# UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

## ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

### CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

**TITULO**

# LAS TÉCNICAS DEL FÚTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA

Tesis de previa la obtención del Grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física y Deportes.


**AUTOR**

**NELO AGUSTO VÁSQUEZ CASTILLO**

**DIRECTOR**

**Dr. LUIS BENIGNO MONTESINOS GUARNIZO. Mg. Sc.**


**LOJA – ECUADOR**

**2016**

## CERTIFICACIÓN

Dr. Mg. Sc. Luis Benigno Montesinos Guarnizo

**DOCENTE DE LA CARRERA DE CULTURA FISICA Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**CERTIFICA:**

Haber dirigido, asesorado, revisado, orientado con pertinencia y rigurosidad científica en todas sus partes, en concordancia con el mandato del Art. 139 del Reglamento de Régimen de la Universidad Nacional de Loja, el desarrollo de la Tesis de Licenciatura en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física y Deportes, titulada: **LAS TÉCNICAS DEL FÚTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA,** de autoría del Sr. Nelo Agusto Vásquez Castillo. En consecuencia, el informe reúne los requisitos, formales y reglamentarios, autorizo su presentación y sustentación ante el tribunal de grado que se designe para el efecto.

Loja, 07 de Octubre del 2016

.....

Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo, Mg. Sc

**DIRECTOR DE TESIS**

## AUTORÍA

Yo, **Nelo Agusto Vásquez Castillo**, declaro ser autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional - Biblioteca Virtual.

**Firma:** .....

**Autor:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Cédula:** 1105001695

**Fecha:** Loja, 06 de Diciembre del 2016

## CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO

Yo, Nelo Agusto Vásquez Castillo, declaro ser autor de la tesis titulada: **LAS TÉCNICAS DEL FUTBOL EL TIRO A PORTERÍA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA**, como requisito para optar al grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física y Deportes; autorizo al sistema bibliográfico de la Universidad Nacional de Loja, para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la universidad.

La universidad nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja, a los seis días del mes de Diciembre del dos mil dieciséis, firma el autor.

N V C

**Firma:**.....

**Autor:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Cedula:** 1105001695

**Dirección:** Loja, Cantón: Sozoranga: Barrio, San Vicente.

**Correo electrónico:** gerardvas92@gmail.com

**Teléfono celular:** 0981835418

**DATOS COMPLEMENTARIOS**

Director de Tesis: Dr. Mg. Sc. Luis Benigno Montesinos Guarnizo

**Tribunal de Grado**

| | |
|---|---|
| PRESIDENTE | Lic. José Gregorio Picoita Quezada, Mg. Sc. |
| PRIMER VOCAL | PhD. Danilo Charchaval Pérez |
| SEGUNDO VOCAL | Mg. Yindra Flores Cala |

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Nacional de Loja por haberme brindado la oportunidad de superarme y obtener un título profesional y a todos los docentes de la Carrera de Cultura física y Deportes gracias al aporte de los mismos aprendí amar la carrera.

Al Dr. Mg. Sc. Luis Benigno Montesinos Guarnizo director del proyecto de investigación, quien contribuyo con sus valiosos aportes en beneficio del desarrollo y culminación de mi tesis.

A los niños de mí querido cantón y a sus padres quienes me prestaron y todo el apoyo necesario para la realización de esta investigación.

A toda mi familia en especial a mis padres que han sido un pilar fundamental durante todos mis estudios, un ejemplo en mi vida gracias a ellos he podido culminar con éxito cada etapa de mi vida.

Nelo Agusto

## DEDICATORIA

Esta tesis se la dedico a mi Dios quién supo guiarme por el buen camino, darme fuerzas para seguir adelante y no desmayar en los problemas que se presentaban, enseñándome a encarar las adversidades sin perder nunca la dignidad ni desfallecer en el intento.

A mi familia mis padres por su apoyo, consejos, comprensión, amor, ayuda en los momentos difíciles, y por ayudarme con los recursos necesarios para estudiar. Me han dado todo lo que soy como persona, mis valores, mis principios, mi carácter, mi empeño, mi perseverancia, mi coraje para conseguir mis objetivos, a mis hermanos por estar siempre presentes acompañándome para poderme realizar. A mi hijo quien ha sido y es una motivación, inspiración y felicidad.

“La dicha de la vida consiste en tener siempre algo que hacer, alguien a quien amar y alguna cosa que esperar”

Nelo Agusto

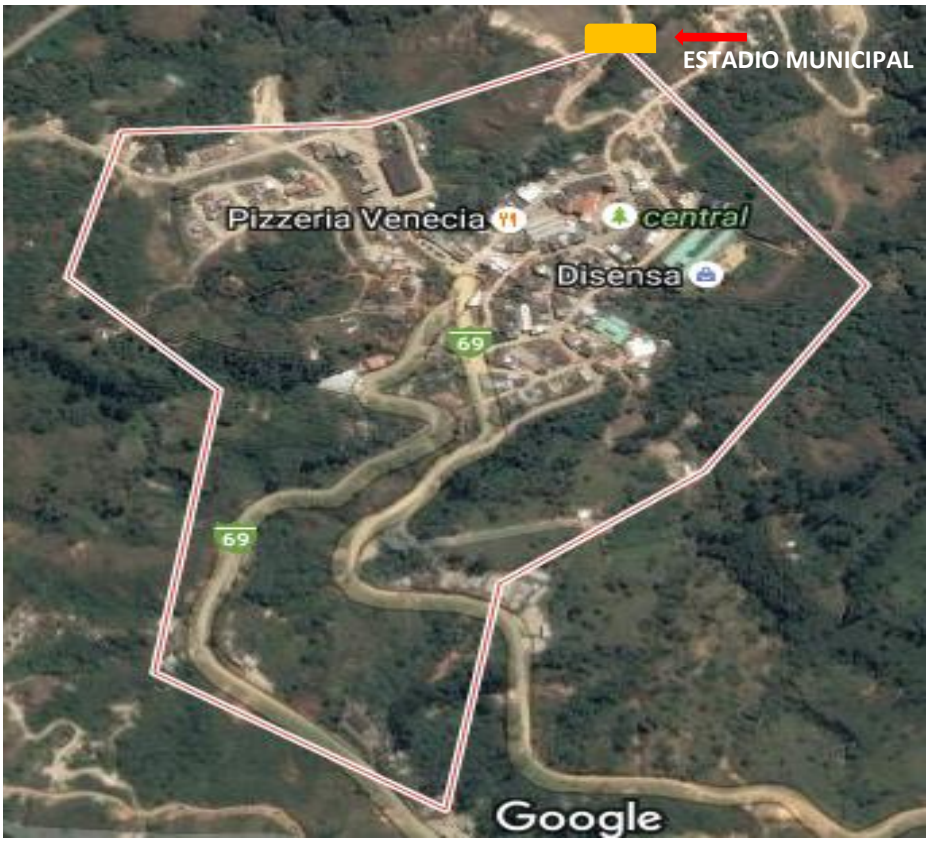
## MATRIZ DEÁMBITO GEOGRÁFICO

| ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **BIBLIOTECA:** ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN | | | | | | | | | | | |
| **TIPO DE DOCUMENTO** | **AUTOR/NOMBRE DEL DOCUMENTO** | **FUENTE** | **FECHA AÑO** | **ÁMBITO GEOGRÁFICO** | | | | | | | |
| | | | | NACIONAL | REGIONAL | PROVINCIA | CANTÓN | PARROQUIA | BARRIOS COMUNIDAD | OTRAS DESAGREGACIONES | OTRAS OBSERVACIONES |
| **TESIS** | **Nelo Agusto Vásquez Castillo**<br>**LAS TÉCNICAS DEL FÚTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA** | **UNL** | **2016** | **ECUADOR** | **ZONA 7** | **LOJA** | **SOZORANGA** | **SOZORANGA** | **SOZORANGA** | **CD** | **Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Cultura Física y Deportes** |

# MAPA GEOGRAFICO Y CROQUIS

## UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CANTÓN DE LOJA

## CROQUIS DE LA INVESTIGACIÓN "CANTÓN SOZORANGA"



## ESQUEMA DE TESIS

i. PORTADA
ii. CERTIFICACIÓN
iii. AUTORÍA
iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN
v. AGRADECIMIENTO
vi. DEDICATORIA
vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO
viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS
ix. ESQUEMA DE TESIS

a. TITULO
b. RESUMEN (CASTELLANO E INGLES) SUMMARY
c. INTRODUCCIÓN
d. REVISIÓN DE LITERATURA
e. MATERIALES Y MÉTODOS
f. RESULTADOS
g. DISCUSIÓN
h. CONCLUSIONES
i. RECOMENDACIONES
PROPUESTA ALTERNATIVA
j. BIBLIOGRAFÍA
k. ANEXOS

- PROYECTO DE TESIS
- OTROS ANEXOS

## a. TÍTULO

**LAS TÉCNICAS DEL FUTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA**

## b. RESUMEN

El presente trabajo investigativo cuyo tema es: **LAS TÉCNICAS DEL FUTBOL EL TIRO A PORTERÍA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA.** Tiene como problema central ¿Cómo contribuir con un conjunto de juegos y ejercicios metodológicos, que potencie la enseñanza y aprendizaje de las técnicas de futbol de el tiro a portería y el dribling en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja? Como Objetivo General: Determinar un conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas de futbol del dribling y el tiro a portería, en los niños 10 – 12 años del cantón Sozoranga provincia Loja. Los métodos utilizados para la elaboración del presente trabajo investigativo fueron: Científico, Inductivo-Deductivo, Analítico-Sintético, histórico lógico y el Modelo Estadístico. Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: test técnicos aplicados a los niños investigados, para conocer su nivel de habilidades y destrezas. Se aplicó una guía de observación para monitorear el desarrollo de la práctica de actividades fiscas en el adulto del barrio. Las mismas aportaron el resultado del diagnóstico inicial y facilitaron todo el proceso de investigación, que a través de esos resultados se aplicó una alternativa y luego se realizara el postets, que permitió evaluar dicha alternativa. En el Test. 1. tiro libre portería con barrera, se observa que el en el pretest el 8 % lo realizo bien, el 20 % regular y el 72 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 76 % lo realiza bien y solo el 24 % regular en el test. 1. tiro libre portería con obstáculos, se observa que el en el pretest el 12 % lo realizo bien, el 28 % regular y el 52 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 72 % lo realiza Bien y solo el 28 % regular.

Palabras claves: Técnica, Futbol, Tiro, Portería

**SUMMARY**

This research work on the theme: techniques of football shooting a goal and dribling in children 10 to 12 of Sozoranga canton province of Loja. its central problem how to contribute with a set of games and methodological exercises, which enhance the teaching and learning techniques futbol shot on goal and dribbling in children 10 to 12 years the canton Sozoranga of the province of Loja?. As General Objective: To determine a set of exercises and methodological learning games for teaching soccer techniques of dribbling and shooting at goal, in children 10 to 12 years Sozoranga canton Loja province. The methods used for the preparation of this research work were: Scientific, inductive-deductive, analytic-synthetic, logical historical and statistical model. The techniques and instruments used were: technical tests applied to children investigated to know their level of skills and abilities. an observation guide was applied to monitor the development of the practice of fiscas activities in the adult ward. They provided the result of the initial diagnosis and facilitated the whole process of research, through those results an alternative was applied and then the Postets, which allowed us to evaluate this alternative was made. In test. 1. free kick goal with barrera, it is observed that in the pretest 8% realize what good, 20% regular and 72% bad, however applied after the proposed alternative it was found that 76% do so well and only 24% regularly in test. 1. free kick goal with obstacles, it is observed that in 12% pretest performed so well, 28% and 52% regularly wrong, however applied after the proposed alternative it was found that 72% do so well and only 28% regularly.

Keywords: technique, football, shooting, goal

## c. INTRODUCCIÓN

La presente Tesis hace referencia a: **LAS TÉCNICAS DEL FUTBOL EL TIRO A PORTERÍA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA.** El fútbol es un deporte que debido a su auge económico hace que desde el punto de vista social sea hoy en día el deporte que más seguidores pasivos y activos tenga. Sin lugar a duda aquí en España la mayoría de los niños han jugado alguna vez al fútbol, y lo han practicado incluso de una manera estructurada. De hecho, es el deporte que cuenta con más adeptos y con más fichas federativas de jóvenes deportistas.

En el momento actual, el fútbol competitivo está acaparando una elevada atención por parte de múltiples estamentos de nuestra sociedad, de ahí la importancia de los estudios que permitan profundizar en esta disciplina. Se ha convertido en un deporte espectáculo donde al inicio de temporada los fichajes se convierten en el punto más importante de este deporte.

Se va en busca y captura de los jugadores más rentables no sólo desde el punto de vista deportivo, sino del económico, sobre todo para aquellos clubes que tienen un gran presupuesto. Sin embargo, los clubes modestos tienen que formar jugadores en su club para que jueguen en el primer equipo. E incluso los clubes grandes también deben hacerlo, porque cuantos más jugadores lleguen a primera división en un club, más ayudarán a llenar las arcas del club, si no juegan en el mismo. Por esto, en los clubes de fútbol nace la preocupación de llevar a cabo una importante labor de formación en el fútbol base, para poder obtener más jugadores en la élite ahorrando costes.

Sin embargo, nuestras inquietudes de investigación no se inclinan por aspectos tan materiales, sino que nos interesa más contribuir a la mejora de la formación de todos los jugadores. Nosotros creemos que, si se hace un buen trabajo desde la base con todos los deportistas noveles, sin rechazar a los que no tienen buenas medidas antropométricas a priori, repercutirá en una mejora de todos ellos, aumentando el número de jugadores que llegarán a la élite. A pesar de esto, comprobamos que la mayoría de los estudios giran en torno a la detección de talentos, más que a la formación de jugadores. Debido a ello nacen numerosos estudios en todos los deportes. De esta manera, durante los años 60 y principios de los 70, los países del Este establecieron métodos para la detección de talentos. Aunque se prestó poca atención porque muchos pensaban que el talento se

consigue fundamentalmente de forma genética y espontánea (Lorenzo, A. (2003, p.33).

El problema científico de nuestra investigación es ¿Cómo contribuir con un conjunto de juegos y ejercicios metodológicos, que potencie la enseñanza y aprendizaje de las técnicas de futbol del el tiro a portería y el dribling en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja? Como Objetivo General: Determinar un conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas de futbol del dribling y el tiro a portería, en los niños 10 – 12 años del cantón Sozoranga provincia Loja.

. Los objetivos específicos fueron;

Fundamentar las teorías de los criterios de autores relacionados con la metodología de la enseñanza en el futbol en las técnicas del el tiro a portería y el dribling en niños de 10 – 12 años.

Diagnosticar el estado actual del conocimiento del desarrollo de las habilidades técnicas del dribling y el tiro a portería en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

Elaborar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga provincia de Loja

Aplicar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería.

Evaluar el plan de ejercicios y juegos metodológicos para las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería, en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

Los métodos utilizados para la elaboración del presente trabajo investigativo fueron: Científico, este método se aplicó en todos los análisis teóricos científicos, en la cual se sustenta la investigación, facilito todo el trabajo de la revisión de la literatura, apoyándonos en los diferentes autores que trataron el tema estudiado.

Inductivo-Deductivo, estos métodos se aplicaron teniendo en cuenta todo el proceso de la investigación a través de los análisis de lo particular a lo general y de lo general a lo particular ya sea en los aspectos teóricos o en la aplicación de los instrumentos específicamente.

Analítico-Sintético, Durante la investigación se hicieron múltiples observaciones que fueron necesaria su análisis y síntesis para concretar el resultado cualitativo o cuantitativo, que se reflejó fundamentalmente en la discusión y en el análisis e interpretación de los resultados, Modelo Estadístico, para tratar de forma equilibrada los resultados estadísticos a través del cálculo de porcentaje, valido para definir el resultado final y compararlos después de aplicada la alternativa. Las técnicas e instrumentos utilizados fueron: un test técnico de futbol para definir las habilidades y destrezas de los niños investigados.

Se aplicó una guía de observación para monitorear el desarrollo de la práctica de entrenamientos antes y después para conocer el estado inicial y final luego de aplicada la alternativa.

## d. REVISIÓN DE LITERATURA

### El Futbol

El fútbol es un deporte colectivo de cooperación y oposición, en donde la incertidumbre, según la clasificación de Parlebás (1988), estaría en la actuación de los compañeros y adversarios, permaneciendo el medio de forma estable. Esta disciplina es un deporte de equipo donde se da un proceso organizado de cooperación, realizado por la coordinación de las acciones de los jugadores de un equipo desarrolladas en condiciones de enfrentamiento con los adversarios, quienes a su vez coordinan acciones con el fin de romper la comunicación–coordinación del otro equipo, intentando conseguir el objetivo del juego, el gol (Antón, 2003; Mombaerts, 2000; Moreno y Fradua, 2001; Wein, 1995).

Por esta razón creemos conveniente analizar la estructura del juego para ser conscientes de que no sólo los aspectos deportivos como la táctica, la técnica y la condición física están presentes en el desarrollo del mismo. Creemos que existen otros aspectos como el emotivo- afectivo y el social que influyen enormemente en él. De esta manera, y siguiendo Davids, Araújo y Schuttleworth (2005) creemos que el fútbol es considerado uno de los deportes más complejos que existe. Debido a estas interacciones que aparecen en el juego, en el fútbol se puede hablar del concepto de deporte dinámico.

El fútbol entraría dentro de la estructura de los sistemas dinámicos, basada en la teoría del caos. Lo que se busca es entender el sistema en su conjunto desde una perspectiva más simple, delimitar las leyes que lo rigen y los límites de ese sistema. La persona debe descubrir todos los sistemas con los que está interactuando, que son el organismo, la tarea y el entorno. Estas teorías de los sistemas dinámicos complejos se basan en el estudio de los comportamientos humanos, muy relacionado con los deportes de equipo (Marín y Lago, 2005).

Siguiendo con la teoría del caos, Navarro (2000) señala como características de ésta las siguientes: •Alejada del equilibrio • Inestabilidad inherente Capítulo II. Marco teórico 33 •Predominancia de los procesos no-lineales • Importancia del azar en su evolución •Con desarrollos imprevisibles •Sistemas auto organizativos Estos sistemas no son erráticos, porque la última característica de ellos es la auto organización, es decir, a pesar del desequilibrio, inestabilidad, la

> no presencia de procesos lineales y el azar, debe haber una organización de estructuras complejas.
>
> Marín y Lago, 2005. Para descubrir esa organización de estructuras profundas donde el orden existe, aunque está oculto, se analizan tres dimensiones diferentes: la necesidad del juego (requerimientos del juego), las intenciones del propio jugador (compromisos subjetivos del jugador) y las posibilidades estructurales (contenidos y relaciones que se dan en la lógica interna del juego) (p.23).

Y a pesar de que controlemos todos los aspectos que estructuran al fútbol, hay muchos otros como las emociones que son difíciles de controlar y atender. Esto inevitablemente lo comprobamos en las veces que se pierde un partido, aunque todas las condiciones eran favorables para la victoria. Y es que no podemos olvidarnos que el fútbol es un deporte que está formado por personas, por seres humanos que tienen emociones. Y muchas veces, los sentimientos son muy fuertes y determinan nuestra conducta. Son las emociones las que nos diferencias de los robots como indica Morgado (2007). De acuerdo con Davids et al. (2005), la teoría de los Sistemas Dinámicos está en un marco interdisciplinar, utilizado para estudiar el proceso de coordinación física, biológica y sociológica, entre las que se encuentra el estudio de los deportes de equipo.

> Según Antón, J. A. (2003). El fútbol está compuesto por muchos elementos interaccionando entre sí, (los jugadores, el balón, los árbitros, las dimensiones del campo). De una manera general, el comportamiento espontáneamente nace de interacciones no lineales de varios componentes, pero en un nivel de organización menor es claramente diferente, por el comportamiento individual de cada componente. Recientes aplicaciones de la teoría de los sistemas dinámicos a los deportes de equipo han examinado el proceso de coordinación de los aspectos físicos, biológicos y sociológicos en dos niveles diferentes: (p21).

Coordinación de acciones interoceptivas dinámicas en los sistemas de movimientos: La coordinación de movimientos y control en los futbolistas se concibe como un sistema de movimientos dinámicos que incluye dos dimensiones: la coordinación entre los miembros para asegurar una secuencia temporal próximo distal en el movimiento de las articulaciones en los segmentos más bajos en el golpeo,

asegurando la velocidad en los segmentos distales, y la coordinación entre el movimiento de balón y el músculo, relacionando las contracciones espacio temporal interoceptivas con una cantidad controlada de fuerza. • Coordinación interpersonal con los patrones del juego que aparecen en subsistemas típicos de los deportes de equipo, tales como ataque y defensa y situaciones de 1x1. Para estos autores la teoría del caos ha encontrado similitudes entre el comportamiento localizado de subsistemas y comportamientos del sistema global. En el fútbol, existen características similares entre el juego global del 11x11 y situaciones reducidas de 2x2, 3x3, etc., e incluso individuales.

Estas situaciones reducidas implican los mismos principios fundamentales que el juego del 11x11, como pueden ser la aparición de patrones de movimientos coordinados en jugadores individuales, o los patrones tácticos durante la subfase del fútbol incluidas en las situaciones de 1x1, 3x3. El sistema dinámico muestra un rendimiento comportamental no lineal, pero relaciona la aparición de patrones estables e inestables entre las partes del sistema, de ahí que se pueda comprender la globalidad del juego en situaciones reducidas, ya que se dan los mismos principios. El estudio de Castellano, Perea y Hernández (2007) propone nuevas guías de describir, y si es posible, de predecir las redes de interacción interna de las situaciones que se dan en el juego motriz durante un partido.

Al observar que durante seis partidos analizados del Mundial 2006 se dieron 70 situaciones de juego. Teniendo en cuenta todas estas características que definen el fútbol afirmamos que debido al enfoque multifactorial que exige este deporte para poder practicarse siendo fundamental además de la táctica, técnica y la condición física, características sociales y afectivas emotivas; los jugadores deben dominar estos aspectos para poder conseguir el éxito en el mismo. Por esta razón, el jugador con talento debe tener competencias en estas dimensiones, de ahí que a continuación expongamos todas las áreas de conocimiento que se dan en el fútbol desde la perspectiva científica.

**Las técnicas del Fútbol**

Estas habilidades son más susceptibles de mejora y desarrollo, que los factores hereditarios. Lo único que se necesita es practicar durante una gran cantidad de horas para potenciarlas.

> Williams y Hodges, (2005). De esta manera, los jugadores de élite en todas las categorías dedican más tiempo a entrenar que los jugadores que no son de élite. Y aunque es fundamental el entrenamiento para conseguir ser un experto, la mayoría de las investigaciones científicas sobre la competencia futbolística giran en torno a aspectos fisiológicos de rendimiento. (p.44).

La hora del día en la que se entrena puede provocar un mayor rendimiento en el aprendizaje de las habilidades motoras. Siguiendo a Reilly, Fairhurst, Edwards y Waterhouse (2005) las mejores horas para el entrenamiento se encuentran entre las 16:00 a las 20:00, rendimiento relativo a la temperatura interna del cuerpo. Se sugiere que otras variables como la atención y el estado de ánimo que pueden también tener un rol en la influencia del rendimiento. Para Merce et al. (2007) los jugadores con mejor fuerza explosiva tienen una mayor velocidad en el chut a puerta, pero sólo son más precisos con la pierna dominante. En el estudio de Vrljic y Mallett (2008) el control es una de los factores que distingue a los jugadores talentosos de los que no los son.

