de investigación es factible ya que contribuiré con las necesidades dentro de la institución como es el de mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los niños en base a las diferentes actividades deportivas y de acuerdo a los fundamentos básicos de fútbol, lo cual ayudará al niño a mejorar cada una de sus dificultades físicas, llevándolo a adquirir aptitudes y mejorar sus gestos técnicos deportivos en base a su edad y realización del ejercicio.

Esta propuesta es factible ya que trata de una propuesta de acción para resolver un problema práctico y satisfacer las necesidades que implique

tanto para los docentes como para los niños, ya que los dos están encaminados a solventar el aprendizaje como la enseñanza de los fundamentos básicos de fútbol que mediante ejercicios deportivos ayudan al desarrollo de las capacidades físicas.

Este tipo de investigación es factible porque permite la elaboración de la propuesta cuyo propósito es satisfacer las necesidades que falta incentivar en los niños como son el desarrollo de capacidades físicas de acuerdo a una metodología, en este caso una guía teórica y práctica de ejercicios de los fundamentos básicos de fútbol respondiendo a la necesidad de mejorar el desarrollo de las capacidades físicas de los niños de acuerdo a las diferentes actividades deportivas.

Este trabajo de investigación es factible puesto que se realizará con el apoyo de personas colaboradoras como son las siguientes:

- Padres de Familia de la Institución.
- Niños del 6to año de Educación Básica.
- Autoridades del plantel.
- Personal docente.

Dentro del aspecto económico, existirá un gran apoyo por las personas colaboradoras que estén inmersas dentro de mi tema de investigación, las cuales se encuentran colaborando hasta la culminación de esta investigación.

Cuadro № 26 Gastos

DETALLES	VALOR
Elaboración de la tesis	\$630
Defensa de la tesis	\$150
Material didáctico para las conferencias	\$50
Gastos varios	\$50
Total gastos	\$880

Elaborado por: David Rivera (2013).

6.6.- FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA.

El fútbol es un lenguaje universal de millones de personas en todo el mundo, incluidos niños, niñas y adolescentes, independientemente de su lugar de origen, idioma que hablen o religión a la que pertenezcan. El fútbol es el deporte más popular del mundo llamado "deporte rey"

Los fundamentos básicos del fútbol.

Los fundamentos básicos del fútbol son acciones que primero se enseñan y luego se entrenan.

Se presentan muy pocas veces separados entre sí.

La mayoría de las veces los movimientos parciales y los elementos técnicos se entrelazan.

Estos fundamentos básicos con el balón son todas las acciones a través de gestos técnicos destinados a una óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego colectivo.

Buscan una eficaz comunicación técnica entre los jugadores: Los fundamentos a trabajar son: El pase, conducción, dribling, remate.

Para el fútbol base, resulta sencillo clasificar los fundamentos básicos en tres familias:

- Controlar el balón.
- Conducir el balón.
- Golpear el balón.

Controlar el balón.



El control.

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

El toque.

Repetido regularmente, desarrolla en los jóvenes futbolistas cualidades de destreza, de coordinación y también de equilibrio. Unos elementos que favorecerán una adquisición más rápida del resto de gestos técnicos.

2. Conducir el balón.



La conducción.

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

Finalmente, conducir el balón con la cabeza levantada permite tener una visión periférica y realizar correctamente la jugada que el juego requiere.

El regate.

Es un medio de progresión individual entre adversarios. El regate permite al jugador en posesión del balón eliminar a uno o varios adversarios para:

- Iniciar una acción y asumir riesgos individuales.
- Preparar una acción colectiva.
- Ganar tiempo y lograr el apoyo de los compañeros.
- Engañar al adversario (noción de finta).

3. Golpear el balón.



El pase.

Acción de dar el balón a un compañero. Constituye el elemento primordial del juego colectivo. Argumento principal del juego, el pase permite al equipo:

- Conservar colectivamente el balón.
- Preparar los ataques.
- Invertir el juego.
- Contraatacar.
- Dar el pase de gol o último pase.

Los centros, tipo de pase corto o largo, pueden considerarse como preparatorios del disparo, por lo que son equiparables a un último pase.

El disparo.

Gesto que intenta enviar el balón hacia la portería rival. Constituye la conclusión lógica, la culminación de un ataque. Es la finalidad del fútbol. Requiere cualidades técnicas (buen golpeo de balón, precisión en las trayectorias), cualidades físicas (potencia, coordinación, equilibrio) y cualidades mentales (determinación, audacia, confianza en uno mismo).

Cuadro No 27: Cuadro general de objetivos, técnicos, táctico y físicos en el entrenamiento del niño y adolescente.

