



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO.**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD.**

**ESCUELA:**

**DE CULTURA FISICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**TESINA DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN CULTURA FISICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.**

**TÍTULO:**

**LA INCIDENCIA DE LA COORDINACIÓN EN EL TRABAJO DE LOS  
FUNDAMENTOS BÁSICOS DE FÚTBOL EN LA ESCUELA DE LIGA  
DEPORTIVA UNIVERSITARIA CON SEDE EN RIOBAMBA EN LA  
CATEGORÍA 8-10 AÑOS.**

**Autores:**

**Alex Londo.**

**Luis Chacha.**

**Tutor:**

**Lic. David Mazón.**

**Riobamba 05 de Julio del 2012**

## **CERTIFICACION**

Por la presente, hago constar que he leído el protocolo de la tesina de Grado, presentado por los Srs. Alex Javier Londo Llamuca y Luis Enrique Chacha Quisnancela para optar al título de licenciado en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo con el tema, Como incide la coordinación en el trabajo de los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años, y faculto para que realicen la presentación de la Defensa Publica de su trabajo.

**Riobamba 05 de julio del 2012**

.....  
**DAVID MAZÓN.**  
**TUTOR.**

**DERECHO DE AUTORÍA.**

Nosotros, Alex Londo y Luis Chacha  
somos responsables de todo el contenido  
de este trabajo investigativo, los derecho  
de autoría pertenecen a la Universidad  
Nacional de Chimborazo.

### **RECONOCIMIENTO.**

En general a nuestros padres quienes inculcaron sabiduría y respeto hacia todas las personas y a la Universidad Nacional de Chimborazo por convertirnos en buenos profesionales y llenar de conocimiento nuestras vidas.

**AGRADECIMIENTO.**

Me expreso con inmensa gratitud a todas las personas que me apoyaron en la investigación con documentos y comentarios, e inmensa gratitud a todos los docentes de la Universidad Nacional de Chimborazo quienes nos han guiado en todo el proceso de enseñanza y en especial a los docentes de las respectivas especialidades quienes con su inmenso conocimiento y experiencia nos guiaron íntegramente.

**ALEX LONDO**

**AGRADECIMIENTO.**

En especial a mi familia que me guio y apoyó en la lucha incansable de mi éxito, a mi Dios quien me dio fuerzas en las buenas y malas para ser el hombre que hoy soy; muchas gracias.

**LUIS CHACHA.**

## **INDICE GENERAL.**

<b>CONTENIDO</b>	<b>Pág.</b>
LISTA DE CUADROS	vi
LISTA DE GRAFICOS	vii
RESUMEN	x
INTRODUCCIÓN	1
<b>CAPITULO I</b>	
<b>EL PROBLEMA</b>	
Problematización	4
Objetivos	5
Justificación	5
<b>CAPITULO II</b>	
<b>MARCO TEORICO</b>	7
Coordinación	7
Trabajo de coordinación.	11
Las capacidades coordinativas	13
Tipos de Coordinación	15
Evaluación de la Coordinación	16
<b>FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL.</b>	17
Recepción	17
El amortiguamiento	17
El control orientado	18
El pase	19
	iii

Tipos de pase	19
De acuerdo a la distancia	
De acuerdo a la altura	
De acuerdo a la superficie de contacto	
El remate o tiro al gol	20
Tipos de remate.	20
De acuerdo a la superficie de golpeo	
De acuerdo a la altura del balón	
De acuerdo a la dirección del balón	
<b>DEFINICIÓN DE TERMINOS BÁSICOS</b>	22
Variables	23
Hipotesis	23
<b>CAPTULO III</b>	
Metodología	
Tipo de Investigación	26
Población y Muestra	27
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	28
Test de los fundamentos básicos	29
Test de tiro a portería	29
Test de control de balón	30
Test pase	33
Validez	34
<b>CAPITULO IV</b>	
Técnicas para el Análisis e Interpretación de Resultados Iniciales	36
Presentación de resultados iniciales	38
Cuadros comparativos de test físicos y guía de observación inicial.	45

Ejercicios para el desarrollo de los fundamentos básicos	47
Presentación de resultados finales	49
Cuadros comparativos de test físico y guía de observación final	56

## **CAPITULO V**

Conclusiones	72
Recomendaciones	73

## **CAPITULO VI**

Propuesta	75
Bibliografía	76
Anexos	82



## **ÍNDICE DE CUADROS.**

	<b>Pág</b>
<b>CUADRO 1</b>	
Variable Independiente y dependiente	24
<b>CUADRO 2</b>	
Promedio de estatura y edad	37
<b>CUADRO 3</b>	
Test físicos inicial	38
<b>CUADRO 4</b>	
Capacidad técnica individual inicial	41
<b>CUADRO 5</b>	
Cuadros comparativos de test físicos y guia de observación inicial	45
<b>CUADRO 6</b>	
Test físicos finales	49
<b>CUADRO 7</b>	
Capacidad técnica individual final	52
<b>CUADRO 8</b>	
Cuadros comparativos de test físicos y guia de observación final	56
<b>CUADRO 9</b>	
Análisis de los test físicos iniciales y finales	59
<b>CUADRO 10</b>	
Guia de observacion evaluacion tecnica inicial y final	62

<b>ÍNDICE DE GRÁFICOS.</b>	<b>Pág.</b>
<b>GRÁFICO 1</b>	
Recepción	17
<b>GRÁFICO 2</b>	
El pase	19
<b>GRÁFICO 3</b>	
El remate o tiro al gol	20
<b>GRÁFICO 4</b>	
Tiro a portería test inicial	39
<b>GRÁFICO 5</b>	
Control de balón test inicial	39
<b>GRÁFICO 8</b>	
Pase test inicial	40
<b>GRÁFICO 9</b>	
Tiro va ha portería test inicial	42
<b>GRÁFICO 10</b>	
El tiro entra al gol test inicial	42
<b>GRÁFICO 11</b>	
Controla utilizando la superficie y pierna adecuada test inicial	43
<b>GRÁFICO 12</b>	
Coordina el cuerpo cuando recepta test inicial	43
<b>GRÁFICO 13</b>	
Llega el pase al jugador test inicial	44
<b>GRÁFICO 14</b>	
Al pasar coordina las extremidades test inicial	44
<b>GRÁFICO 15</b>	
Tiro a portería test final	50
<b>GRÁFICO 17</b>	
Control de balón test final	50
<b>GRÁFICO 18</b>	
Pase test final	51

<b>GRÁFICO 19</b>	
Tiro va ha portería test final	53
<b>GRÁFICO 20</b>	
El tiro entra al gol test final	53
<b>GRÁFICO 21</b>	
Controla utilizando la superficie y pierna adecuada test final	54
<b>GRÁFICO 22</b>	
Coordina el cuerpo cuando recepta test final	54
<b>GRÁFICO 23</b>	
Llega el pase al jugador test final	55
<b>GRÁFICO 24</b>	
Al pasar coordina las extremidades test final	55
<b>GRÁFICO 25</b>	
Promedio total de tiro al gol	60
<b>GRÁFICO 27</b>	
Promedio total de control de balón	60
<b>GRÁFICO 28</b>	
Promedio total de pase	61
<b>GRÁFICO 29</b>	
Promedio total si el balón va a la portería	64
<b>GRÁFICO 30</b>	
Promedio total si el balón entra al gol	65
<b>GRÁFICO 31</b>	
Promedio total controla utilizando la superficie y pierna adecuada	66
<b>GRÁFICO 32</b>	
Promedio total cuando recepta coordina el cuerpo	67
<b>GRÁFICO 33</b>	
Promedio total llega el pase al jugador	68

<b>GRÁFICO 34</b>	
Promedio total al pasar coordina las extremidades	69
<b>GRÁFICO 35</b>	
Entrenamiento.	82
<b>GRÁFICO 36</b>	
Fundamentos técnicos.	83
<b>GRÁFICO 37</b>	
El pase	84
<b>GRÁFICO 38</b>	
Recepción	85
<b>GRÁFICO 40</b>	
Tiro al gol	87
<b>GRÁFICO 41</b>	
Ejercicios de coordinación	89

## **RESUMEN.**

Se realizó un análisis sobre la enseñanza de los fundamentos básicos del fútbol en edades tempranas, demostrando que el trabajo ha sido descuidado en esta área, truncando la formación integral de los deportistas, por esta razón hemos decidido hacer la siguiente investigación “La incidencia de la coordinación en el trabajo de los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba, en la categoría 8-10 años”, se realizaron encuestas, test físicos y guías de observación para obtener la información requerida para la investigación, con los datos recogidos y analizados se demostró el progreso con la aplicación de los fundamentos básicos en esta disciplina, estos estudios lo realizamos durante un tiempo de 5 meses con los entrenadores de las respectivas categorías.

Esta tesis va de lo inductivo a lo deductivo, se aplicó mediante la investigación aplicada, la investigación de campo e investigación cuasi experimental.

Podemos citar que gracias a diferentes autores e investigaciones y con la vasta experiencia de los entrenadores, se dio la importancia debida y el proceso constituye una herramienta trascendental en el fútbol para un mejor desarrollo en la formación de los deportistas desde edades tempranas evitando problemas en las categorías mayores.

Se abordan los aspectos en el proceso de una buena coordinación, dados fundamentalmente para el desarrollo de habilidades coordinativas, para la observación del desarrollo técnico, así como las características que debe tener el entrenamiento en si; el perfil de un entrenador es comprender la importancia de las funciones que cumple la coordinación (información interacción) y los canales a través de los cuales se desarrolla y perfecciona la misma, concluyéndose con la

evaluación del proceso como aspecto importante para conocer su efectividad en los fundamentos básicos a través de su aplicación.

## **SUMMARY**

An analysis on teaching the basic fundamentals of soccer at an early age was done, giving as a result the abandoned work in this area, pruning the integral formation of athletes, for this reason we decided to do this research "The incidence in coordinating the role on the basic fundamentals of soccer at the Sport School "Liga Deportiva Universitaria" in Riobamba, in children's category between 8-10 years of age" ; surveys, physical test and feedback forms were done to obtain the required information for the study, the collected and analyzed data showed progress with the implementation of the basics in this discipline, these studies were done for a period of 5 months with the coaches of the respective categories.

This thesis goes from inductive to deductive; it was well designed through applied research, field research and quasi-experimental research.

We can state that due to different authors and researchers, with their vast experience as coaches, vital importance was given and the process is a transcendental tool in soccer for a better development in the training of athletes from an early age to avoid problems in the major categories.

It covers the aspects to consider in the process of a proper coordination, given mainly by the coordinative skills for observation, technical development and the characteristics that have the training itself, the profile of a coach is able to understand how important are the functions of a coordination (information-interaction) and the channels through which develops and perfects it, concluding with the evaluation process as an important aspect to determine its effectiveness in the basics.

**Revised and edited by:**

Dra. Fanny Zambrano Vallejo  
**English professor at Languages Center FCS**

Riobamba July fourth, 2012

## INTRODUCCIÓN

Se presenta a continuación los supuestos iniciales y los enriquecimientos que se han ido produciendo en el proceso de trabajo de la tesina, que dan cuenta de los propios procesos de construcción y re-construcción del conocimiento. Esta presentación, no solo pretende dar cuenta de los avances en este campo de conocimiento seleccionado, sino que, atendiendo a la propia esencia de la investigación (la conservación de los deportistas), hace precisamente hincapié en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la técnica y obtener nuevo conocimiento.

El objetivo general de nuestro trabajo es investigar si la coordinación incide en el trabajo de los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de “Liga deportiva Universitaria” con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.

Al momento de formalizar la presentación de la investigación para la aprobación del proyecto de tesina por parte de la dirección de la Licenciatura, la problemática y la metodología propuesta, si bien correctamente, se construyeron en un abstracto constituido de teoría. Fue produciendo un proceso de re-construcción de los supuestos iniciales, inclusive de la propia consideración de los marcos teóricos y metodológicos, que se enriquecieron y dotaron de un nuevo sentido.

De estos procesos pretende dar cuenta el trabajo que se presenta, en una doble lectura: los procesos de formación docente que se analizan en los estudiantes noveles que ingresan al campo y el enriquecimiento permanente que significa el trabajo de investigación que articula procesos de meta cognición, sobre los procesos de formación propios y de los otros significantes.

A modo de organización general del trabajo, presento una síntesis de la estructura de la investigación que pretende dar cuenta en primer término: del problema, de los interrogantes centrales, los objetivos y propósitos del trabajo y un breve avance sobre el marco teórico y metodológico. Luego, se presentan las reflexiones que se desprenden del trabajo de campo y el cierre.



Este trabajo pretende buscar soluciones que permitan mejorar la técnica de los fundamentos básicos del deportista buscando métodos y apoyo en autores que nos brinden nuevos conocimientos y perspectivas sobre nuestra investigación la cual nos permitirá obtener nuevos resultados que sean aplicables en nuestro deporte.

Gracias a los avances de la tecnología que en la actualidad ha ido evolucionado, tenemos recopilada valiosa información gracias a libros, internet y profesionales que nos apoyaron con su sabiduría y su experiencia en el campo laboral.

# CAPITULO I

# **CAPITULO I**

## **1.- PROBLEMATIZACIÓN.**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

Trata de investigar la importancia de la práctica del deporte con responsabilidad y sus relaciones en el trabajo de los fundamentos básicos en el fútbol que aportando datos que demuestran esas connotaciones en todas las áreas del deporte. La investigación se desarrolló desde los aspectos deportivos, históricos a los sociales y científicos.

Creemos que este trabajo nos servirá para concientizar y de otra forma permitirá mejorar los fundamentos básicos del fútbol en los deportistas.

Con el trabajo de los fundamentos básicos del fútbol vamos a tratar de entender desde el punto de vista educativo ya que los deportistas no saben lo que sucede y como sabemos son deportistas formados pero con una base lúdica (en ocasiones) por tanto investigaremos como influencia en su rendimiento.

Dependiendo de la capacidad de los deportistas para realizar el trabajo de los fundamentos básicos del fútbol debemos tener en cuenta diferentes aspectos, pensamientos, soluciones y sobre todo como poder mejorar, además observamos que gracias a la práctica del deporte tendremos salud.

Existe dificultad para la integración al grupo, cuando recién llega al deporte pero al momento de practicar los fundamentos básicos veremos que podremos mejorar.

### **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.**

¿Como incide la coordinación en el trabajo de los fundamentos básicos del fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años?

### **1.3 OBJETIVOS.**

#### **1.3.1 OBJETIVO GENERAL:**

Investigar si la coordinación incide en el trabajo de los fundamentos básicos en la escuela de fútbol de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.

#### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS;**

- Evaluar los fundamentos básicos del fútbol en la escuela de fútbol de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.
- Utilizar la coordinación para mejorar los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de fútbol de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.
- Realizar test mediante los cuales comprobamos si la coordinación incide o no en los fundamentos básicos en la escuela de fútbol de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.

### **1.4 JUSTIFICACIÓN:**

Se ha podido consultar con diferentes especialistas y recopilando datos, hoy sabemos que la coordinación es una parte importante, para el desarrollo corporal y coordinativo del deportista. La coordinación ayuda al deportista para que ha edades tempranas vaya mejorando sus destrezas. Habrá que intentar educar en el deporte (y no para el deporte), conseguir que los deportistas aprendan y se eduquen a través del deporte: que respeten las normas, que trabajen en equipo, que tengan una actitud crítica ante conductas y actuaciones negativas (agresión, violencia...) En definitiva, entendemos que es importante apostar por la utilización de todo lo indispensable, utilizar todos los medios adecuados para educar al deportista que la coordinación no solo se utiliza en un deporte si no en todos los deportes.

# CAPITULO II

## **CAPITULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO.**

#### **2.1. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PERSONAL:**

La estructura del marco teórico pretende presentar en primer lugar las perspectivas teóricas desde las cuales se sustentan el trabajo de coordinación que queremos presentar, para poder comprender desde allí el proceso que se da durante la enseñanza y después de la misma, como una construcción de lo que sucedió en el deporte y de allí tratar de cambiar y transformar el deporte en una base sólida para desde allí poder recopilar y mejorar la estructura de nuestra tesina.

Luego, se analizarán las prácticas deportivas, argumentando acerca de que se entiende por supuestos esquemas teóricos y esquemas prácticos de acción, en el contexto de complejidad que ellas suponen.

#### **PRACTICAS DEPORTIVAS.**

A partir de ello, podrá comprenderse la profundidad de los problemas que se enuncian a partir de la formación inicial del profesorado, de la cultura institucional de las instituciones destino en que se realizan las prácticas de la enseñanza y el supuesto desplazamiento de los esquemas de acción respecto de los rumbos que perfilan los esquemas teóricos.

#### **2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:**

##### **Acerca de la Coordinación:**

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

LEGIDO, J. C. (1972), cit. por Rivera, E. y cols. (1993:206) dice.-

Todo movimiento que persigue un objetivo y lo logra, es la resultante de una acción coordinada de desplazamientos corporales, parciales o totales, producto de cierta actividad muscular regulada desde lo sensomotriz y dependientes de los procesos intelectuales y perceptivo–comprensivos del sujeto.

Cuando un movimiento se convierte en una estructura, responde a:

- Un programa de acción de la consciencia (decisión consciente).
- Una anticipación del resultado.

BERNSTEIN (1975) cit. por Meinel y Schnabel (1988: 58)

Ambos procesos se expresan en un constante control y regulación de sus acciones por lo que hablamos entonces de una conducta motora.

La coordinación motriz es el conjunto de capacidades que organizan y regulan de forma precisa todos los procesos parciales de un acto motor en función de un objetivo motor preestablecido. Dicha organización se ha de enfocar como un ajuste entre todas las fuerzas producidas, tanto internas como externas, considerando todos los grados de libertad del aparato motor y los cambios existentes de la situación.

KIPHARD, E. (1976: 9)

Globalmente se entiende como coordinación motriz la organización de todos los procesos parciales de un acto motor en función de un objetivo motor preestablecido. Dicha organización se ha de enfocar como un ajuste entre todas las fuerzas producidas, tanto internas como externas, considerando todos los grados de libertad del aparato motor y los cambios existentes de la situación.