> Y para Davids et al. (2000) los niños de maduración precoz podían golpear el balón y chutar más fuerte como en el estudio anterior, pero no necesariamente resultaron ser los más habilidosos o mejores cuando crecieron. De hecho, este sesgo hacia una mayor fuerza física en el desarrollo de la habilidad hace que tengan peores destrezas en el futuro. La solución es identificar a jóvenes talentos en base de su potencial para ser los mejores jugadores en el futuro, no mirar sus habilidades actuales. (p.55)

Es decir, una formación en lugar de un enfoque basado en los resultados, es necesaria, Además, la toma de decisiones en la enseñanza de las habilidades técnicas adquiere un gran valor, encontrándose diferencias entre los jugadores de élite y los de no élite, según el estudio de Vaeyens, Lenoir, Williams y Philippaerts (2007). Una vez descritos cada aparatado que forma parte de la formación del jugador de fútbol, pasamos en el siguiente punto a conceptualizar dicho proceso de formación.

**Proceso de formación**

Según Baker, J. y Davids, K. (2007). Debemos prestar atención a lo que se entiende por formación, así como a sus diferentes fases y sus metodologías. Para nosotros es muy importante que esto quede bien afianzado para establecer más adelante

con los datos obtenidos las directrices básicas para llevar a cabo una buena formación deportiva. (p87).

**¿Identificación o formación?**

> Cometti, G. (2002), plantea que para explicar por qué este estudio se basa más en aspectos de formación que en aspectos de detección, creemos importante clarificar la diferencia que existe entre el talento y el jugador experto. Si revisamos el diccionario de la Real Academia Española observamos como talento significa capacidad de entender, o capacidad para el desempeño o ejercicios de una ocupación. Mientras que la palabra experto se define como práctico, hábil, experimentado. (p.39)

Como se puede observar los términos no son sinónimos, la diferencia fundamental es que mientras en el primero no se ha desarrollado aún esa pericia, en el segundo se ha adquirido por completo. Si consultamos la bibliografía específica existente nos encontramos como el término talento es considerado por Howe et al. (1998) como el jugador que tiene cualidades innatas, y con unas características que han sido transmitidas por la genética.

Hanh (1988) afirma "que el talento deportivo es una disposición por encima de lo normal, de poder y querer llegar a rendir lo máximo". (p.43). Diferencia entre el talento motor general (mayor repertorio motor), talento deportivo (mayor soltura en los entrenamientos), talento específico (requisitos físicos y psíquicos).

García Manso, Campos, Lizaur y Bablo (2003:31), se refieren como que "el talento indica una aptitud acentuada hacia una faceta de la vida, superior a la media normal, que aún no está del todo desarrollada". (p.87)

Para Helsen et al. (2000), "el talento es el que tiene la base para las habilidades deportivas, pero deben entrenar duro para poder conseguir el éxito. Las características del talento son": (p.77)

Se originan estructuras transmitidas genéticamente, y por tanto es parcialmente innato. .Su efecto completo puede no ser evidente en una etapa temprana, pero habrá algunos indicadores para detectarlos. .

Estos indicadores proporcionan una base para detectar talentos.

Sólo una minoría tiene talento.

. El talento es relativamente específico de un dominio. Excepto en la primera definición que sigue la línea de la genética, las demás se fundamentan en el desarrollo mediante el entrenamiento de ese potencial, cambiando el nombre del talento por el del jugador experto.

Por otro lado, Abernethy, Thomas y Thomas (1993) identifican al deportista experto como aquel que posee un alto conocimiento sobre un deporte, percibe la información relevante, se anticipa a las acciones importantes, dan una respuesta adecuada y aumenta su capacidad de autocontrol.

Para Janelle y Hillman (2003), un deportista es experto cuando sobresale en cuatro ámbitos: fisiológico, técnico, cognitivo (táctica/estrategia, percepción/decisión) y emocional (regulación/afrontamiento, psicología). Pero estos aspectos potenciales no significan que el deportista llegue al alto rendimiento, sino que tiene la base para poder llegar a ser, pero depende de su proceso de formación para alcanzar el éxito y convertirse en un deportista de élite. (P.45).

Para Ericsson (2007) un deportista se convierte en experto gracias a la práctica deliberada, la cual la definen como la enseñanza más efectiva envuelta en una actividad estructurada que tiene un carácter intenso y de esfuerzo alto. Para este autor el éxito se consigue con la acumulación de más de 10000 horas de entrenamiento dedicadas específicamente a su mejora. (P.58).

Para Ruiz Pérez (1998) “las cualidades y características de los deportistas expertos según diferentes ámbitos son”: (p.34 – 36)

Perceptivo – cognitiva: los jugadores expertos deciden mejor que los novatos gracias a las estrategias perceptivo – visuales, que les permiten detectar, interpretar y predecir lo que va a suceder. Reconocen más fácilmente patrones de juego, solucionando de forma más eficaz los problemas del juego. Tienen mayor capacidad de concentración y anticipación, sus estrategias visuales son más elaboradas, se ven menos afectados por los estados emocionales, poseen un mayor nivel técnico y físico, al igual

que un mayor autocontrol y conocimiento metacognitivo, es decir, la conciencia que los deportistas tienen de lo que conocen y saben hacer.

Emocional: poseen un alto nivel de compromiso, realizan práctica y entrenamiento de calidad, poseen objetivos a corto y largo plazo bien definidos, emplean la imaginería, visualización y simulación mental, tienen rutinas en sus prácticas y antes de la competición, desarrollan gran capacidad para competir, evalúan sus actuaciones realizadas y los resultados obtenidos, controlan las distracciones y la presión de la competición, prueban a intentarlo todo buscando desafíos y poseen una elevada confianza en sus posibilidades.

Psicosocial: la familia es el apoyo fundamental, tradición deportiva familiar para mayor comprensión, no es necesario una implicación total de la familia, apoyo económico familiar, entrenador pieza fundamental, el conocimiento del entrenador y la capacidad de gestionar los entrenamientos son claves para el éxito y la excelencia individual está vinculada a la cohesión grupal.

Práctica deliberada: acumulación de 10000 horas de entrenamiento sistemático, siesta y descanso fundamental, se centran en las actividades que contribuyen a su pericia, tienen gran deseo de aprender y desatacan el papel del entrenador en su proceso de práctica. Evidenciamos de lo anteriormente comentado que los importante para conseguir que un jugador llegue a la máxima categoría es la formación, no tanto la identificación, detección y selección de los jugadores.

A continuación, aclaramos los conceptos de selección, identificación y detección antes de pasar a su descripción.

> (Vaeyens 2007): Selección: es el proceso de identificación de jugadores de varios niveles que demuestran cualificación en el rendimiento para incluirlo en un equipo. Es percibida como un espacio corto de la detección de talento. Determinan los jugadores que mejor rendimiento obtendrá en dos semanas, dos meses desde ahora. Ejemplo. La alineación en un partido. Identificación: alude al proceso de reconocimiento de jugadores actuales con el potencial requerido para llegar a la élite. Detección: se refiere al descubrimiento del rendimiento potencial que posee un individuo no relacionado con un deporte en concreto. (p.67).

> Como indica Sánchez (1995) estos tres procesos no pueden estar cerrados, deben estar abiertos en toda la etapa de la formación. Debido a que puede existir factores relativos a la edad que hagan que la predisposición para la práctica deportiva se manifieste más tarde que en otros, y se descarten a estos jugadores prematuramente y no les den las oportunidades para demostrar su valía. Si hacemos una reflexión en base a estudios longitudinales observamos como existen muchos de ellos que manifiestan que sólo un porcentaje mínimo de talentos precoces son los que alcanzan la élite. (p.43)

Basándonos en el estudio realizado por García y Leibar (1997) de corredores de medio fondo en el que analiza los 15 primeros clasificados en cadetes y 10 años más tarde en senior, queda reflejado como de una muestra de más de 2000 atletas, sólo 3 jóvenes talentos han llegado a la élite. En otro estudio realizado por Cortés et al. (2002), se puede observar que el número de atletas que llegaron a la máxima competición después de haber formado parte del programa fomentado por el CSD, llevado a la práctica por la Federación de Atletismo, es relativamente bajo, sólo un 26,32 % consiguieron encontrarse entre los diez primeros del ranking absoluto. Feu, Ibáñez y Sáenz – López (2006) no encuentran una correlación estadística significativa entre los jugadores de la selección nacional cadete o junior y la senior.

Esto puede deberse al "Efectivo Relativo de la Edad" (R.A.E. en siglas anglosajonas), como indicamos anteriormente. La mayoría de las veces la selección de jugadores que forman parte de los programas de rendimiento se realiza atendiendo a aspectos físicos. Por lo que la diferencia de rendimiento en chicos, que siendo de diferente fecha de nacimiento, se ven agrupados en el mismo equipo por motivos prácticos, no se tiene en cuenta. (García Álvarez y Salvadore, 2005).

Así en su estudio sobre el seguimiento de jugadores de fútbol desde la iniciación hasta la élite, extraemos las siguientes conclusiones: - Los niños al principio se inscriben sin tener en cuenta su fecha de nacimiento. - Los jugadores nacidos en el segundo semestre abandonan el deporte sobre los 13 años y aumenta hasta los 16, coincidiendo con las categorías Infantil y Cadete.

También cuando llegan a la adolescencia abandonan el deporte con más frecuencia los nacidos en el segundo semestre, aunque se demuestra, que en el dominio del juego la fecha de nacimiento no tiene ninguna relevancia. - Más de un 60% de los

niños del segundo semestre abandonan el fútbol antes de los 17 años por los problemas del R.A.E. - Más de un 50% de los niños nacidos en el primer semestre abandonan el fútbol debido a que han perdido la ventaja de su desarrollo prematuro.

Los jugadores nacidos en el segundo semestre sufren una discriminación más grande que los nacidos en el primer trimestre, quizás por la decepción alcanzada. - A mejor nivel técnico y más edad de los jugadores, existe menos influencia del R.A.E. - Quizás las Selecciones de Euskadi y el Reino Unido tenga mayor valor debido al gusto de su juego por el contacto físico. - El RAE es muy influyente en las selecciones de España Inferiores y en los equipos filiales de los más importantes.

Así, se consiguen mejores resultados que en la Selección Española absoluta de fútbol, donde el RAE tiene una menor relevancia. Estos datos son corroborados por el estudio realizado en un club de máxima categoría española donde los niños que más se identifican y se seleccionan son los nacidos en el primer trimestre del año, debido a que han madurado antes, y esto se hace más evidente conforme nos acercamos a categoría mayores. (Mújica, Padilla, Angulo y Santisteban, 2007). Sin embargo, en el estudio de Samir, Christophe, Claudio, Rápale y Nabila (2007), no existen diferencias significativas en la edad relativa en los jugadores que forman parte del equipo nacional de Algeria sub17.

Y dentro del fútbol inglés Davis et al (2000), creen que este sesgo hacia la fuerza física en la maduración temprana, puede ser en parte el responsable de la falta de habilidades de los jugadores de los equipos de la liga inglesa frecuentemente citados por los medios de comunicación británicos, como una de las principales razones de la posición relativamente baja de los equipos británicos en las ligas europeas y mundiales de fútbol. Este porcentaje tan bajo de talentos prematuros que después se desinflan por el camino, nos hace defender la idea de que es más importante la formación recibida, que la identificación temprana de talentos. Porque creemos que teniendo un mínimo en la mayoría de los aspectos conseguiremos alcanzar el éxito si conseguimos sacar el máximo rendimiento con una buena formación.

Las últimas tendencias sobre la detección e identificación de talentos van enfocadas a analizar el proceso de formación de los jugadores de élite desde la iniciación hasta que alcanzan el alto rendimiento, lo que se llama (bottom-up, de arriba abajo), para encontrar las condiciones óptimas en el desarrollo de los jóvenes talentos

(segunda etapa). Tradicionalmente se analizaban las características de los deportistas de élite para establecer un marco referencial para elaborar baterías de test que identificaran a los posibles talentos, (top-down de abajo-arriba) (Lorenzo 2003; Régnier et al., 1993).

Por tanto, antiguamente sólo se identificaban los talentos, pero no se ponían los medios para el posterior desarrollo de ese talento, y así poder elevar a los deportistas talentoso a la categoría de experto deportivo. Esta tendencia actual está apoyada por numerosos autores como (Ruiz Pérez, 1998, Reilly et al. 2000b), de ahí que este estudio se centre en esta línea de trabajo. Además, el tener talento no significa que se asegure el éxito, como hemos comentado anteriormente, ésto se ha demostrado que no es así, a pesar de la creencia que puedan tener los aficionados o los entrenadores de fútbol base en este sentido.

Por lo que la práctica y la enseñanza, es decir el proceso de formación es clave para conseguir llegar a la élite (Williams y Reilly, 2000). De acuerdo con esto, David y Eccles (2006) creen que la solución es identificar a los jóvenes talentosos en base de su potencial para ser los mejores jugadores en un futuro, no tener solamente en cuenta sus capacidades actuales. Es decir, un desarrollo en lugar de un enfoque basado en los resultados es necesario. Por tanto, esta investigación es un intento de aumentar el conocimiento sobre las condiciones en las que se deben desarrollar los jóvenes talentos de fútbol, evitando abandonos y guiándoles de la manera más eficaz posible hacia el alto rendimiento.

**Concepto de proceso de formación**

> Ortega, P y Cárdenas, (1999). Podemos definir el proceso de formación basándonos en Giménez (2000:47), como la enseñanza- aprendizaje de diversos contenidos que se dan durante toda la vida deportiva, de forma progresiva y teniendo en cuenta el desarrollo evolutivo de los alumnos, edad y nivel para buscar su mejora técnica, táctica, física, psicológica, en el entorno más favorable. Otros autores entienden que es un proceso continuo, ininterrumpido, ya que se da durante todo el desarrollo del jugador, incidiendo en las capacidades necesarias para dar una respuesta eficaz en el juego. (p.23)

Para Cárdenas (2000) la formación de un deportista se ve afectada por múltiples factores metodológicos, psicológicos, fisiológicos, genéticos, etc, que hacen que este proceso sea muy complejo. (p,55)

Para ello, hay que conseguir el jugador completo, desarrollando de una manera coherente y estructurada todos los aspectos que influyen en el rendimiento. Este proceso requiere de unas etapas que deben ser coherentes y pedagógicas, donde se desarrollen de una manera eficiente todas las condiciones necesarias para que puedan interpretar adecuadamente un juego evolucionado en su etapa adulta. (Piñar, Cárdenas; Miranda y Torres, 2008, p.34).

Este proceso de formación empieza por una iniciación deportiva que irá evolucionando hasta desembocar en el jugador experto. Por lo que pasamos a continuación a clarificar el concepto de iniciación deportiva.

> Hernández Moreno (1988:134) propone que: un individuo está iniciado en un deporte cuando, tras un proceso de aprendizaje, adquiere los patrones básicos requeridos por la motricidad específica y especializada de un deporte, de manera tal que, además de conocer sus reglas y comportamientos estratégicos fundamentales, sabe ejecutar sus técnicas, moverse en el espacio deportivo con sentido del tiempo de las acciones y situaciones y sabiendo leer e interpretar las comunicaciones motrices emitidas por el resto de los participantes en el desarrollo de las acciones. (p.28)

Para Blázquez (1999), la iniciación deportiva se caracteriza por:

Proceso de socialización, para establecer relaciones constructivas con los demás. • Su objetivo es conseguir la máxima competencia en una o varios deportes de una manera progresiva y óptima.

Proceso de adquisición de capacidades, habilidades, destrezas, conocimientos, y actitudes para desenvolverse adecuadamente en los deportes. Giménez y Sáenz-López (2004) señalan que la iniciación deportiva es una realidad propia, no es un primer paso antes del deporte del adulto. Los niños no deberían adaptarse a la realidad adulta, sino poseer su propia realidad en donde desarrollarse.

Le Boulch (1991) destaca que desgraciadamente la iniciación deportiva es sólo una caricatura de la edad adulta, piensa que a partir de nueve años se podía utilizar el modelo deportivo para el desarrollo de los aspectos psicomotrices, pero si no está inmerso en los aspectos metodológicos de los modelos tradicionales. (p.39)

Además, esta iniciación deportiva debe estar enmarcada en la diversificación de los deportes como indica Côte et al. (2003). Para estos autores la práctica deliberada como hemos indicado anteriormente es muy importante en el desarrollo del experto, pero están en contra de la especialización temprana y la práctica estructurada. Indican que los deportistas expertos pasan mucho tiempo jugando deliberadamente desde los 6 a los 14 años, pero realizan muchas actividades que no están dentro de la práctica deliberada, ésta se da más tarde.

Sin embargo, Reilly et al. (2000a) denuncian que, debido a la explotación comercial de los jóvenes jugadores por los grandes Clubes de fútbol, hacen que los futbolistas tengan una especialización temprana.

De esta manera, destacan el tráfico de los jóvenes jugadores africanos a los clubes europeos sin ninguna garantía de empleo en las diferentes ligas.

**Fases en el proceso de formación**

Una vez establecido el concepto de formación, definimos a continuación la manera estructurada de llevar a cabo esta labor, atendiendo a las características que tienen los deportistas según la edad. De esta manera, establecemos aquellos aspectos motrices más importantes según diversos autores. A. Fases en el proceso de formación en diversos deportes Estas etapas o fases del aprendizaje deportivo han ido evolucionando, pero casi todas ellas tienen más o menos etapas en las que se pueden identificar de manera casi unánime: una primera fase exploratoria de varios deportes, otra de iniciación a algún deporte, otra de perfeccionamiento de ese deporte, y la última destacada por algunos autores como adquisición del máximo rendimiento.

Otros autores como Sánchez Bañuelos (1986) distinguen dentro del planteamiento anterior, entre la técnica y la táctica, enseñando antes la técnica que la táctica de manera tradicional. Además, plantea que la

## El Driblinng en el fútbol

El dribling en el fútbol es una de las maniobras preferidas por los fanáticos del fútbol y es una clara muestra de las condiciones que tiene el jugador. No sólo es una simple maniobra individual, sino que puede ayudar a abrir defensas y atraer marcas rivales para que un compañero se pueda desmarcar.

El *dribling en el fútbol* o regate es algo que cada vez escasea más en el fútbol moderno, quizás mucho tenga que ver el tema de que se prioriza mucho más que antes todo lo referente a lo táctico y el entrenamiento físico, dando menos libertades para que los jugadores desarrollen todo su potencial técnico. Los grandes ídolos que se destacaron en el fútbol siempre deslumbraron por sus condiciones técnica deportivas naturales donde el regate era parte fundamental de sus acciones, burlando a las defensas con movimientos fantásticos y haciendo el deleite de los hinchas.

El regate se entrena y se perfecciona, más allá que pueda tener un factor natural que ya se trae incorporado, como se dice comúnmente “se nace, no se hace”, pero el regate tiene un poco de las dos cosas. "El fútbol se inicia en la cabeza, pasa por el cuerpo, y baja a los pies, nunca al revés", y el regate es una muestra de inteligencia y de saber leer las jugadas, por eso se le adjudica el título de “jugadores inteligentes” a aquellos que saben llevar adelante este tipo de maniobras.

Obviamente hay que tener en cuenta que el fútbol es un deporte donde se debe priorizar lo colectivo por sobre lo individual, pero la suma de individualidades puestas al servicio del equipo es una combinación perfecta, y el regate forma parte de las aptitudes individuales que aplicadas del modo correcto mejoran el juego de equipo.

Todo aquel jugador que domina la técnica del regate, estará en clara ventaja sobre sus rivales y será muy difícil de marcarlo y neutralizarlo, ya que posee un gran dominio de la pelota y pueden generar grandes problemas a las defensas adversarias.

Es una combinación entre dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, siendo una acción que puede abrir defensas y generar espacios para que otros compañeros de equipo puedan desmarcarse al ser el regateador el que se lleva las marcas.

**La técnica de un buen dribling en el fútbol**

Tan importante como la técnica del regate es la decisión correcta de cuando llevarlo a cabo, ya sea en qué lugar de la cancha, en qué momento del partido y con qué objetivo se realiza. Hay diferentes maneras de ejecutarlo y entran en juego las características del jugador que lo realiza, ya que depende de varios factores como la improvisación, la capacidad de desborde, magia, creatividad y talento natural, más allá del entrenamiento que se pueda realizar.

Un buen entrenamiento de regate lo que hace es mejorar, perfeccionar y automatizar los movimientos que luego se realicen. No hay que perder nunca de vista que el **dribling en el fútbol** o regate lo que debe alcanzar es la acción de superar a un rival y pasarlo sin perder el dominio del balón. Algunos ejemplos de regates son los cambios de velocidad, el amague, el rodeo (pelota por un lago y jugador por el otro), puente, fintas, giros o sucesión de toques para engañar al rival.

Entrenar regates es simplemente el entrenamiento de dominar el balón, correr con la pelota dominada, frenarse, cambiar de ritmo y siempre tener en cuenta que el balón es parte misma del pie y no se debe despegar de él

**Entonces ¿Que es un Regate, Dribling o Gambeta?**

Es una habilidad del fútbol que consiste en realizar movimientos y amagues con el cuerpo, las piernas y la pelota, con el fin de engañar, al contrario, para evitar que le arrebate la pelota y poder eludirlo.

El regate o gambeta ha sido tradicionalmente la característica del fútbol sudamericano.

**¿Cómo se hace?**

Hay diferentes tipos de regates, cada uno con un nivel de dificultad como de espectacularidad más alto o más bajo, están de los más simples a los más sorprendentes.

**El clásico**

Es el regate tradicional, consiste en el súbito movimiento del pie para controlar el balón, salir por derecha o izquierda y eludir al adversario. El problema del marcador radica en no saber por dónde saldrá el atacante.

**Regate en velocidad**

Es el regate más utilizado en movimiento. Se basa en un principio muy sencillo, tocar el balón a un espacio libre, fuera del alcance del defensa para luego recuperar la posesión del balón. Se realiza cuantas veces sea necesario. Es muy común usarlo en contragolpes, se requiere de grandes dotes físicas, dominio de espacios libres, velocidad y un control óptimo del balón para dominarlo en movimiento.

**El cambio de ritmo**

Consiste en el cambio súbito de velocidad en donde se aprovecha de la técnica y rapidez para superar al adversario. A fuerza de pararse y seguir, se definió esta forma de regate que popularizó Johan Cruyff en los años 70. Los más emblemáticos son:

**El freno**

Consiste en el freno súbito, el jugador viene controlando el balón con velocidad y súbitamente, se detiene en seco y cambia de dirección. En los años 60, Garrincha era un maestro del freno, se detenía y cambiaba de dirección con suma facilidad. Este estilo es muy utilizado por quienes juegan por las bandas, cuando llegan con velocidad y frenan repentinamente para dirigirse por un extremo del campo o en diagonal. L

**El sombrero**

Este exótico regate consiste en controlar con la puntera del pie rápidamente, pasar la pelota por encima del defensor para despistarlo y volver a controlar la pelota. Es una especie de autopase, pero por el aire. Fue popularizado por Pelé durante toda su carrera, siendo probablemente el más famoso, el que realizó y terminó en gol en la final de la Copa Mundial de Fútbol de 1958, en Suecia, contra los locales.

**La bisicleta**

La bicicleta es un movimiento empleado para engañar al marcador, haciéndole creer que el atacante en posesión de la pelota se moverá en una dirección que no es la que pretende seguir en realidad. Originalmente, fue un movimiento habitual de leyendas como Pelé y Garrincha y fue re popularizado a finales de los años 1990 por Ronaldo. En el Mundial de Francia '98, Denílson puso este movimiento en práctica ante Petit con una serie de seis pedaladas antes de enviar la bola al poste izquierdo de la portería francesa.