EDAD	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS TÉCNICOS	OBJETIVOS TÁCTICOS	OBJETIVOS FÍSICOS
6-7 Años	Despertar en el niño el interés y la motivación para jugar al fútbol, mediante su participación en actividades recreativas.	Estímulo de las destrezas motoras y las habilidades preceptuales. Conducción.	Posesión Apoyo Cobertura.	Caminar, Correr, Saltar, Galopar, Reptar, Rodar, Patear, Caballito, Lanzar, Apañar.
8 - 9 - 10 AÑOS	Estímulo y consolidación de capacidades físicas, psicológicas y las habilidades motoras y destrezas preceptuales, mediante la participación del niño en actividades de entrenamiento simple.	Aprendizaje, corrección y mejoría en la ejecución de los gestos técnicos. Recepción Pase borde interno, externo y empeine Remate pie y cabeza Dominio.	Retardación Equilibrio Concentración Control Amplitud Movilidad Penetración Improvisación	a)Agilidad b)Equilibrio c)Orientación espacial d)Ritmo e)Lateralidad f)Esquema corporal g)Motora gruesa y fina h)Movilidad i)Reacción acústica y visual
11-12 AÑOS	Mayor precisión y adaptación al juego del fútbol de las habilidades físicas, psicológicas y capacidades técnico-tácticas por medio de condiciones de entrenamiento más real y su puesta en acción en realidad de juego.	Perfección en la ejecución de los gestos técnicos aplicados en situaciones reales de juego.	Línea de fondo Cambio de ritmo Jugada de pared Superioridad numérica Invadir zona Marcación individual Marcación en zona Anticipación Diagonal defensiva Coberturas Fuera de juego.	Resistencia aeróbica. Velocidad Fuerza.
13 A MÁS	Utilización de acciones físicas, psicológicas y técnico-tácticas específicas bajo condiciones máximas de competencia.	Aplicación del gesto técnico en realidad de competencia.	Conocimiento y aplicación de sistemas de juego y sus variantes.	Inicio de procesos de entrenamiento sistemático.

Elaborado por: David Rivera (2013).

6.7.-METODOLOGIA. MODELO OPERATIVO.

TEMA: Elaboración de una guía teórica y práctica de los fundamentos básicos del fútbol que contribuya al desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato”.

Cuadro Nº 28: Modelo Operativo.

OBJETIVOS	CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	TIEMPO
Elaboración de una guía teórica y práctica de los fundamentos básicos del fútbol que contribuya al desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato”.	<p>La fase I Describe los gestos técnicos como fundamentos básicos del fútbol.</p> <p>La fase II Ejercicios de los fundamentos básicos del fútbol.</p> <p>La fase III Describe la parte objetiva del desarrollo de las capacidades físicas en base a la práctica del fútbol.</p>	Aplicar ejercicios que faciliten el desarrollo de las capacidades físicas mediante la práctica de los fundamentos básicos del fútbol que ayude a la formación del niño.	Se cuenta con una guía práctica de ejercicios sobre los fundamentos básicos de fútbol que contribuyen al desarrollo de las capacidades físicas de los niños de 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.	<p>Investigador.</p> <p>Niños del 6^{to} año de educación básica.</p> <p>Docentes del área de cultura física.</p>	Se realizara de acuerdo al tiempo establecido por las autoridades del plantel en relación con el área de cultura física.

Elaborado por: David Rivera (2013).

Cuadro № 29: Plan de Acción.

FASES	METAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
Concientización de los resultados de la investigación.	Hasta el 25 de Septiembre se socializara el 100% de la propuesta en la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” para conocer los resultados de la investigación.	Organizar el esquema de concientización. Reunir a los docentes del área de Cultura Física para la explicación sobre el tema de investigación	Computador Proyector Documentos de apoyo Circulares de convocatoria.	Se realizara de acuerdo al tiempo establecido por las autoridades del plantel en relación con el área de cultura física
Planificación de la propuesta	Hasta el 25 de Septiembre del 2013	Analizar los resultados. Construir la propuesta. Presentar a las autoridades del plantel	Equipo de computación Materiales de oficina.	
Ejecución de la propuesta	En el año lectivo 2013-2014 se ejecutara la propuesta en el 100%	Poner en marcha la propuesta de acuerdo a las fases programadas.		
Evaluación de la propuesta	La propuesta será evaluada permanentemente.	Capacitar a los docentes del área de Cultura Física Elaborar informes sobre el aprendizaje del niño.		

Elaborado por: David Rivera (2013).

6.8.-ADMINISTRACION DE LA PROPUESTA.

Cuadro Nº 30

ORGANISMO	RESPONSABLES	FASES DE RESPONSABILIDAD
Autoridades del plantel Equipo de trabajo Trabajo con los niños del 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.	Autoridades del plantel. Docentes del área de Cultura Física. Investigador. Sr. David Rivera	Organización del proceso de investigación. Diagnostico situacional. Discusión y aprobación. Programación operativa. Ejecución del proyecto.

Elaborado por: David Rivera (2013).

Cuadro Nº 31: Recursos humanos.

RECURSOS HUMANOS	Nº
Niños del 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.	39
Padres de Familia de los niños del 6 ^{to} año de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato.	39
AUTORIDADES DEL PLANTEL Director: Dr. Washington Montaña Correa Profesor de Cultura Física Dr. Cesar Moscoso Supervisor: Lcda. Violeta Andocilla	3
INVESTIGADOR: Sr. David Rivera	1
RECURSOS ECONOMICOS Todos los gastos requeridos para el desarrollo del presente trabajo investigativo correrán a cargo del investigador.	

Elaborado por: David Rivera (2013).

6.9.-PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA.

Cuadro Nº 32

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Quiénes solicitan evaluar?	Interesados en la evaluación. Equipo de gestión. Equipo de proyecto(micro proyecto).
¿Por qué evaluar?	Razones que justifican la evaluación. Conocer el desarrollo de las capacidades físicas en base a los fundamentos básicos de fútbol.
¿Para qué evaluar?	Objetivos del plan de acción. Para mejorar la enseñanza sobre los fundamentos básicos de fútbol.
¿Qué evaluar?	Aspectos a ser evaluados. El aprendizaje de los fundamentos básicos de fútbol en los niños del 6 ^{to} año de Educación Básica.
¿Quién evalúa?	Personal encargado de evaluar. Docentes de área de Cultura Física.
¿Cuándo evaluar?	En periodos determinados de la propuesta. Al inicio del proceso y al final de las clases impartidas sobre los fundamentos básicos de fútbol.
¿Cómo evaluar?	Proceso metodológico. Mediante observación. Test, entrevistas, evaluaciones de lo aprendido.
¿Con que evaluar?	Recursos Fichas, registro, cuestionarios.