Es la capacidad de regular de forma precisa la intervención del propio cuerpo en la ejecución de la acción justa y necesaria según la idea motriz prefijada.

HAHN, H. (1984: 82)

Es el ordenamiento, la organización de acciones motoras ordenadas hacia un objetivo determinado.

La capacidad coordinativa es el presupuesto (las posibilidades) de prestación motriz de un sujeto, determinadas principalmente por los procesos de control del movimiento, convirtiendo al mismo en más o menos capaz de ejecutar con éxito ciertas actividades motrices y deportivas.

MANNO, R. (1985: 7)

La capacidad de coordinación es el conjunto de capacidades que permiten llevar valores reales, lo más cerca posible de los valores nominales.

Es el efecto conjunto entre el Sistema Nervioso Central y la musculatura esquelética dentro de un movimiento determinado, constituyendo la dirección de una secuencia de movimientos.

Con una buena coordinación se logran respuestas más rápidas y precisas, economía de esfuerzo, mejor utilización de la capacidad neuromuscular, gestos más puros y exactos, mejor utilización de otras propiedades físicas como son la velocidad, la fuerza, la resistencia, etc.

La coordinación es el requisito básico para el posterior desarrollo del rendimiento motor y deportivo. Una buena coordinación de movimientos presenta las siguientes cualidades.

1. Precisión del movimiento: Dominio de la dimensión espacial, movimientos rectilíneos hacia el objetivo, equilibrio corporal seguro.
2. Economía del movimiento: Equilibrio en el gasto energético, magnitud de inervación moderada con impulsos adecuados a la situación.



3. Fluidez del movimiento: Equilibrio en la dimensión temporal, impulsos musculares adecuados (ni abruptos, ni retardados, cortados, pesados o lentos).

4. Elasticidad del movimiento: Equilibrio en la elasticidad muscular, aplicación eficaz y adaptada de la fuerza muscular, aplicación eficaz y adaptativa de la fuerza muscular de tensión y freno para absorber elásticamente los impactos del cuerpo y los objetos, por ejemplo: en los saltos, en la recepción.

5. Regularización de la Tensión: Equilibrio de la tensión muscular, relajación máxima de los grupos antagonicos, cambio rápido entre tensión y relajación.

6. Aislamiento del movimiento: Equilibrio de la elección de músculos, inervación de los grupos musculares necesarios con seguridad máxima del impulso (evita impulsos fallidos).

7. Adaptación del movimiento: Reacción sensomotriz equilibrada, buena capacidad de adaptación y cambio según la situación del momento percibida por los sentidos.

A través de muchos pasos evolutivos, primero con el aprendizaje ensayo-error, luego con la valoración de lo que está mal o bien ejecutado, se va consiguiendo una disminución de los errores y se va mejorando en aciertos y exactitud.

La etapa escolar posibilita los buenos rendimientos coordinativos porque el niño ha aumentado sus capacidades de percepción y observación lo que le posibilita aprender copiando un modelo. El desarrollo casi completo de su percepción muscular (analizador cinestésico), le permite hacer un seguimiento interno de los movimientos observados siendo capaz de interiorizarlos.

LEGIDO, J.C.; SEGOVIA, J.C. y BALLESTEROS, J.M. (1995).

## **Trabajo de coordinación.**

¿Cómo se debe trabajar para lograr coordinación?

Ofrecer al niño las condiciones óptimas para la realización de sus ensayos y errores que le permitan descubrir, mediante un "tanteo experimental" la solución más adecuada en el logro de un objetivo, como lanzar una pelota, saltar un obstáculo, etc.

Hacer repeticiones M gesto que corresponda.

Conocimiento y representación mental exacta M movimiento a realizar.

Realizar el gesto en la velocidad y ritmo que corresponda a una situación real (deporte).

Utilizar sesiones repetidas pero cortas; evaluación de los gestos, corrección y fijación de los esquemas ideomotores.

Los patrones motores "maduros" de locomoción, manipulación y equilibrio revelan una coordinación normal en un niño, ya que desde un punto de vista biomecánico son ejecutados con armonía, precisión, equilibrio, fluidez, elasticidad y ahorro de energía.

Correr, saltar, escalar, trepar y salvar obstáculos no ejercitan sólo los órganos y la musculatura, constituyen al mismo tiempo realizaciones fundamentales de coordinación temporal, espacial y dinámica. Todos los ejercicios de resistencia y velocidad surten al mismo tiempo un efecto "temporal-coordinativo", la fuerza explosiva obra en forma M "dinámico-coordinativa", y los ejercicios de precisión del movimiento de un modo "espacial coordinativo".

Primero hay que aprender a dominar el cuerpo en el espacio amplio antes de poder controlarlos movimientos de los miembros en un espacio pequeño. Primero los ojos tienen que dominar la tarea de llevar al cuerpo, con seguridad, a través del

espacio y sus obstáculos y adaptar sus movimientos a las cambiantes circunstancias espaciales (coordinación ojos-cuerpo)

Una buena coordinación depende en gran medida de la capacidad para organizar los movimientos en el tiempo y en el espacio.

El sentido de la vista va ayudar al niño a orientarse en el espacio y su relación con respecto a los demás, a sí mismo ya los objetos.

Las nociones de arriba y abajo, izquierda y derecha, adelante y atrás, deben estar claras para el niño de 6-7 años tomando su propio cuerpo como referencia, y hacia los 8 años con respecto a los demás y a los objetos. La apreciación de distancias e intervalos en que el niño logre las nociones de corto-largo, junto-separado, cerca-lejos se traducirá en la ejecución de un adecuado gesto global.

HIRTZ, P. (1987). Lo sviluppodelle capacita coordinativenell etascolare e possibilita del loro miglioramento. Roma. Didattica-del-movimento 51/52, July/Oct, 52-58. GROSSER, M. y NEUMAIER, A. (1986). Técnicas de entrenamiento. Barcelona. Editorial Martínez Roca.

Los ejercicios de coordinación simultánea de miembros y cuerpo, con la necesidad de una concentración doble o múltiple, implican enormes exigencias para el sistema nervioso central. La coordinación es un "rendimiento nervioso" propiamente dicho; acelerar el rendimiento en los niños saltándose etapas sólo puede provocar inquietud, irritabilidad y desencanto; aquí es donde valen los antiguos principios metodológicos, de lo fácil a lo difícil, de lo simple a lo complicado. Primero con globos, luego con pelotas de espuma liviana, para seguir con pelotas de vóleybol, y por último, de tenis o las súper pelotas de gran rebote.

Los distintos rendimientos deportivos o de expresión motriz de coordinación de un niño dependen ampliamente de sus estados de ánimo y de sus emociones.

El entusiasmo causado por vivencias de éxito, incrementa el rendimiento; la depresión, inseguridad y angustia, a consecuencia de fracasos, producen lo contrario.

Tareas de movimiento que requieren precisión, estabilidad direccional y equilibrio, y, por ende, una gran concentración, se ven perturbadas por emociones tales como: furor, enojo, excitación, tristeza, nostalgia o demasiada alegría. Esas emociones impiden la concentración, o provocan tensiones musculares en caso de la ira, o flojedad muscular por la tristeza y nostalgia, afectando la coordinación.

LAMBERT, G. (1993). El entrenamiento deportivo. Preguntas y respuestas. Barcelona. Editorial Paidotribo.

Estos niños ajenos o lejanos, excluidos, de repente llegan a ser interesantes y útiles; la comunidad los necesita como hábil jugador de fútbol, arquero seguro, buena bailarina o veloz corredor; por eso los respeta, los estima y los reconoce con igualdad de derechos, su prestigio social aumenta cada vez más. El niño problemático, aislado, se transformó en una pequeña personalidad armoniosa, integrada a la comunidad de sus compañeros

MADDELLO, A. (1986). Atletismo y capacidad de coordinación. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 8, 27-32.

### **Las capacidades coordinativas**

Se entiende por capacidades coordinativas los factores que conforman la coordinación motriz. Las capacidades coordinativas podrían equipararse a lo que algunos autores llaman capacidades perceptivo-motrices o cualidades motrices, terminología bastante extendida entre estudiosos españoles. Sin embargo, aquí se propone el primer término, como muchos autores alemanes e italianos. En estas clasificaciones, factores como el equilibrio queda enclavado como una capacidad coordinativa. Aunque, como reconocen la mayoría de estos autores, es muy complejo el sistematizar estos factores y describirlos.

A continuación se presenta un resumen explicativo cada una de estas capacidades. Se toma como base la obra de MEINEL Y SCHNABEL (1987) cuyo capítulo 5, dedicado a la coordinación motriz, desarrolla ZIMMERMANN, K.; precisamente el autor cuya propuesta es elegida en la reunión de expertos.

Coincide básicamente con la exposición que hace BLUME, D. (capítulo 5.5) en Harre, D. (coor.) (1987: 182-184).

Capacidad de acoplamiento o de combinación del movimiento. Capacidad de coordinar oportunamente los movimientos de cada segmento corporal, en cada fase, para lograr la ejecución de un movimiento global final.

Capacidad de orientación espacial y temporal. Es la capacidad de determinar y variar la posición y/o los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo; en relación al campo de acción (terreno de juego, material fijo, etc.) y/o a un objeto en movimiento (balón, adversarios, compañeros, etc.).

Capacidad de diferenciación kinestésica. Es la capacidad de expresar una gran precisión y economía entre las diferentes fases del movimiento o entre los movimientos de diferentes partes del cuerpo.

Capacidad de equilibrio. Es la capacidad de mantener el cuerpo en condiciones de equilibrio o recuperarlo. Tanto en reposo como en movimiento.

Capacidad de reacción. Capacidad de iniciar y continuar rápidamente acciones motoras adecuadas y de breve duración, como respuesta a una señal dada.

Capacidad de transformación o de cambio. Es la capacidad de conseguir modificar la acción programada, en base a la percepción o a la previsión de variaciones de la situación durante el desarrollo de la propia acción.

Capacidad de ritmo regular e irregular. Capacidad de intuir y reproducir un ritmo impuesto desde el exterior y también es la capacidad de utilizar la propia actividad

motriz siguiendo un ritmo interiorizado. Diferenciando aquellos ritmos en los que la cadencia o secuencia es igual -ritmo regular-; de aquellos en los que la secuencia motriz no lo es -ritmo irregular.

Esta diferenciación queda reflejada en el siguiente ejemplo: 1 significa apoyo con el pie derecho y 2 apoyo con el pie izquierdo:

Ritmo regular: 1-1-2-2-1-1-2-2-1-1-2-2.

Ritmo irregular: 1-2-1-1-2-2-2-1-2-1-1-1-2-2.

### **Tipos de Coordinación,**

RACZEK, J. (1990). Apprendimento e capacita coordinative. Roma. SDS-Rivista-di-cultura-sportiva, Oct/Dec, 59-65.

- ✓ Coordinación óculo-pédica: es igual que la óculo-manual, pero en este caso las ejecuciones se harán con el pie como elemento clave de desplazamientos, conducciones de balón, saltos de obstáculos, etc.
- ✓ Coordinación viso-motora: el cuerpo en el espacio, son ejecuciones de movimientos de todo el esquema motor (cuerpo) en los que son necesarios una percepción visual del espacio ocupado y libre para llevarlos a cabo.
- ✓ Coordinación motriz: es la coordinación general, es la capacidad o habilidad de moverse, manejar objetos, desplazarse sólo o con compañero, coordinarse con un equipo en un juego..., es la forma más amplia de coordinación, es el resultado de un buen desarrollo de las anteriores.

### **Evaluación de la coordinación:**

Siguiendo a Picq y Vayer (1977), vamos a evaluar la Coordinación general y óculo-segmentaria basándonos en el Examen Psicomotor que estos autores proponen.

Teniendo en cuenta las dos etapas que distinguen en la evaluación de la psicomotricidad: la 1ª etapa (2 a 6 años) y la 2ª etapa (6-12 años), algunas de las pruebas que se pueden utilizar, son:

Coordinación Dinámica General 6-12 años:

Posición de pie, una rodilla flexionada en ángulo recto, brazos a lo largo del cuerpo, impulsar por el suelo una caja de cerillas durante 5 m.

Salto al aire flexionando las rodillas para tocar los talones por de tras con las manos.

Otro instrumento muy utilizado para evaluar la coordinación general el es Test perceptivo-motor de Survey (citado por Picq y Vayer, 1977). En él se pide al sujeto que camine hacia delante, atrás, de lado, que salte sobre un pie, sobre el otro... que imite determinados movimientos, etc.

## FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL FUTBOL. RECEPCIÓN.



### **Concepto:**

La recepción de balón, son aquellas acciones técnicas por las cuales el jugador “controla” un balón llegado a él, poniendo a su servicio para realizar posteriores acciones técnicas.

Como más típicos y característicos, tendremos dos tipos de controles, unos simples (solo es recibir el balón) y otros compuestos en los que se busca orientar el balón. También podemos llamarlos clásicos y orientados. A modo general, diremos que podemos englobarlos en:

**El amortiguamiento:** La acción por la cual contactamos con el balón una superficie de forma continuada tratando de rebajar e ir frenando progresivamente la velocidad que traía el balón.



Se controla el balón reduciendo de la velocidad, dejándolo en el mismo sentido de procedencia.

**Se hace con el:**

- Empeine, interior, exterior.
- Pecho.
- Muslo.
- Cabeza.

**LOS BALONES VIENEN POR ALTO Y A MEDIA ALTURA.**

**El control orientado:**

La acción por la cual el jugador, con un solo toque de balón, recibe y controla las condiciones de llegada del balón poniéndolo en disposición deseada para otra acción técnica.

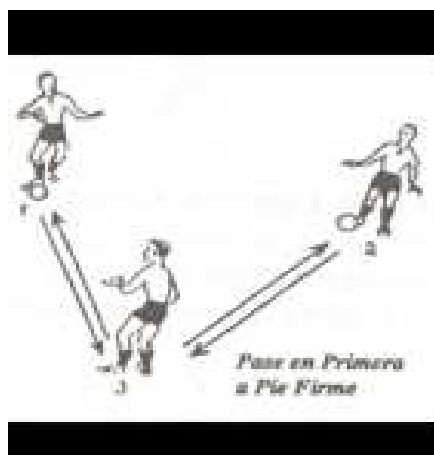
Es el control más dinámico que existe y, al mismo tiempo, elimina toques de balón para enlazar con otra acción técnica, también podemos decir que se puede controlar con:

- Se controla el balón y se le da mayor velocidad al juego
- Se hace para encadenar otras acciones
- Se hace con el interior, exterior, pecho, muslo y cabeza
- Se puede hacer con un contacto para desviar el balón a un compañero o dejarlo preparado para una acción posterior

**Se puede hacer con dos contactos:**

Control con el interior y salida con el exterior.

## EL PASE



Es el fundamento técnico básico del juego de conjunto, es un acuerdo tácito entre dos jugadores que llegan a ser dos puntos de unión del balón.

El pase se realiza con cualquier parte del cuerpo que no penalice el reglamento de fútbol.

### 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.

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.

## EL REMATE O TIRO AL GOL



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.
- 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.

Según estos autores dicen sobre los fundamentos básicos:

GALLEGO, Hugo. Fútbol y Sociedad. Ed. Teoría del Color.

GUIMARAES, Toninho. El Sistema, La Táctica y Los Jugadores. Ed. Magisterio.

YOVANOVIC E. Juan. Memorias Curso Nivel IV y V Tipo FIFA para Entrenadores de Fútbol. Federación Colombiana de fútbol. Armenia, Colombia.

FORERO, José Luís. Apuntes de Cátedra “Metodología y Didáctica del Fútbol”. Universidad Pedagógica Nacional.

PEREA ROSERO, Tucidides. Iniciación Deportiva. Ed. Deportiva Colombiana.

## 2.3 DEFINICIÓN DE TERMINOS BÁSICOS.

**Descoordinado.**-Es un problema con el control muscular o una incapacidad para coordinar los movimientos de una manera fina. Esta afección se denomina ataxia.

**Amortiguamiento:** La acción por la cual contactamos con el balón una superficie de forma continuada tratando de rebajar e ir frenando progresivamente la velocidad que traía el balón.

**Inclinada.**- Gesto que hace una persona inclinando la cabeza o el cuerpo hacia adelante para realizar una acción.

**Rigidez.**- es la cualidad de rígido (que no se puede doblar o que es riguroso y severo). Por ejemplo: “Tienes que hacer algo para evitar la rigidez de tu columna”

**Eludir.**- Esquivar el encuentro con alguien o con algo.

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

**Tácito.**- Que no se entiende, percibe, oye o dice formalmente, sino que se supone e infiere. Callado, silencioso

**Despeje.**- Ejecución técnica de golpeo para alejar el balón de la portería propia.

**Desvío.**- ejecución técnica consistente en cambiar la trayectoria del balón, soslayando el objetivo del tirador.

## **2.4 HIPÓTESIS Y VARIABLES.**

### **2.4.1 HIPÓTESIS.**

La coordinación incide en el trabajo de los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años

### **2.4.2 VARIABLES.**

Variable independiente.-

Coordinación.

Variable dependiente.-

Fundamentos básicos

## 2.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**HIPÓTESIS.** La coordinación en el trabajo incide en los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.

**CUADRO N°1**

VARIABLE INDEPENDIENTE	DEFINICIONES CONCEPTUALES	CATEGORIAS	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<b>COORDINACION</b>	Es el ordenamiento, la organización de acciones motoras ordenadas hacia un objetivo determinado para llegar a nuestro objetivo principal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Acciones motoras.</b></li> <li>➤ <b>Ordenadas.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Test de Coordinación ojo-mano de Frostig.</li> <li>➤ Repeticiones</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>Encuesta.</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Test.</b></p>
<b>VARIABLE DEPENDIENTE</b>	Son movimientos técnicos esénciale que realiza el jugador de fútbol con el balón, y con ello garantiza la eficiencia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Movimientos técnicos.</b></li> <li>➤ <b>Eficiencia.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Recepción</li> <li>➤ El pase</li> <li>➤ El remate o tiro al gol</li> </ul>	<p>GUIA DE OBSERVACIÓN</p>
<b>FUNDAMENTOS BÁSICOS</b>				

**Fuente:** Hipótesis.

**Elaboración:** Luis Chacha, Alex Londo.

# CAPITULO III



## CAPITULO III

### 1. MARCO METODOLOGICO.-

#### 3.1 MÉTODO.

##### **Tipo de la investigación:**

El tipo de investigación que vamos a realizar trata de llegar de lo inductivo a lo deductivo.