Las bicicletas se combinan de esta manera para crear un efecto desconcertante en las defensas contrarias y, a veces, se emplean con la intención de conseguir faltas a favor del borde de área o penaltis.

**La elástica**

Consiste en llevar el balón pegado al pie, formando una curva hacia la izquierda o derecha, ofreciéndole el balón al marcador casi en el medio de sus piernas para luego con el borde interno del pie llevar el balón hacia afuera, es justo en este momento donde el cuerpo se abalanza en la misma dirección elegida, engañando al marcador. Sin duda se necesita una gran potencia en el muslo y una enorme capacidad de giro y elasticidad en el tobillo. En los años 1970, el brasileño Rivelino fue el primero en ser reconocido por este magnífico tipo de regate. En los años 1980, caracterizó al peruano Uribe. En los años 90, Ronaldo la mostró en Europa y en la actualidad, Ronaldinho la ha perfeccionado y popularizado a nivel mundial.

**La ruleta marsellesa**

Consiste en encarar al jugador contrario sin perder velocidad ni la posición sobre el balón, efectuando una rotación por encima de la pelota y realizando una vuelta de 360º grados en el aire, consiguiendo así, dejar atrás al jugador contrario.

**La cola de vaca**

El jugador está de espaldas contra el defensa, mantiene controlada la bola con el interior del pie y simultáneamente, gira el cuerpo a 180º y mantiene la pelota pegada al pie, para posteriormente darle fuerza y velocidad.

**Dribling con rabona o abracadabra**

La pelota está detrás del jugador y de repente con el pie se pasa la pelota por detrás y luego haciendo una rabona se pasa la bola por delante en diagonal, haciendo un ángulo de 45°.

Criterio del autor sobre la temática anterior. Es la acción técnica que nos permite avanzar o progresar con el balón sobre el terreno de juego, conservando y manteniendo su control o posesión y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego, el

regate es una cualidad técnica de tipo personal llena de fantasía, imaginación, habilidad y personalidad del jugador que lo realiza. Su ejecución nace con el propio individuo.

En el fútbol moderno la capacidad de regatear es una característica que diferencia al jugador imaginativo y creativo del resto de los jugadores, sin embargo, hay jugadores que sin la necesidad de ser excesivamente hábiles con el balón son capaces de desbordar a un contrario e incluso a toda una línea del equipo oponente aprovechándose de todas las ventajas posibles ante el adversario, tales como la velocidad, la destreza y el cambio de ritmo. Son jugadores que dotan a todas sus acciones de una gran dosis de decisión y confianza en sus propias posibilidades.

**El tiro a portería.**

El tiro es la ejecución de la técnica individual de finalización. Lo definimos:

Es la acción técnica individual, consistente en él envió consciente del balón sobre la portería contraria para conseguir gol. Es la acción suprema del futbol y el último golpeo de balón que realiza un atacante sobre la portería adversaria. Para realizar dicha acción técnica, cualquier superficie de contacto es válida si no modifica las leyes del reglamento.

Existen diferentes tipos de tiro, en función del control previo, si es a 1º toque, si es tras conducción, del tipo de golpeo y su trayectoria, pero sin duda el más eficaz es el que se ejecuta a 1º toque o tras control corto y tiro rápido. El motivo, claro: porque es el que más puede sorprender al contrario y sobre todo al portero.

El tiro se mide por la eficacia, es decir, si van a portería y si entran dentro de ella

Golpeos: Empeine, empeine frontal, empeine interior, interior, exterior

En el desarrollo del juego de fútbol, todos buscan lograr el gol. La realización del mismo consta de dos aspectos que determinan esta probabilidad: primero el número de tiros a puertas realizados durante el partido; y segundo la calidad de los mismos. Esto se traduce en elementos cuantitativos y cualitativos del tiro a puerta.

El proceso de enseñanza aprendizaje del tiro a puerta está condicionado, entre otros, por dos aspectos esenciales: la técnica y la táctica. El primero brinda al jugador la ejecución de los movimientos más ideales para golpear el balón con potencia y

precisión hacia la portería contraria; el segundo, la capacidad intelectual de la toma de decisión, dándole la ventaja necesaria para crear la oportunidad de tiro a puerta y su aprovechamiento.

Este proceso comienza desde el mismo momento en que el niño toca el balón, y si se hace bien condiciona el desarrollando las cualidades especiales de un jugador polivalente con una solidad intención ofensiva en el cumpla exitosamente con las funciones de su posición, pero contribuyendo al accionar ofensivo del equipo. Sobre este asunto Helsen Wein aclara: "No compete solo a los delanteros dirigir el balón dentro de los tres palos, sino también a los centrocampistas y los defensas." (p.77).

La enseñanza del tiro a puerta ha sido, en muchos programas de preparación, obviado de cierta manera. Se ha seguido la filosofía de que el ataque en el fútbol, y sobre todo el tiro a puerta, debe de ser realizado por el jugador espontáneamente durante el juego basándose en los elementos generales dados en el entrenamiento y en su intuición de delantero o goleador.

Wein, (1999) "El hecho de que en muchos partidos no aprovechemos suficientemente nuestras oportunidades de gol, es debido en primer lugar a la deficiente planificación y al contenido del entrenamiento, especialmente en la forma de practicar el remate a portería". (p.23)

La enseñanza del tiro a puerta en el futbolista se realiza reiteradamente sustentado en el criterio de conferirle al jugador dones innatos para ser goleadores y en la capacidad del entrenador para detectar los errores y utilizar las posibles variables a tratar en el mismo, razones por las que se descuida otros componentes que representan, durante el tratamiento, el complemento de una metodología eficaz. Este tipo de preparación con un carácter intuitivo principalmente para los jugadores que tienen, lo que llamamos, olfato a gol dificulta el tratamiento individualizado en otros jugadores. La desestimación de muchos aspectos del tiro a puerta tales como las relaciones técnicas, la actuación según el espacio y tiempo de acción, así como el enfrentamiento de oposiciones limitan cualquier vía metodológica dirigida al desarrollo de esta habilidad en toda su profundidad.

Estas características de la preparación han determinado que en los partidos muchos jugadores se queden, en la mayoría de las veces, sin saber qué hacer cuando tienen una oportunidad manifiesta de obtención de gol o que no puedan generar jugadas con más oportunidades de éxito.

El tiro es la acción por excelencia del fútbol, la que, en la mayoría de ocasiones, decide el resultado de un partido. Es una acción capaz de hacer levantar al público de sus asientos se convierte en gol.

El tirador debe ser rápido en juzgar la situación propia para el tiro en su decisión y en la ejecución técnica, que será tan explosiva como instantánea

También hay distintas clases de tiros:

Tiro a balón parado

Tiro con balón en movimiento a ras de suelo

Tiro a bote pronto

Técnica de tiro

La máxima potencia del tiro se consigue cuando el pie activo pasa por la vertical de su punto de sustentación -la rodilla-, momento que coincide con el adelantamiento del pie que chuta respecto al de apoyo.

En la acción del tiro a puerta es tan importante una buena colocación del pie de apoyo como el repentino movimiento de la pierna libre. El indispensable que el pie se encuentre a la altura del balón

Factores que influyen e inciden en la efectividad del tiro a gol

**Control del balón.** Hay dos tipos:

Control simple, realizado con la sola voluntad de hacerse con el control de la pelota.

Control orientado: en el que, además de dominarla se pretende que quede en una determinada posición para poder jugarla a conveniencia. El pecho, la cabeza, las piernas, el muslo, y pies, son superficies habituales en los controles.

**Conducción** (no siempre se necesita): capacidad de correr con la pelota pegada a los pies y sin perder su posesión. A los jóvenes jugadores se les debe enseñar que no deben abusar de este recurso técnico ya que suele ralentizar el juego y comporta riesgo de lesión por la posible entrada de un jugador contrario. El interior y el exterior del pie son las superficies habituales para este recurso técnico.

**Regate** (no siempre se necesita): acción de desborde de un contrario, estando el jugador que lo realiza, generalmente en posesión del balón.

**Disparo o remate a puerta:** acción de golpear la pelota hacia la portería contraria con la intención de realizar un gol. Se puede realizar con las diferentes partes del pie que mencionamos anteriormente.

**Desmarque:** acción ofensiva que intenta sacar partido de un espacio vacío que ocupará un atacante.

**Ubicación témpora-espacial del jugador en el campo de juego.**

**Rapidez de movimiento al realizar la acción.**

**Correcta ejecución y colocación del disparo a puerta.**

Específicamente para este último parámetro, están confeccionados nuestros ejercicios los cuales podrán ser observados y analizados con detenimiento.

**Golpeos del balón**

Errores más comunes presentados en el golpeo con el interior del pie

El eje longitudinal del pie no es exactamente perpendicular a la dirección del golpeo por lo que la fuerza no se le transmite hacia el centro y provoca la rotación no siempre deseada.

El alumno no se sitúa exactamente en la dirección del golpeo del balón. En consecuencia, golpea el balón con efecto.

La colocación del pie de apoyo no se realiza correctamente provocando falta de dirección.

No se realiza la rotación externa de la pierna desde la cadera causando la inexactitud de la pegada.

El alumno descuida tanto el movimiento de la pierna hacia atrás (retroversión) como el acompañamiento después del golpe.

El movimiento del tronco en el momento del golpeo es hacia atrás.

En el momento del toque del balón ni la articulación de la rodilla y sobre todo la del tobillo no están tensas completamente, provocando que la fuerza del golpeo sea débil.

Errores más comunes en la ejecución técnica del toque con el empeine interior

El balón golpeado recibe una rotación inútilmente fuerte. Su causa puede ser que el jugador corre completamente enfrente del balón. Así no puede torcer su pie hacia fuera en la medida necesaria. Por lo tanto, no será capaz de acertar el balón cerca de su centro si su pie no toca el borde exterior lateral del balón.

Algunos jugadores no son capaces de elevar e1 balón medio alto o alto, la causa es que el pie estirado no toca adecuadamente bajo el balón a consecuencia de la inclinación exagerada hacia delante del tronco y también la colocación del pie de apoyo muy adelante.

Principalmente en delanteros, una falta corriente es la inclinación exagerada hacia atrás desde la cadera de la pierna de apoyo en el momento del toque. La consecuencia es en casi todos los casos un tiro por encima de la portería.

Para impedir la inclinación exagerada, debemos prescribir al jugador como ejercicio forzoso que, inmediatamente después del toque de balón, procure golpear con su mano contraria el pie que golpea.

Una falta menos frecuente es que la pierna de apoyo queda demasiado lejos lateralmente a la pelota. 1a consecuencia es que una gran parte de la fuerza del ímpetu no actúa en la dirección del toque y así el balón tendrá menos velocidad.

Errores más comunes en la ejecución técnica del toque de balón con el empeine total

La dirección de la carrera no coincide con la del toque. Esto origina que el alumno no toca el balón con la superficie adecuada de choque (generalmente con el empeine interior o exterior) y así el balón recibe una rotación. Podemos corregir esta falta si al principio marcamos una línea recta. El balón lo colocamos en un extremo y el jugador tiene que correr por la línea marcada.

El pie no está tenso completamente. La consecuencia de esta falta es que la trayectoria del balón será corta a causa de la elasticidad de la superficie de toque. El pie se desliza debajo del balón por ausencia de tirantez y lo eleva inútilmente.

El jugador lanza la pierna hacia el balón sólo desde la rodilla. Esta falta se manifiesta en la velocidad disminuida del balón. Su causa es que el último paso antes del toque es demasiado corto. Así no hay tiempo para lanzar hacia atrás la pierna que golpea.

Con alumnos principiantes puede ocurrir muy a menudo que queriendo ejecutar tiros largos, la rodilla se alarga prematuramente durante el esfuerzo hacia el balón efectuando así el toque con una pierna completamente estirada en la rodilla. Por esta falta es muy frecuente el toque al suelo. Con el jugador que comete tales faltas, debemos ejercitar toques en posición parada de manera que pueda hacer el golpe al balón sólo desde la rodilla.

Una falta frecuente es que la pierna que no golpea se sitúa inadecuadamente detrás del balón al tomar posición. Su resultado es que la trayectoria del balón será demasiado alta. Podemos ayudar a corregir esta falta en alumnos principiantes al señalar en el terreno la posición de la pierna de apoyo al lado del balón.

El balón arqueado demasiado alto puede ser fruto de la posición inadecuada del torso. La parte superior del cuerpo se inclina de pronto hacia atrás, aun en el período del impulso. Podemos corregir esta falta si ordenamos al alumno ejercitar el movimiento

siguiente: tiene que procurar tocar su pie con la mano contraria después de ejecutar el toque.

Errores más comunes en la ejecución técnica del golpeo con el empeine exterior

El alumno no golpea con la superficie indicada.

El pie de apoyo muy distante del balón.

La rotación interna de la pierna desde la cadera no es suficiente.

No se tensan suficientemente las articulaciones del tobillo y rodilla en el memento del toque.

No se realiza el acompañamiento después del toque.

La vista no se dirige hacia el balón en el momento del toque.

**El tiro a portería y su influencia en la enseñanza aprendizaje en niños de 10 – 12 años.**

El tratado de un contenido siguiendo los paradigmas de la ciencia, ubican en la época moderna, el trabajo con un carácter sistémico. El fútbol no está excluido de esta concepción aprobada por la praxis en la que todos los elementos están relacionados íntegramente afectando unos sobre los otros componentes del sistema lo cual evidencia que existen varios subsistemas.

Uno de estos subsistemas es precisamente el entrenamiento del tiro a puerta en los que el desarrollo de capacidades, enseñanza y perfeccionamiento de habilidades, adquisición y consolidación de hábitos se manifiesta como fenómeno complejo que tributa a la acción técnica como respuesta motriz a una decisión tomada.

Helsen Wein, (1999). Por tanto, el rol del entrenador es crear situaciones-problemas adaptadas al nivel de los jugadores.”(p.43). Para que el atacante sea capaz de prever las oportunidades de gol debe entrenar el remate a portería simulando siempre las situaciones reales de juego.” Por lo que se hace evidente la necesidad de modelar las condiciones de competición durante los entrenamientos para que no exista una falta de

correspondencia muy marcada entre las condiciones de la preparación y el acto competitivo. Para ello no es recomendable asumir que el jugador reciba un entrenamiento desarrollado únicamente desde una perspectiva metodológica analítica que solo provoca que los atletas aun cuando practiquen en abundancia los tiros a puertas nunca lleguen al nivel de superar la mayoría de las resistencias planteadas en el juego.

Partiendo del criterio de que la "… práctica de las distintas técnicas del remate fascina a todos. Generalmente, ni los jóvenes, ni los adolescentes, ni los adultos se cansan de practicar el remate a tiro a portería en todas sus variantes, aunque no siempre de una forma eficaz."

(Wein, (1999) La dosificación correcta y el tratamiento del tiro a puerta, es determínate para alcanzar el éxito deportivo, por la falta de esta es siempre segura la derrota, cuando no del juego, si en lo motivacional. (p.67)

La ausencia de un entrenamiento eficaz afecta psicológicamente al atleta porque le condiciona al mismos un nivel alto de incertidumbre en su accionar táctico y desarrolla muy especialmente el factor de inseguridad. Esto trae como consecuencia la indecisión del tiro y el miedo excesivo al error en el golpeo.

Por lo tanto, es interés principal de todo entrenador que los atletas no presenten estas barreras psicofísicas que entorpecen el buen desempeño de los mismos y para ello lo mejor es una planificación de carácter integradora que desarrolle con profundidad este elemento para alcanzar el objetivo propuesto, además de plantearse metas superiores sin violar los principios de un atleta.

Según Wein, (1999) Afirma: Otro requisito que exige el juego de fútbol es que la relación de jugador y balón no es igual al que se emplea en un ejercicio aislado. Aquí observaremos que el empleo de la técnica del fútbol en el entrenamiento se practica fundamentalmente de modo elemental y en el juego, la técnica empleada es adaptada a las condiciones de juego, es decir es una traslación de los elementos de las técnicas básicas pero contextualizadas para cumplir un objetivo táctico. Determinada esta condición de realización de la técnica, en el entrenamiento del tiro a puerta hay que practicarlas en condiciones especiales propias del juego ya que uno "…de los problemas con que se

encuentra frecuentemente el lanzador en el partido, es que el balón no se halle en un lugar ideal en relación con los pies. Por eso, en los entrenamientos, todos los jugadores con excepción del portero deben practicar lanzamientos rápidos, desde cualquier posición de ataque y distancia con el balón en todos los posibles lugares alrededor del cuerpo, tanto en movimiento, a ras del suelo o botando, o también estático." (p,142),

"Los jugadores deben aprovechar todas las oportunidades de disparos a portería, porque el jugador que chuta a portería con más frecuencia, incluso desde ángulos difíciles, tiene más posibilidades de conseguir el gol". (Wein, 1999: 139)

Los futbolistas deben trabajar en el concepto de que mientras se trabaja la efectividad de los tiros a puertas también las oportunidades de realizarlas deben de aumentar porque no solo la calidad de los tiros a puertas mejora, sino que la cantidad de los mismos debe de aumentar. "Tirar el balón fuera de la portería es un error, pero un error más grave es no asumir la responsabilidad de rematar y renunciar al lanzamiento a portería". (Wein, 1999: 138)

El jugador en el momento de armar una jugada ofensiva debe tener en cuenta muchos aspectos, las zonas y áreas de actuación, el tiempo disponible para que el ataque sea efectivo, el nivel de oposición a la que se enfrenta y de colaboración con la en la situación, los ángulos de tiro a puerta más factibles de utilizar, etc. Todos estos elementos dan una idea al portador del balón de cuál es la mejor opción para alcanzar un resultado positivo sin descuidar en exceso el componente defensivo. Para lograr esto el futbolista debe de entrenarse teniendo en cuento todos estos parámetros, para optimizar su actividad de juego, llegando el periodo competitivo suficientemente adaptado para la acción ofensiva y sepa aprovechar todas las coyunturas que se presenta en la competición.

## e. MATERIALES Y MÉTODOS

### Tipo de Enfoque

**Cualitativo:** Thomas et. Al. (2006 – 346), hacen un análisis comparativo de concepciones y críticas a la metodología cualitativa encontrando una nueva versión de la misma, señalando lo siguiente:

Una palabra más que número. La preferencia por información que sucede de manera natural por observación y por entrevista no estructurada. Preferencia por los símbolos más que por los comportamientos sea, intentar registrar al mundo dese el punto de vista de la gente que está siendo investigada

La preferencia por investigación inductiva generadora de hipótesis más que por aquella que se orienta a la prueba de hipótesis, y ese también es relativa reconociendo que deben de ser verificadas, si no se limitarían a meras especulaciones.

El autor de esta investigación coincide con los criterios anteriores, no obstante, entiende que las biografías o historias de vida son estudios intensivos de trayectorias vitales. Resaltamos las experiencias vitales de los individuos en su acción dentro de una sociedad determinada muestra las relaciones entre esas vivencias personales y los marcos institucionales de una sociedad, así como la interacción que se produce entre individuos y colectividad

Su ejecución presentó características de investigación pre – experimental, durante el periodo 2013 al 2014, a partir del diseño nos planteamos cuatro etapas que nos guiaran en todo el proceso investigativo:

**Fases de la investigación.**

**1ra fase: Precisión del problema.**

Una vez declarada la problemática, acerca de ¿Cómo contribuir con un conjunto de juegos y ejercicios metodológicos, que potencie la enseñanza y aprendizaje de las técnicas de futbol del pase y el dribling en los niños 10 a 12 años del Cantón Sozoranga? se profundizó en el estudio de la documentación bibliográfica acerca de la temática a estudiar.

**2da fase:**

Diagnóstico sobre los fundamentos técnicos del futbol, el pase y el tiro a portería en los niños de 10 a 12 años del Cantón Sozoranga Se diagnosticó el nivel de desarrollo y aplicación a través de encuestas y test relacionados con estos fundamentos, se aplicó un pretest y un postest para validar la propuesta alternativa.

**3ra fase:**

Elaboración y aplicación de una propuesta alternativa: conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería en los niños 10 a 12 años, del Cantón Sozoranga ciudad de Loja.

**4ta. Fase:**

Valoración final de resultados, una vez aplicada la propuesta alternativa, lo cual nos permite resolver el problema científico y darles cumplimiento a los objetivos planificados en la investigación.

**Tipo de estudio**

**Longitudinal**

Este tipo de estudio se enmarca en la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; es decir, están dirigidos a responder por las causas de los eventos y fenómenos físicos o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en la descripción por qué el interés del investigador es analizar cambios a través del tiempo en determinadas variables o en relaciones entre estas.

En segundo lugar, los diseños descriptivos recolectan datos a través del tiempo en puntos o periodos especificados para hacer inferencias respecto al cambio, determinantes y consecuencias. Consiste en observar a un mismo grupo de sujetos a lo largo de un periodo de tiempo. La duración de la investigación fue aproximadamente de 8 meses.

**Tipo De diseño.**

**Pre-experimental**

En los diseños pre – experimentales se analiza una sola variable y prácticamente no existe ningún tipo de control. No existe manipulación de la variable independiente, es importante tener en cuenta que entre su clasificación cuentan con diseños pre test – pos test de un solo grupo, diseño de grupo no equivalente sin pre test.

Hay poca utilización de la matemática en este tipo de diseño, tiene un análisis factorial exploratoria; usada para descubrir la estructura interna de un número relativamente grande de variables, pruebas no paramétricas; pruebas estadísticas sin suposición alguna sobre la distribución de probabilidad.

Diseño de preprueba – posprueba con un solo grupo: a un grupo se le aplica una prueba previa, se le administra el tratamiento y luego se aplica una prueba posterior.
Con ello se trata de analizar el nivel al iniciar l aplicación de la propuesta y el final o los resultados que se obtuvieron al culminar dicha propuesta.

**Métodos**

**Método Científico General.**

Al hablar del método científico es referirse a la ciencia (básica y aplicada) como un conjunto de pensamientos universales y necesarios, y que en función de esto surgen algunas cualidades importantes, como la de que está constituida por leyes universales que conforman un conocimiento sistemático de la realidad. Y es así que el método científico procura una adecuada elaboración de esos pensamientos universales y necesarios. Es un método de investigación usado principalmente en la producción de conocimiento en las ciencias. Nos ayudó mucho en todo el proceso de nuestra investigación fundamentalmente en todo el proceso del marco teórico, donde se analizaron varias teorías científicas que nos permitieron plantearnos nuevas acciones epistemológicas que ayudaron a comprender científicamente lo que estábamos proponiendo.

**Métodos Teóricos**

**Análisis**

Krippendorff (1982) extiende la definición del análisis de contenido a "una técnica de investigación para hacer inferencias válidas y confiables de datos con respecto a su contexto".

A través de este método se realizó un estudio profundo de todos los componentes de la investigación para realizar la propuesta o alternativa de solución que ayuden a la mejoría de dicho problema. Fue muy acertado para los análisis de las diferentes teorías tratada en esta investigación.

**Síntesis**

Se refiere a la elaboración de una explicación corta en la que se representa lo principal de un tema; composición propia de un conjunto de ideas, a partir de sus

elementos separados en un previo proceso de análisis. Se utilizó durante toda la consulta o bibliografía de la literatura científica, documentación especializada, así como en la elaboración de la información obtenida relacionado con la actividad motora.

**Inductivo**

A través de este método obtenemos conclusiones generales a partir de hechos o enunciados particulares, una vez realizado el estudio de la problemática a investigarse.