Elaborado por: David Rivera (2013).

6.10.- GUÍA TEÓRICA Y PRÁCTICA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FÚTBOL QUE CONTRIBUYA AL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS DE LOS NIÑOS DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA “MANUELA ESPEJO” DE LA CIUDAD DE AMBATO”.



*UN FÚTBOL ADAPTADO AL DESARROLLO DE
LAS CAPACIDADES FÍSICAS FORMANDO AL NIÑO
“DAVID RIVERA” (2013).*

6.10.1.- INTRODUCCIÓN

Como resultado del trabajo del perfeccionamiento de planes y programas que se centra en la formación del niño en base a los fundamentos básicos de fútbol generando el desarrollo de las capacidades físicas, que mediante la actividad deportiva como es el fútbol se ha tenido transformaciones en los contenidos, métodos y procedimientos de la enseñanza que requieren del dominio y profundización por parte del docente en estos aspectos. El fútbol es un deporte que forma parte de los contenidos de enseñanza y fundamental en los niños pues es la disciplina que más se acoge a todo ámbito deportivo en la que se muestra interés por ser partícipe de esta disciplina que continúa con su práctica en la enseñanza técnica y profesional.

El problema científico permite determinar como objeto de estudio una guía teórica y práctica sobre los fundamentos básicos del fútbol, que satisfagan las necesidades de los niños en base a las actividades a las que ellos estén encaminados de acuerdo, a la práctica deportiva se puede desarrollar las capacidades físicas en los niños, generando su propia superación y desenvolvimiento personal dentro de la sociedad.

Proponer un sistema de ejercicios que contribuya al desarrollo de las capacidades físicas en base a los fundamentos básicos del fútbol lo cual facilitará al niño hacer más partícipe dentro de su actividad deportiva sin tener complicaciones que propaguen su nivel competitivo para lo cual detallaré dentro de esta guía teórica y práctica:

- **La fase I.-** Describe los gestos técnicos como fundamentos básicos del fútbol.
- **La fase II.-** Describe la parte objetiva del desarrollo de las capacidades físicas en base a la práctica del fútbol.
- **La fase III.-** Ejercicios de los fundamentos básicos del fútbol.

6.10.2.- FASE I

6.10.2.1.- GESTOS TÉCNICOS COMO FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FÚTBOL.

CONDUCCIÓN Y RECEPCIÓN

Conducción.

La conducción es necesaria para lograr una mejor penetración sobre la defensa del equipo contrario y, además, se tiene la posibilidad de dar un pase a un compañero, para que tenga posibilidad de un gol. Por medio de la conducción podemos cambiar de dirección o de velocidad al momento del ataque, la recepción efectiva de un balón nos permite decidir qué vamos a hacer con él inmediatamente: pasar a un compañero, conducir hacia el campo contrario o tirar a gol. El balón se puede conducir de diferentes formas:

a) Con la parte interna del pie. Para realizar este movimiento, se hace una torsión del pie hacia fuera, al balón se le pega con la parte central interna del pie, es decir, el arco que está entre la punta y el talón. Durante la carrera, la punta del pie debe estar hacia fuera, la rodilla flexionada, el tronco inclinado hacia delante y hacia el lado de la pierna de apoyo, los brazos al ritmo natural de carrera y el balón debe ir a cierta distancia del pie, de manera que esté siempre dominado y controlado por el jugador.

b) Con la parte externa del pie. La torsión del pie es contraria a la anterior, la punta del pie debe ir hacia adentro, el balón se lleva con la parte central entre punta y talón, el cuerpo está casi vertical y caído un poco hacia la pierna contraria.

c) Con el empeine total. En esta forma resulta difícil controlar el balón, se debe meter la punta al frente y abajo del balón, para que al llegar al

empeine sea éste el que haga el impulso hacia delante, el eje longitudinal del pie, va siempre hacia delante, en el momento del golpe con el balón, la pierna de la conducción va flexionada por la rodilla, el tronco vertical, un poco hacia delante, la carrera es continua.

Recepción.

Para que se lleve a cabo una recepción correcta, hay que tomar en cuenta cuatro planos imaginarios con relación al cuerpo: plano bajo (pies), dos planos intermedios (muslo y pecho) y plano alto (cabeza) o recepción con los pies (plano bajo) se puede recibir o parar con la parte interna y externa del pie.

a) Parte interna del pie. Pies separados, con la punta al frente y levantado un poco del suelo, la pelota debe tocarse con el arco, sin hacer fuerza o si el balón viene lento, el simple toque la detiene; pero si viene rápida y con fuerza o de arriba hacia abajo, entonces debemos adelantar el pie en dirección donde viene y al tocarla, acompañarla hacia atrás hasta que se detenga.

b) Parte externa del pie. Tocar el balón con la parte media del pie (arco) adelantando éste hacia donde viene la pelota. Al hacer contacto, la pierna se lleva hacia adentro, amortiguando la fuerza de la pelota.

c) Recepción con el muslo. Se flexiona la pierna al frente, al tocar el balón con la parte media del muslo, se hará un poco hacia abajo, con el fin de amortiguar el golpe y que el balón pierda la fuerza que trae, entonces se deja caer el balón hacia los pies y éstos se encargarán de pararla totalmente. La ejecución de este fundamento debe hacerse a pie firme, durante el juego y cuando la pelota venga de arriba hacia abajo, bombeada con fuerza.