**Investigación Aplicada:** Podremos decir que es la utilización de los conocimientos mediante la práctica, para aplicarlos en los casos que hemos planteado, en provecho del deportista.

**Investigación de Campo:** Es la investigación en la cual interactuamos y que trata de la investigación aplicada en el caso para comprender y resolver alguna situación, necesidad o problema en un contexto determinado. El investigador trabaja en el ambiente natural con las personas y las fuentes consultadas, de las que obtendremos los datos más relevantes a ser analizados y sacar las conclusiones dependiendo del caso.

**Cuasiexperimental.-** El término cuasi significa casi por lo tanto un diseño de investigación cuasiexperimental casi alcanza el nivel de experimental para llegar a este nivel, no debe existir ningún tipo de muestra lanzar el diseño de la investigación cuasiexperimental es la que se recoge grupos que ya están integrados y las unidades de análisis no se asignan a lazar, donde se puede usar pre test y post test para mejorar el mejoramiento de las variables pudiendo controlarlas o manipularlas para que existan resultados positivos y negativos.

##### **Técnicas para la obtención de datos:**

- ✓ Investigación de alta y baja estructuración.
- ✓ Investigación participante.

### **Diseño de la investigación:**

Como podremos analizar este trabajo se realizará en el entrenamiento por lo tanto será una investigación de campo, y de observación ya que recolectaremos los datos en el desarrollo de la práctica del deporte.

## **3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.**

### **3.2.1 POBLACIÓN.-**

Es el estudio de los deportistas, esta población<sup>1</sup> podemos decir que es homogénea en edad, ya que tienen una cierta similitud, pero no todos tienen un nivel de conocimientos, son deportistas de una institución educativa primaria de diferentes partes de la provincia; podremos decir que el porcentaje total de los deportistas asisten a sus entrenamientos con normalidad ya que es rico y genérico.

### **3.2.2 MUESTRA**

En la muestra de la investigación se trabaja con 16 deportistas, se trabaja con el 100% de los investigados, ya que podremos decir que se trata de una población muy pequeña de catorce deportistas que se encuentran en la actualidad.

Para el cálculo de la muestra<sup>2</sup> se basa en la siguiente fórmula.

$$n = \frac{m}{e^2(m-1)+1}$$

Donde:

n = ? ( muestra)

m = población

e = error máximo admisible<sup>3</sup> (0.01 → 0.1)

---

<sup>1</sup>**Población.-** es el conjunto de individuos o elementos que le podemos observar, medir una característica o atributo

<sup>2</sup>**Muestra.-** es la parte representativa de la población.

<sup>3</sup>**Error máximo admisible.-** Es una medida de la variabilidad de las estimaciones de muestras.

### 3.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

#### TÉCNICA.

<b>Informal</b>	{	Observación de las actividades realizadas por los deportistas. Exploración por medio de preguntas formulados por el instructor durante el entrenamiento.
<b>Semiformales</b>	{	Los trabajos de coordinación y ejercicios que los deportistas realizan en el entrenamiento. Las tareas que los instructores le piden a sus deportistas para realizarlos fuera del entrenamientos.
<b>Formales</b>	{	Los instrumentos. Pruebas físicas, test. Mapas conceptuales Evaluación del desempeño Listas de control o verificación y escalas

Para la recolección de fuentes teóricas se aplicó la técnica denominada **observación** directa en escuela de Liga Deportiva Universitaria en los días de entrenamiento donde existe la asistencia de los deportistas y con la guía pertinente a fin de obtener datos sobre la coordinación y la insidencia en el fútbol.

Además para la recolección de la fundamentación teórica científica se utilizó la técnica **bibliográfica** tales como: libros de deporte y de la coordinación de diferentes autores, revista, diccionarios enciclopédicos, fuentes documentales de internet entre ellas de la Universidad, Microsoft Encarta 2007, y otros que contribuyeron a la configuración de los referentes teóricos sobre el estudio de la presente investigación.

Encuesta, instrumento cuantitativo de investigación social mediante la consulta a un grupo de personas elegidas de forma estadística, realizada con ayuda de un cuestionario.

En poblaciones pequeñas (por ejemplo, los deportistas) se pueden realizar encuestas censales, es decir, a todos los individuos, pero normalmente las encuestas se realizan mediante muestras estadísticamente representativas de una población mayor, para posteriormente extrapolar los resultados al conjunto de la población. La encuesta se diferencia de otros métodos de investigación en que la información obtenida ya está de antemano preparada y estructurada.

**Las encuestas presenciales** administradas por encuestadores calificados son las más fiables, exhaustivas.

## **TEST DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS.**

**OBJETIVO:** Atravez de estos test verificaremos la calidad y habilidad técnica de cada deportista al realizar los ejercicios específicos.

### **TEST TIRO A PORTERÍA**

#### **DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA**

El jugador azul, será en este caso el que va a ser evaluado, partirá de una posición de espaldas a la portería, aproximadamente a tres metros del área (línea discontinua de balonmano). Un compañero, (jugador amarillo) se situará con balón a unos 7 metros más retrasado que el jugador azul y en banda derecha. El jugador verde, se situará en la línea de banda izquierda a la altura del jugador verde. Por último, en la portería se situarán dos conos junto a cada palo y un portero entre los conos.

El test comienza cuando el jugador amarillo realiza un pase al pie al jugador azul, el cual debe realizar un tiro a portería desde fuera del área antes de que el jugador verde (que empieza a correr en el momento en que el jugador amarillo realiza el pase), le alcance e intercepte el tiro.

Cada jugador realizará 5 tiros recibiendo el pase desde la derecha como se explica en el dibujo anterior, y 5 tiros recibiendo el pase por la izquierda, saliendo el defensor desde el lado contrario.

El jugador azul (el cuál es evaluado), debe de conseguir realizar el tiro de forma rápida, de manera que logre golpear al balón sin que el jugador le moleste, por lo que esta será la primera valoración que hagamos del jugador (velocidad de tiro). Para evaluar los otros dos parámetros (precisión y potencia), hemos colocado un objetivo en el interior de la portería (4 conos, 2 junto a cada poste), los cuáles los jugadores deben intentar derribar, de tal forma que se combine en el golpeo a portería tanto la precisión (tocar el cono), como la potencia (derribar el cono).

### **Valoración final. Sistema de puntuación**

Para valorar la cualificación técnica del jugador en el tiro, usaremos es siguiente sistema de puntuación:

De los 10 tiros realizados recibiendo el pase desde la derecha, se eliminará tanto la mejor puntuación como la peor de cada jugador, haciendo la media de las otras 3 puntuaciones, la cual será la puntuación final. Lo mismo se realizará con las puntuaciones obtenidas desde el lado contrario, por lo que tras realizar el test cada jugador obtendrá dos puntuaciones, una por cada lado.

## **TEST DE CONTROL DE BALÓN**

### **DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA**

El jugador marrón (el cuál será evaluado en este test de control de balón) se situará al borde del área, de cara al jugador azul, que se encuentra en el medio del campo con el balón. Detrás del jugador marrón se situará un defensor, y en la portería un portero, que aunque no intervenga en el test, si nos servirá para dar una mayor contextualización al test, así como una mayor motivación a los jugadores al enlazar el control con una acción posterior que será un tiro a portería. A la altura de la línea de puntos se situarán 2 conos (uno frente a cada poste de la portería).

El test lo comenzará el jugador azul, el cual realizará un pase al jugador marrón, que deberá controlar el balón y realizar un disparo a portería. En el momento que el jugador azul realiza el pase, el defensor, debe correr a tocar cualquiera de los dos conos situados en la línea de puntos, y una vez lo toque deberá intentar evitar que el jugador marrón no logre tirar a portería.

El jugador marrón debe de anticiparse al balón, para así evitar posibles anticipaciones defensivas, y además debe de fijarse en el movimiento del defensor, y de esta manera orientar el control de balón hacia el lado contrario de donde esté éste. También ha de utilizar las superficies de contacto adecuadas para la situación (interior del pie), y utilizar la pierna adecuada para controlar el balón y no sólo la dominante, ya que en algunos casos esto puede endentecer el control. Si el jugador cumple todo esto conseguirá realizar un tiro a portería antes de la llegada del defensor.

### **Valoración final. Sistema de puntuación**

Para valorar este test de control, he diseñado un sistema de puntuación en el que se debe observar si el jugador logra realizar los cuatro objetivos marcados:

- Anticiparse al balón
- Orientar el control hacia el lado contrario del defensor
- Utiliza la superficie y pierna adecuada
- Logra tirar sin presión del defensor

De esta manera se otorgará un punto al deportista, por cada objetivo cumplido, de forma que, la puntuación máxima posible de alcanzar en cada control son cuatro puntos.

El test se repetirá cinco veces, y al igual que en el test de tiro, se eliminará tanto la peor puntuación, como la mejor, y se realizará la media de las tres restantes puntuaciones.

## **TEST PASE**

### **DESCRIPCIÓN DE LA PRUEBA**

En banda, y a la altura del medio del campo, se sitúan tanto el jugador fucsia, como el jugador el azul, este último con balón. Un poco más retrasado y enfrente del palo derecho de la portería se sitúa el jugador verde (al cuál se la valorará la cualificación técnica en el pase), y por último se colocarán dos conos a mitad de camino entre el jugador verde y el corner de banda izquierda, y otro cono 2 metros detrás de la línea de medio campo.

El test comienza cuando el jugador azul realiza un pase al jugador verde, el cuál tras controlar el balón deberá devolvérselo realizando un pase, para que éste reciba el balón y dispare a portería. En el momento que comienza el test, el jugador fucsia debe de dirigirse al cono que está detrás de él y tras tocarlo, intentar evitar que el jugador azul realice un disparo a portería.

El jugador verde, debe intentar tener una buena precisión espacial en el pase intentando golpear el balón de tal manera de que este pase entre los dos conos colocados previamente, y a la vez tener una buena precisión temporal, adecuándose el pase a la trayectoria de carrera de su compañero, de forma que si realiza un buen pase, el jugador azul podrá realizar un disparo sin ninguna presión por parte del defensor.

### **Valoración final. Sistema de puntuación**

Para valorar la cualificación técnica del deportista en el pase, he creado el siguiente sistema de puntuación:

En total en cada pase, cada jugador puede obtener un máximo de cuatro puntos. El test se repetirá cinco veces, y al igual que en los test de tiro y de control, se eliminará

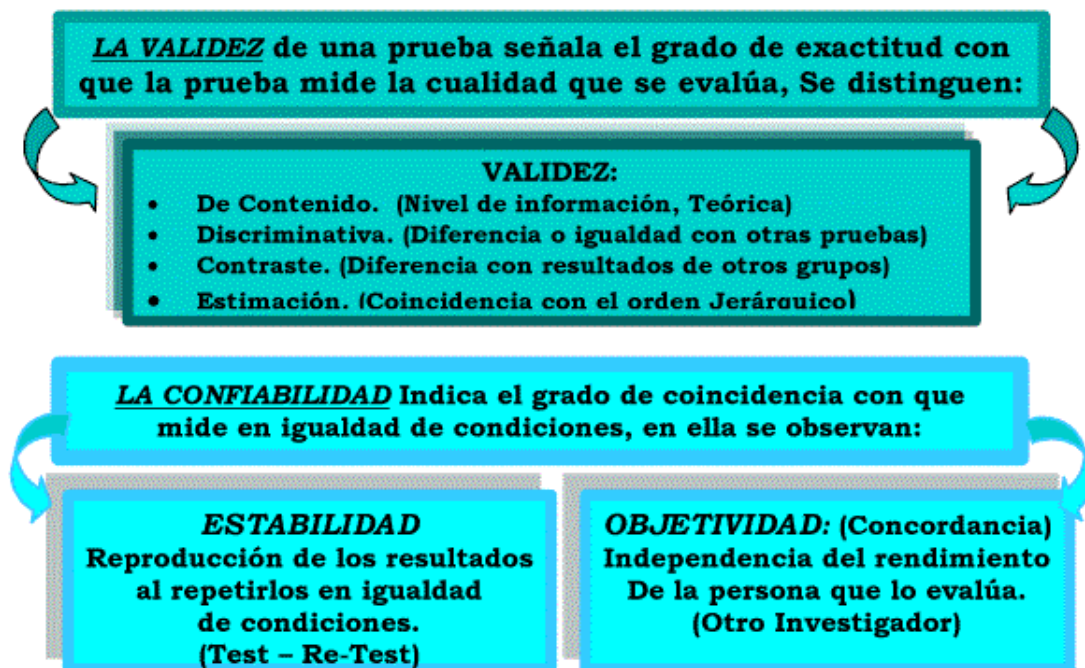


tanto la peor puntuación, como la mejor, y se realizará la media de las tres puntuaciones restantes.

## **MEJORA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS A TRAVES DE LA COORDINACIÓN.**

A través de este test observaremos cuanto se mejoran los aspectos técnicos de cada uno de los deportistas a través de la práctica de la coordinación con los fundamentos básicos.

Existe una coincidencia general entre todos los autores (Grosser 1988; Zatsiorski 1989; O'Farrill 2001; 2002; Yucra 2001) al plantear los criterios científicos que ha de satisfacer una prueba de condición motriz deportiva (principales criterios de calidad), estos son:



# CAPITULO IV

#### **4. TÉCNICAS PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.**

Se realizó el día 24 de febrero a los entrenadores de la misma y a los deportistas de la Escuela de Fútbol de liga deportiva Universitaria y poder recabar los datos que prevalecen en razón de que se pudo distinguir notablemente la no utilización de los ejercicios de coordinación y que se utiliza solamente como calentamiento básico y no se profundiza, se pudo averiguar gracias a las planificaciones que tienen los entrenadores en las cuales no se observa ningún ejercicio de calidad que beneficie a la coordinación.

Por medio de técnicas y según nuestro análisis de los resultados valoramos estos y sacamos nuestros resultados los cuales nos guiaron, en el siguiente cuadro podremos observar que la técnica usada:

## CATEGORÍA DE INFORMACIÓN.

### PROMEDIO DE ESTATURA Y EDAD

#### CUADRO N° 2

Ord.	Nombre	Estatura cm	Edad
1	JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	1,18	8
2	JOSE LUIS BONIFAS PARRA	1,21	8
3	JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	1,17	8
4	RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	1,20	9
5	JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	1,18	8
6	DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	1,19	8
7	JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	1,16	8
8	JORGE GABRIEL JARA TENE	1,20	10
9	JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	1,18	9
10	GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	1,17	8
11	JUAN CARLOS NILVE BALSECA	1,24	10
12	MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	1,20	9
13	ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	1,19	9
14	BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	1,17	8
15	EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	1,18	8
16	LUI ARMANDO YEPEZ HARO	1,20	8

**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

## TEST INICIAL

De acuerdo a nuestra propuesta hemos realizado los siguientes test para a continuación describirlo y desglosarlo para sacar los resultados y poder describirlos para así poder utilizarlos de mejor manera y consecuentemente dar una solución a los problemas que conllevo a nuestra investigación.

A continuación se presenta un cuadro que describe los valores de tiro a portería, conducción del balón, control de balón y el pase de cada una de los jugadores:

### TEST FÍSICOS INICIAL. (PRE TEST)

CUADRO N° 3

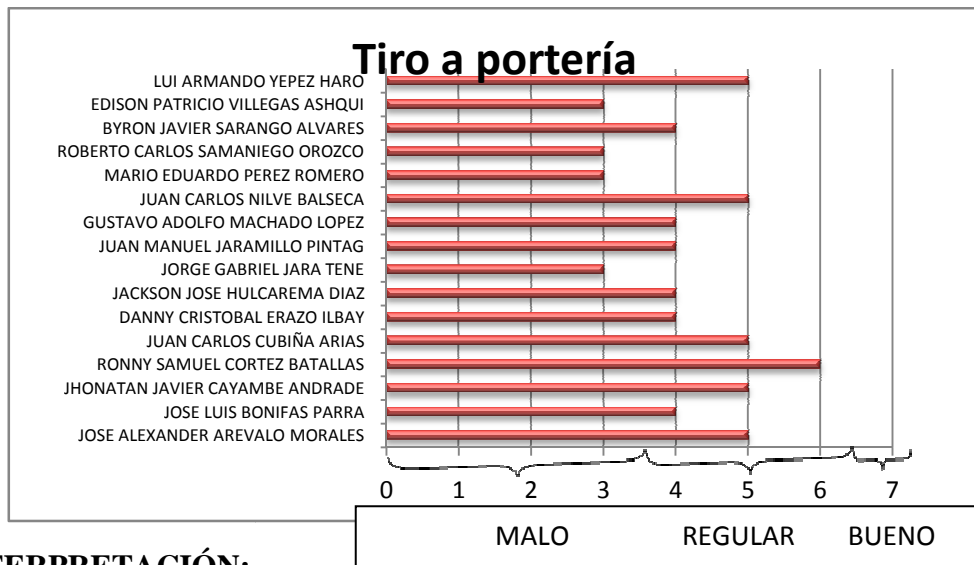
Ord.	Nombre	Tiro a portería	Calificación	Control de balón	Calificación	Pase	Calificación
1	JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	5	R	4	R	4	R
2	JOSE LUIS BONIFAS PARRA	4	R	4	R	5	R
3	JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	5	R	5	R	6	R
4	RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	6	R	5	R	4	R
5	JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	5	R	3	M	4	R
6	DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	4	R	3	M	3	M
7	JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	4	R	3	M	3	M
8	JORGE GABRIEL JARA TENE	3	M	4	R	3	M
9	JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	4	R	5	R	3	M
10	GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	4	R	4	R	4	R
11	JUAN CARLOS NILVE BALSECA	5	R	4	R	4	R
12	MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	3	M	3	M	5	R
13	ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	3	M	4	R	4	R
14	BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	4	R	4	R	6	R
15	EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	3	M	5	R	6	R
16	LUI ARMANDO YEPEZ HARO	5	R	4	R	4	R

**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

Este cuadro de test iniciales nos permitirán determinar qué nivel de fundamentos básicos tienen los jugadores se procede a aplicar cuatro pruebas físicas para determinar los fundamentos básicos, estos son: Tiro a portería, Conducción de balón, Control de balón, Pase.