**Deductivo**

La deducción va de lo general a lo particular. El método deductivo es aquél que parte los datos generales aceptados como valederos, para deducir por medio del razonamiento lógico, varias suposiciones, es decir; parte de verdades previamente establecidas como principios generales, para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar así su validez. Se puede decir también que el aplicar el resultado de la inducción a casos nuevos es deducción.

**Medición**

Una medición es comparar la cantidad desconocida que queremos determinar y una cantidad conocida de la misma magnitud, que elegimos como unidad.

Se realizó un test inicial para medir el nivel que tienen los alumnos en cuanto a la coordinación psicomotriz, antes de la aplicación de los ejercicios y después de la aplicación de los mismos.

**Técnicas e Instrumentos**

**Encuesta**

Es un instrumento de investigación en el que el investigador busca recopilar datos por medio de una previa elaboración de preguntas, las personas seleccionadas en una muestra respectiva de la población a investigar, a través de la encuesta el investigador puede direccionar las respuestas y determinar el método empleado para la recolección de información de acuerdo con la naturaleza de la investigación. Se aplicó a los estudiantes participantes en la investigación

El objetivo de la técnica de encuesta aplicada en el diagnóstico es conocer en qué medida están los estudiantes desarrollando sus capacidades coordinativas motoras para de esta manera llevar a cabo el desarrollo de la propuesta alternativa.

**Comparación.**

Se utilizó para valorar los resultados de la encuesta, y aplicación de los test lo que permitió valorar el avance, obtenido luego de aplicada la alternativa, conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas de futbol el tiro a portería y el dribling en los niños 10 – 12 años del Cantón Sozoranga.

**Test**

Este concepto hace referencia a las pruebas destinadas a evaluar conocimientos, aptitudes o funciones de los estudiantes o un grupo de trabajo dentro de los cuales se realizó un test inicial y un test final.

El test tiene un total de seis parámetros los cuales serán dirigidos a los fundamentos técnicos fundamentalmente al pase y al tiro a porterías. Las misma no arrojaran las deficiencias que existe relacionados con el tema: La enseñanza como eje determinante para el aprendizaje de las técnicas del futbol: El tiro a portería y el dribling en los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la provincia de Loja y a su vez dará respuesta a la solución del problema.

**Población y Muestra**

La población de los niños de 10 a 12 años fue de 25

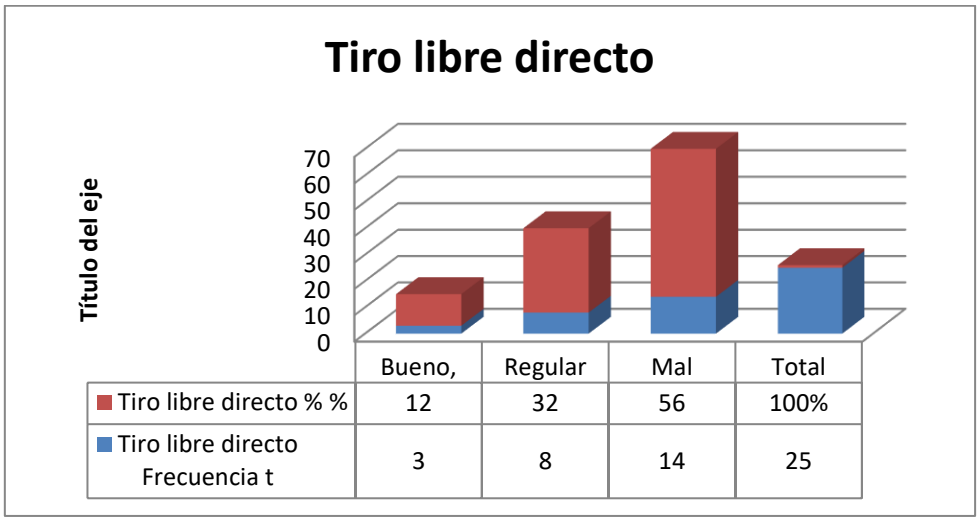
| Cantón | Población niños |
|---|---|
| **Sozoranga** | **25** |

## f. RESULTADOS

Test. 1. Tiro libre directo a portería

| Tiro libre directo | | |
|---|---|---|
| **Variables** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 3 | 12 |
| Regular | 8 | 32 |
| Mal | 14 | 56 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**




**Análisis e interpretación**

En el Test. 1. Tiro libre directo a portería, se observa que el en el pretest el 12% lo realizo Bien, el 32 % regular y el 56 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 80 % lo realiza Bien y el 20 % regular, demostrando así un gran avance significativo y la efectividad de la alternativa.

Esto quiere decir que, en fútbol, un tiro libre es una forma de reanudar el juego tras una falta. El tiro libre puede ser directo o indirecto. El tiro libre directo es un cobro directo a la portería del equipo contrario.

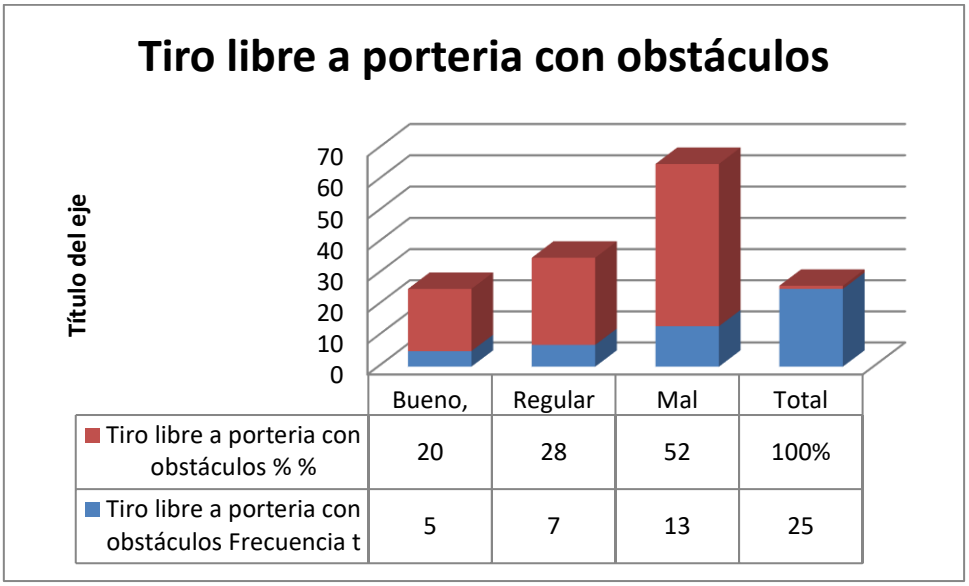
Por tal motivo podemos decir que en el pretest se demostró que los participantes tenían serios problemas en la ejecución técnica del tiro directo a portería, debido a insuficiencias metodológicas en la aplicación técnica de este fundamento, además los ejercicios que recibían no estaban acordes con la edad de los niños.

Llegamos a la conclusión que es necesario aplicar estrategias metodológicas de tiro directo a portería, basada en ejercicios metodológicos propio de esta técnica.

Test.2.- Tiro libre a portería con obstáculos

| **Tiro con obstáculos** | | |
|---|---|---|
| **Variables** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 5 | 20 |
| Regular | 7 | 28 |
| Mal | 13 | 52 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**




**Análisis e interpretación**

En el Test. 1. Tiro libre portería con obstáculos, se observa que el en el pretest el 12 % lo realizo Bien, el 28 % regular y el 52 % mal, sin embargo, luego de aplicada la

propuesta alternativa se pudo comprobar que el 72 % lo realiza Bien y solo el 28 % regular.

Esto quiere decir que un tiro libre con obstáculo, es la manera de crear dificultades al jugador para poder realizar tiros libres a la portería, permite la creatividad y la técnica adecuada de aquellos jugadores que realizan esta acción.

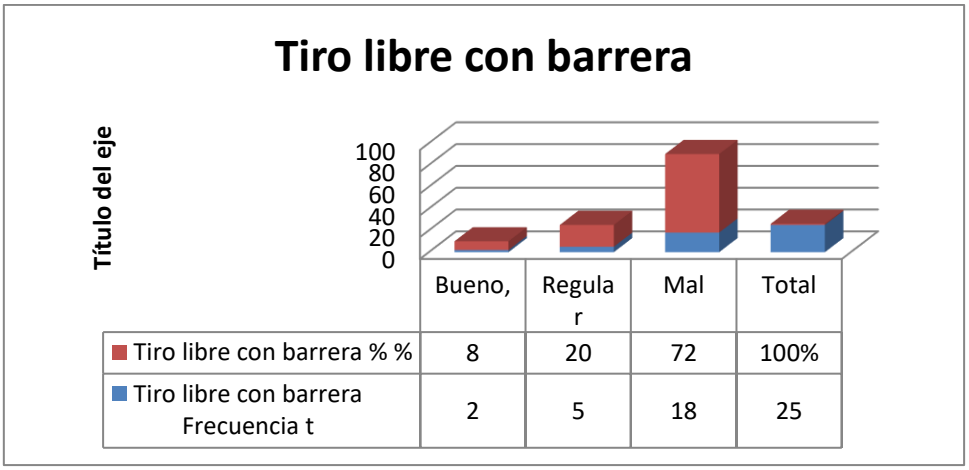
Como se puede observar un elevado grupo mostro insuficiencia en el tiro libre con obstáculos, esto es debido a las deficiencias presentada desde el punto de vista metodológico y dominio de la técnica, así como se pudo constatar que el profesor carece de fundamentos técnicos para enseñar esta acción técnica.

Llegamos a la conclusión que se deben crear ejercicios de tiro libre con obstáculos, pero aplicando la metodología correcta de los movimientos desde el inicio hasta el golpeo final del balón, y el profesor debe de capacitar en las técnicas de esta acción a ejecutar.

Test. 3.- Tiro libre a portería con barrera

| **Tiro libre a portería con barrera** | | |
|---|---|---|
| **Variables** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 2 | 8 |
| Regular | 5 | 20 |
| Mal | 18 | 72 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**



En el Test. 1. Tiro libre a portería con barrera, se observa que el en el pretest el 8 % lo realizo Bien, el 20 % regular y el 72 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 76 % lo realiza Bien y solo el 24 % regular

Esto quiere decir que, el árbitro indicará un tiro libre indirecto levantando el brazo en alto por encima de su cabeza e indicará un tiro libre directo señalando con su brazo a la portería. En un tiro libre, el portero puede situar una barrera a 9.15 m de donde se coloque el balón, el número de jugadores que conforman la barrera será el que elija el portero. La barrera es una fila de jugadores que, uno al lado del otro, se coloca delante de su meta para protegerla de un lanzamiento contrario tras la señalización de una falta.

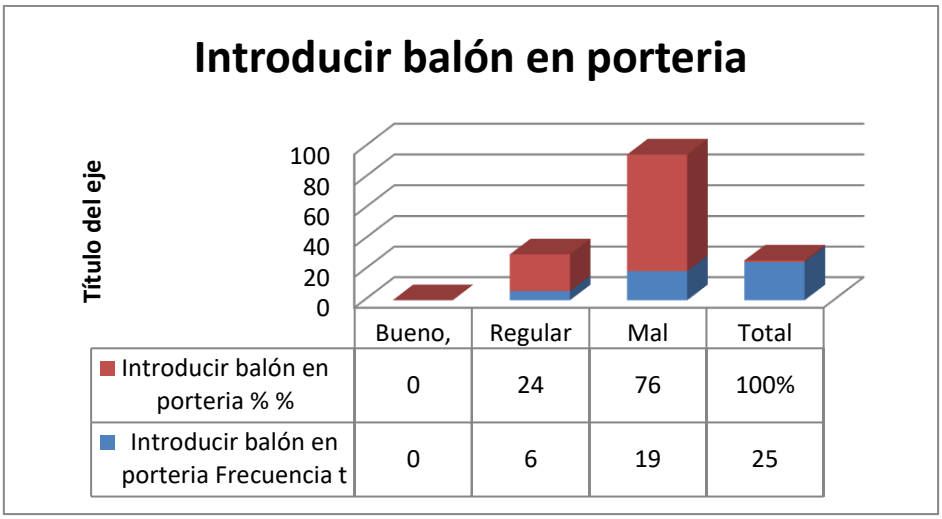
Observando los resultados podemos ver que en el pretest un elevado porciento esta evaluado de mal, motivado por las pocas veces que el profesor coloca a los niños para realizar tiro libre con barrera además de que no cuentan con la técnica y la metodología adecuada para ejecutar este tiro a la portería.

Legamos a la conclusión que es necesario aplicar ejercicios activos y motivadores del tiro libre a portería con barrera, ejecutando la técnica adecuada para su ejecución.

Test.1.- Introducir el balón en la pequeña portería

| Introducir balón en portería | | |
|---|---|---|
| I | Frecuencia | % |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 0 | 0 |
| Regular | 6 | 24 |
| Mal | 19 | 76 |
| Total | 25 | 100% |

**Grafico No.**




**Analisis e interpretacion-**

En el Test. 1. Introducir el balón en la pequeña portería, se observa que el en el pretest el 0 % lo realizo Bien, el 24 % regular y el 76 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 80 % lo realiza Bien y solo el 20 % regular

Esto quiere decir que trabajar los tiros en pequeñas porterías son elementos positivos ya que garantizan ña precisión y además ayuda a una buena concentración de los niños para el tiro desde diferentes ángulos en los entrenamientos.

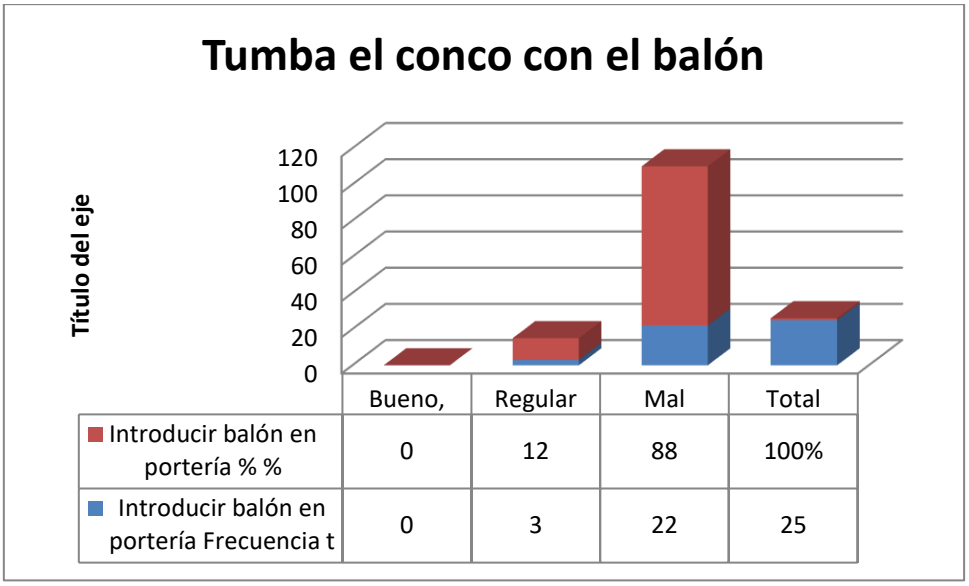
Por tal motivo entendemos que los malos resultados en el pretest son debido a que los niños no tienen la técnica y la metodología para realizar un disparo certero a la portería, ya que utilizar muy pocos los tiros en las clases de entrenamientos.

Llegando a la conclusión que el profesor debe buscar métodos activos y formas y procedimientos organizativos para que el alumno pueda adquirir nuevos conocimientos, habilidades y destrezas para un aprendizaje significativo del tiro en porterías pequeños, elevando así su creatividad y efectividad

Test 2.- Tumba el cono con el balón (10 conos 5 tiros)

| Tumba el cono con el balón | | |
|---|---|---|
| **I** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 0 | 0 |
| Regular | 3 | 12 |
| Mal | 22 | 88 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Gráfico No.**




**Análisis e interpretación.**

En el Test. 1. Tumba el cono con el balón (10 conos 5 tiros), se observa que el en el pretest el 0 % lo realizo Bien, el 12 % regular y el 88 % mal, sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 72 % lo realiza Bien y solo el 28 % regular

Esto quiere decir que, que hay que mantener la pelota a una distancia cómoda de tu pie hábil. Una buena regla general es mantener la pelota un paso delante tuyo cuando te preparas para disparar. De esta manera, serás capaz de colocar firmemente tu pie débil y golpear la pelota rápidamente. Si el balón está muy lejos de ti, un defensor o el

portero pueden interceptarlo antes de que puedas disparar. Si el balón está demasiado cerca, no podrás apuntar correctamente.

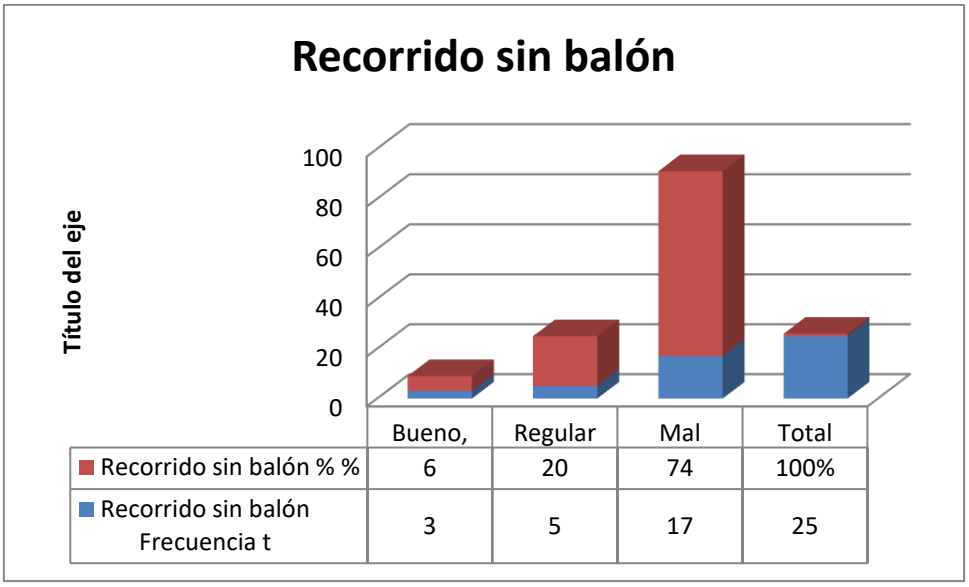
Como se puede observar en los resultados iniciales del pretest, los niños investigados mostraron una baja precisión y puntería en los tiros a los conos, reflejado por sus deficiencias técnicas y metodológicas, además los golpeos carecían de fortaleza y se destacaba la mala colocación de las piernas y el golpeo final de la pelota.

Llegamos a la conclusión que es necesario mejorar los tiros a cortas distancia, trabajando en los pases cortos. Este es el tiro más sencillo en el fútbol. Gira tu pie de modo que el empeine esté apuntando a la pelota de fútbol. Ubica tu pie débil ligeramente por delante de la pelota y apuntando hacia el arco. Patea el centro de la pelota y acompaña el movimiento con tu pie en la dirección a la que quieras que se dirija. Este es un buen ejercicio para disparar apenas recibes un pase, sin parar el balón, ya que te permite golpear la pelota con rapidez y precisión.

**Test, Recorrido sin balón (distancia 30 metros)**

| **Recorrido sin balón** | | |
|---|---|---|
| **I** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 3 | 6 |
| Regular | 5 | 20 |
| Mal | 17 | 74 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**



**Análisis e interpretación.**

En Test, Recorrido sin balón (distancia 30 metros). Se observa que el en el pretest el 12 % lo realizo Bien, el 24 % regular y el 64 % mal, además de un tiempo de recorrido final de 5,1 segundos; sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 88 % lo realiza Bien y solo el 18 % regular, además de mejorar ostensiblemente el tiempo a 4.14 segundos lo que demuestra la efectividad de la alternativa propuesta.

Esto quiere decir que, que el ejercicio de correr sin el balón nos permitirá tener una visión de cuanto puede hacer un jugador en el desarrollo de la velocidad con balón y sin balón. Demostrando así la importancia que tiene el trabajo de la velocidad en ambos momentos.

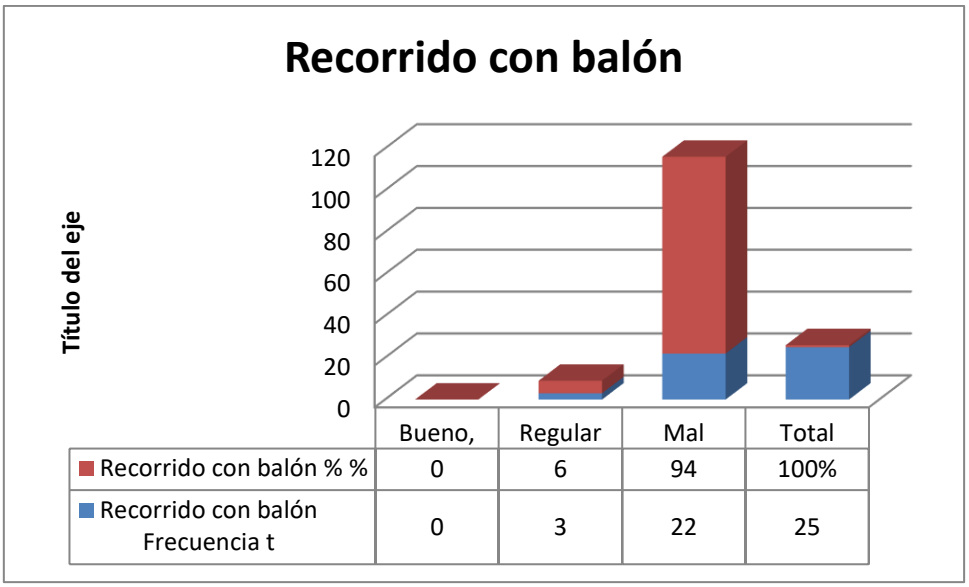
Por tal motivo podemos decir que las deficiencias detectadas en los bajos tiempos del desplazamiento o carrera de velocidad sin balón se deben fundamentalmente al poco trabajo existente del desarrollo de las capacidades físicas, donde se pudo observar que estas no se trabajan en clases.

Llegando a la conclusión que es necesario una correcta planificación de las capacidades físicas en las clases ya sea utilizando el balón o sin balón para crear las bases de la fuerza, la velocidad y la resistencia en los practicantes.

**Test, Recorrido con balón (distancia 30 metros)**

| **Recorrido con balón** | | |
|---|---|---|
| **I** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 0 | 0 |
| Regular | 3 | 6 |
| Mal | 22 | 94 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**




**Análisis e interpretación.**

En Test, Recorrido con balón (distancia 30 metros). Se observa que el en el pretest el 4 % lo realizo Bien, el 32 % regular y el 64 % mal, además de un tiempo de recorrido final de 6,8 segundos; sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 80 % lo realiza Bien y solo el 20 % regular, además de mejorar ostensiblemente el tiempo a 5,4 segundos lo que demuestra la efectividad de la alternativa propuesta.