Pies separados, con la punta al frente y levantado un poco del suelo, la pelota debe tocarse con el arco, sin hacer fuerza o si el balón viene lento, el simple toque la detiene.

Pero si viene rápida y con fuerza o de arriba hacia abajo, entonces debemos adelantar el pie en dirección donde viene y al tocarla, acompañarla hacia atrás hasta que se detenga.

Tocar el balón con la parte media del pie (arco) adelantando éste hacia donde viene la pelota.

Al hacer contacto, la pierna se lleva hacia adentro, amortiguando la fuerza de la pelota.

Se flexiona la pierna al frente, al tocar el balón con la parte media del muslo, se hará un poco hacia abajo, con el fin de amortiguar el golpe y que el balón pierda la fuerza que trae.

Entonces se deja caer el balón hacia los pies y éstos se encargarán de pararla totalmente. La ejecución de este fundamento debe hacerse.



La ejecución de este fundamento debe hacerse a pie firme, durante el juego y cuando la pelota venga de arriba hacia abajo, bombeada con fuerza.

- c) **Recepción con el pecho.** Ésta se realiza de pie con piernas separadas, semiflexionadas y con el tronco recto.

En cuanto se recibe la pelota en medio del pecho, el tronco debe hacerse hacia atrás, con el fin de amortiguar el golpe y que el balón pierda su fuerza, los brazos se abren al frente completamente relajados.

Recepción con la cabeza.

La posición para este tipo de recepción, debe ser con las piernas separadas y semiflexionadas, tronco recto, brazos al frente relajados.

Al recibir el balón con la cabeza, ésta se hará hacia atrás, amortiguando el golpe y restándole fuerza al balón, para dejarlo caer nuevamente a los pies, a fin de pararlo totalmente con cualquiera de ellas.



PASE Y TIRO A GOL.

Pases.

El fútbol es un juego de conjunto, en el cual es imprescindible que los jugadores pasen la pelota entre sí, para poder avanzar a la portería contraria. Los pases a nivel del pasto son más fáciles de recibir por un compañero. Los pases se clasifican de la siguiente manera:

a) Por su extensión pueden ser:

Cortos.

Largos.

b) Por su dirección son:

Hacia atrás.

Laterales.

Diagonales.

d) Por su altura son:

Razos.

A media altura.

Altos.

e) Los pases se pueden ejecutar:

Con la parte interna del pie.

Con la parte externa del pie.

Con el empeine.

Con la punta del pie.

Con la rodilla.

Tiro a gol.

Todo jugador sabe, por propia experiencia, lo importante que es no sólo el remate al arco sino, precisamente, el aprovechamiento de oportunidades, aunque la pelota no alcance el destino previsto o una hábil defensa impida la concreción del gol.

Nada hace decaer más el entusiasmo de un equipo atacante, que la pérdida de las oportunidades que se le ofrecen en un partido. El tiro a gol es la consumación lógica de un ataque.



Con él y en él se manifiestan iniciativa, decisión, consecuencia, voluntad y determinación.

Las posibilidades de provocar y aprovechar oportunidades de goles tienen que considerarse y concientizarse en todos los jugadores por medio de una ejercitación condicionada libre y perseverante.

Los tiros a gol pueden ser: Y se clasifican por su dificultad:

- a) Razos. A) A pie firme.
- b) A media altura. B) Con desplazamiento.
- c) Altos. C) Con salto.
- d) De bote pronto.

6.10.3.- LA FASE II

6.10.3.1.- PARTE OBJETIVA DEL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN BASE A LA PRÁCTICA DEL FÚTBOL.

Fase de los movimientos específicos (deportivos).

Desde el 6° - 7° año cuando el niño combina los patrones fundamentales de movimiento como: correr, saltar , y acciones como golpear el balón de distintas formas, estática y dinámicamente, aunque los autores recomienden que el niño se inicie en el deporte en general (mi persona en los entrenamientos de fútbol y con las limitaciones que se encuentren intentaré que los niños recorran por diferentes ejercicios y/o experiencias motoras y lúdicas, presentes en las mayoría de deportes, a través de juegos y formar jugadas de fútbol).

Entrenamiento de la capacidad coordinativa y la motricidad.

La capacidad coordinativa.

El desarrollo de la capacidad coordinativa representa la base necesaria para la adquisición de nuevos movimientos o de programas motores generalizados (Schmidt, 1992) que por otro lado son la base del desarrollo de la capacidad técnica.

En el desarrollo de la motricidad general están implicados 2 elementos tales como: la percepción y la coordinación motriz.

La percepción, se compone de:

- Lo visual.
- Lo acústico.
- Lo táctil.
- Lo cinestésico.
- Lo vestibular.

La coordinación motriz se compone de:

- La agilidad.
- El equilibrio.
- La coordinación óculo – segmentaria.

Ejemplo:

Estos son unos esquemas y juegos para desarrollar la motricidad general y la capacidad coordinativa.

- “Reconocer al ruidoso”.

Todos los chicos forman una ronda o círculo sentados, se elegirá a dos compañeros, uno será el ruidoso, quien tendrá que realizar sonidos onomatopéyicos desde su posición.