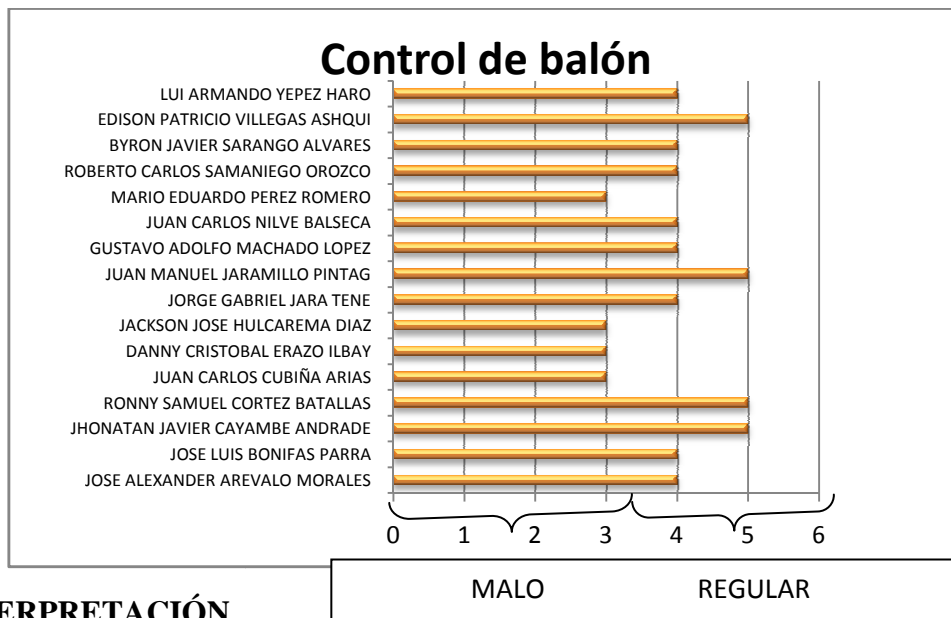
**GRAFICO N° 4**



**INTERPRETACIÓN:**

En esta grafica el promedio de tiro a portería de 10 tiros es de 4,18. en los test iniciales el máximo de tiros es de 6 tiros a portería y el mínimo es de 3 la mediana es 4 y la moda es 4.

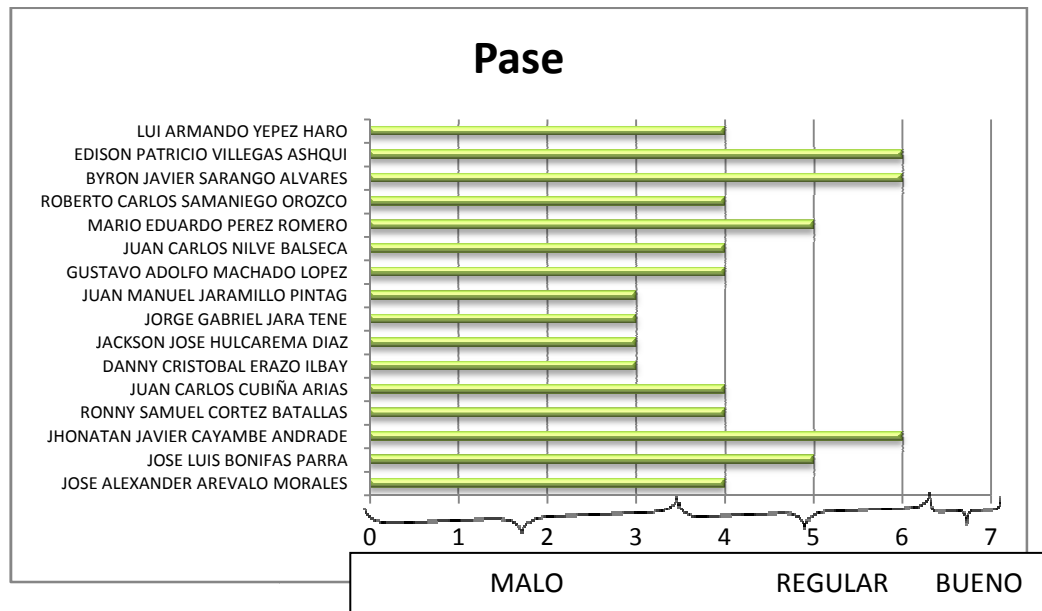
**GRÁFICO N° 5**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el promedio de control de balón de 10 es de 4, en los test iniciales el máximo de control de balón es de 5, y el mínimo es de 3 la mediana es 4 y la moda es 4.

**GRAFICO N° 6**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el promedio de pases de 10 es de 4,25, en los test iniciales el máximo de pases es de 6 y el mínimo es de 3, la mediana es 4 y la moda es 4.

## EVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD TÉCNICA INDIVIDUAL.

**CUADRO N° 4**

<b>CATEGORIA</b>	Tiro va a la portería.	El tiro entra a gol.	Controla utilizando la superficie y pierna adecuada.	Coordina el cuerpo cuando recepta.	Llega el pase al jugador.	Al pasar coordina las extremidades
JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	5/R	5/R	4/R	5/R	6/R	5/R
JOSE LUIS BONIFAS PARRA	6/R	4/R	5/R	4/R	4/R	6/R
JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	5/R	5/R	4/R	5/R	4/R	5/R
RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	7/B	3/M	4/R	5/R	3/M	4/R
JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	6/R	4/R	3/M	5/R	5/R	3/M
DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	5/R	5/R	2/M	5/R	3/M	4/R
JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	7/B	3/M	3/M	6/R	6/R	4/R
JORGE GABRIEL JARA TENE	5/R	5/R	4/R	4/R	5/R	5/R
JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	5/R	5/R	4/R	4/R	4/R	6/R
GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	6/R	4/R	5/R	5/R	4/R	5/R
JUAN CARLOS NILVE BALSECA	6/R	4/R	6/R	6/R	6/R	5/R
MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	6/R	4/R	4/R	3/M	5/R	6/R
ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	5/R	5/R	4/R	5/R	5/R	3/M
BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	7/B	3/M	4/R	5/R	3/M	3/M
EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	6/R	4/R	5/R	6/R	4/R	3/M
LUIS ARMANDO YEPEZ HARO	5/B	5/R	6/R	3M	4/R	3/M

**Fuente:** GROSSER.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

Mediante este cuadro observaremos cada habilidad técnica básica del deportista en cada una de las evaluaciones que se los realizo, y sustentar nuestra tesina.

### EQUIVALENCIAS

Muy Bueno = 9-10

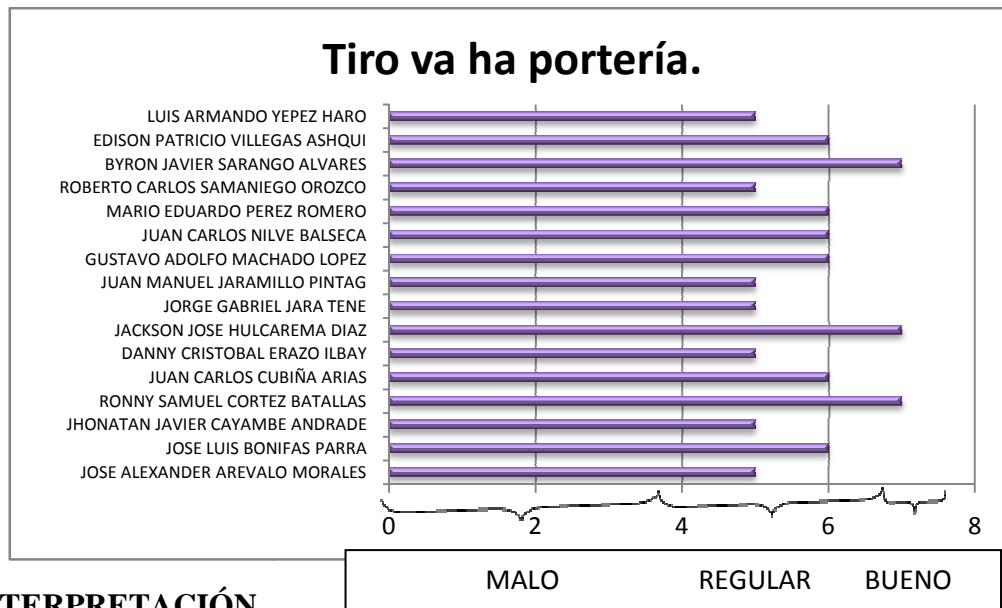
Bueno = 7-8

Regular = 4-6

Malo = 1-3



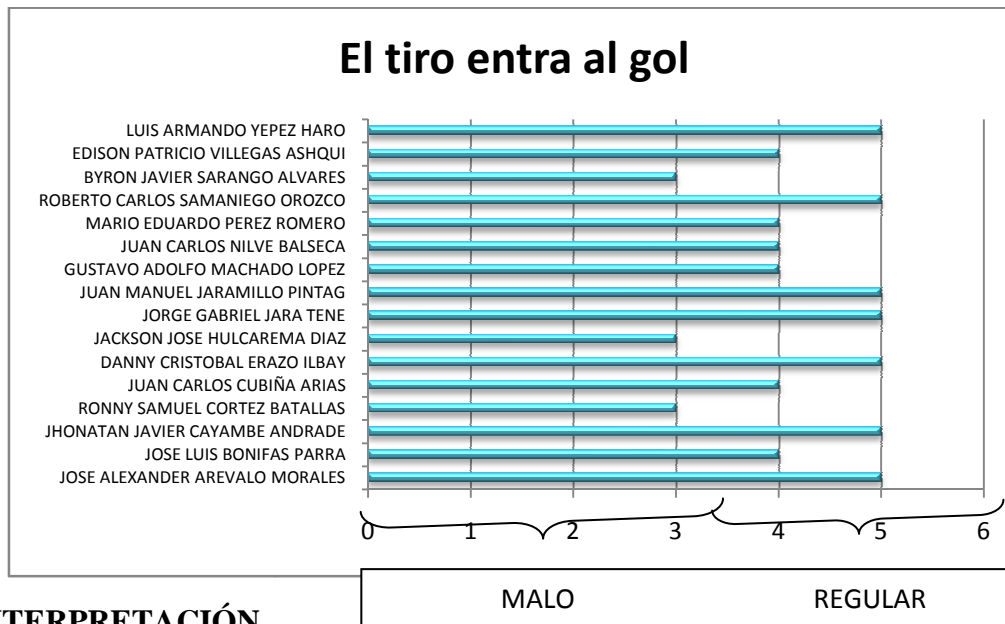
**GRÁFICO N° 7**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al tirar, va ha la portería correctamente el promedio es 5,75 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 7 que sería bueno, la mínima equivalencia es de 5 que sería regular, teniendo como mediana 6 que tendría una equivalencia de regular.

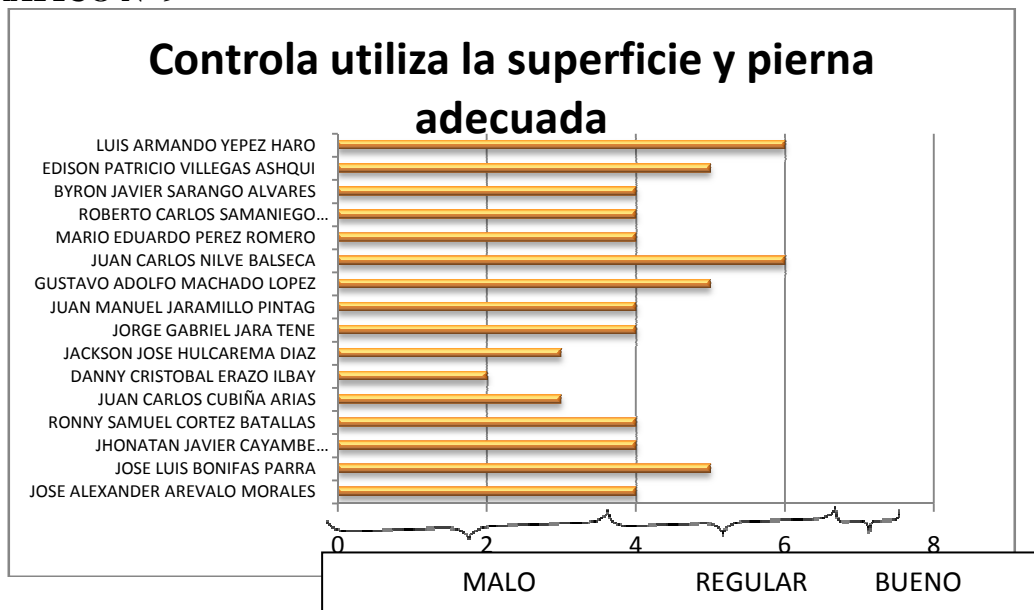
**GRÁFICO N°8**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al tiro, entra el gol correctamente el promedio es 4,25 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 5 que sería regular, la mínima equivalencia es de 3 que sería malo, teniendo como una mediana 4 que tendría una equivalencia de regular.

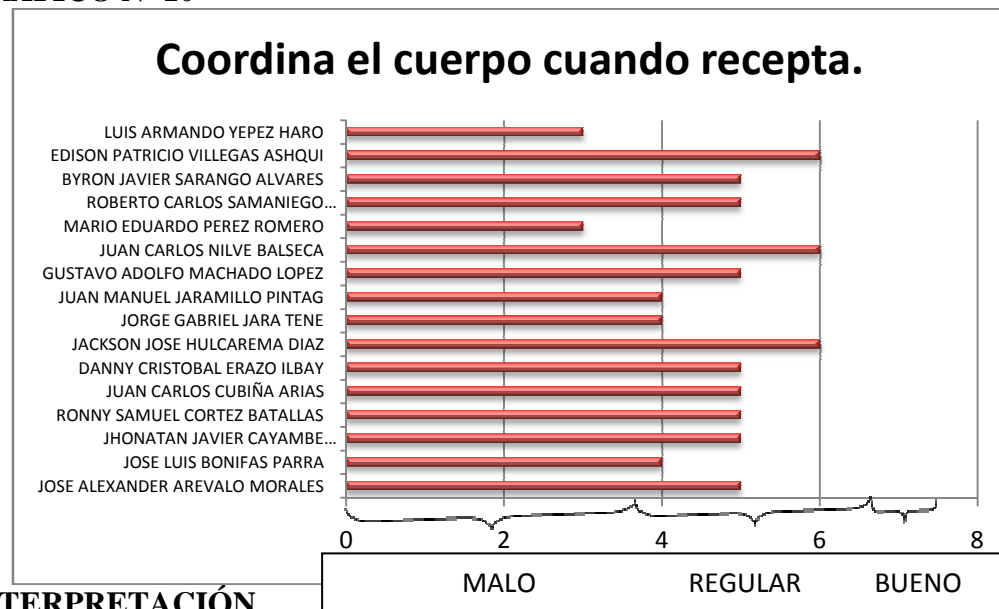
**GRÁFICO N° 9**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al controlar, utiliza correctamente el promedio es 4,18 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 6 que sería regular, la mínima equivalencia es de 2 que sería malo ,teniendo como mediana 4 que tendría una equivalencia de regular.

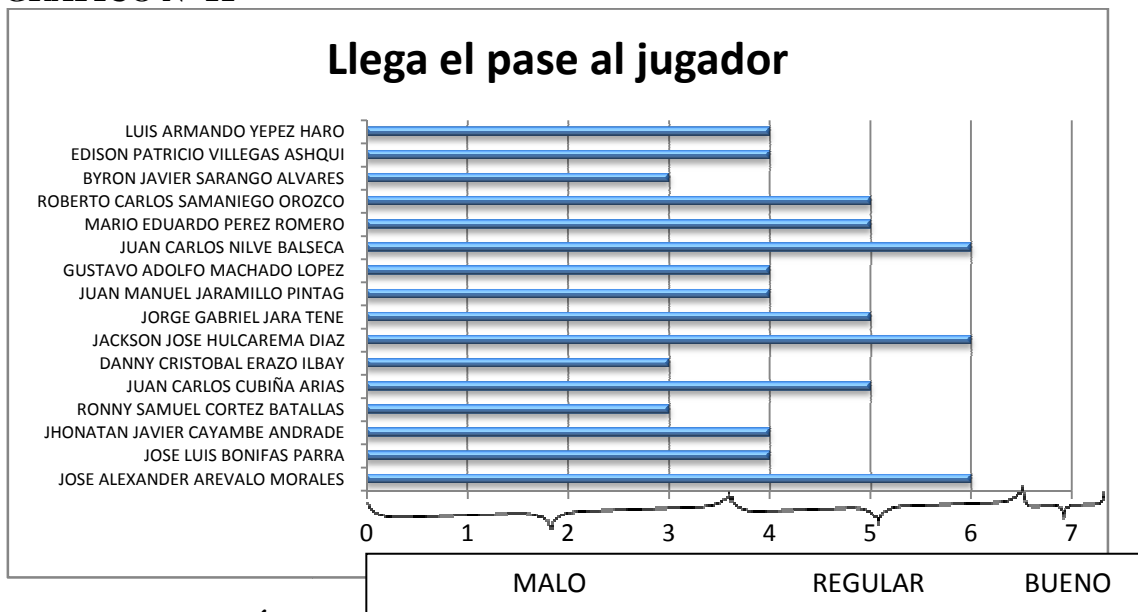
**GRÁFICO N° 10**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al receptar, coordina el cuerpo cuando recepta correctamente el promedio es 4,75 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 6 que sería regular, la mínima equivalencia es de 2 que sería malo, teniendo como mediana 5 que tendría una equivalencia de regular.