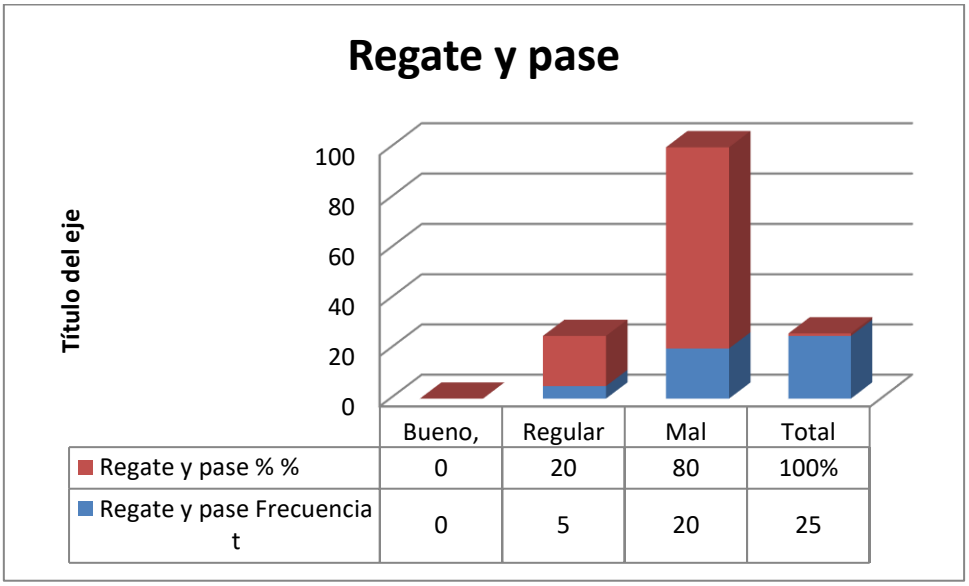
Esto quiere decir que cuando se trabaja las capacidades físicas bien y en este caso la velocidad, a través de ejercicios especiales con balón y sin balón tendrá un efecto positivo en los resultados de los deportistas, quienes podrán dominar el balón con habilidades y destrezas que les facilitar su desempeño en las clases de entrenamientos y en las competencias.

Llegamos a la conclusión que es necesario desarrollar la velocidad con balón, con ejercicios especiales que contribuyan al dominio y las destrezas de este fundamento técnico, para mejorar su rapidez y desempeño deportivo.

**Test Técnico integral de 180 metros (regate y pase)**

| Regate y pase | | |
|---|---|---|
| **I** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 0 | 0 |
| Regular | 5 | 20 |
| Mal | 20 | 80 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**




**Análisis e interpretación.**

En Test, **técnico** Integral de 180 metros (regate y pase). Se observa que el en el pretest el 8 % lo realizo Bien, el 24 % regular y el 68 % mal, además de un tiempo de recorrido final de 1,20 segundos; sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 92 % lo realiza Bien y solo el 8 % regular, además de mejorar ostensiblemente el tiempo a 52,0 segundos lo que demuestra la efectividad de la alternativa propuesta.

Esto quiere decir que los test integrales juegan una función muy especial en la preparación de los equipos colectivos, fundamentalmente aquellos con pelotas, ya que

facilitan comprobar el estado del deportista tal y como si estuvieran participando en un juego, por las exigencias que requieren en tiempo y calidad de la ejecución de la técnica del pase y el regate

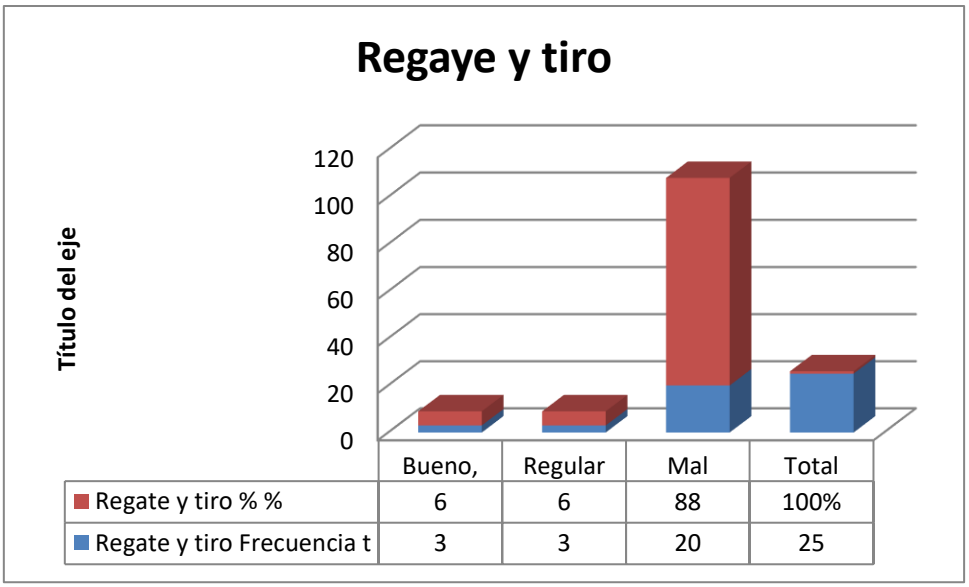
En las observaciones podemos ver que los resultados del prestet inicial fueron insuficientes ya que se pudo comprobar que los deportistas tenían serias dificultades para dominar el balón y para ejecutar pases con efectividad debido a su pobre nivel técnico alcanzado.

Llegando a la conclusión que los entrenadores deben de aplicar test integrales para lograr medir el desempeño de sus deportistas, basado en los resultados que arrojan el pretest y el postest y a partir de aquí planificar sus acciones técnicas para lograr que los niños puedan adquirir el aprendizaje metodológico de los ejercicios del pase y el regate como medio efectivo para poder jugar y competir.

**Test Técnico integral de 180 metros (regate y tiro)**

| **Regate y pase** | | |
|---|---|---|
| **I** | **Frecuencia** | **%** |
| técnica | t | % |
| Bueno, | 3 | 8 |
| Regular | 2 | 4 |
| Mal | 20 | 88 |
| **Total** | **25** | **100%** |

**Grafico No.**



**Análisisi e interpretación.**

En Test, **técnico** Integral de 180 metros (regate y pase). Se observa que el en el pretest el 12 % lo realizo Bien, el 28 % regular y el 60 % mal, además de un tiempo de recorrido final de 1,20 segundos; sin embargo, luego de aplicada la propuesta alternativa se pudo comprobar que el 96 % lo realiza Bien y solo el 4 % regular, además de mejorar ostensiblemente el tiempo a 52,0 segundos lo que demuestra la efectividad de la alternativa propuesta.

Esto quiere decir que la combinación del regate y el tiro a portería es muy importante en la preparación de cualquier equipo de futbol, son elementos que junto al pase crean todas las acciones técnico táctica del equipo, consiguiendo así un buen desempeño cuando existe dominio y habilidades para ejecutarlas.

Las deficiencias detectadas en el prestest nos permiten definir que esta estaba provocada por el escaso conocimiento de los fundamentos técnicos y metodológicos por parte del profesor, así como pocos ejercicios en los entrenamientos de regate y tiro continuados.

Llegamos a la conclusión que el entrenador debe de crear ejercicios combinados en los entrenamientos de regate y tiro precedidos de test integrales donde se aplique el desplazamiento, el pase el regate y el tiro a portería logrando así el aprendizaje significativo por parte de los deportistas.

## Encuesta a los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja sobre el tiro a portería y el dribling del balón

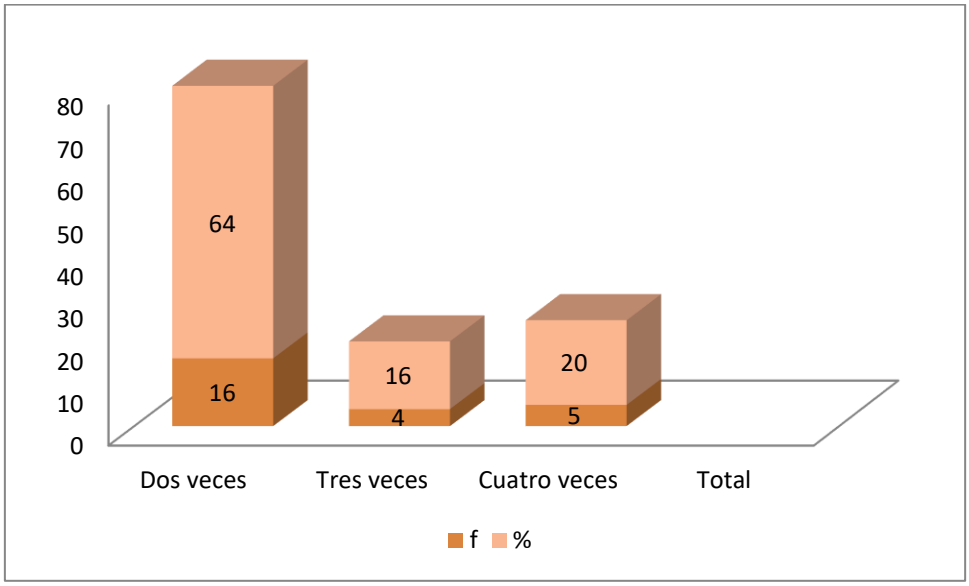
**Pregunta N0 1.**

¿Cuantas veces a la semana el profesor aplica ejercicios combinados de tiro a portería y conducción del balón en clases**?**

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| Dos veces | 16 | 64 |
| Tres veces | 4 | 16 |
| Cuatro veces | 5 | 20 |
| Total | | |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Grafico 1**




**Análisis e interpretación**

Los alumnos manifiestan que el profesor aplica ejercicios combinad0s de tiro y conducción_ 16 manifiestan que dos veces a la semana, para un 64%, 4 plantean que tres veces para un 16%, y 5 manifiestan que cuatro veces para un 20%.

Esto quiere decir que, los fundamentos técnicos de tiro y conducción combinados, no tienen una frecuencia sistemática, por lo que se hace difícil el dominio técnico d estos elementos, ya que necesitan un trabajo continuo, vinculando con ejercicios entre obstáculos, en carrera plana, desplazamiento después dl pase.

Concluimos que los profesores no realizan ejercicios de conducción y tiro en clases, lo que impide el dominio y aprendizaje de los niños para poder construir sus conocimientos.

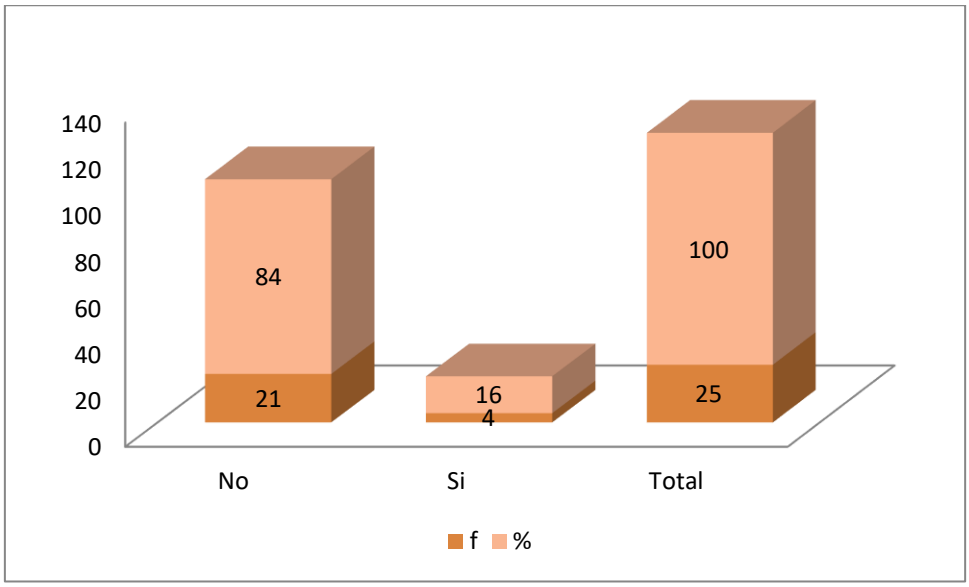
**Pregunta N0 2.**

¿Usted, domina los fundamentos técnicos combinados de tiro y conducción aprendidos en clases?

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 21 | 84 |
| Si | 4 | 16 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Grafico 2**




**Análisis e interpretación**

Los estudiantes responden a la pregunta relacionado con el dominio técnico de los fundamentos técnicos combinados del tiro y de la conducción de la siguiente manera: 21 n plantean que no para un 84%, mientras que 4 dicen que si para un 16%.

Esto quiere decir que los niños investigados no dominan los fundamentos técnicos, debido a que el proceso de enseñanza y aprendizaje aplicado por el profesor no tiene la metodología adecuada para que ellos dominen los elementos técnicos mencionados.

Concluimos que los niños investigados tienen deficiencias en el aprendizaje técnico de las combinaciones de conducción y tiro a portería, motivado por el bajo nivel de metodología que aplican sus docentes.

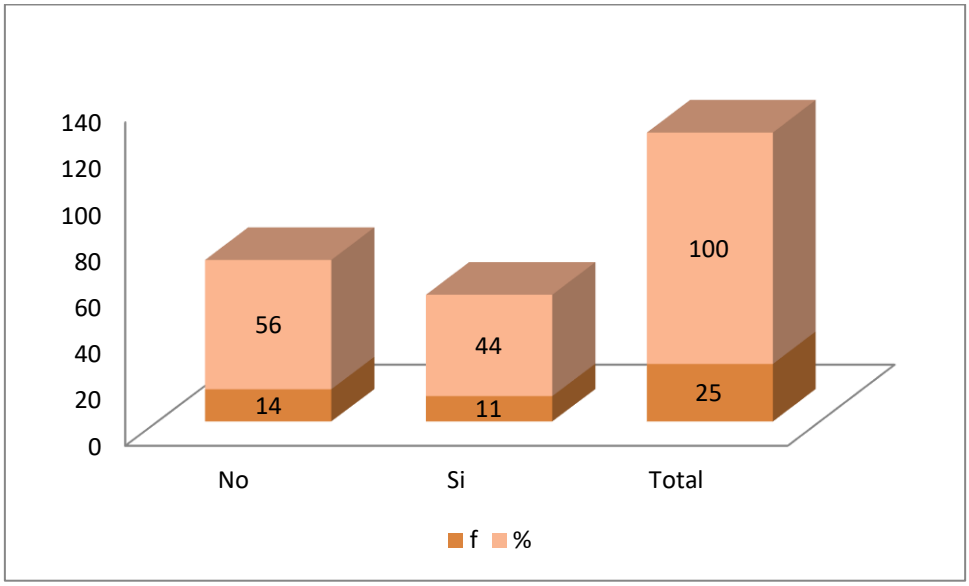
**Pregunta N0 3.**

**¿Usted, realiza con buena técnica los ejercicios de tiro a portería que aplica el profesor en clases?**

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 14 | 56 |
| Si | 11 | 44 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Grafico 3**




**Análisis e interpretación**

Los resultados reflejan que 14 deportistas plantean que no tienen una buena técnica de tiro y conducción para un 56%, mientras que 11 manifiestan que si para un 44%.

Esto quiere decir que los deportistas reconocen que no aprenden correctamente la enseñanza de los elementos técnicos del tiro y la conducción, por la carencia de una metodología de enseñanza que facilite el aprendizaje de los practicantes

Concluimos que los docentes no aplican estrategias de enseñanza aprendizaje para la técnica del tiro y la conducción, elementos necesarios para obtener buenos resultados y que los estudiantes reconocen que no dominan estos fundamentos técnicos.

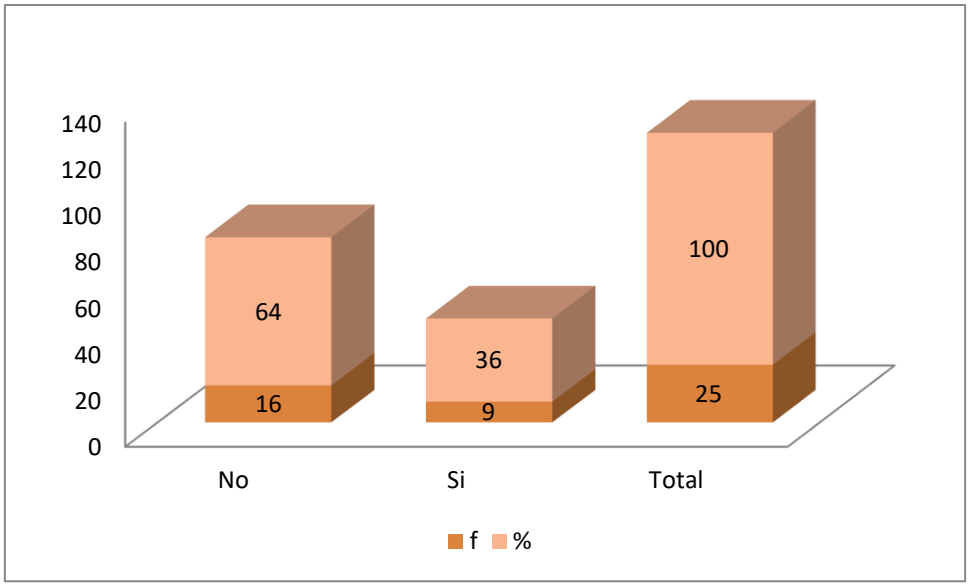
**Pregunta N0 4.**

¿Los ejercicios de conducción que aplica el profesor en carrera plana son de buen dominio de usted?

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 16 | 64 |
| Si | 9 | 36 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Grafico 4**




**Análisis e interpretación**

Los resultados reflejan que 16 deportistas manifiestan que no, la conducción en carrera plana no es bueno y muestran poco dominio para un 64%, mientras que 9 expresaron que si tienen dominio para un 36%-

Esto quiere decir que el profesor aplica poco trabajo de conducción con exigencias metodológicas que facilite el aprendizaje de los niños investigados, ya sea a través de ejercicios en espacio reducidos, como conducción del balón con diferentes medios y recurso.

Concluimos que los deportistas no tienen dominio de la conducción del balón para poder desplazarse con el mismo una distancia mayor de 30 metros a velocidades determinadas.

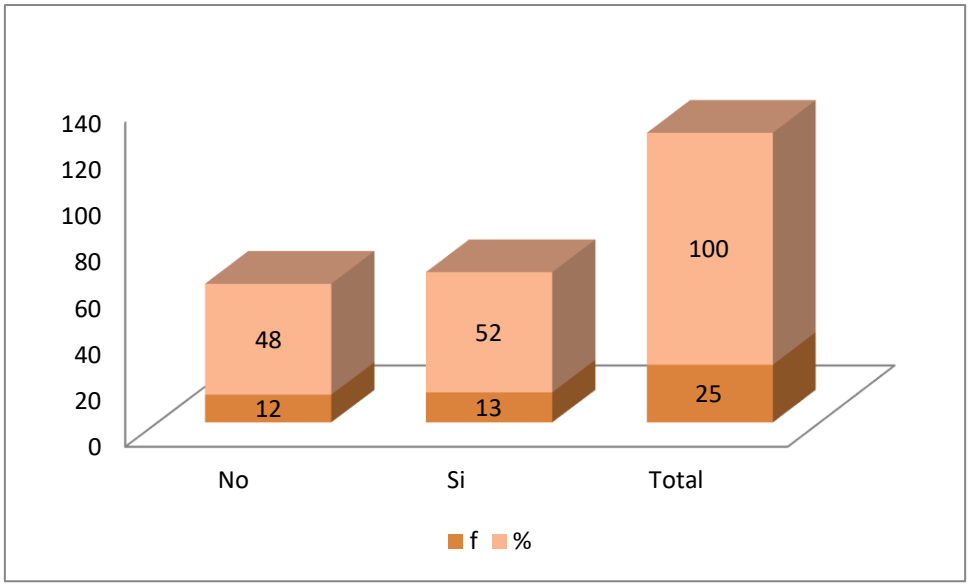
**Pregunta N0 5.**

¿Usted cree que el profesor te enseña las técnicas del futbol del tiro a portería y conducción del balón correctamente?

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 12 | 48 |
| Si | 13 | 52 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Grafico 5**




**Análisis e interpretación**.

Como podemos observar 12 deportistas expresaron que el profesor no le enseña los fundamentos técnicos correctamente para ellos poder dominar el balón, para un 48$, mientras que 13 manifiestan que si para un 52%,

Esto quiere decir que los resultados reflejan que los deportistas no reciben una buena enseñanza y por lo tanto el aprendizaje es lento, lo que demuestra que el profesor tiene escasos recursos metodológicos para poder entrenar a los jugadores, y no esta capacitados para trabajar con estos practicantes.

Concluimos que el entrenador no está capacitado para dirigir y entrenar a los deportistas seleccionados, con vista a los eventos deportivos.

## g. DISCUSIÓN

**Objetivo # 2**

Diagnosticar el estado actual del conocimiento del desarrollo de las habilidades técnicas del dribling y el tiro a portería en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja. **Pre-Test**

Elaborar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga provincia de Loja

Aplicar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería.