El otro compañero será vendado y se ubicara en medio del círculo dándole algunas vueltas en el lugar luego de ello, tendrá que encontrar al ruidoso y descubrir quién es diciendo su nombre.

- Lanzar el balón hacia arriba y recepcionarlo después de un giro completo sobre el eje longitudinal.

- Dar botes al balón al ritmo de las palmadas, el silbato, al compás de una música o la voz, además podemos desarrollar la percepción, a través de otros movimientos tales como: Al ritmo indicado.
- Caminar, correr, saltar y danzar con el balón.
- En grupos, se forman 3 columnas y salen simultáneamente los 3 primeros lanzando el balón hacia arriba y luego antes de volver a cogerla dan una palmada.

Variantes:

- Dar el máximo número de palmadas.
- Sentarse y coger el balón.
- Sentarse y coger el balón al levantarse.
- Atrapar el balón entre las piernas al sentarse.
- Circonducción de los brazos simultáneamente y en sentido contrario.
- Andar paralelo a una línea recta y simultáneamente cruzar los brazos y abrir y cerrar las piernas y los pies.
- Guiar el balón sobre una línea.
- Rodar el balón con las manos sobre una línea.
- Rodar el balón (conducción) con la planta de los pies.
- Conducir el balón sobre la línea con las distintas partes del pie, parte interna, frontal, externa e empeine interior.

- Juego de la sombra o espejo con un compañero.
- Se numeran las parejas 1 o 2 las cuales a la indicación del entrenador realizaran algunos comandos ejemplo, el compañero 1 realiza movimientos complejos que 2 tratara de imitar.
- Reptar, caminar, correr, saltar, salticar, galopar, desplazamiento en cuadrupedia.
- Ahora se puede sugerir que los chicos realicen movimientos totalmente complejos con el balón, los cuales el compañero tendrá que imitar en simultáneo.



6.10.4.- LA FASE III

6.10.4.1.- EJERCICIOS DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FÚTBOL.

Ejercicios de conducción del balón.

Para asegurar que el balón sea conducido lo más cercano a los pies, es necesario que estimulemos el traslado con la parte interna, externa y la planta del pie, todo ello tiene que ser practicado evolucionando en las dificultades de lo más simple a lo complejo.

- Nos organizamos en 3 columnas en un espacio de 10 mts.

Salen los 3 primeros sorteando con la parte interna del pie conos alineados a 1 mts, se repite la acción hasta que todos hayan realizado 2 veces la actividad.



Luego se practicara respetando el mismo esquema con las diferentes partes del pie incidiendo mayormente en driblar los conos con la planta y parte interior y exterior del pie.

- Para darle mayor realismo al dribling ahora se pueden practicar ejercicios intentando superar al compañero oponente, iniciando siempre en 1 vs. 1 hasta plantear mini juegos basados en la práctica del dribling.

2.1 Se forman 2 grupos de 3, alineados frente a frente a una distancia de 12 mts.

Uno de los compañeros realizara la marcación saliendo simultáneamente frente a su compañero, y cambiando al grupo contrario.

Siguiendo el mismo esquema esta vez el compañero que dribla, intentara anotar un gol en cualquiera de las 2 porterías, ubicadas en las esquinas, para luego volver al grupo donde partió.

Ejercicios de recepción del balón.

La recepción.

A continuación observaremos las distintas maneras de dominar o controlar un balón, y su mecánica de movimiento que consiste en mantener el equilibrio postural, situándose en referencia con la trayectoria del balón, para luego amortiguar con la zona de contacto adecuado, y todo el cuerpo que acompaña y absorbe el impacto de la pelota.

Hay una característica importante a poner en práctica dentro de nuestros entrenamientos de fútbol, es la recepción bien marcada que se hace con

la planta, el borde interno y externo así como con el empeine, esto por la característica de jugar a ras de suelo dándole mayor dinámica al juego.



Ejercicios de golpear o patear el balón.

Precisión.

Se trata de una suposición errónea de que una buena colocación depende únicamente de encontrar un parte exacto de la pelota. La verdad es lo contrario.

De hecho, lo más importante para los jugadores es conducir a sus pies pateando en la dirección de su objetivo.

El entrenador también debe examinar la rodilla de los jugadores.

Patear los pies con el fin de garantizar que el tobillo se mueve directamente a través de la bola sin desviación lateral o vertical. Haga que los jugadores se concentran en su altura en relación al suelo. La pelota debe pasar directamente hacia la meta.

Ahora, te voy a dar un ejemplo específico. Déjeme decirle cómo producir un disparo raso y duro. Haga que los jugadores siguen con el movimiento de su cuerpo hacia adelante todo.

Su tobillo no debe ser el aumento o la desviación, mientras que la conducción de la pelota. No dejes que se esfuerzan porque entonces los jugadores podrían terminar saltando hacia adelante y el aterrizaje en el pie de pateo.

Potencia.

Cuando se vaya a patear un balón de fútbol, el poder es otro elemento importante que puede hacer una gran diferencia. No tienes a los jugadores tratan de swing más difícil con el fin de generar más energía. Si no lo hacen, son muy propensos a perder el equilibrio o el riesgo de lesiones.

Un entrenador experto entiende que el poder viene de la rapidez de la ejecución. Haga que los jugadores usen la calidad elástica de los músculos de las piernas. Sin embargo, la precisión y el poder no son fáciles. Es necesario para la práctica que a través de la repetición o sin balón a través de ejercicios poliméricos.