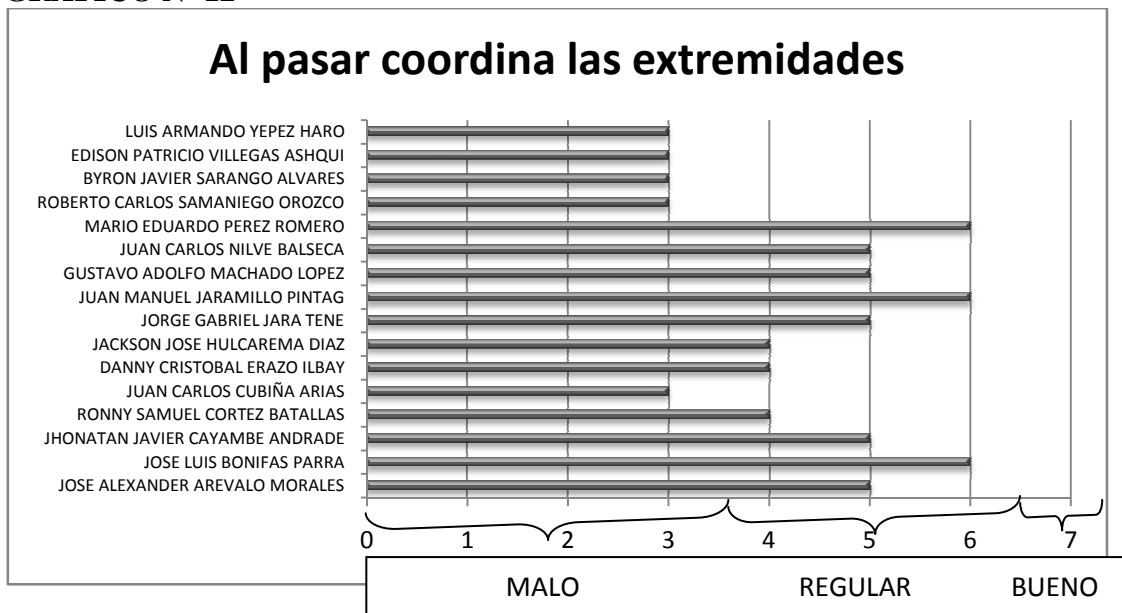
**GRÁFICO N° 11**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al pasar, llega al jugador correctamente el promedio es 4,43 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 6 que sería regular, la mínima equivalencia es de 3 que sería malo ,teniendo como mediana 4 que tendría una equivalencia de regular.

**GRÁFICO N° 12**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al pasar, coordina extremidades correctamente el promedio es 4,37 que nos daría una equivalencia de regular y la máxima equivalencia es de 6 que sería regular, la mínima equivalencia es de 3 que sería malo ,teniendo como mediana 4,5 que tendría una equivalencia de regular.

## **PRESENTACIÓN DE CUADROS COMPARATIVOS DE TEST FÍSICOS Y GUÍA DE OBSERVACIÓN INICIAL.**

Después de analizar los resultados de los Test Físicos y Guía de Observación iniciales de la escuela de Liga Deportiva Universitaria de Quito con sede en Riobamba surgió la necesidad de cambiar la forma de entrenamiento con el propósito de desarrollar los fundamentos básicos a través de la coordinación, para elevar el rendimiento técnico del equipo.

Se presentan los resultados de Test Físicos y Guía de Observación inicial

### **CUADROS N° 5**

#### **TIRO A PORTERÍA.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	4	1-3	MALO
	12	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

#### **CONTROL DE BALÓN.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	4	1-3	MALO
	12	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

#### **PASE.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	4	1-3	MALO
	12	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

## ANALISIS DE LA GUIA DE OBSERVACION INICIAL

### TIRO VA A LA PORTERÍA.

POBLACION	MUESTRA	10 TIROS	CALIFICACIÓN
16	0	1-3	MALO
	13	4-6	REGULAR
	3	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### EL TIRO ENTRA A GOL.

POBLACION	MUESTRA	10 TIROS	CALIFICACIÓN
16	3	1-3	MALO
	13	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### CONTROLA UTILIZANDO LA SUPERFICIE Y PIERNA ADECUADA.

POBLACION	MUESTRA	10 TIROS	CALIFICACIÓN
16	3	1-3	MALO
	13	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### COORDINA EL CUERPO CUANDO RECEPTA.

POBLACION	MUESTRA	10 TIROS	CALIFICACIÓN
16	2	1-3	MALO
	14	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### **LLEGA EL PASE AL JUGADOR.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	3	1-3	MALO
	13	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### **AL PASAR COORDINA LAS EXTREMIDADES**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	5	1-3	MALO
	11	4-6	REGULAR
	0	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

## **EJERCICIOS PARA EL DESARROLLO DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS A TRAVES DE LA COORDINACIÓN.**

- Coordinación Dinámica General 6-12 años:
- Posición de pie, una rodilla flexionada en ángulo recto, brazos a lo largo del cuerpo, impulsar por el suelo una caja de cerillas durante 5 m. Después de lo cual lo realizamos con nuestro respectivo balón.
- Salto al aire flexionando las rodillas para tocar los talones por de tras con las manos.
- Salto en los aros realizamos un squiping des pues tiro al gol.
- Recorro la escalera realizando movimientos coordinados al llegar al final paso el balón.
- Conduco el balón por los conos, paso el balón a mi compañero y luego un pequeño squiping.

**REALIZAR REPETICIONES GESTO QUE CORRESPONDA  
(RECEPCIÓN).**

**Trabajo.**

Conducir el balón al área y después pasar el balón a media altura al compañero se encuentra en la media cancha

Conocimiento y representación mental exacta movimiento a realizar.

Realizar el gesto en la velocidad y ritmo que corresponda a una situación real (deporte).

**SALTOS LATERALES EN AROS CON PASE.**

**Trabajo.**

Saltamos en los aros con 2 pies después con 1 pie sucesivamente hasta llegar al final da pase al compañero y después regresa por un lado de los aros pero de espalda.

**TIRO A PORTERÍA CON OBSTACULOS.**

**Trabajo.**

Conduce el balón la pasa al compañero, recepta el balón conduce al area donde hay un defensa y el arquero, intenta pasar sin que lo quiten o patean antes que le quiten el balón.

Patea el balón desde diferentes lugares de la cancha para hacer el gol con barrera.

## APLICACIÓN DE LOS EJERCICIOS

### REALIZACION DE LOS EJERCICIOS ESPECÍFICOS PARA LA MEJORA DE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS A TRAVES DE LA COORDINACIÓN.

Ya aplicados los ejercicios específicos de coordinación durante los meses de septiembre a febrero en donde fueron parte los deportistas para la realización de dichos ejercicios para el mejoramiento, los resultados de los test físicos y guía de observación finales los presentamos a continuación:

#### TEST FÍSICOS FINALES.

CUADRO N° 6

O rd .	Nombre	Tiro a portería	Calificación	Control de balón	Calificación	Pase	Calificación
1	JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	6	R	7	B	9	MB
2	JOSE LUIS BONIFAS PARRA	7	B	8	B	8	B
3	JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	5	R	8	B	6	R
4	RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	8	B	7	B	4	R
5	JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	7	B	6	R	8	B
6	DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	6	R	4	R	8	B
7	JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	7	B	6	R	7	B
8	JORGE GABRIEL JARA TENE	6	R	8	B	7	B
9	JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	7	B	5	R	8	B
10	GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	6	R	4	R	6	R
11	JUAN CARLOS NILVE BALSECA	8	B	7	B	8	B
12	MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	5	R	4	R	5	R
13	ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	6	R	8	B	7	B
14	BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	7	B	5	R	8	B
15	EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	5	R	6	R	8	B
16	LUI ARMANDO YEPEZ HARO	8	B	4	R	9	MB

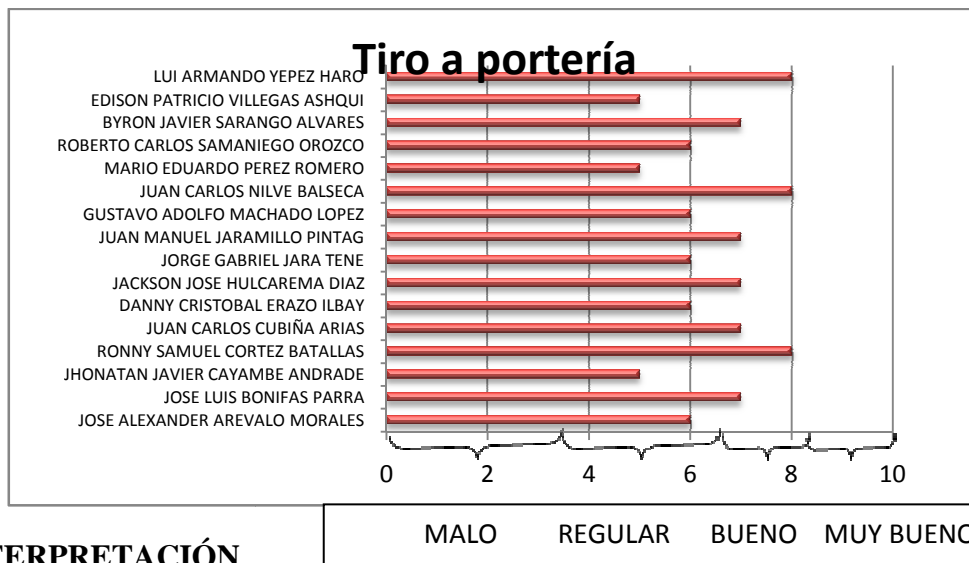
**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex londo, Luis Chacha.

Este cuadro de test finales nos permitirán determinar si luego de aplicados los ejercicios específicos de coordinación hubo mejora en los fundamentos básicos estos son: Tiro a portería, Conducción de balón, Control de balón, Pase.



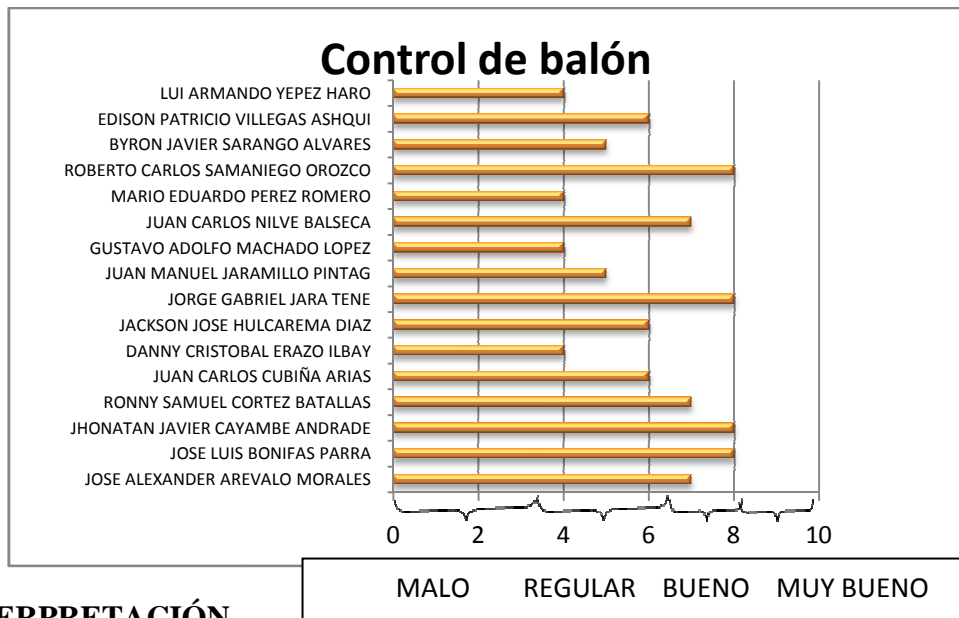
**GRÁFICO N° 12**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el promedio de tiro a portería de 10 tiros es de 6,87. en los test iniciales el máximo de tiros es de 9 tiros a portería y el mínimo es de 5 la mediana es 7 y la moda es 7. Como observar hay mejoría en los resultados finales.

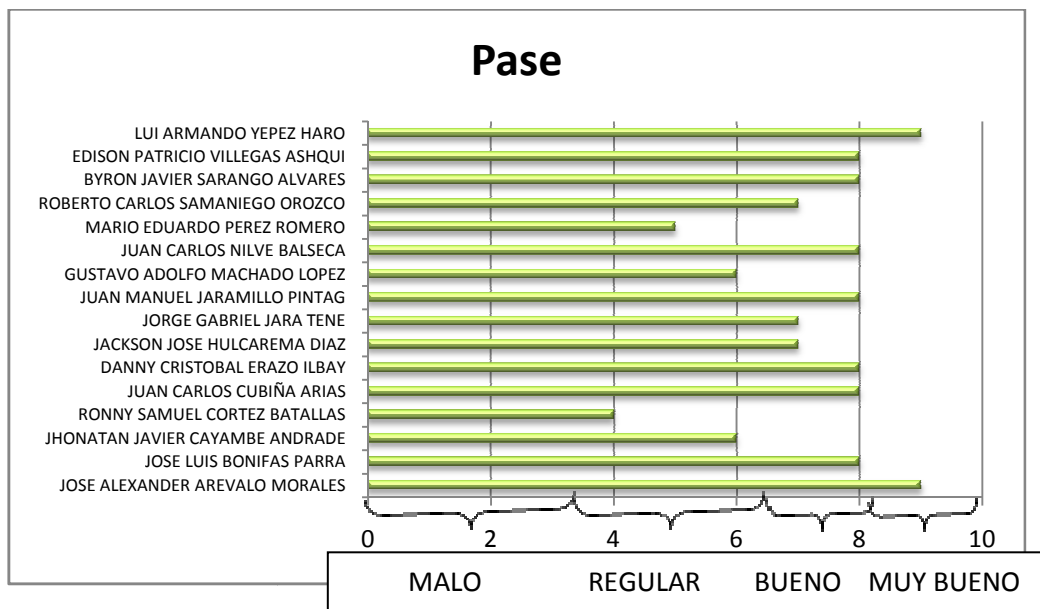
**GRÁFICO N° 13**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el promedio de control de balón de 10 es de 6,62. en los test iniciales el máximo de control de balón es de 9, y el mínimo es de 3 la mediana es 7 y la moda es 7. Como observar hay mejoría en los resultados finales.

**GRÁFICO N° 14**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el promedio de pases de 10 es de 7,81. en los test iniciales el máximo de pases es de 9 y el mínimo es de 4, la mediana es 8 y la moda es 8. Como observar hay mejoría en los resultados finales.

## EVALUACIÓN DE LA CAPACIDAD TÉCNICA INDIVIDUAL FINAL.

**CUADRO N° 7**

<b>CATEGORIA</b>	Tiro va a la portería.	El tiro entra a gol.	Controla utilizando la superficie y pierna adecuada.	Coordina el cuerpo cuando recepta.	Llega el pase al jugador.	Al pasar coordina las extremidades
JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	8/B	8/B	7/B	9/MB	8/B	7/B
JOSE LUIS BONIFAS PARRA	9/MB	6/R	8/B	8/B	9/MB	8/B
JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	7/B	8/B	8/B	9/MB	8/B	8/B
RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	9/MB	7/B	7/B	8/B	7/B	8/B
JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	8/B	7/B	8/B	8/B	6/R	6/R
DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	9/MB	8/B	6/R	7/B	8/B	8/B
JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	9/MB	5/R	6/R	9/MB	8/B	9/MB
JORGE GABRIEL JARA TENE	8/B	7/B	7/B	8/B	7/B	7/B
JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	8/B	7/B	8/B	8/B	9/MB	8/B
GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	8/B	8/B	9/MB	9/MB	9/MB	7/B
JUAN CARLOS NILVE BALSECA	7/B	7/B	9/MB	8/B	8/B	8/B
MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	7/B	8/B	8/B	8/B	7/B	6/R
ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	8/B	8/B	7/B	8/B	7/B	6/R
BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	9/MB	6/R	7/B	9/MB	6/R	7/B
EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	7/B	8/B	8/B	8/B	8/B	6/R
LUIS ARMANDO YEPEZ HARO	6/R	7/B	9/MB	6/R	7/B	5/R

**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

Mediante este cuadro observaremos cada habilidad técnica básica del deportista en cada una de las evaluaciones que se los realizo, y sustentar nuestra tesina.