Evaluar el plan de ejercicios y juegos metodológicos para las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería, en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

**Test No. 1. Tiro libre directo a portería**

| Informante | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | INDICADORES EN SITUACIÓN POSITIVAS | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | innovación | Satisfacción. |
| Estudiantes | Tiro libre directo a portería 56% evaluados de mal | Insuficiente proceso de enseñanza y aplicación del fundamento técnico del tiro, deficiente mitología de enseñanza,<br><br>Deportista sin base técnica del tiro. | - Se aplican estilos de enseñanzas de mando directo.<br><br>- No existe planificación actualizada<br><br>El profesor carece de metodología de enseñanza. | - Proponer alternativa metodológica.<br><br>- Aplicar métodos de descubrimiento guiado y resolución de problemas.<br><br>Capacitar a los entrenadores | Profesores capacitados.<br><br>Aplicación de métodos activos, con procesos de enseñanza aprendizaje significativos<br><br>Ejercicios especiales metodológicos. | Profesor con conocimientos científicos para enseñar los fundamentos técnicos del futbol.<br><br>Se crearon grupos de ejercicios especiales para su aplicación activa.<br><br>Vinculación de técnica con juegos | El 85 % siente satisfacción por su efectividad en el tiro directo a portería. |

## Test.2.- Tiro libre a portería con obstáculos

| Informante | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | INDICACIONES EN POSICIÓN POSITIVAS | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | Innovacion. | Satisfacción. |
| Estudiantes | Test.2.- tiro libre a portería con obstáculos 52% Evaluadas de mal | Poca técnica de los jugadores para realizar el tiro con obstáculos,<br><br>Limitación en la precisión del tiro.<br><br>Carencia de golpeo del balón para ejecutar el tiro. | - Aplicación metodológica no acorde a los avances científicos.<br><br>- No existe planificación actualizada para el desarrollo de los ejercicios técnicos. | - Diseñar una alternativa de un conjunto de ejercicios del tiro a portería.<br><br>- Promover nuevas técnicas de enseñanza y despertar el interés por esta disciplina. | Profesor y alumno capacitado con buen nivel técnico.<br><br>Aplicación de una metodología de enseñanza con fundamentos científicos. | Elaboración de un conjunto de ejercicios especiales para el tiro con obstáculo en el futbol. | El 75 % domina la técnica del tiro con obstáculo. |

Test. 3.- Tiro libre a portería con barrera

| Informa | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | INDICADORES EN SITUACIÓN POSITIVA | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Tener | Innovación | Satisfactore |
| Estudiantes | Test. 3.- tiro libre a portería con barrera el 72 % evaluados de mal | Insuficiente tiempo para entrenar el tiro en las clases de futbol.<br><br>Profesor mecanizado en la enseñanza tradicional del tiro a portería | - La no utilización de ejercicios repetitivo en cada sección de entrenamiento<br><br>- Aplicación de métodos tradicionales (método mando directo, el no repetitivo). | - El material didáctico para facilitar y mejorar las clases de futbol y lograr un buen desempeño en la enseñanza de la fundamentación del tiro. | Profesor capacitado<br><br>Deportista con un buen nivel técnico | Planificación científica del entrenamiento del tiro a portería | El 75 % esta evaluado de bien en el tiro a portería con obstáculos. |

Test.1.- Introducir el balón en la pequeña portería

| Informante | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | INDICADORES EN SITUACIÓN POSITIVA | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | Innovación | Satisfactores |
| Estudiantes | Test.1.- introducir el balón en la pequeña portería el 76 % evaluados de mal | Deficiente nivel técnico mostrados por los alumnos, unidos a la deficiente enseñanza metodología del profesor<br><br>Insuficiente nivel de percepción del tiro a portería. | - Aplicación de métodos tradicionales (mando directo), repercute a la mala práctica del fútbol el cual despreocupa en la enseñanza de este fundamento. | - Planificar talleres para los estudiantes sobre la temática de los fundamentos básicos del fútbol. | Jugadores capacitados y entrenadores que aplican buena metodología de enseñanza. | Programa de ejercicios físicos especiales de alto impacto.<br><br>Métodos de entrenamiento deportivo | El 80% siente satisfacción por poder tener precisión en el tiro. |

**Test, Recorrido sin balón (distancia 30 metros)**

| Informante | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | Indicadores en posición positiva | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | Innovación | Satisfacción |
| Estudiantes | Test 2.- recorrido sin balón (distancia 30 metros) 74 % evaluados de mal | Insuficiente nivel de preparación física que impide ejecutar la técnica correctamente para poder ejecutar la técnica del futbol. | - Aplicación del trabajo empírico de entrenamiento de la velocidad<br><br>Poca motivación por correr sin el balón | - Docente especializado y conocedor en la materia de preparación física<br><br>Programas de ejercicios especiales para la velocidad | Un alto nivel de preparación física en los niños entrenados en el desarrollo de la velocidad | ´programa de preparación física para el desarrollo de la velocidad | Test 2.- recorrido sin balón (distancia 30 metros) 80 % evaluados de bien |

Tiro libre directo a portería a una distancia de unos 7 metros, con barrera y guardameta.

| Inform | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | Indicadores en posición positiva | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | Innovación | Satisfacció |
| Estudiantes | **Test,** recorrido con balón (distancia 30 metros) 94 % evaluados de mal | Insuficiente dominio del balón haciendo recorrido a velocidad.<br><br>Deficiente control del balón durante el recorrido. | Aplicación del método tradicional, por parte del profesor al aplicar estilo de mando directo, sin la metodología adecuada. | Ejercicios especiales de conducción del balón a ritmo acelerados.<br><br>Ejercicios metodológicos de carrera con el balón empleando técnicas de toque. | Ejercicios especiales para el desarrollo de la velocidad con el balón<br><br>Elevado dominio técnico del toque del balón en movimiento.. | Programa de ejercicios planificado y organizados con una correcta dosificación | **Test,** recorrido con balón (distancia 30 metros) 85 % evaluados de bien |

Test Técnico integral de 180 metros (regate y pase)

| Inform | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | Indicadores en situación positiva | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolencia | Necesidades | Teneres | Innovación | Satisfacci |
| Estudiantes | Test técnico integral de 180 metros (regate y pase) 80 % evaluados de mal | La enseñanza de la fundamentación del regate es deficiente en el conocimiento y aplicación técnica de este fundamento. | Aplicación de entrenamiento emperico bajo estilo de mando y deficiencia en la metodología aplicada. | - Mantenimiento de las instalaciones deportivas<br><br>- Aplicar metodología de enseñanza activa, acorde a las exigencias del aprendizaje significativo. | Deportista con dominio de la técnica del dribling<br><br>Ejercicios especiales para el desarrollo del dribling. | Programa de ejercicios especializados para desarrollar la técnica del dribling. | Test técnico integral de 180 metros (regate y pase) 85 % evaluados de bien |

**Test Técnico integral de 180 metros (regate y tiro**

| Infte | Criterio | INDICADORES EN SITUACIÓN NEGATIVA | | | INDICADORES EN SITUACIÓN POSITIVA | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Deficiencia | Obsolenc | Necesidades | TENERES | Innovación | Satisfacción |
| Estudiantes | Test, técnico integral de 180 metros (regate y tiro 88% evaluados de mal | La enseñanza de la fundamentación del tiro es deficiente en el conocimiento y aplicación técnica de este fundamento. | Deficiente técnica del tiro después del dribling | - Ejercicios especiales para el desarrollo de la técnica del tiro después del regate | Deportistas con sólidos movimiento y técnicas del regate después de una corrida.<br><br>Dominio técnico del regate con ejercicios especiales de regate. | Programas de ejercicio especiales con alto nivel técnico del regate | Test, técnico integral de 180 metros (regate y tiro 80% evaluados de bien |

## h. CONCLUSIONES

Insuficiencia metodología de la enseñanza para la aplicación del fundamento técnico del tiro, lo que incide negativamente en el tiro con obstáculos a la portería. Además, los entrenadores no dedican suficiente tiempo para el golpeo del balón de los niños investigados, que facilite el tiro desde diferentes ángulos, lo que demuestra el bajo nivel técnico de los jugadores que impide tener resultados en las competencias.

Insuficiente nivel de preparación física en los deportistas que impide ejecutar la técnica correctamente del dribling y del tiro a portería, que se demostró en el test de dominio del balón en el recorrido a velocidad.

Los deportistas no dominan el control del balón durante el recorrido, en los ejercicios especiales de conducción o regate a ritmos acelerados, ya que la metodología empleada por el docente no es la adecuada y el aprendizaje de la técnica es lento.

No existe un programa de ejercicios técnicos físico para la enseñanza de los elementos técnicos del tiro a portería y la conducción del balón, que se sustente en una correcta metodología de enseñanza para buscar un aprendizaje significativo en los estudiantes.

## i. RECOMENDACIONES

Se recomienda a los docentes elaborar un programa de ejercicios metodológicos para la técnica del tiro a portería y la conducción del balón, que facilite el dominio técnico de los jugadores sujetos a la investigación.

Que realicen un plan de preparación física adecuado a la edad con una correcta distribución de las cargas físicas que facilite un nivel óptimo de las capacidades fiscas de fuerza, resistencia y velocidad, que contribuya al aprendizaje de los fundamentos técnicos seleccionadas como son el tiro a portería y la conducción del balón.

El docente debe de preparar un conjunto de ejercicios especiales acorde a la edad del deportista, que permita a través de sus contenidos desarrollar la técnica del tiro a portería y la conducción del balón a través de elementos con obstáculos y recorrido libre en el terreno, donde el deportista tenga que demostrar su dominio técnico del balón según el tipo de acción a ejecutar.

Elaborar una propuesta metodológica para la enseñanza para el aprendizaje de la técnica del dribling y el tiro a portería en el futbol para los niños de 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

## ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

## CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

**PROPUESTA ALTERNATIVA**

**LA METODOLOGIA DE LA ENSEÑANZA PARA EL APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA DEL D RIBLING Y EL TIRO A PORTERÍA EN EL FUTBOL PARA LOS NIÑOS DE 10 A 12 AÑOS DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA.**


**AUTOR**

**NELO AGUSTO VÁSQUEZ CASTILLO**

**DIRECTOR**

**Dr. Luís Benigno Montesinos Guarnizo**


**Loja - Ecuador**

**2016**

## TÍTULO

La metodología de la enseñanza para el aprendizaje de la técnica del dribling y el tiro a portería en el futbol para los niños de 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

## Introducción

El fútbol es un deporte de habilidades abiertas, de colaboración, de invasión, y de oposición, por lo tanto es un deporte de roce, de conflicto, de duelo y lucha permanente por el balón y con el balón, por esta razón cobra mayor importancia que la enseñanza y aprendizaje de la técnica no se realice descontextualizada de lo que es el fútbol real, de su esencia, con la intervención de los otros cuatro aspectos del juego: la táctica, el factor psicológico, la condición física y la utilización inteligente del reglamento, o sea siempre con el máximo de realidad de juego.

En el fútbol, cada día existen menos espacios para jugar, día a día se corre más, se marca más, se presiona más a quien tiene el balón, razón que nos indica que debemos aprender a utilizar la técnica en este contexto y formar, preparar y optimizar jugadores que sean capaces de resolver situaciones técnico tácticos en conflicto con el máximo de velocidad y calidad. (Eficiencia y eficacia).

La técnica no es una acción sólo motriz, la técnica no es sólo un movimiento automático del cuerpo con el balón, la técnica es una acción psicomotríz, que contempla la globalidad del ser, que contiene en cada intervención su totalidad, sin separar la mente del cuerpo pues el niño, joven o adulto es un ente indivisible, es un ser global, integral que debe estar óptimamente preparado para intervenir acertadamente siempre, además en el fútbol se requiere de una respuesta sociomotríz (rivales, compañeros) a las diversas situaciones del juego, el fútbol como cualquier otro deporte colectivo no es una mecanización del movimiento, son movimientos con el balón propios de un deporte de habilidades abiertas, es decir, debemos ser capaces de responder rápida y acertadamente ante cualquier situación imprevista del juego con y sin el balón ante el rival y en colaboración con sus compañeros**.**

## Justificación

El proyecto de investigación propuesto es de gran importancia en los tiempos actuales debido, a que en la medida que avanza el desarrollo deportivo y en especial el futbol, cada vez observamos jóvenes que practican el futbol y ascienden a las categorías

superiores con muchas deficiencias técnicas y precisamente la idea centran de esta investigación es implementar ejercicios metodológicos para la realización correcta del dribling y el tiro a portería en el futbol en los niños investigados. Las razones que nos motivan a llevar adelante est5e proceso es debido a las deficiencias técnicas en los deportistas y el deficiente manejo metodológico a la hora de enseñar los fundamentos técnicos por parte del profesor, nos apoyamos en los profesores y estudiantes para lograr la factibilidad de la investigación, que nos permita logar el impacto necesario y la transformación en el aprendizaje de los niños de dos de las técnicas más importante en el futbol como es el dribling y el tiro a portería.

**Objetivos**

**Objetivo General.**

Determinar la metodología de la enseñanza del dribling y el tiro a portería en el futbol y su impacto en los niños de 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja

**Objetivos Específicos.**

Identificar las causas de las insuficiencias presentadas en las ejecuciones técnicas del dribling y el tiro a portería en los niños de 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja

Planificar un programa de ejercicios físico y técnicos relacionados con el dribling y tiro a portería para los profesores y deportistas del cantón S

Aplicar la Alternativa, para medir la transformación e impacto de la misma en el aprendizaje de los practicantes investigados.

**Fundamentación Teórica**

BAUER (1994). (2003) define la alternativa pedagógica como: “ Opción entre dos o más variantes con que cuenta el subsistema dirigente (educador) para trabajar con el subsistema dirigido (educandos), partiendo de las características, posibilidades de estos y de su contexto de actuación”. De este análisis los autores de este trabajo consideran que una alternativa metodológica es la opción entre dos o más variantes con la que cuenta el profesor para estructurar el proceso de formación de nuevos conocimientos teniendo en cuenta las especificidades de este, las características de los alumnos- nivel de preparación y desarrollo- y las particularidades de este proceso de formación. Cada una de las variantes puede constituirse en alternativa metodológica. (p, 98).

Propuesta.

Dribling en el fútbol

El dribling en el fútbol es una de las maniobras preferidas por los fanáticos del fútbol y es una clara muestra de las condiciones que tiene el jugador. No sólo es una simple maniobra individual, sino que puede ayudar a abrir defensas y atraer marcas rivales para que un compañero se pueda desmarcar.

> Según AZHAR, ALAIN. (1999) El dribling en el fútbol o regate es algo que cada vez escasea más en el fútbol moderno, quizás mucho tenga que ver el tema de que se prioriza mucho más que antes todo lo referente a lo táctico y el entrenamiento físico, dando menos libertades para que los jugadores desarrollen todo su potencial técnico. Los grandes ídolos que se destacaron en el fútbol siempre deslumbraron por sus condiciones técnicas deportivas naturales donde el regate era parte fundamental de sus acciones, burlando a las defensas con movimientos fantásticos y haciendo el deleite de los hinchas. (p. 90)

El regate se entrena y se perfecciona, más allá que pueda tener un factor natural que ya se trae incorporado, como se dice comúnmente “se nace, no se hace”, pero el regate tiene un poco de las dos cosas. "El fútbol se inicia en la cabeza, pasa por el cuerpo, y baja a los pies, nunca al revés", y el regate es una muestra de inteligencia y de saber leer las jugadas, por eso se le adjudica el título de “jugadores inteligentes” a aquellos que saben llevar adelante este tipo de maniobras.

Obviamente hay que tener en cuenta que el fútbol es un deporte donde se debe priorizar lo colectivo por sobre lo individual, pero la suma de individualidades puestas al servicio del equipo es una combinación perfecta, y el regate forma parte de las aptitudes individuales que aplicadas del modo correcto mejoran el juego de equipo.

Todo aquel jugador que domina la técnica del regate, estará en clara ventaja sobre sus rivales y será muy difícil de marcarlo y neutralizarlo, ya que posee un gran dominio de la pelota y pueden generar grandes problemas a las defensas adversarias.

Es una combinación entre dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, siendo una acción que puede abrir defensas y generar espacios para que otros compañeros de equipo puedan desmarcarse al ser el regateador el que se lleva las marcas

La técnica del buen dribling

Tan importante como la técnica del regate es la decisión correcta de cuando llevarlo a cabo, ya sea en qué lugar de la cancha, en qué momento del partido y con qué objetivo se realiza. Hay diferentes maneras de ejecutarlo y entran en juego las características del jugador que lo realiza, ya que depende de varios factores como la improvisación, la capacidad de desborde, magia, creatividad y talento natural, más allá del entrenamiento que se pueda realizar.

> BAUER (1994. Un buen entrenamiento de regate lo que hace es mejorar, perfeccionar y automatizar los movimientos que luego se realicen. No hay que perder nunca de vista que el dribling en el fútbol o regate lo que debe alcanzar es la acción de superar a un rival y pasarlo sin perder el dominio del balón. Algunos ejemplos de regates son los cambios de velocidad, el amague, el rodeo (pelota por un lago y jugador por el otro), puente, fintas, giros o sucesión de toques para engañar al rival. . (p.43)

Entrenar regates es simplemente el entrenamiento de dominar el balón, correr con la pelota dominada, frenarse, cambiar de ritmo y siempre tener en cuenta que el balón es parte misma del pie y no se debe despegar de él.

El tiro a la portería.

> ESTEBAN SANDÍN (2003) manifiesta: El tiro es la ejecución de la técnica individual de finalización. Lo definimos: Es la acción técnica individual, consistente en el envío consciente del balón sobre la portería contraria para conseguir gol. Es la acción suprema del futbol y el último golpeo de balón que realiza un atacante sobre la portería adversaria. Para realizar dicha acción técnica, cualquier superficie de contacto es válida si no modifica las leyes del reglamento. .(p.33)

Existen diferentes tipos de tiro, en función del control previo, si es a 1º toque, si es tras conducción, del tipo de golpeo y su trayectoria … pero sin duda el más eficaz es el que se ejecuta a 1º toque o tras control corto y tiro rápido. El motivo, claro: porque es el que más puede sorprender al contrario y sobre todo al portero.

El tiro se mide por la eficacia, es decir, si van a portería y si entran dentro de ella

Golpeos: Empeine, empeine frontal, empeine interior, interior, exterior

Golpeo de cabeza

ºEl tiro es la acción suprema del fútbol. Debes realizarlo siempre que se tenga posición de tiro y sólo cuando tengas posición de tiro. Para ejecutar esta acción técnica

es válida cualquier superficie de contacto. Hay tres aspectos muy importantes que siempre debes tener en cuenta en cualquier tiro:

La superficie del pie con la que vas a golpear,

La parte del balón donde vas a impactar y

La posición del cuerpo en el momento del disparo.

En los entrenamientos, preocúpate de controlar siempre estos tres aspectos y verás cómo tendrás éxito y mejorarás mucho en tus tiros a puerta con lo que serás más eficaz en tu equipo. Si entrenas los movimientos básicos (giros, fintas, cambios de dirección), aprenderás a reconocer sensaciones del gesto que debes realizar, lo que te va dando información acerca de la calidad de tu ejecución.Una vez hayas integrado estas habilidades como un recurso más, podrás empezar a desarrollarlas en ejercicios simples de tiro, donde la calidad y precisión deben prevalecer muy por encima de la potencia.

Contreras, O., de la Torres, E., Velázquez (2001) (2002) dice:

"Aplicamos la metodología del rendimiento con la realización de ejercicios de optimización individual, grupal y de equipo. Todos ellos asociados a las funciones y acciones propias de cada uno de los puestos específicos asignados. A esto se suma el componente teórico, físico, técnico y valorativo". (p. 76)

La adecuada preparación de los diferentes grupos musculares que participan en el gesto técnico del tiro se consigue mediante la transferencia inmediata del trabajo físico de fuerza a ejercicios de repetición del tiro con ambos pies. Se ha comprobado que utilizar en los entrenamientos ejercicios donde el jugador dispare en desequilibrio, favorecerá un correcto dominio de las diferentes formas de tiro que posteriormente deberá utilizar en situaciones de juego real o competición. Uno de los aspectos clave para obtener un buen golpeo en velocidad, consiste en atacar el balón mediante pasos cortos y frecuentes, lo que permite adaptar los diferentes apoyos en formación de la posición del balón.

Una vez que has mecanizado correctamente el gesto, debes practicarlo en esquemas de juego real, de tal manera que aprendas a utilizarlos correctamente en situaciones que luego te encontrarás en la competición.

**Métodos**

**Método de repetición:** este método se aplicó en los diferentes ejercicios con el objetivo de realizar las repeticiones necesarias para la asimilación de los fundamentos técnicos propuestos a los deportistas.

**Método fragmentario global.** Este método nos permitió valorar los ejercicios técnicos por parte para ir corrigiendo los errores e incrementando las complejidades de los ejercicios hasta realizarlos en su totalidad de forma global.

**Método del ejercicio**. Precisamente es el objetivo principal de la alternativa, la realización de un grupo de ejercicios metodológicos para el desarrollo de los procesos de enseñanza aprendizaje de las técnicas analizadas en nuestra investigación.

**Método mixto**

Bauer (1994, p.889) dice: El método mixto es el resultado de la combinación de los tres métodos, se considera que la mezcla de los distintos métodos en una o varias sesiones ayuda a conseguir mejores resultados y mayores éxitos. Esto principalmente si en el entrenamiento se aprovechan las ventajas de los tres métodos, a saber, método lúdico, método de ejercicios simples y método de ejercicios complejos.

**Características de la población y la muestra**

Se utilizó una muestra de 30 niños 15 de 10 y 15 de 12 años.

**Metodología de trabajo**

Para cumplir con el programa previsto de clases diarios se tuvieron en cuanta unas series de aspectos necesarios para implementar en la preparación de los futbolistas investigados tales como.

**Calentamiento:** Juega un papel determinante ya que permite la entrada en calor del cuero, así como servirá para ejecutar los ejercicios básicos o de introducción en la parte condicional y coordinativa para poner apto al organismo.

**Calentamiento específico:** da continuidad al calentamiento general puesto que es un acercamiento a la parte principal que se desarrollara durante todas las clases es importante que tenga una estrecha relación con los contenidos que preceden, pone al organismo en punto de recibir cargas físicas adecuadas al entrenamiento del día.

**Parte principal.** Es la que tiene en si el peso del entrenamiento, aquí se desarrollan los contenidos, es importante tener en cuenta, el desarrollo y aplicación de las cargas físicas, la intensidad, los métodos, procedimientos, formas y medios a emplear, juega un papel determinante la metodología que aplique el entrenador para lograr la asimilación de los contenidos de los alumnos, además debe permitir la creatividad de los niños en el desarrollo de su aprendizaje.

**Recuperación:** En esta fase al alumno que viene de realizar esfuerzo importante debe volver al estado normal, mediante juegos recreativos que servirán para relajar y salir del agotamiento general de la práctica.

**Métodos Empíricos.**

**Observación:** simple, sobre la base de una guía estructurada al efecto, como forma de dirigir la percepción hacia el objeto de estudio, para valorar la ejecución de un lanzamiento de falta directa de los jugadores, unidades de estudio. Fue efectuada de manera directa, a partir del conocimiento y experiencia de los expertos y el investigador.

**Medición:** Se realizó un test inicial para medir los niveles de efectividad del pase y tiro a portería, antes de la aplicación de los ejercicios y después de la aplicación de los mismos.

**Test:** Este concepto hace referencia a las pruebas destinadas a evaluar conocimientos, aptitudes o funciones de los estudiantes o un grupo de trabajo

**Desarrollo**

**Orientaciones Metodológicas**

Para cumplir con el objetivo general y específicos de la alternativa se hace necesario lograr que los profesores apliquen la metodología correcta de los ejercicios físicos, trabajando de lo fácil a lo difícil, evitando acelerar el aprendizaje de los niños, los ejercicios deberán cumplir sus fines y metas y en cada momento elevaran la intensidad acorde al ejercicio y el momento de la enseñanza.

Es importante que se utilicen juegos donde se pongan de manifiesto las técnicas del dribling y el tiro a portería, con las exigencias de la metodología adecuada, se le brindara la oportunidad al niño en los ejercicios de crear sobre las técnicas movimientos

extra propuesto por ellos, para alcanzar un mejor nivel en el aprendizaje de las destrezas y habilidades y a su vez les permitirá ir perfeccionando los movimientos orientados pro el profesor. Al concluir la alternativa se deben haber vencido los objetivos previstos, es por ello que se seleccionaron elementos básicos, los que son necesarios para jugar y desarrollar las capacidades físicas, pues el objetivo fundamental de la unidad es precisamente lograr que el alumno juegue aplicando las habilidades del deporte en situaciones de juego y que al mismo tiempo desarrolle las capacidades físicas necesarias para este deporte a través de la aplicación de ejercicios específicos.

Esta propuesta consta de ejercicios metodológicos acorde con las necesidades, que constituyen un medio fundamental para el desarrollo de las habilidades y destrezas, por tanto, deben ponerse de manifiesto a lo largo de toda la etapa, dando las posibilidades de mejorar sus conocimientos técnicos, lo cual va a desarrollar y mejorar sus cualidades deportivas del estudiante.

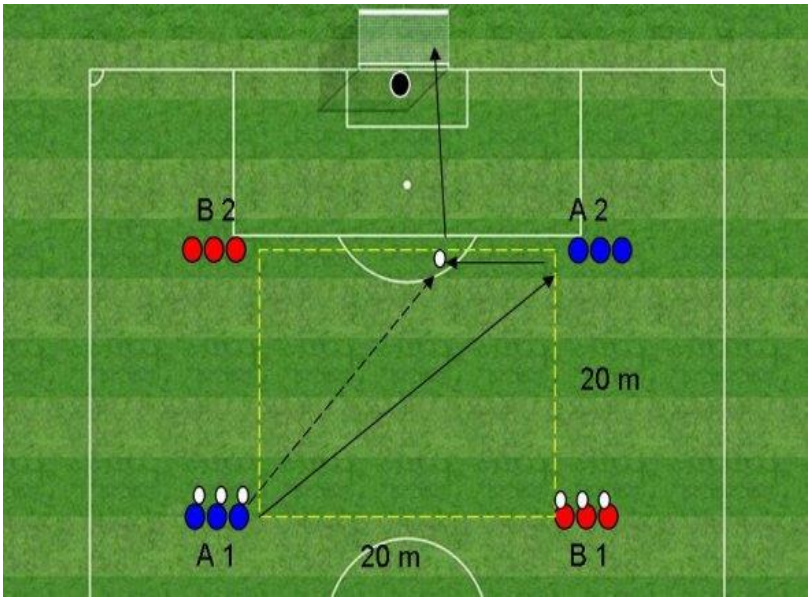
**EJERCICIOS DE TIRO A PORTERÍA**

**Ejercicio:**

**Tema:** Cuadrado con tiro a puerta.

**Objetivo:** Ejercicio para mejorar el control y la orientación en el disparo.

**Gráfico Fig.1**



**Desarrollo Metodológico**

El ejercicio se desarrolla en un cuadrado de 20×20 metros aproximadamente, donde se dividen los jugadores en las cuatro esquinas.