Después de todo, la práctica hace al hombre perfecto, y si usted desea aprender cómo patear un balón de fútbol, tienes que practicar la forma correcta.



EJERCICIOS TIPO I NIVEL DE DESARROLLO GRUESO.

Ejercicio N° 1

- Deporte: Fútbol.
- Título: Concentración para el contacto.
- Objetivo: Dominio alterno después de un rebote.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas y las reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: Trabajo en grupos, estaciones.
- Desarrollo: Los estudiantes se encontrarán en grupos de a 4, cada grupo tendrá un balón. Formarán un cuadrado con 2 metros de separación entre cada uno. Estando estos enumerados del 1 al 4.

A). El N° 1 comienza a realizar toques con el pie derecho hasta llegar a 10 y le entregará el balón al N° 2 que realizará la misma actividad, así; hasta llegar al N° 4, este le entrega el balón al N° 1 quien trabajará con el pie izquierdo, los 10 toques y le entregará el balón al N° 2 y así sucesivamente hasta el N° 4.

B). El N° 1 realizará golpeo al balón después del rebote, alternando las piernas, hasta realizar 10 toques con cada pierna, en el último toque le pasa el balón al N° 2 que realizará la misma actividad hasta llegar al N° 4 que finalizará el ejercicio.

Ejercicio N° 2

- Deporte: Fútbol.
- Título: Concentración para el golpeo.
- Objetivo: Dominio alterno con ambas piernas.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas utilizando las reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: Trabajo en grupos, estaciones.
- Desarrollo: Los estudiantes se encontrarán en grupos de a 4, cada grupo tendrá 1 balón. Formarán un cuadrado con 2 metros de separación entre cada uno. Estando estos enumerados del 1 al 4.

A). El N° 1 comenzará a realizar dominio (golpeos continuos evitando que el balón caiga al suelo) con ambas piernas, hasta completar 20 toques en total, luego le pasa el balón al N° 2 y así sucesivamente hasta el N° 4 quien entregará el balón al N° 1, donde termina el ejercicio y queda preparado para otra tanda.

Ejercicio N° 3

- Deporte: Fútbol.
- Título: Golpeo con atención al rebote.
- Objetivo: Golpear en el rebote (bote pronto) con ambos pies, hacia un compañero ubicado al frente a una distancia de 20 metros.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas utilizando reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudios independientes, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: Trabajo en grupos, estaciones.
- Desarrollo: Los estudiantes se encontrarán en grupos de a 4 pero a 20 metros de separación.

A).El N° 1 golpeará el balón de rebote (bote pronto) hacia el N° 2 y este al N° 3 y de ahí al N° 4 quien lo entregará al N° 1, (esta primera actividad con el pie derecho y la otra serie con el pie izquierdo) donde se completará la primera tanda, de esta forma lo realizarán en 4 tandas, (es decir 4 veces con cada pierna).

EJERCICIOS TIPO II NIVEL DE DESARROLLO SEMI-PULIDO.

Ejercicio Nº 4

- Deporte: Fútbol.
- Título: Pase en movimiento con empeine total.
- Objetivo: Pase con el empeine total en movimiento después de la conducción del balón trabajando este elemento en la disciplina grupal.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas, y lectura de las reglas oficiales.
- Evaluación: Sistemática, individual y en grupo, utilizando la coevaluación, la auto evaluación y la evaluación práctica dirigida por el profesor.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudios independientes, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: frontal hilera.
- Desarrollo: Los estudiantes se encontrarán ubicados en tres hileras (1-2-3) donde estarán los puntos A-D-F; en ese orden y otros tres puntos adicionales B-C-E. a. El primer estudiante de la hilera 1 ubicado en A se desplaza hacia B, ejecuta la recepción del balón lanzado por el jugador ubicado en la hilera 3, conduce hasta el punto C y realiza un golpeo con el empeine total del pie derecho; hacia el jugador ubicado en el punto D de la hilera 2 y se ubica al final de esta y el que recibió el pase conduce hasta el punto E y golpea con el pie derecho hasta el segundo jugador ubicado en el punto F de la hilera 3 y se incorpora al final de esta. El primer jugador de la hilera 3 después que realiza el pase se incorpora al final de la hilera 1. Cuando todos los jugadores realicen la actividad con el pie derecho, se repite el ejercicio pero con el pie izquierdo.

Ejercicio Nº 5

- Deporte: Fútbol.
- Título: Balón con precisión.
- Objetivo: Pasar el balón por dentro de un aro, con ambas piernas a corta distancia entre dos equipos.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas, utilizando las reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática de los ejercicios.
- Procedimientos organizativos de trabajo: ondas, frontal hilera.
- Desarrollo: Estarán, una hilera frente a otra con un aro de 40cm de diámetro en el medio y separados de este a 10m. Realizar 10 golpes con cada pierna.
- En hileras de 5 jugadores: un aro por el medio colocado en el terreno, golpear con precisión para introducirlo por este (una vez con cada pie).