### **EQUIVALENCIAS**

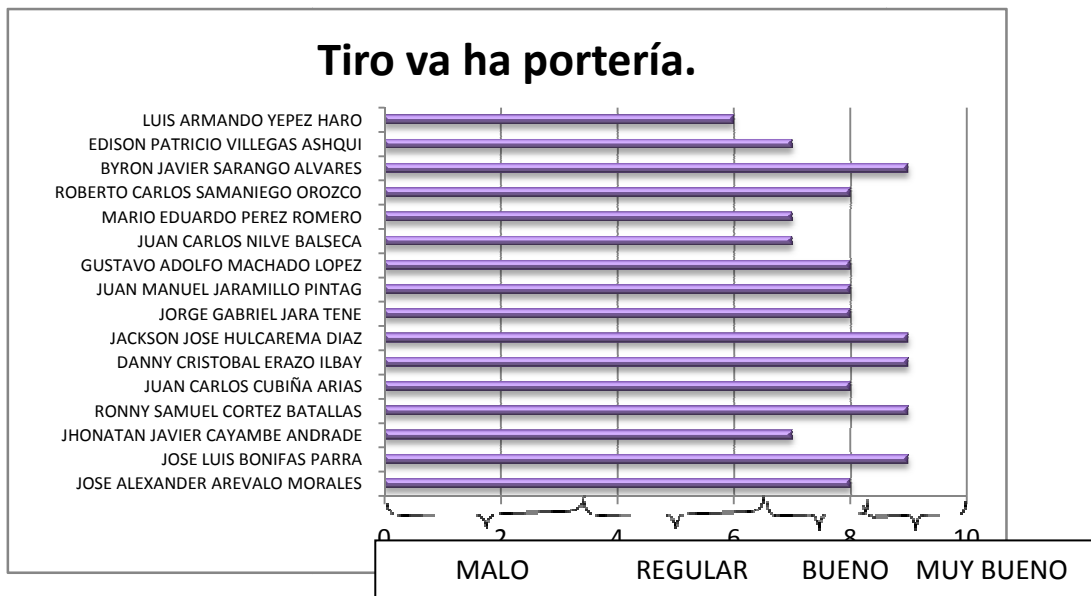
Muy Bueno = 9-10

Bueno = 7-8

Regular = 4-6

Malo = 1-3

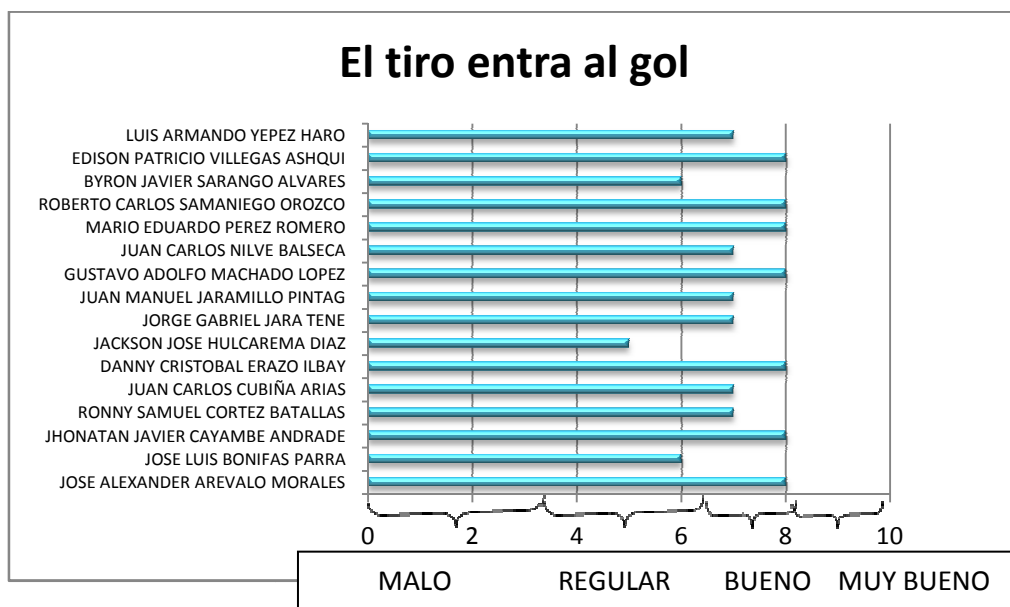
**GRÁFICO N° 15**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al tirar, va ha la portería correctamente el promedio es 7,93 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 9 que sería muy bueno, la mínima equivalencia es de 6 que sería regular , teniendo como mediana 8 que tendría una equivalencia de buena.

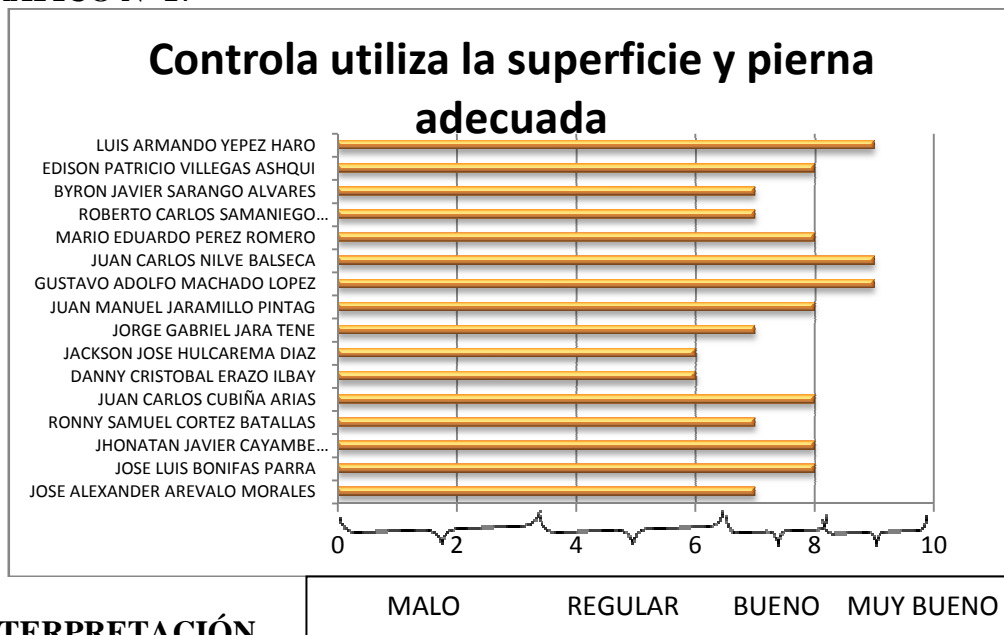
**GRÁFICO N° 16**



**INTERPRETACIÓN.**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al tiro, entra el gol correctamente el promedio es 7,18 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 8 que sería buena la mínima equivalencia es de 5 que sería regular teniendo como una mediana 7 que tendría una equivalencia de buena.

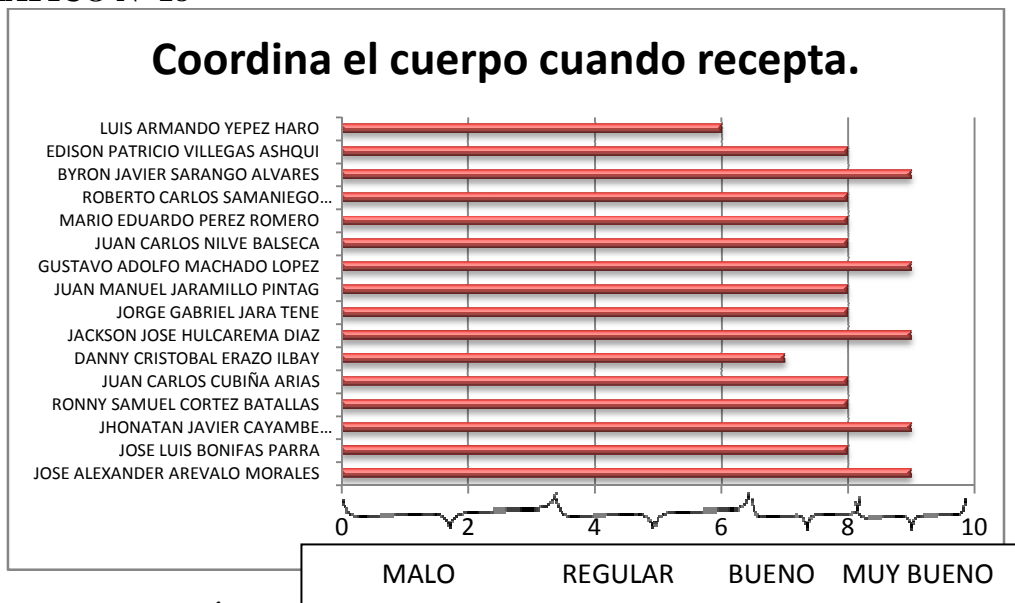
**GRÁFICO N° 17**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al controlar, utiliza correctamente el promedio es 7,62 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 9 que sería muy buena, la mínima equivalencia es de 6 que sería regular ,teniendo como mediana 8 que tendría una equivalencia de buena.

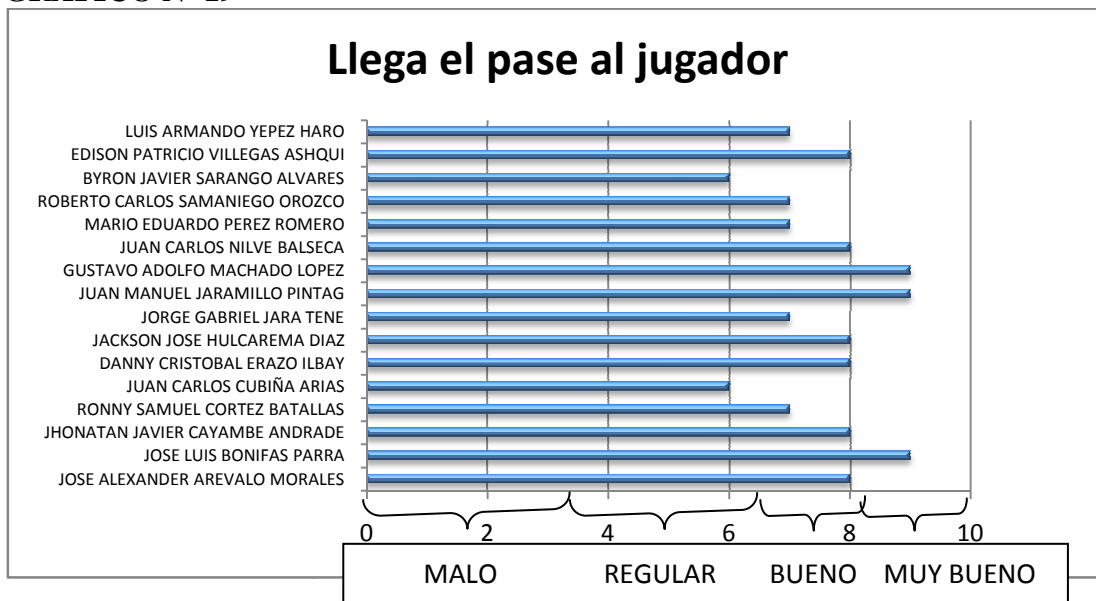
**GRÁFICO N° 18**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al receptar, coordina el cuerpo cuando recepta correctamente el promedio es 8,12 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 9 que sería muy buena, la mínima equivalencia es de 6 que sería regular, teniendo como mediana 8 que tendría una equivalencia de buena.

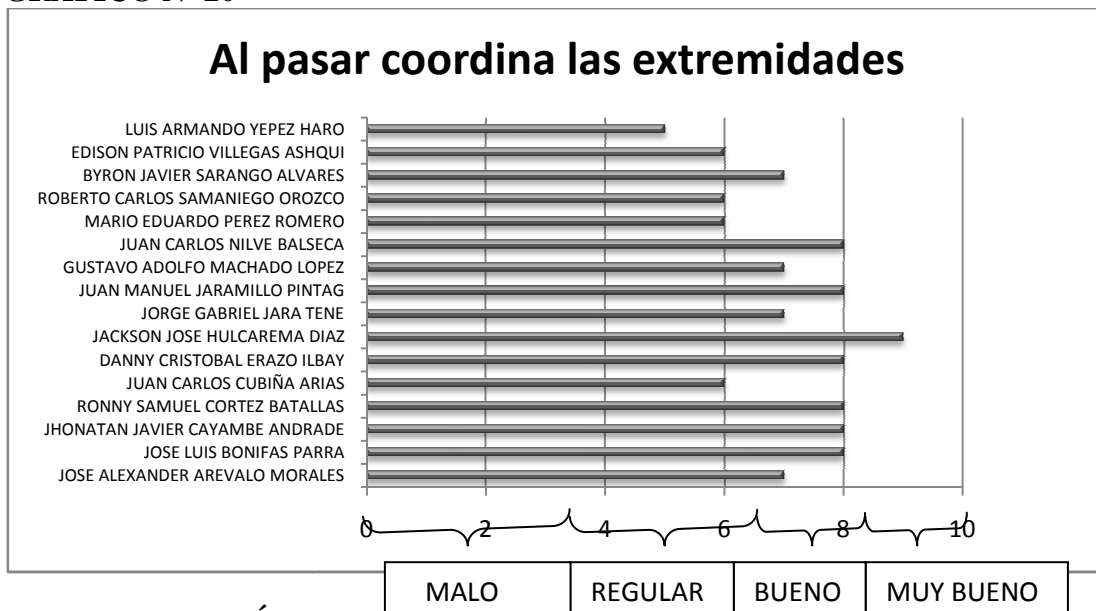
**GRÁFICO N° 19**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al pasar, llega al jugador correctamente el promedio es 7,62 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 9 que sería muy buena, la mínima equivalencia es de 6 que sería regular ,teniendo como mediana 8 que tendría una equivalencia de buena.

**GRÁFICO N° 20**



**INTERPRETACIÓN**

En esta grafica el gesto técnico que se observa al pasar, coordina extremidades correctamente el promedio es 7,12 que nos daría una equivalencia de buena y la máxima equivalencia es de 9 que sería muy buena, la mínima equivalencia es de 5 que sería regular ,teniendo como mediana 7 que tendría una equivalencia de buena. Obsevamos una mejora.

## **PRESENTACIÓN DE CUADROS COMPARATIVOS DE TEST FÍSICO Y GUÍA DE OBSERVACIÓN FINAL**

En la aplicación de los ejercicios de mejoramiento en las sesiones de entrenamiento aparece todos los fundamentos básicos, que antes no era considerada en su esencia en las sesiones de entrenamiento.

Los Test Físicos y Guía de Observación aplicados de manera inicial se los volvió a utilizar en los Test finales, para la comparación de resultados y verificar si los ejercicios realizados son válidos o no para su posterior exposición.

Cabe indicarse que mantenía el mismo volumen diario de entrenamiento pero se lo oriento de una manera técnica para la obtención de mejores resultados.

### **A CONTINUACIÓN SE PRESENTA LOS CUADROS COMPARATIVOS DE TEST FÍSICOS Y GUÍA DE OBSERVACIÓN.**

#### **CUADROS N° 8**

##### **TIRO A PORTERÍA.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	8	4-6	REGULAR
	8	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

##### **CONTROL DE BALÓN.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	8	4-6	REGULAR
	8	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

### **PASE.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	4	4-6	REGULAR
	10	7-8	BUENO
	2	9-10	MUY BUENO

### **ANALISIS DE LA GUIA DE OBSERVACION FINAL**

#### **TIRO VA A LA PORTERÍA.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	1	4-6	REGULAR
	10	7-8	BUENO
	5	9-10	MUY BUENO

#### **EL TIRO ENTRA A GOL.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	3	4-6	REGULAR
	13	7-8	BUENO
	0	9-10	MUY BUENO

#### **CONTROLA UTILIZANDO LA SUPERFICIE Y PIERNA ADECUADA.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	2	4-6	REGULAR
	11	7-8	BUENO
	3	9-10	MUY BUENO

#### **COORDINA EL CUERPO CUANDO RECEPTA.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	1	4-6	REGULAR
	10	7-8	BUENO
	5	9-10	MUY BUENO



**LLEGA EL PASE AL JUGADOR.**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	2	4-6	REGULAR
	11	7-8	BUENO
	3	9-10	MUY BUENO

**AL PASAR COORDINA LAS EXTREMIDADES**

<b>POBLACION</b>	<b>MUESTRA</b>	<b>10 TIROS</b>	<b>CALIFICACIÓN</b>
16	0	1-3	MALO
	5	4-6	REGULAR
	10	7-8	BUENO
	1	9-10	MUY BUENO

## ANÁLISIS DE LOS TEST FÍSICOS INICIALES Y FINALES.

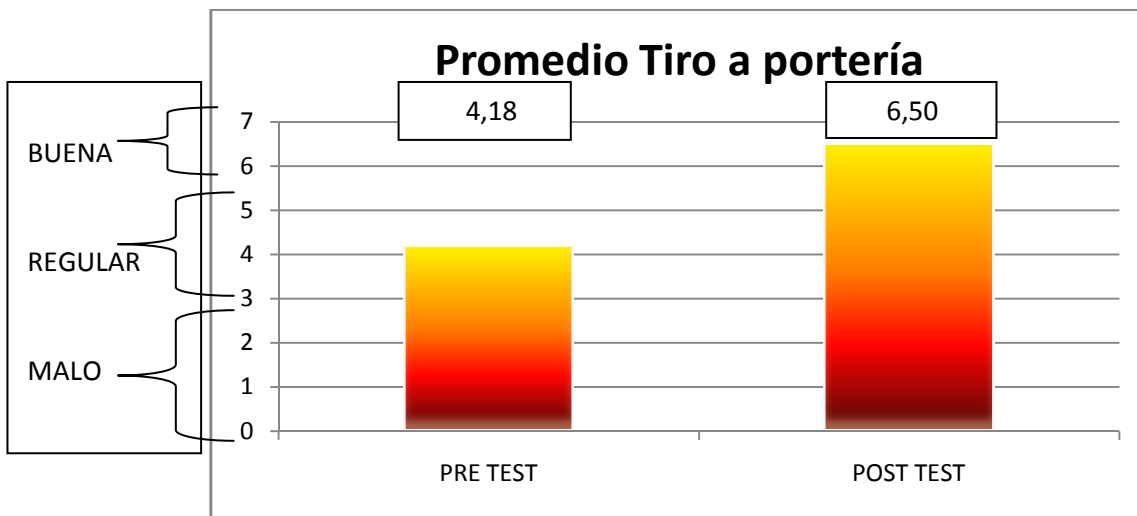
**CUADRO N° 9**

Ord	NOMBRES	Tiro a portería.		Control de balón.		Pase.	
		PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST
1	JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	5/R	6/R	4/R	7/B	4/R	9/MB
2	JOSE LUIS BONIFAS PARRA	4/R	7/B	4/R	8/B	5/R	8/B
3	JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	5/R	5/R	5/R	8/B	6/R	6/R
4	RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	6/R	8/B	5/R	7/B	4/R	4/R
5	JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	5/R	7/B	3/M	6/R	4/R	8/B
6	DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	4/R	6/R	3/M	4/R	3/M	8/B
7	JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	4/R	7/B	3/M	6/R	3/M	7/B
8	JORGE GABRIEL JARA TENE	3/M	6/R	4/R	8/B	3/M	7/B
9	JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	4/R	7/B	5/R	5/R	3/M	8/B
10	GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	4/R	6/R	4/R	4/B	4/R	6/R
11	JUAN CARLOS NILVE BALSECA	5/R	8/B	4/R	7/B	4/R	8/B
12	MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	3/M	5/R	3/M	4/R	5/R	5/R
13	ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	3/M	6/R	4/R	8/B	4/R	7/B
14	BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	4/R	7/B	4/R	5/R	6/R	8/B
15	EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	3/M	5/R	5/R	6/R	6/R	8/B
16	LUI ARMANDO YEPEZ HARO	5/R	8/B	4/R	4/R	4/R	9/MB
<b>MEDIANA</b>		4,00	6,50	4,00	6,00	4,00	8,00
<b>MODA</b>		4,00	7,00 6,00	4,00	8,00 4,00	4,00	8,00
<b>PROMEDIO</b>		4,18	6,50	4,00	6,06	4,25	7,25
<b>MÁXIMO</b>		6,00	9,00	5,00	8,00	6,00	9,00
<b>MÍNIMO</b>		3,00	5,00	3,00	4,00	3,00	6,00