La tarea consiste en dar un pase al compañero de la diagonal opuesta (A1 con A2 y B1 con B2), este devuelve una pared y disparo a portería.

El jugador que dispara cambia la posición con el que la hace la pared (A1 con A2 y B1 con B2).

Se pueden poner dos conos a un metro de cada poste, para que el gol valga doble si entra por ahí, o poner un peto en cada escuadra para premiar el jugador que lo tire. (Se fomenta el golpeo con el interior a un sitio concreto y no tirar por tirar).

El que recibe hace un control orientado y dispara a portería.

**Desarrollo metodológico.**

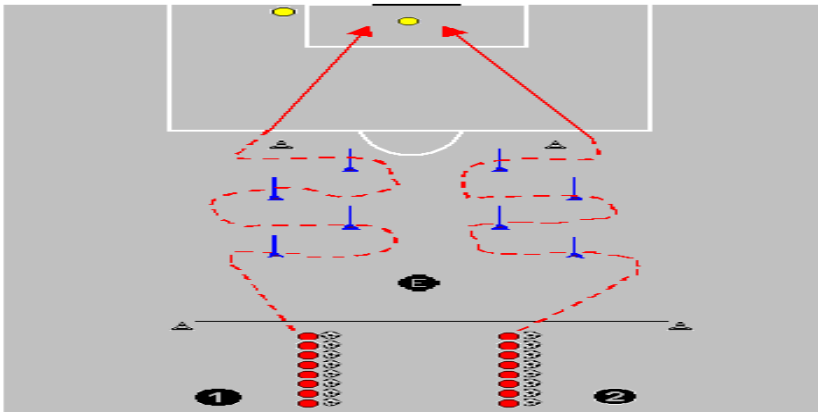
En este ejercicio el entrenador debe explicar en detalle la posición que ocupa el jugador que realizara el tiro a la portería, partiendo desde la posición básica, colocación de la pierna, brazos, tronco y el golpeo final, corrigiendo errores en cada momento que existe. **Ver punto 1.**

**Ejercicio: 2**

**Tema:** Conducción y tiro.

**Objetivo:** En este ejercicio trabajamos la velocidad de desplazamiento, la conducción, el dribling y el tiro.

**Gráfico Fig. 2**



**Desarrollo metodológico**

Ubicados en dos filas, situadas en el mediocampo que irán realizando el ejercicio alternativamente y a un ritmo rápido para agilizar la participación de todos.

El desarrollo es simple, sale el primer jugador de la fila 1 y al llegar a la primera pica ya sale el primer jugador de la fila 2 y así alternativamente para dar ritmo al ejercicio y mayor participación y menor espera del resto de jugadores.

Cada fila de jugadores trabaja en su propia fila de picas una serie de repeticiones que el entrenador crea conveniente y después se cambian de filas para trabajar los tiros desde los dos lados del área y obviamente con la pierna correspondiente en cada fila.

Tras el lanzamiento, el jugador recoge su balón y vuelve a su fila correspondiente.

Es conveniente trabajar la conducción y dribling frente a las picas con la mayor velocidad y seguridad en la posesión del balón y realizar la salida y tiro seguido sin parar para dar más similitud al juego real.

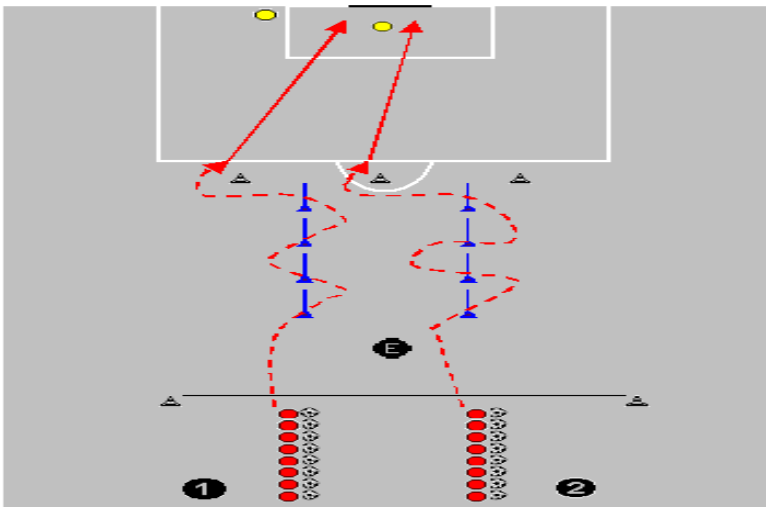
Es importante que el tiro se realice desde fuera del área para conseguir, además de colocación, potencia en el chut y también es importante realizar la jugada de forma rápida para agilizar el ejercicio. **Ver punto 1.**

**<u>Ejercicio: 3</u>**

**Tema:** Tiro con obstáculo entrada por izquierda.

**Objetivo:** En este ejercicio trabajamos la velocidad de desplazamiento, la conducción, el dribling y el tiro.

**Gráfico Fig. 3**



**Desarrollo Metodológico**

Ubicados en dos filas, situadas en el mediocampo.

El desarrollo es simple, sale el primer jugador de la fila 1 y al llegar a la primera pica ya sale el primer jugador de la fila 2 y así alternativamente.

Cada fila de jugadores trabaja en su propia fila de picas una serie de repeticiones que el entrenador crea conveniente y después se cambian de filas para trabajar los tiros desde todos los ángulos.

Tras el lanzamiento, el jugador recoge su balón y vuelve a su fila correspondiente.

Es conveniente trabajar la conducción y dribling frente a las picas con la mayor velocidad y seguridad en la posesión del balón y realizar la salida y tiro seguido sin parar para dar más similitud al juego real.

Es importante que el tiro se realice desde fuera del área para conseguir, además de colocación, potencia y también es importante realizar la jugada de forma rápida para agilizar el ejercicio.

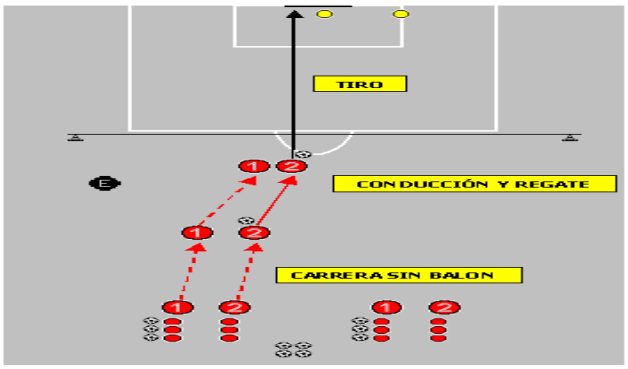
Los porteros, que van recibiendo los tiros casi continuos, se van relevando a su criterio y se desentienden de los balones que irán a recoger los jugadores que vuelven a la fila. **Ver punto 1.**

**<u>Ejercicio: 4</u>**

**Tema:** Tiro en anticipación, conducción, regate y tiro.

**Objetivo:** En este ejercicio trabajamos la velocidad de reacción, la velocidad de desplazamiento, la anticipación, la conducción, el dribling, el marcaje y el tiro.

**Gráfico Fig. 4**



**Desarrollo Metodológico**

El ejercicio como se observa en el dibujo se trabaja en dos filas, de dos jugadores cada una, situadas en el mediocampo que irán realizando el ejercicio alternativamente y a un ritmo rápido para agilizar la participación de todos.

El jugador 1 y 2 de una fila se sitúan en la posición de partida que indique el entrenador, por ejemplo, sentados, sentados de espaldas a la portería, tendidos prono o supino, etc.

Uno de los jugadores de la pareja situada detrás de ellos les lanza el balón con la mano por encima, momento en que ambos (1 y 2) reaccionan y salen a por la posesión del balón.

El jugador que consigue la posesión finaliza en tiro si alcanza la ventaja suficiente mediante su desmarque, o realiza un dribling si el otro jugador consigue situarse en situación para realizar un marcaje para evitar el tiro.

Debemos ir también variando de fila para desbordar y tirar desde todos los ángulos y con ambas piernas.

Es importante que el tiro se realice desde fuera del área para conseguir, además de colocación, potencia y también es importante realizar la jugada de forma rápida para agilizar el ejercicio.

Además, cuando la pareja de la primera fila ya llega a la frontal del área para tirar, la pareja siguiente de la otra fila ya debe iniciar el ejercicio sin esperar.

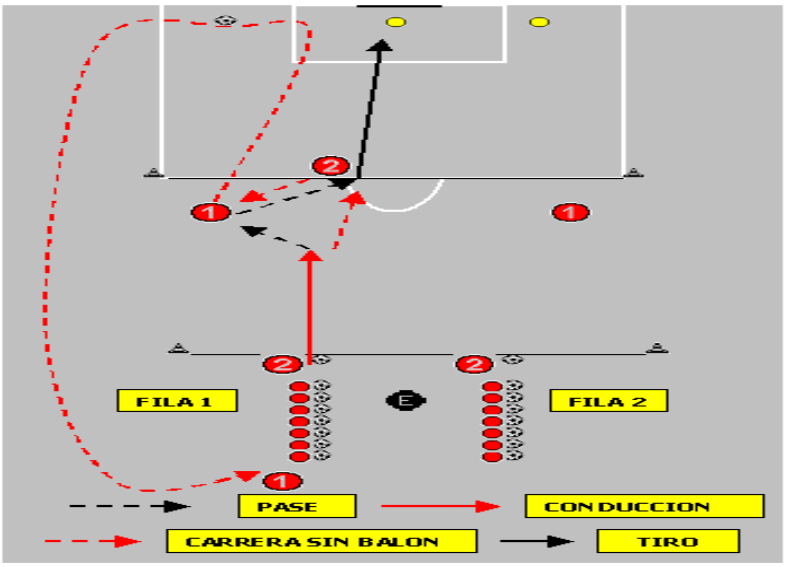
Los porteros, que van recibiendo los tiros casi continuos, se van relevando a su criterio y se desentienden de los balones que irán a recoger los jugadores que vuelven a la fila. **Ver punto 1.**

**Ejercicio: 5**

**Tema:** La pared y el tiro.

**Objetivo:** Ejercicio para la mejora del tiro Conducción, pase y tiro.

**GráficoFig.5**




**Desarrollo Metodológico**

Se trabaja en dos filas de las que van saliendo un jugador alternativamente, el ritmo ha de ser rápido y dinámico para reducir al máximo el tiempo de espera, es decir, cuando el jugador de una fila da el pase para realizar la pared, el jugador de la otra fila ya sale y así sucesivamente.

Sale un jugador (2) de la fila realiza la pared (con 1) y tras recibir el balón tira a puerta e inmediatamente ocupa el lugar del jugador que le ha dado el pase (1) y éste va a recoger el balón tirado por su compañero (2) y se va a la fila. Se va realizando una continua rotación.

Es conveniente ir variando el pase (pared) con el jugador que espera en la frontal del área, hacia el interior y hacia el exterior e ir también variando de fila para tirar desde todos los ángulos y con ambas piernas.

Es importante que el tiro se realice desde fuera del área para conseguir, además de colocación, potencia.

**Ver punto 1.**

**EJERCICIOS COMBINADO PASE Y TIRO A PORTERÍA.**

**<u>Ejercicio: 6</u>**

**Tema:** Cambio de orientación más centro al área.

**Objetivo:** Ejercicio de fútbol donde entrenaremos principalmente el cambio de orientación y el centro al área y finalizando con un tiro a puerta.

**Gráfico. Fig. 6**

**Desarrollo Metodológico**

Este ejercicio de fútbol de cambio de orientación (también conocido como cambio de juego) se realizará por las dos bandas, alternando cada banda en cada jugada.

Este entrenamiento se desarrolla con unos pases combinados y un pase largo para cambiar la orientación a la banda contraria. Los dos delanteros deben cruzarse y rematar a puerta tras el centro.

Jugador ‘A’ realiza un pase al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ pasa al jugador ‘C’

Jugador ‘C’ realiza un cambio de orientación al jugador ‘D’

Jugador ‘D’ corre y controla el balón

Jugador ‘B’ y ‘E’ se cruzan y penetran al área.

jugador ‘D’ realiza un centro al área.

jugador ‘B’ o ‘E’ realizan un remate o tiro a puerta.

**Ver punto 1.**

**<u>Ejercicio: 7</u>**

**Tema:** Apoyo y tiro a puerta.

**Objetivo:** Intentar realizar el tiro lo más rápidamente posible tras un pase del jugador ubicado en la zona ofensiva.

**Gráfico.** Fig. 7

**Desarrollo Metodológico**

En este ejercicio de fútbol nos centraremos en el apoyo, control de espalda a la portería, pase de los jugadores delanteros y tiro a puerta.

Dividiremos el área (o zona) en dos secciones de 20m x 10m (20m x 20m en total) y en cada área solo podrá haber dos jugadores de cada equipo más un portero (opcional) y no podrán salir de sus correspondientes zonas.

Los jugadores que están en la "zona ofensiva" (o más cercara a la portería para marcar gol) no podrán realizar un tiro a puerta, sino que deberán devolver el balón con un pase para que el jugador de la "zona defensiva" (o más alejada a la portería) realice un tiro a puerta.

Jugador 'A' ubicado en la zona defensiva (amarilla para el equipo azul) realiza un pase al jugador 'B'.

Jugador 'B' hace un control de balón o pasa al primer toque al jugador 'C'

Jugador 'C' dispara a puerta desde su zona.

Una vez finalizada la jugada, comienza el equipo contrario. Debemos cambiar los roles de los jugadores cada 4 minutos o cuando el entrenador crea oportuno.

**Ver punto 1.**

**<u>Ejercicio: 8</u>**

**Tema:** Ejercicio de fútbol de centro al área + 1 vs 1.

**Objetivo:**Realizar el mayor números de ataque durante el tiempo planificadomarcar el mayor número de goles.

**Gráfico. Fig. 8**

**Desarrollo Metodológico**

Los jugadores iniciarán el ejercicio en la parte central del campo, pasando a la banda, realizando una carrera de apertura y finalizando en un 1 vs. 1 contra un defensa tras un centro al área.

El centro al área debe ser preciso a la zona delimitada por los conos (platos), en donde se dará el 1 vs. 1 entre el jugador que defiende y el jugador que ataca.

Jugador ‘A’ inicia el ejercicio de fútbol realizando un pase a la banda al jugador ‘B’. Este pase debe ir al espacio marcado por los conos.

Jugador ‘A’ inicia la carrera de apertura (buscando la creación de espacios de la línea defensiva).

Jugador ‘B’ realiza una carrera para realizar un control orientado.

Jugador ‘A’ inicia la carrera en diagonal (temporizando la carrera).

Jugador ‘B’ realiza un centro al área, a la zona delimitada por los conos.

Jugador ‘A’ y ‘C’ luchan por el balón.

El objetivo del jugador ‘A’ es realizar un remate a puerta y el objetivo del jugador ‘C’ es realizar un despeje

Las rotaciones se realizarán de la siguiente manera:

Jugador ‘A’ pasa a defender, donde se encontraba jugador ‘C’.

Jugador ‘B’ pasa al medio del campo, donde se encontraba jugador ‘A’.

Jugador ‘C’ pasa a la banda, donde se encontraba jugador ‘B’.

**Ejercicio: 9**

**Tema:** Definición a puerta con pases.

**Objetivo:** Realizar los pases lo más rápidamente posible y marcar el mayor número de goles.

**Gráfico. Fig. 9**

**Desarrollo Metodológico**

En la jugada participarán los 4 jugadores que están colocados cada uno en un cono (2 jugadores laterales y 2 jugadores centrales).

Uno de los jugadores laterales comenzará la jugada realizando un pase en diagonal al jugador central más alejado, este se apoyará con su compañero central y pasarán al otro jugador que hay en banda. Por último, realizará un centro al área donde uno de los dos jugadores que están en la frontal del área finalizarán con un tiro a puerta.

Jugador ‘A’ realiza un pase al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ realiza un pase al jugador ‘C’

Jugador ‘C’ realiza un control de balón y pasa al jugador ‘D’

Jugadores ‘B’ y ‘C’ inician la entrada al área temporizando la carrera.

Jugador ‘D’ realiza un centro al área.

Jugador ‘C’ realiza un tiro a puerta puede ser rematado también por el jugador ‘B’

Una vez finalizada la jugada, el jugador ‘A’ intercambia la posición con el jugador ‘C’ y el jugador ‘D’ intercambia la posición con el jugador ‘B’.

Cuando finalice la primera el tiempo de rotación (en nuestro caso 8 minutos) cambiamos a los jugadores de banda (de lado) para que realicen el trabajo con ambos pies y perfiles.

Este entrenamiento se puede realizar con dos porterías simultáneamente para eliminar las filas y las pausas durante el entrenamiento de fútbol. Además, le añade un componente competitivo ya que competirán contra el otro grupo.

**Ejercicio: 10**

**Tema:** Tiro a puerta con variante pases.

**Objetivo:** Realizar los pases lo más rápidamente posible y marcar el mayor número de goleasen el tiempo estipulado por el entrenador.

**Gráfico Fig. 10**

**Desarrollo Metodológico**

En este ejercicio de tiro a puerta lo dividiremos a los jugadores en dos grupos.

Los jugadores harán una triangulación con varios pases seguidos, un desdoble, un pase en profundidad, un centro y finalizará con un tiro a puerta.

Jugador ‘A’ inicia la jugada con un pase al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ realiza un pase al primer toque al jugador ‘C’

Jugador ‘C’ realiza un pase al primer toque al jugador ‘A’

Jugador ‘A’ busca el pase del jugador ‘C’ y realiza un pase en profundidad en dirección al córner

Jugador ‘B’ corre en dirección al córner para controlar y realizar un centro

Jugador ‘C’ corre en dirección al área para rematar con un tiro a puerta el centro del jugador ‘B’

**<u>Ejercicio: 11</u>**

**Tema:** Ejercicio de fútbol de pase filtrado.

**Objetivo:** Realizar un pase filtrado antes de que el jugador quede en fuera de juego.

**Gráfico Fig. 11**

**Desarrollo Metodológico**

Este ejercicio de fútbol de pase filtrado lo trabajaremos en una mitad de un campo de fútbol.

Dividiremos a los jugadores en 4 zonas (dos laterales y dos centrales).

Cada jugada es iniciada por uno de los jugadores centrales, que pasará al jugador de la banda más cercana y este realizará un pase de más distancia al jugador central más

lejano. Por último, el jugador central realizará un pase filtrado que será interceptado por el jugador de la banda y finalizará con un tiro a puerta.

Jugador ‘A’ realiza un pase corto al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ realiza un pase largo al jugador ‘C’

Jugador ‘B’ comienza un desplazamiento temporizando la carrera

Jugador ‘C’ realiza un control orientado

Jugador ‘C’ realiza un pase filtrado al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ busca la espalda al rival y corre para interceptar el pase filtrado

‘B’ realiza un tiro a puerta

Una vez que finaliza la jugada, el jugador ‘B’ pasa a la banda contraria y los jugadores centrales (‘A’ y ‘C’) intercambian sus posiciones.

**Ejercicio: 12**

**Tema:** Presionar al rival.

**Objetivo:** Trabajaremos la posesión de balón y la presionar al rival e impedir la salida del rival.

**Gráfico. Fig. 12**

**Desarrollo Metodológico**

Para ello, trabajaremos en un cuadrado de 40m x 40m (se pueden modificar las dimensiones) colocaremos 4 porterías en cada uno de los laterales. Dentro tendremos 2 equipos de 5 jugadores cada uno (5 vs. 5).

El equipo que tiene la posesión de balón saldrá de una de las porterías (en las que no podrá marcar un gol hasta que no finalice la jugada) y deberá marcar en cualquiera de las 3 porterías restantes.

El equipo que defiende deberá presionar al rival e impedir su salida, para ello deberán trabajar en bloque y mantener una buena comunicación ya que el equipo que tiene la posesión de balón puede marcar goles en 3 laterales del campo.

Debido a las altas posibilidades de marcar un gol que tiene el equipo que tiene la posesión de balón, el equipo que defiende deberá presionar al rival y no dejar espacios.

Jugador ‘A’ realiza un pase de balón al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ pasa el balón al jugador ‘C’

Jugador ‘C’ realiza un control de balón tras el pase realizado por el jugador ‘B’

Jugador ‘D’ corre para apoyar a su compañero arrastrando la marca

Jugador ‘E’ realiza una carrera por la banda

Jugador ‘C’ realiza un pase en profundidad al jugador ‘E’

Jugador ‘B’ se desmarca de su defensor

Jugador ‘E’ realiza un pase al jugador ‘B’

Jugador ‘B’ realiza un tiro a puerta

Una vez finalizada la jugada, el equipo rojo inicia la jugada desde la portería donde se marcó el gol, pudiendo marcar en cualquiera de las restantes porterías menos en la que inicia la jugada.

En el caso de que el balón salga por el lateral, se realizará el correspondiente saque de banda.

**Beneficiario de la alternativa propuesta**

Los niños que participan en la investigación ya que asumirán nuevos retos con metodologías avanzadas para aprender los fundamentos técnicos del dribling y el tiro a portería, además de mi persona que me capacitaré para aplicar metodologías novedosas en los entrenamientos.

**Conclusiones y Recomendaciones**

**Conclusiones:**

Se aplicó la alternativa propuesta relacionadas con los fundamentos técnicos del dribling y el tiro a portería, con nuevos métodos y procedimientos para el aprendizaje de los niños investigados

Se evaluó el impacto de la alternativa a través de los resultados de los test aplicados sobre la base del dribling y el tiro a portería

Se logró la capacitación de los entrenadores relacionados con loa metodología de la enseñanza de las técnicas propuesta en la investigación.

**Recomendaciones:**

Aplicar los ejercicios propuestos para mejorar la preparación metodológica del dribling y tiro a portería en los niños del cantón Sozoranga.

Difundir la metodología propuesta y los ejercicios que se les aplicaron para el aprendizaje de los deportistas participantes en la investigación.

Generalizar la alternativa propuesta a otras instituciones educativas que tiene equipos de futbol participativos en competencias estudiantiles.