Ejercicio N° 6

- Deporte: Fútbol.
- Título: Tiro a gol.
- Objetivo: Tirar a gol con ambos pies y hacia los diferentes aros ubicados dentro de la meta.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas, utilizando las reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación, mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: frontal hilera.
- Desarrollo: Ubicado en cuatro hileras, enumeradas del 1 al 4, frente al arco (portería) comenzando a la distancia de 10m, 15m hasta llegar a la distancia de 16,50m (área de penalti). Cada hilera tendrá 2 balones. Por indicación del profesor y uno a la vez; ejecutarán tiro al arco, pero dirigidos a uno de los aros ubicados dentro de esta, los cuales tendrán diferentes tamaños y apoyados en el terreno. Es obligatorio realizarlo una vez con cada pie, al completar esta y a la señal del profesor cambiarán de lugar, el 1 para el 2, este para el 3, el 3 para el 4, y el 4 para el 1, Quedando preparado para realizar la segunda tanda, está a 15m y luego la última a 16,50m. Finalizando así el ejercicio.

Ejercicio N° 7

- Deporte: Fútbol.
- Título: Tiro a gol dirigido con anticipación.
- Objetivo: Tirar a gol con ambos pies, de acuerdo a la orientación.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas, utilizando reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: frontal hilera.
- Desarrollo: Los jugadores ubicados en 4 hileras; 1-2-3-4, frente a la meta(portería) comenzando la primera tanda a una distancia de 8m , la segunda a 12m y la tercera a 16,50m. Cada hilera tendrá 2 balones.

A). A la señal del profesor, uno a vez; realizarán el tiro dirigido al área determinada por el número indicado. Primero lo realizarán con una pierna y la segunda repetición con la otra pierna.

B). Al completar esta y con la orientación del profesor cambiarán de lugar rotando por cada formación en el mismo orden de los números d la formación, hasta que todos hayan realizado la actividad desde todos los ángulos y con las dos piernas.

EJERCICIOS TIPO III NIVEL DE DESARROLLO PULIDO:

Ejercicio Nº 8

- Deporte: Fútbol.
- Título: Balón demorado, estrategia para abrir y cambiar el juego.
- Objetivo: Pasar con el empeine total después de conducir y a balón parado con ambos pies.
- Materiales: Terreno marcado, balones, jugadores, postes, silbato.
- Evaluación: Sistemática, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudios independientes, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: frontal hilera.
- Desarrollo: Se harán dos hileras 1 y 2 y dos puntos adicionales D-E, donde se ubicará un jugador, además se colocarán las marcas B-C-F.

A). El primer jugador de la hilera 1 se desplaza hacia el punto B donde realiza una recepción al balón enviado por el primer jugador de la hilera 2, sale conduciendo hasta el punto C , a balón parado golpea con el empeine total del pie hacia el jugador en D con el pie derecho, este se lo devuelve y realiza un golpeo con el empeine total del pie hacia el jugador en E con el pie izquierdo y sustituye al que está en el punto D y este se traslada para el E y el de este punto E, sale en conducción hacia F , le pasará el balón al siguiente jugador de la hilera 2 y se incorpora detrás de esta hilera. El primer jugador de la hilera 2 que realizó el primer pase se incorpora al final de la hilera 1.

Ejercicio Nº 9

- Deporte: Fútbol.
- Título: Acoplamiento de golpeo y precisión.
- Objetivo: Golpear después de un rebote sobre un obstáculo hacia un compañero ubicado a 25 metros y trabajar el compañerismo.
- Materiales: terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas, utilizando reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudios independientes, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: frontal hilera, onda.
- Desarrollo: Se formarán en 4 hileras de 5 jugadores cada una y enumeradas del 1 al 4. Las hileras 1 y 3 tendrán un balón. Estarán a una distancia de 25m, con un obstáculo o señal para que el balón pase por encima.

A). El primer jugador de la hilera 1 y 3 golpeará el balón después de un rebote hacia la hilera del frente, siempre por encima del obstáculo y se incorporará al final de su misma hilera; primera serie con el pie derecho y segunda con el pie izquierdo.

B). Golpear e incorporarse a la hilera del frente como variante.

Ejercicio Nº 10

- Deporte: Fútbol.
- Título: Acoplar atención, golpeo, dirección y precisión.
- Objetivo: Golpear por encima de la barrera simulando acción de juego en un tiro directo.
- Materiales: Terreno marcado, balones, silbato, gráficos, láminas y utilizando reglas oficiales del fútbol.
- Evaluación: Sistemática y diaria, individual y en grupos, utilizando la coevaluación, la auto evaluación mediante la realización de la actividad práctica.
- Procedimientos: Mediante clases prácticas, estudio independiente, ejercitación sistemática.
- Procedimientos organizativos de trabajo: trabajo en grupos, frontal hilera y fila.

Desarrollo: Se formarán 4 grupos, 2 formados en hileras y 2 formados en fila; los últimos harán la función de barrera y los primeros son los que realizarán el tiro libre directo, los de la hilera 3 con el pie izquierdo y los de 4 con el pie derecho, cuando los cinco integrantes de cada hilera 3 y 4 hayan tirado se invierten y al terminar pasan a ocupar la posición de barrera y los que estaban como barrera pasan a ser los tiradores de la misma forma que los anteriores.

ALFREDO DI STEFANO: "NINGÚN JUGADOR ES TAN BUENO COMO TODOS JUNTOS".



C.- MATERIALES DE REFERENCIA.

1.- BIBLIOGRAFIA.