**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

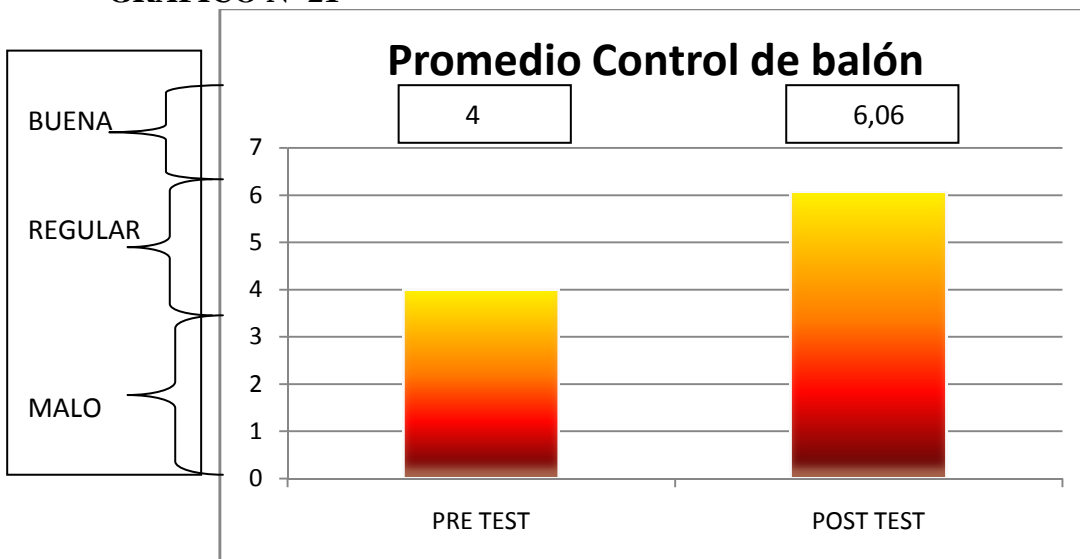
**GRÁFICO N° 21**



**ANÁLISIS:**

El promedio de Tiro a portería es de 4,18 tiros de efectividad en el test inicial despues de aplicar los ejercicios que tiene una duración de 5 meses el promedio de tiro es de 6,50 lo cual indica que el promedio de tiro a mejorado en un 2,32. Remate con el empeine, con el empeine interno, con el empeine externo, con la punta del pie, con la rodilla, con el taco, con la cabeza, con la punta.

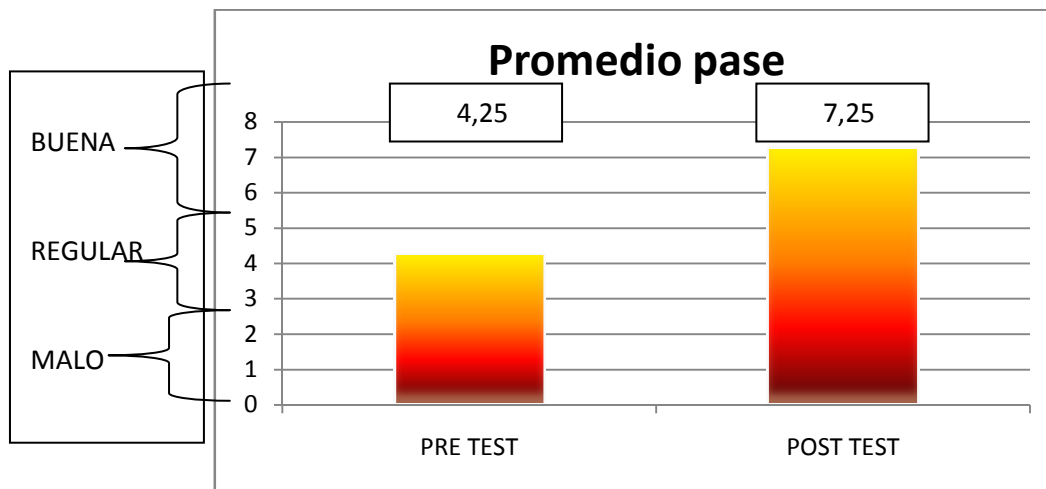
**GRÁFICO N° 21**



**ANÁLISIS:**

El promedio de Control de balón es de 4 balones controlados de efectividad en el test inicial despues de aplicar los ejercicios que tiene una duración de 5 meses el promedio de control es de 6,06 indica que el promedio de control a mejorado en un 2,06. Se mejoro gracias a circuitos continuos específicos de alta y baja intencidad.

**GRÁFICO N°22**



**ANÁLISIS:**

El promedio de Pase es de 4,25 de efectividad al pasar en el test inicial despues de aplicar los ejercicios que tiene una duración de 5 meses el promedio de pase es de 7,25 lo cual indica que el promedio de pase a mejorado en un 3,00. Se logro gracias a la mecanización del ejercicio, posición del cuerpo, etc.

**CUADRO N° 10**

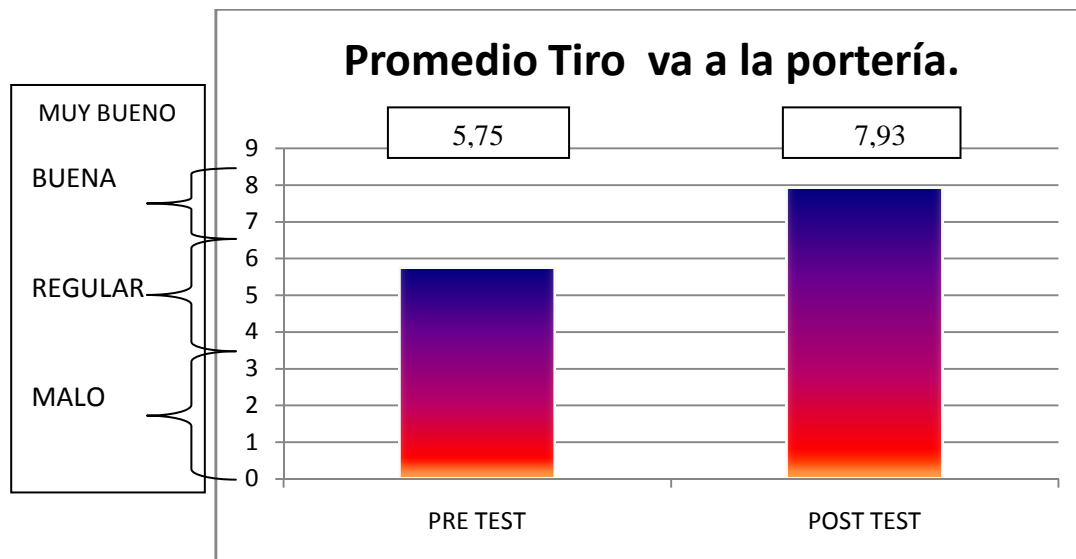
<b>GUIA DE OBSERVACION = EVALUACION TECNICA INICIAL Y FINAL</b>													
Ord	CATEGORIA	Tiro va a la portería.		El tiro entra a gol.		Controla utilizando la superficie y pierna adecuada.		Coordina el cuerpo cuando recepta.		Llega el pase al jugador.		Al pasar coordina las extremidades	
		PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST	PRE	POST
1	JOSE ALEXANDER AREVALO MORALES	5/R	8/B	5/R	8/B	4/R	7/B	5/R	9/MB	6/R	8/B	5/R	7/B
2	JOSE LUIS BONIFAS PARRA	6/R	9/MB	4/R	6/R	5/R	8/B	4/R	8/B	4/R	9/MB	6/R	8/B
3	JHONATAN JAVIER CAYAMBE ANDRADE	5/R	7/B	5/R	8/B	4/R	8/B	5/R	9/MB	4/R	8/B	5/R	8/B
4	RONNY SAMUEL CORTEZ BATALLAS	7/B	9/MB	3/M	7/B	4/R	7/B	5/R	8/B	3/M	7/B	4/R	8/B
5	JUAN CARLOS CUBIÑA ARIAS	6/R	8/B	4/R	7/B	3/M	8/B	5/R	8/B	5/R	6/R	3/M	6/R
6	DANNY CRISTOBAL ERAZO ILBAY	5/R	9/MB	5/R	8/B	2/M	6/R	5/R	7/B	3/M	8/B	4/R	8/B
7	JACKSON JOSE HULCAREMA DIAZ	7/B	9/MB	3/M	5/R	3/M	6/R	6/R	9/MB	6/R	8/B	4/R	9/MB
8	JORGE GABRIEL JARA TENE	5/R	8/B	5/R	7/B	4/R	7/B	4/R	8/B	5/R	7/B	5/R	7/B
9	JUAN MANUEL JARAMILLO PINTAG	5/R	8/B	5/R	7/B	4/R	8/B	4/R	8/B	4/R	9/MB	6/R	8/B
10	GUSTAVO ADOLFO MACHADO LOPEZ	6/R	8/B	4/R	8/B	5/R	9/MB	5/R	9/MB	4/R	9/MB	5/R	7/B
11	JUAN CARLOS NILVE BALSECA	6/R	7/B	4/R	7/B	6/R	9/MB	6/R	8/B	6/R	8/B	5/R	8/B
12	MARIO EDUARDO PEREZ ROMERO	6/R	7/B	4/R	8/B	4/R	8/B	3/M	8/B	5/R	7/B	6/R	6/R
13	ROBERTO CARLOS SAMANIEGO OROZCO	5/R	8/B	5/R	8/B	4/R	7/B	5/R	8/B	5/R	7/B	3/M	6/R
14	BYRON JAVIER SARANGO ALVARES	7/B	9/MB	3/M	6/R	4/R	7/B	5/R	9/MB	3/M	6/R	3/M	7/B
15	EDISON PATRICIO VILLEGAS ASHQUI	6/R	7/B	4/R	8/B	5/R	8/B	6/R	8/B	4/R	8/B	3/M	6/R
16	LUIS ARMANDO YEPEZ HARO	5/B	6/R	5/R	7/B	6/R	9/MB	3M	6/R	4/R	7/B	3/M	5/R

<b>MEDIANA</b>	6,00	8,00	4,00	7,00	4,00	8,00	5,00	8,00	4,00	8,00	4,50	7,00
<b>MODA</b>	5,00	8,00	5,00	8,00	4,00	8,00	5,00	8,00	4,00	8,00	5,00	8,00
<b>PROMEDIO</b>	5,75	7,93	4,25	7,18	4,18	7,62	4,75	8,12	4,43	7,62	4,37	7,12
<b>MÁXIMO</b>	7,00	9,00	5,00	8,00	6,00	9,00	6,00	9,00	6,00	9,00	6,00	9,00
<b>MÍNIMO</b>	5,00	6,00	3,00	5,00	2,00	6,00	3,00	6,00	3,00	6,00	3,00	5,00

**Fuente:** Categoría de información.

**Elaboración:** Alex Londo, Luis Chacha.

**GRÁFICO N° 23**

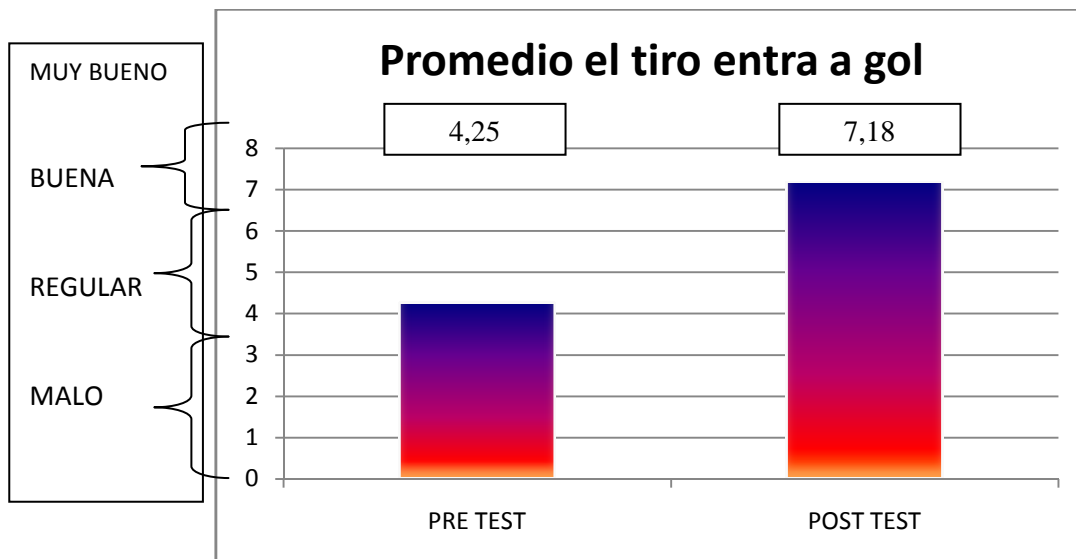


**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; Al tirar ha la portería, el promedio inicial es de 5,75 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 7,39 lo que indica que la ejecución técnica de tiro a la portería a mejorado, con los tiros de corta y larga distancia.

La correlación es de 1,64 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.

**GRÁFICO N° 24**



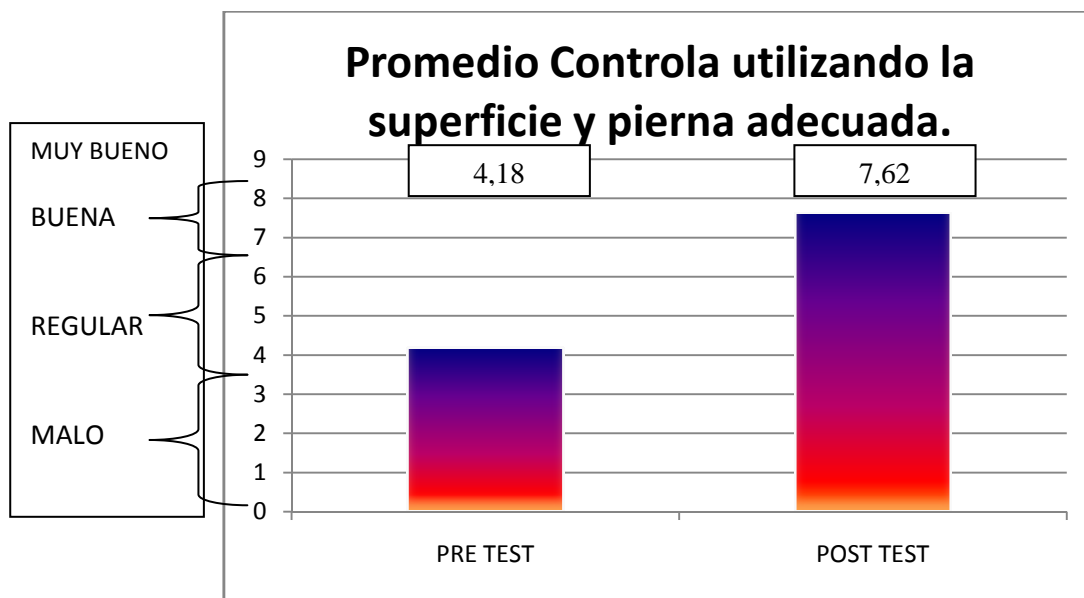
**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; Si el balón dentra la gol, el promedio inicial es de 4,25 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 7,18 lo que indica que la ejecución técnica a mejorado, con los ejercicicos estáticos, dinámicos con obstáculos.

La correlación es de 2,93 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.



**GRÁFICO N° 25**

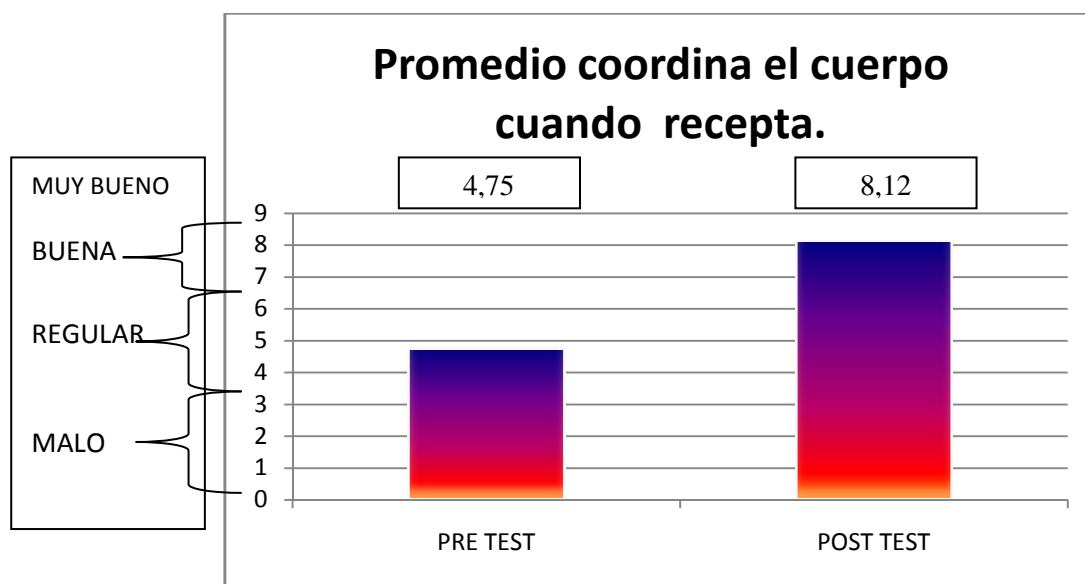


**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; controla utilizando la superficie y pierna adecuada, el promedio inicial es de 4,18 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 7,62 lo que indica que la ejecución técnica a mejorado, con los ejercicios de amortiguamiento, empeine, interior, exterior, pecho, muslo, cabeza.

La correlación es de 3,44 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.

**GRÁFICO N° 26**

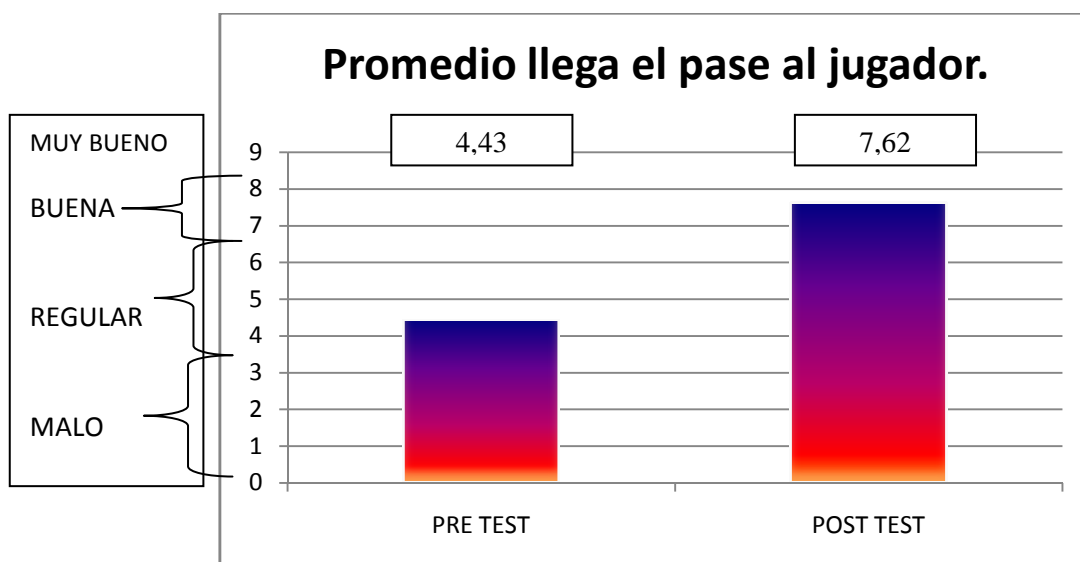


**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; es coordinado cuando recepta, el promedio inicial es de 4,75 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 8,12 lo que indica que la ejecución técnica a mejorado, estos ejercicios fueron con la mecanización del movimiento de los ejercicios

La correlación es de 3,37 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.

**GRÁFICO N° 27**

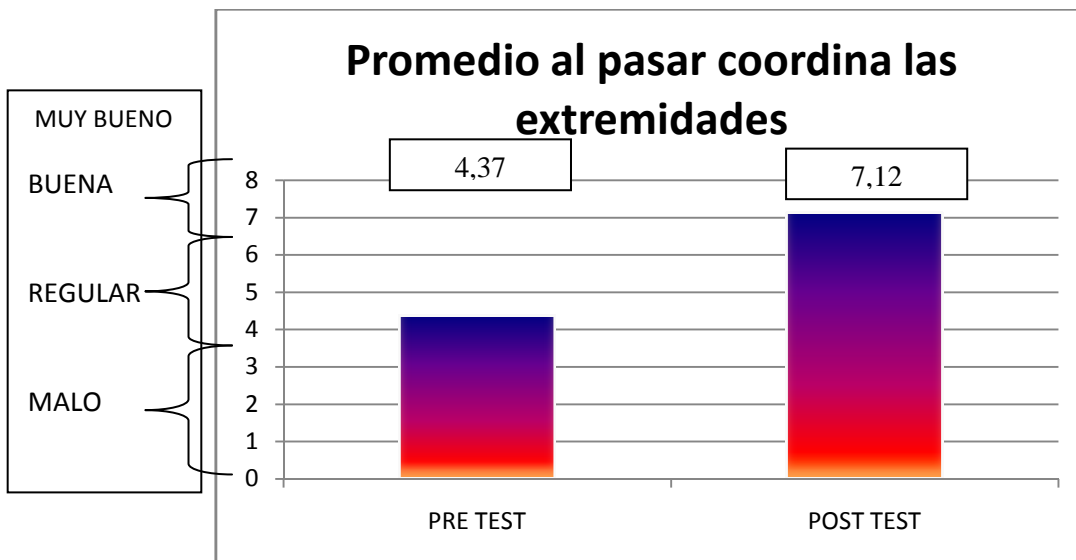


**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; llega el pase al jugador, el promedio inicial es de 4,43 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 7,62 lo que indica que la ejecución técnica a mejorado, gracias a los pases cortos pases largos, pases medianos, pase a ras del suelo, pase a media altura, pase por elevación.

La correlación es de 3,19 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.

**GRÁFICO N° 28**



**ANÁLISIS:**

El promedio de la ejecución técnica en la Guía de observación; Pasa y los movimientos de las extremidades son coordinadas, el promedio inicial es de 4,37 y luego de la aplicación de los ejercicios que tiene una duración de cinco meses el promedio de efectividad es de 7,12 lo que indica que la ejecución técnica a mejorado, estos ejercicios son gracias a las repeticiones continuas de los ejercicios al pasar.

La correlación es de 2,75 lo que demuestra que existe un desarrollo en las habilidades técnicas o fundamentos básicos de los deportistas.

## ENCUESTA DIRIGIDA A ENTRENADORES Y DEPORTISTAS

Luego de aplicar los instrumentos de investigación, tabulamos los datos, llevando los mismos a cuadros y gráficos estadísticos. Se hizo el análisis e interpretación empleando herramientas informáticas sencillas como Word y Excel 2007.

### ENCUESTA

1¿Cree Ud que la coordinación sirve para mejorar los fundamentos básicos?

SI

8

NO

1

TALVES

1

2 ¿Cree Ud q los ejercicios de coordinación son importantes ejecutarlos en los entrenamientos?

SI

8

NO

2

TALVES

0

3¿Cree Ud que es importante la coordinación física en estas categorías?

SI

10

NO

0

TALVES

0

4¿Cree Ud que atreves de la coordinación mejoro considerablemente los fundamentos básicos?

SI

10

NO

0

TALVES

0

# CAPITULO V

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.**

#### **Conclusiones.-**

Concluimos que no existía coordinación con los diferentes implementos deportivos al culminar el trabajo de investigación también podemos decir que los entrenadores de las categorías 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba realizan una planificación deportiva medianamente completa de coordinación sin dar la importancia que se merecen a los procesos metodológicos de formación en los futbolistas y esto influye notablemente en el rendimiento deportivo de los mismos al momento de realizar los fundamentos básicos.

Los entrenamientos de coordinación que se aplican en la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba son ejercicios básicos con pocas repeticiones y el tiempo que se dedica es mínimo, ya que no utilizaban los implementos de acuerdo a la edad del niño.

La coordinación ayuda a incrementar la poca técnica que tienen los futbolistas de la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba al momento de realizar los fundamentos básicos del fútbol.

En los test físicos: tiro a portería, conducción de balón, control de balón, pase, se observo un incremento en los fundamentos básicos que tuvo una duración de cinco meses elevando el nivel técnico en la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba, ya que existió motivación y paciencia por parte de los entrenadores.

### **Recomendaciones.-**

Es necesario realizar ejercicios con implementos deportivos adecuados para que los movimientos se mecanicen en los entrenamientos diarios de la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba la cual permitirá desarrollar las diferentes capacidades, habilidades y destrezas de los futuros futbolistas al momento de desarrollar los fundamentos básicos.

Proponer ejercicios adecuados para mejorar los fundamentos básicos de fútbol de acuerdo a la edad del niño en forma progresiva de lo más fácil a lo más complejo en la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba.

Motivar en el entrenamiento diario al deportista para que se adapte el niño al deporte en la categoría 8-10 años de la escuela de fútbol “Liga Deportiva Universitaria de Quito” con sede en Riobamba con el fin de obtener mejor rendimiento en los fundamentos básicos.

Sugerir al entrenador paciencia en la enseñanza de los fundamentos básicos sabiendo que es un proceso a largo plazo.



# CAPITULO VI

## **PROPUESTA**

### **PROPUESTA:**

Nuestra propuesta de investigación es mejorar una falencia en el fútbol como son los fundamentos básicos, a través de guías metodológicas en las cuales se aplicaran ejercicios de coordinación, circuitos ,repeticiones continuas de los ejercicios para mecanizar los movimientos no solo en lo práctico si no también en lo científico, con una metodología de enseñanza adecuada para esta categoría, hemos tomado en cuenta los métodos y medios más adecuados como el inductivo-deductivo que va de lo más fácil a lo más complejo para mejorar el rendimiento en los futbolistas por esta razón nuestro tema es la incidencia de la coordinación en el trabajo de los fundamentos básicos de fútbol en la escuela de Liga Deportiva Universitaria con sede en Riobamba en la categoría 8-10 años.

## **BIBLIOGRAFÍA:**

- ALVAREZ, C. (1983). La preparación física del fútbol basada en el atletismo.
- ALVAREZ DEL VILLAR, C. (1983: 477)
- BARRERA, J. y SALAZAR, S. (1997). ESO: Educación Física. Pista 2. Granada. Editorial Ágora.
- BERALDO, S. y POLLETI, C. (1991). Preparación física total. Barcelona. Editorial Hispano Europea.
- COLL, J. y VINUESA, M. (1987, 2ª edición). Teoría Básica del entrenamiento. Madrid. Editorial Esteban Sanz Martínez.
- BLAZQUEZ, D. (1990). Evaluar en Educación Física. Barcelona. Editorial INDE.
- BLUME, D. (1986), citado en Morino, C. (1991: 2)
- BERNSTEIN (1975) cit. por Meinel y Schnabel (1988: 58)
- CASTAÑER, M. y CAMERINO, O. (1990). La Educación Física en la Enseñanza
- CASTAÑER Y CAMERINO (1990) cit. por Mora, J. (1995: 121)
- FETZ, F. y KORNEXL, E. (1976). Tests deportivo-motores. Buenos Aires. Editorial Kapelusz.
- GARCÍA, J. M.; NAVARRO, M. y RUIZ, J. A. (1996). Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. Madrid. Editorial Gymnos.
- GONZÁLEZ, M.; RIVERA, E. y TORRES, J. (1996). Fundamentos de Educación Física. Consideraciones Didácticas. Granada. Imprenta Rosillo's.
- GROSSER, M. y cols. (1991: 192)
- GROSSER, M. y cols. (1991). El movimiento deportivo. Barcelona. Editorial Martínez Roca.
- GROSSER, M. y NEUMAIER, A. (1986). Técnicas de entrenamiento. Barcelona. Editorial Martínez Roca.
- GROSSER, M.; STARISCHA, S. y ZIMMERMANN, K. (1988). Principios del entrenamiento deportivo. Barcelona. Editorial Martínez Roca.

- HAAG, H. y DASSEL, H. (1981). El circuit-training en la escuela. Buenos Aires. Editorial Kapelusz.
- HAHN, E. (1988). Entrenamiento con niños. Barcelona. Editorial Martínez Roca.
- HAHN, H. (1984: 82)
- HANSRUEDI, H. (1991). Función e importancia de las cualidades coordinativas (conclusión). Revista STADIUM, año 25, 148, 24-25.
- HARRE, D. (1987). Teoría del entrenamiento deportivo. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- HEDEGUS, J. (1972). Teoría general y especial del entrenamiento deportivo. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- HIRTZ, P. (1987). Lo sviluppodelle capacita coordinativenell'etascolare e possibilita del loro miglioramento. Roma. Didattica-del-movimento 51/52, July/Oct, 52-58.
- JACOB, F. (1991). Función e importancia de las cualidades coordinativas. Revista Stadium, año 25, 147, 36-40.
- KING, M. G. y GRAHAM, D. G. (1993).Development of Motor Coordination .Schorndorf, Germany. International-journal-of-physical-education, 1st Quarter, 15-19.
- KIPHARD, E. J. (1976). Insuficiencias de movimiento y de coordinación en la edad de la escuela primaria. Buenos Aires. Editorial Kapelusz.
- KIPHARD, E. (1976: 9)
- KOSEL, A. (1996). Actividades gimnásticas. La coordinación motriz. Barcelona. Editorial Hispano Europea.
- LAMBERT, G. (1993). El entrenamiento deportivo. Preguntas y respuestas. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- LANGLADE, A. (1983). Teoría general de la Gimnasia. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- LEGIDO, J.C.; SEGOVIA, J.C. y BALLESTEROS, J.M. (1995). Valoración de la Condición Física por medio de tests. Madrid. Ediciones Pedagógicas.

- LEGIDO, J. C. (1972), cit. por Rivera, E. y cols. (1993:206)
- LITWIN, J. y FERNÁNDEZ, G. (1995). Evaluación en Educación Física y deportes. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- LORA RISCO, (1991). La Educación Corporal. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- LORENZO, F. (2002): Diseño y estudio científico de un test motor original que mida la coordinación motriz en alumnos/as de Educación Secundaria
- MADELLO, A. (1986). Atletismo y capacidad de coordinación. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 8, 27-32.
- MANNO, R. (1985). La capacidad coordinativa. Revista Stadium, 111, 2-13.
- MANNO, R. (1994). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- MARTIN, D. (1991). Técnica deportiva del entrenamiento. Revista Stadium, año 25, 147, 6-13.
- MATVÉEV, L. (1983). Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú. Editorial Raduga.
- MANNO, R. (1985: 7)
- MEINEL Y SCHNABEL (1988: 57-58)
- MEIERHOFER, E. (1989). La capacidad de coordinación en el tenista. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 28, 8-12.
- MEINEL, K. y SCHNABEL, G. (1988). Teoría del movimiento. Motricidad deportiva. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- MORA, J. (1989). Las capacidades físicas o bases del rendimiento motor. Cádiz. Edita Diputación de Cádiz.
- MORA, J. (coordinador) (1995). Teoría del entrenamiento y acondicionamiento físico. Cádiz. Edita COPLEF Andalucía.
- MORINO, C. (1991). La capacidad coordinativa en deportes de equipo. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 18, 2-9.
- MÜHLETHALER, U. (1987). Capacidad de coordinación en balonmano. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 18, 13-15.

- NEUMAIER, A. y MECHLING, H. (1996). Allenamentogenerale o specifico dellacoordinazione? Roma. SDS, Rivista di cultura sportiva, Oct/Dec, 47-52.
- PILA TELEÑA, A. (1976). Preparación Física. Primer nivel. Madrid. Editorial Pila Teleña.
- PLATONOV, V. (1993). El entrenamiento deportivo. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- PLATONOV, V. y BULATOVA, M. (1995). La preparación física. Barcelona. Edit. Paidotribo.
- PORTA, J. y cols. (1992, 3ª edición). Programas y contenidos de la Educación físico-deportiva en BUP y FP. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- RACZEK, J. (1990). Apprendimento e capacita coordinative. Roma. SDS-Rivista-di-cultura-sportiva, Oct/Dec, 59-65.
- RIGAL, R. (1987). Motricidad humana: fundamentos y aplicaciones pedagógicas. Madrid. Editorial Pila Teleña.
- RIVERA, E.; TRIGUEROS, C. y TORRES, J. (1993). Coordinación y equilibrio. Concepto y actividades para su desarrollo. Granada. Imprenta Rosillo's.
- ROSA, J.J. y DEL RÍO, E. (1999). Terminología de Educación Física y su didáctica. León. Edita Universidad de León.
- ROTH, K. (1993). De lo fácil a lo difícil... gradualmente: aspectos teóricos, metodológicos y prácticos del aprendizaje motor en el deporte. Revista STADIUM, año 27, 160, 17-24.
- RUIZ, L.M.; GRAUPERA, J.L. y GUTIÉRREZ, M. (1988). Género y coordinación motriz entre los escolares españoles. Actas del Congreso: La enseñanza de la Educación Física y el deporte escolar, 498-501.
- SCHNABEL, G. (1989). El factor técnico coordinativo. Revista de E.F. Renovación de teoría y práctica, 27, 26-33.
- SOUTO, J. (1997). Las capacidades coordinativas y su trabajo específico para el tenis. Revista de Entrenamiento Deportivo, tomo XI, 2, 17-22.

- STAROSTA, W. y HIRTZ, P. (1990). Periodo sensibili e sviluppo de lla coordinazione motoria. Roma. SDS- Rivista di cultura sportiva, 55-61.
- TORRES, J. y ORTEGA, M. (1993). La evaluación de la Condición Física y las cualidades coordinativas y resultantes. Un proceso investigativo. Granada. Imprenta Calcomanía.
- TORRES, J. (1996). Teoría y práctica del entrenamiento deportivo. Consideraciones Didácticas. Granada. Imprenta Rosillo's.
- WEINECK, J. (1988). Entrenamiento óptimo. Barcelona. Editorial Hispano Europea.
- WINTER, R. (1995). La formazione dei presupposti tecnico coordinativi dellaprestazione sportiva in eta' giovanile. Roma. SDS, Rivista di cultura sportiva ,Apr/June, 53-57.
- ZINTL, F. (1991). Entrenamiento de la Resistencia. Barcelona. Editorial Martínez Roca.

# ANEXOS



## ANEXO 1

### Entrenamiento.



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 2

### Fundamentos Técnicos.



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 3

### EL PASE.



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha



## ANEXO 4

### RECEPCIÓN



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 5



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 6

### TIRO AL GOL.



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha



## ANEXO 7



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 8

### Ejercicios de Coordinación.



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha



## ANEXO 9



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 10



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha



## ANEXO 11



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha

## ANEXO 12



**Fuentes:** Liga deportiva Universitaria

**Investigadores:** Londo Alex, Luis Chacha