- Texto de la ley de Cultura Física, Deportes y Recreación.
- Diccionario básico ilustrado “ Joffre Venegas Jiménez”
- Fútbol entrenamiento los benjamines, LOPEZ Javier, Editorial deportiva S.L.
- COOK Malcom, “Ejercicio de fútbol para niños” Pág. 128
- CLIVE Gifford “El arte del fútbol” Edición primera.
- RUI Pacheco, “La enseñanza y el entrenamiento de fútbol”, Editorial Paidotribo.
- BERRUEZO Pedro Pablo, “La pelota en el desarrollo psicomotor”, Madrid, Editorial CEPE, 1995.
- MUNIAÍN J. L. “Manual de Educación Psicomotriz para Educadores Creativos”, Barcelona, Edición Propia, 2006.
- HARE Dietrich, “Teoría del Entrenamiento Deportivo”, Editorial Stadium, 1986, 287 páginas.
- PEITERSSEN Birger, "Técnica de fútbol El abc del entrenamiento juvenil " Editorial Paidotribo, 2003.
- BORZI Carlos A. "Fútbol infantil entrenamiento programado" Editorial Stadium S.R.L., 1999.

- CROSTA Ricardo Damián "Aprendiendo a jugar fútbol en la escuela"
Editorial Stadium S.R.L., 2000.
- PEÑAS Carlos Lago "La enseñanza del fútbol en la edad escolar"
Editorial Wanceulen, 2003.

WEBGRAFIA

- <http://losfundamentosdelfutbol.blogspot.com/2010/11/los-fundamentos-basicos-del-futbol.html>
- http://www.ecured.cu/index.php/Cultura_F%C3%ADsica
- <https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte>
- <http://capacidades123.galeon.com/>
- <http://html.rincondelvago.com/capacidades-fisicas-basicas.html>
- <http://educacionfisicauno.blogspot.com/2010/03/capacidades-fisicas.html>
- <http://psicoaching.net/content/beneficios-psicologicos-de-la-practica-de-futbol-base>

2. ANEXOS.

ANEXO N° 1

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA
LICENCIATURA EN CULTURA FISICA

ENCUESTA A DOCENTES DEL ÁREA DE CULTURA FÍSICA

Encuesta dirigida a los docentes del área de Cultura Física de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua.

Objetivo.- Conocer la opinión de los docentes del área de Cultura Física de la Escuela de Educación Básica “Manuela Espejo” de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua, acerca de los fundamentos básicos de fútbol y su incidencia en el desarrollo de las capacidades físicas.

1) ¿Piensa usted que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?

SI ()

NO ()

2) ¿Cree usted que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?

SI ()

NO ()

3) ¿Conocía usted que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?

SI ()

NO ()

4) ¿Está usted de acuerdo que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?

SI ()

NO ()

5) ¿Cree usted que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?

SI ()

NO ()

6) ¿Piensa usted que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?

SI ()

NO ()

7) ¿Está usted de acuerdo que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?

SI ()

NO ()

8) ¿Conoce usted que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?

SI ()

NO ()

9) ¿Sabía usted que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?

SI ()

NO ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN.

ANEXO N° 2

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE CULTURA FISICA
LICENCIATURA EN CULTURA FISICA

ENCUESTA A LOS PADRES DE FAMILIA

Encuesta dirigida a los padres de familia de los niños de 6^{to} año de educación básica de la escuela Manuela Espejo de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua.

Objetivo.- conocer la opinión de los padres de familia de los niños de 6^{to} año de educación básica de la escuela Manuela Espejo de la ciudad de Ambato provincia de Tungurahua, acerca de los fundamentos básicos de fútbol y su incidencia en el desarrollo de las capacidades físicas.

1) ¿Piensa usted como padre de familia que los gestos técnicos como el pase, conducción, dribling, remate son indispensables en los fundamentos básicos de fútbol para los niños?

SI ()

NO ()

2) ¿Cree usted como padre de familia que la utilización del balón ayuda a perfeccionar los fundamentos básicos de fútbol en los niños?

SI ()

NO ()

3) ¿Conocía usted como padre de familia que el pase, conducción, dribling, remate pertenecen a los fundamentos básicos del fútbol?

SI ()

NO ()

4) ¿Está usted de acuerdo como padre de familia que los juegos colectivos dentro del fútbol mejora al aprendizaje de los fundamentos básicos del fútbol?

SI ()

NO ()

5) ¿Cree usted como padre de familia que la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad forman parte del desarrollo de las capacidades físicas de los niños?

SI ()

NO ()

6) ¿Piensa usted como padre de familia que la ejecución de actividades físicas ayudan a mejorar las capacidades físicas?

SI ()

NO ()

7) ¿Está usted de acuerdo como padre de familia que las capacidades perceptivo-motrices como la coordinación y equilibrio son indispensables para mejorar las capacidades físicas de acuerdo a la formación del niño?

SI ()

NO ()

8) ¿Conoce usted como padre de familia que las actividades de equilibrio y coordinación mejora las capacidades físicas?

SI ()

NO ()

9) ¿Sabía usted como padre de familia que las capacidades resultantes como es la agilidad forma parte de las capacidades físicas hacia la formación del niño?

SI ()

NO ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

FOTOGRAFÍAS.

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA “MANUELA ESPEJO”



**CLASES IMPARTIDAS POR EL SR: DAVID RIVERA
FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL**

GOLPE DEL BALÓN “EL PASE”



RECEPCIÓN DEL BALÓN



CONDUCCIÓN DEL BLÓN



CAPACIDADES FISICAS EN EL FÚTBOL.

“REACCIÓN”



“COORDINACIÓN”



“VELOCIDAD”



“FUERZA AL PATEAR EL BALÓN”



**NIÑOS DEL 6TO AÑO DE EDUCACION BÁSICA DE LA ESCUELA
MANUELA ESPEJO**