**Cronograma de actividades**

| CRONOGRAMA DE SOCIALIZACIÓN Y APLICACIÓN DE LA ALTERNATIVA, DE UN CONJUNTO DE EJERCICIOS TÉCNICOS DEL PASE Y TIRO APORTARÍA | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AVTIVIDADES SEMANAS / DIAS | MARZO | | | | ABRIL | | | | MAYO | | | | JUNIO | | | |
| | 1er. | 2da. | 3ra. | 4ta. | 1er. | 2da. | 3ra. | 4ta. | 1er. | 2da. | 3ra. | 4ta. | 1er. | 2da. | 3ra. | 4ta. |
| | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV | LMV |
| ejercicios 1-2-3 dribling | X | | | | | | | | | | | | | | | |
| ejercicios 4-5 el tiro | | X | | | | | | | | | | | | | | |
| ejercicios 6-7-8 dribling | | | X | | | | | | | | | | | | | |
| ejercicios 9-10 el tiro | | | | X | | | | | | | | | | | | |
| ejercicios11-12- dribling | | | | | X | | | | | | | | | | | |
| ejercicios 1-2 el tiro - dribling | | | | | | X | | | | | | | | | | |
| ejercicios 16-17-18 el tiro - dribling | | | | | | | X | | | | | | | | | |
| ejercicios 19-20) el tiro - dribling | | | | | | | | X | | | | | | | | |
| ejercicios 21-22-23 el tiro - dribling | | | | | | | | | X | | | | | | | |
| ejercicios 24-25 el tiro - dribling | | | | | | | | | | X | | | | | | |
| ejercicios 26-27-28 dribling | | | | | | | | | | | X | | | | | |
| ejercicios 29-30 el tiro | | | | | | | | | | | | X | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| – dribling | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ejercicios 31-32-33 el tiro - dribling | | | | | | | | | | | | | X | | | |
| ejercicios 34-35 el tiro - dribling | | | | | | | | | | | | | | X | | |
| ejercicios 36-37-38) el tiro - dribling | | | | | | | | | | | | | | | X | |
| ejercicios 39-40 el tiro - dribling | | | | | | | | | | | | | | | | X |

**Test físicos aplicados.**

**Resultados inicial y final.**

**Test**

Este concepto hace referencia a las pruebas destinadas a evaluar conocimientos, aptitudes o funciones de los estudiantes o un grupo de trabajo dentro de los cuales se realizó un test inicial y un test final.

El test tiene un total de seis parámetros los cuales serán dirigidos a los fundamentos técnicos fundamentalmente al dribling y al tiro a porterías. Las misma no arrojaran las deficiencias que existe relacionados con el tema: La enseñanza como eje determinante para el aprendizaje de las técnicas del futbol: el tiro a portería y el dribling en los niños del Cantón Sozoranga.y a su vez dará respuesta a la solución del problema.

**Test de tiro a portería.**

Test. 1. TIRO LIBRE DIRECTO A PORTERÍA
Test.2.- TIRO LIBRE A PORTERÍA CON OBSTÁCULOS
Test. 3.- TIRO LIBRE A PORTERÍA CON BARRERA

**Test de Dribling.**

Test.1.-DRIBLING ENTRE OBSTACULOS
Test 2.-DRIBLING CON CAMBIO DE DIRECCION
Test3.- DRIBLIN DE VELOCIDAD 30 METROS

**VALORACIÓN DEL TEST DE DRIBLING**

De cada ejercicio, el participante tiene como mínimo tres intentos, si logra en un solo intento la puntación será de (8) excelente, en 2 será (5) bueno, en 3 será (2) mal.

**TABLA DE VALORACIÓN**

| INTENTOS | PUNTUACIÓN | VALORACIÓN |
|---|---|---|
| **1** | 8 | Excelente |
| **2** | 5 | Bueno |
| **3** | 2 | Regular |

**DESARROLLO DE TEST**

1. Efectuar un dribling entre obstáculos sin perder el balón a una velocidad moderada.
2. Efectuar dirbling con cambio de dirección contra tiempo

3. Desarrollar carrera de velocidad en 30 metros con balón contra tiempo.

**TEST DE TIRO A PORTERIA DEL FÚTBOL**

El presente test se aplica para evaluar la efectividad y precisión del tiro a portería, en los niños de 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja

**VALORACIÓN DEL TEST**

De cada ejercicio, el participante tiene como mínimo tres intentos, si logra en un solo intento la puntación será de (8) excelente, en 2 será (5) bueno, en 3 será (2) Mal.

**TABLA DE VALORACIÓN**

| INTENTOS | PUNTUACIÓN | VALORACIÓN |
|---|---|---|
| **1** | 8 | Excelente |
| **2** | 5 | Bueno |
| **3** | 2 | Regular |

**DESARROLLO DE TEST**

1. Tiro libre directo de precisión a la portería a 7 metros, sin barrera y con guardameta.
2. Ejecutar tiro libre directo a portería a una distancia de unos 7 metros, con barrera y guardameta.
3. Tiro libre directo de precisión a una distancia de 7 metros con obstáculos y guardameta.

## j. BIBLIOGRAFÍA


AZHAR, ALAIN. (1999) El fútbol. Iniciación y perfeccionamiento. Editorial Paidotribo.

BAUER (1994). Método Lúdico. Guía Didáctica para la Enseñanza del Fútbol en Niños y Adolescentes (Milton Rivas Borbón).

CONTRERAS, O., DE LA TORRES, E., VELÁZQUEZ (2001) Iniciación Deportiva colección fundamentos del deporte Nº Madrid: síntesis

ESTEBAN SANDÍN (2003) Concepto de investigación cualitativa desde distintos autores http://www.monografias.com/trabajos95/investigacioncualitativa/investigacioncualitativa.shtml

FARRINGTON (1995). Por R.Loeber y D.P. Farrington Estudios longitudinales en la investigación de los Problemas de conducta

GARCÍA BARGUILLA, M. (2000) Iniciación al waterpolo. Editorial Gymnos.

GARGANTA, J. (1997): "Fundamentos teóricos para una teoría de los juegos deportivos colectivos". En Graca, A. y Oliveira, J.: La enseñanza de los juegos deportivos, pp. 9-24. Barcelona: Paidotribo.

Abernethy, B.; Thomas, K.T. y Thomas, J.R. (1993). Strategies for improving understanding of motor expertise (or mistakes we have made and things we have learned). En Starkes, J.L. y F. Allard (Eds): *Cognitive issues in motor expertise*. (pp. 317-356). Ámsterdam: Elsevier.

Aguirre, A. (1995). *Etnografía. Metodología cualitativa en la investigación sociocultural.* Barcelona: Editorial Boixareu Universitaria. Marcombo.

Álvarez del Villar, C. (1983). *La preparación física del fútbol basada en el atlet ismo*. Madrid: Gymnos.

Anguera, M. T. (1988b). *Manual de prácticas de observación*. México: Trillas.

Añó, V. (1997). *Planificación y organización del entrenamiento juve nil*. Madrid: Gymnos.

Antón, J. A. (1990). *Balonmano fundamentos y etapas de aprendizaje*. Madrid: Gymnos.

Antón, J. A. (2003). Bases del entrenamiento de la táctica en los deportes de cooperación-oposición enfocado a los talentos depor tivos: aplicación en Balonmano. En J. Hernández., G. Gil y M. Morán (Eds). *Talentos Deportivos. Detección, entrenamiento y gestión.* (pp. 210-226). Canarias: Gobierno de Canarias.

Armental, J. (2004). La psicología en el fútbol professional, ¿coto cerrado? *Cuadernos de Psicología del deporte* (4), 191- 199.

Baker, J. y Davids, K. (2007). Introdution. *International Journal of Sports Sciences* (38), 1 – 3.

Bakera, J. y Hortonb, S. (2004). A review of primary and secondary influences on sport expertise. High Ability Studies (15), 211 – 228.

Ballester, L (2001). *Bases metodológicas de la investigación educativa*. Palma de Mallorca: Universitat de les Illes Balears.

Bansgbo, J. (2002). *Entrenamiento de la condición física en el fútbol*. 3ª edic. Barcelona: Paidotribo.

Batalla, A. (1995). El rendimiento en la iniciación deportiva. En D. Blázquez (Dir). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 157-219). Barcelona. INDE.

Baxter – Jones, A. (1995). Growth and Development o f young Athletes. *Sport Medicine* 20 (2), 59-64.

Bayer, C. (1986). *La enseñanza de los juegos deportivos colectivos*. Barcelona: Hispano Europea.

Benedek, C. (1994). *Fútbol Infantil*. Barcelona: Paidotribo.

Bernal, A. y Velázquez, M (1989). *Técnicas de investigación educativa*. Sevilla: Ediciones Alfar.

Best, J. W. (1982). *Cómo investigar en educación.* Madrid: Ediciones Morata.

Bisquerra, R. (2000). *Métodos de investigación educativa. Guía Práctica*. Barcelona: Ceac Ediciones Manuales.

Blázquez, D. (Dir.) (1995). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.

Bloom, B.S. (1985). *Developing talent in young people*. New-York: Ballantine.

Bouchard, C.; Malina, R.M. y Pérusse, L. (1997). *Genetics of fitness and physical performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Brotons, J.M. (2005). Propuesta de un modelo íntegro para el proceso de detección, selección y desarrollo de talentos deportivos a lar go plazo. *I Congreso de Deporte en Edad Escolar.* "Propuestas para un nuevo modelo". Valencia.

Brustad, R.J. (1993). Who Hill go out and play? Parental and psychologicalninfluences on children's attraction to physical activity. *Pediatric Science* (5), 210-223.

Buceta, J. Mª. (2005). El comportamiento del entrenador de jóvenes futbolistas. *Training fútbol*. (110), 28-33.

Buceta, J.Mª. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dikinson.

Cabañero, M.; Canda, A.; Bonilla, M.; Calderón, C. y Rubio, S. (1999). Gimnasia rítmica de alta competición: composición corporal y somatotipo. *Archivos de Medicina del Deporte* (XVI), Especial, 505-506.

Campos, J. (1996). Análisis de los determinantes sociales que intervienen en el proceso de detección de talentos en el deporte. En *Indicadores para la detección de talentos deportivos. Investigaciones en Ciencias del Deporte*, 3. (pp. 7-68). Madrid: MEC. Consejo Superior de Deportes.

Campos, J. (2003). Criterios para la orientación del entrenamiento de los talentos deportivos en atletismo. En J. Hernández, G. Gil yM. Morán (Eds). *Talentos Deportivos._Detección, entrenamiento y gestión* (pp. 99-118). Gran Canarias: Dirección General de Deportes del Gobierno de Canar ias.

Canda, A.S.; Cabañero, M.; Millán, M.J. y Rubio, S (1998). Perfil antropométrico del equipo nacional español de rugby: comparación entre los puestos de juego. *Medicina dello Sport*. (51), 1, 29-39.

Cárdenas, D. (2000). *El entrenamiento integrado de las habilidades visuales en la iniciación deportiva.* Málaga: Aljibe.

Cárdenas, D. (2003). El proceso de formación táctica colectiva desde una perspectiva constructivista. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp. 179-209). Madrid: Editores.

Carling, C.; Le Gall, F.; Reilly, T. y Williams, A.M. (2009) Do anthropometric and fitness characteristics vary according to birth date distribution in elite youth academy soccer players? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*. 19 (1), 3-9 .

Carlson, R. (1988). The socialization of elite tennis players in Sweden: An analysis of the players' backgrounds and development. *Sociology of Sport Journal*, (5), 241-256.

Carrasco, J.B. y Caldero J.F. (2000). *Aprendo a investigar en educación.* Madrid: Rialp.

Castellano, J.; Perea, A. y Hernandez, A. (2007). Diachronic analysis of interaction contexts in '06 World Championship. *Journal of Sports Science and Medicine*. (10), 2.

Charness, N.; Krampe, R. y Mayr, U. (1996). The role of practice and coaching in

entrepreneurial skills domains: An international comparison of life-span chess skill acquisition. En K.A. Ericsson (Ed.*): The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports and games.* (pp. 51-80). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Chibane S.; Hautier, C.; Gaudino, C.; Massarelli, R. y Mimouni, N. (2007). Influence of age, maturity and body dimensions on selection of under-17 Algerian soccer players. *Journal of Sports Science and Medicine* (10), 65.

Cohen, L. y Manion, L. (1990). *Métodos de investigación educativa*. Madrid: La Muralla.

Colás, M. P. (1986). Corrientes metodológicas en la investigación educativa. *Cuestiones. Pedagógicas (*3), 193-200.

Colás, M. P. y L. Buendía (1998). *Investigación Educativa*. Sevilla: Ed. Alfar.

Cometti, G. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Barcelona: Paidotribo.

Contreras, O.R. y Sánchez, L.J. (coord). (1998). *La detección temprana de talentos deportivos*. Cuenca: Universidad de Castilla La Mancha.

Cortés, V.; Fernández, A. y Moreno, A. (2002). Estudio descriptivo de la evolución de jóvenes atletas participantes en el programa de detección de talentos de la Real Federación Española de Atletismo. [en línea], *RendimientoDeportivo.com*, nº3 http://www.rendimientodeportivo.com/N003/Arti014F.htm [Consulta: 02/12/2007]

Côté, J. (1999). The influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist.* (13), 395-417.

Côté, J., Salmela, J.; Trudel, P.; Baria, A. y Russell, S. (1995). The Coaching Model: A Grounded Assessment of Expert Gymnastic Coaches Knowlwdge. *Journal of sport and Exercise Psychology* (17) 1 – 17.

Côté, J.; Baker, J. y Abernethy, B. (2003). A developmental framework for the acquisition of expertise in team sport. En J.L. Starkes y A. Ericsson (Eds.), *Expert performance in sports* (pp89-114). Champaign, IL: Human Kinetics.

Côte´, J., Baker, J. y Abernethy, B. (2001) Stages of sport participation of expert decision makers in team ball sports. En A. Papaioannou, M. Goudas y Y. Theodorakis (Eds). 10th World Congress of Sport Psychology, Vol. 3: *In the dawn of the new millennium* (pp. 150–152). Skiathos: International Society of Sport Psychology.

Cumming, S.P.; Battista, R.A.; Standage, M.; Ewing, M.E. y Malina, R.M. (2006). Estimated maturity status and perceptions of adult autonomy support in youth soccer players. *Journal of Sports Sciences* 24 (10), 1039-1046.

D. Brüggermann (2001) ¿Cómo se forman los grandes f utbolistas?. *Stadium* (30), 178.

Davids, K., Araújo y Schuttleworth, R. (2005). Applications of Dynamical systems Theory to Football. En T. Reilly, J. Cabri, D. Araújo (Eds). *Science and Football V* (pp. 547-560). London: Routledge.

Davids, K.; Lees, A. y Burwitz, L. (2000). Understanding and measuring coordination and control in kicking skills in soccer: Implications for talent identication and skill acquisition. *Journal of Sports Sciences* (18), 703 – 714.

Davids, W. y Eccles, A. (2006). Thinking outside of the box: The role of environmental adaptation in the acquisition of skilled and expert performance. *Journal of*
*Sports Sciences.* 24, (10), 1103 – 1114.

De la Vega, R. (2004). Pilares básicos de la intervención psicológica realizada en el fútbol profesional. *Cuadernos de Psicología del Deporte* (4), 159- 180.

Del Villar, F. (1993). *El desarrollo del conocimiento práctico de los profesores de Educación Física, a través de un programa de análisis de la práctica docente. Un estudio de casos en formación inicial.* [Tesis Doctoral inédita]. Universidad de Granada.

Del Villar, F. (1994). La credibilidad de la investigación cualitativa en la enseñanza de la educación física. *Apunts: Educación Física y Deportes* (37), 26-33.

Delgado Fernández, M., Gutiérrez, A. y Castillo, MJ.. (1997). *Entrenamiento- físico deportivo y alimentación: de la infancia a la edad adulta.* Barcelona: Paidotribo.

Delgado, M. A., y Del Villar, F. (1995). El análisi de contenido en la de la enseñanza de la Educación Física. *Motricidad* (1**)**, 23-43.

Delgado, M.A. (1985). El planteamiento por problemas: una alternativa a la enseñanza y entrenamiento del fútbol. En VV.AA. *Criterios para la mejora de nuestro fútbol*. Madrid: Gymnos.

Devís, J y Peiró, C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en educación físic a: la salud y los juegos modificados*. Barcelona: INDE

Devís, J. (1992). Bases para una propuesta de cambio en la enseñanza de los juegos deportivos. EN J. Devís y C. Peiró (Cood.). *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados* (pp. 141-159). Barcelona:

Inde.

Durand-Bush, N. y Salmela, J. (2001). The development of talent in sport. En R. N. Singer, H.A. Hausenblas y C.M. Janelle (Eds.). *Handbook Sport Psychology* (2nd ed., pp. 269-289). New York: Wiley.

Elferink-Gemser, M.T.; Visscher, C., Lemmink; K.A.P.M. y Mulder, T.(2004). Multidimensional performance characteristics and standard of performance in talented youth field hockey players: a longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*, (22**)**, 1053-1063.

Ericssom, K.A. y Simon, H.A. (1993). *Protocol analysis: Verbal reports as data*. Cambridge, MA: MIT Press.

Ericsson, K. A.; Krampe, R. y Tesch – Römer, C. (20 00). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Phychological review* 100, (3), 363-406

Ericsson, K.A. (1989). *Expert performance in sport: advances in research on sport expertise.* Champaign, IL: Human Kinetics.

Ericsson, K.A. (2007). Deliberate practice and the mobifiability of body and mind: toward a science of the structure and acquisition of expert and elite performance. *International Journal Sport Psychology* (38), 4-34.

Expósito, J. (2005). Estrategias psicológicas en el proceso de recuperación del futbolista lesionado. *Training fútbol*: *Revista técnica profesional*. (109), 34-42.

Feu, S.; Ibáñez, S.; Sáenz-López, P. (2006). Estudio de la participación de los jugadores españoles de baloncesto en las distintas categorías de la selección nacional. *Apunts: Educación física y deportes (*85), 36-45.

Figueiredo, A.J. (2007). *Morfología, Crecimiento Puberal y Preparación Depor tiva*. [Tesis doctoral inédita]. Universidad de Coimbra.

Figueiredo, A.J.; Gonçalves, C.E.; Coelho e Silva, M.J. y Malina, R.M. (2009). Characteristics of youth soccer players who drop out, persist or move up *Journal of Sports Sciences.* 27, (9), 883—891.

Fiorese, L.; López, J.L. y Jornada, R. (1999). La t rayectoria de desarrollo de un talento deportivo: estudio de un caso. *Revista de Entrenamiento Deportivo* XIII, (3.), 31-35.

Fradua, L. (1997). *La visión de juego en el futbolista*. Barcelona: Paidotribo.

Fradua, L. (2005). *Conferencia sobre fútbol base*. Universidad de Jaén.

Fradua, L. y Figueroa, J. A. (1995). Construcción de situaciones de enseñanza para la mejora de los fundamentos técnico-tácticos individuales en fútbol. *Apunts:*

*Educación Física y Deportes* (40), 27-33.

Franks, A.M., Williams, A.M., Reilly, T. y Nevill, A. (1999). Talent identification in elite youth soccer players: Physical and physiological characteristics. Communication to the 4h World Congress on Science and Football, Sydney. *Journal of Sports Sciences* (17), 812.

Gagné, F. (1993). Constructs and models pertaining to Exceptional human abilities. En K. A. Heller, F. J. Monks y A. H. Passow (Eds.), *International Handbook of Research and Development of Giftedness and Talent* (pp. 63-85). Oxford: Pergamon Press.

Galiano, D. (1992). *La selección de talentos en el tenis*. Barcelona: Paidotribo.

García Álvarez, V.D. y Salvadores, J.R. (2005). El Efecto Relativo de la Edad (R.A.E.) en el Fútbol. *Training Fútbol Revista Técnica Profesional.* (115), 36-42.

García M. y Leibar, X. (1997). *Entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo.* Madrid: Gymnos.

Garcia Manso, J. M.; Navarro, M.; Ruiz, J. A. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones*. Madrid: Gymnos.

García Manso, J.M.; Campos, J.; Lizaur, P.y Pablo, C. (2003). *El talento deportivo. Formación de élites deportivas*. Madrid: Gymnos.

García, M. (1990). *"Aspectos sociales del Deporte. Una reflexión soci ológica".* Madrid: Alianza Deporte.

García, M. (1996). Los deportistas olímpicos españoles: un perfil sociológico. *Investigaciones en Ciencias del Deporte*, 7, (pp. 9-112). Madrid: MEC. Consejo Superior de Deportes.

Garganta, J. y Pinto, J. (2005). La enseñanza del fútbol. En A. Graça y J. Oliveira. *La enseñanza de los Juegos Deportivos*. Barcelona: Paidotribo.

Gibson, B. (2002). *Determining the role of the parents in preparing the young elite player for a professional A.F.L. Career*. En W. Spinks, T. Reilly, A.M: Murphy (Eds). *Science and Football IV* (pp. 253-258). London: Routledge

Gil Flores, J. (1994). *Análisis de datos cualitativos. Aplicaciones a la nvestigación educativa.* Barcelona: PPU.

Gil, S.M., Gil, J., Irazusta, A., Ruiz, F. y Irazusta, J. (2005). Anthropometric and Physiological Profile of Successful Young Soccer Players. En T. Reilly, J. Cabri, D. Araújo (Eds). *Science and Football* V (434-441). London: Routledge.

Giménez, F.J. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Sevilla: Wanceulen.

Giménez, F.J. (2003). *La formación del entrenador en la iniciación al bal oncesto*. Sevilla: Wanceulen

Giménez, F.J. y Castillo, E. (2001). La enseñanza del deporte durante la fase de iniciación deportiva. *Lecturas: educación física y deportes. Revista digi tal*. Nº 31. www.efedeportes.com [consulta 24/02/2007].

Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (2004). *Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto*. Sevilla: Wanceulen.

Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (2004). El juego como medio de enseñanza en baloncesto. En A. López, C. Jiménez y C. López (Eds .), *II Curso de Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp.70-80). Madrid: Editores

Giménez, F.J.; Sáenz-López, P.; Sierra, A.; Pérez,R.; Ibáñez, S. y Sánchez, M. (2003). Los talentos en baloncesto. Una visión de los entrenado res de alto nivel. En A. López; C. Jiménez, R. Aguado (Eds.). *Congreso Internacional Docentes Educación Física.* (pp15). Cádiz: Centro de Profesorado de Jerez. Jerez de laFrontera.

Gimeno, F. y Guedea, J.A. (2001). Evaluación e inte rvención psicológica en la Promoción de talentos deportivos en judo. *Revista de Psicología del deporte*. 10, (1), 103-126

Gimeno, F., Buceta, J.Mª. y Pérez-Llantada, Mª C.2007) (Influencia de las variables psicológicas en el deporte de competición: evaluaci ón mediante el cuestionario Características psicológicas relacionadas con el re ndimiento deportivo. *Psicothema* (2007), 667-672.

Goetz, J.P. y M.D. LeCompte (1988). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid: Edit. Morata

González Lorenzo, J. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.

González Ramallal, M.E. (2008). La identidad contada: la información deportiva en torno a la selección española de fútbol. *Universitas humanística* (66), 219-238.

González Ríos, M.J. (1997). *Metodología de la investigación social. Técnicas de recolección de datos.* Madrid: Aguaclara.

González Villora, S. (2009). Estudio de las etapas de formación del joven deportista desde el desarrollo de la capacidad táctica. Aplicación al fútbol. *Apunts: Educación física y deportes.* (96), 110.

González, A. (2004). El talento en el deporte. *Stadium: Revista de Educación Física y Deportiva* 33, (190), 27- 29.

Grosser, M.; Starischka, S. y Zimmerman, E. (1988). *Principios del entrenamiento Deportivo.* Barcelona: Ediciones Martínez Roca. S.A.

Guba, E.G. (1989). Criterios de credibilidad en la investigación naturalista. En J. Gimeno y A. Pérez (Eds.). *La enseñanza: su teoría y su práctica* (pp. 149- 187). Madrid: Akal.

Guba, E.G. y Y.S. Lincoln (1985). *Effective evaluation*. New Cork: Jassey-Bass publishers

Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Martínez Roca.

Harald, A.M. (2006). Social and Sociological Factors in the Development of Expertise. En K.A., Ericsson, N. Charners, P.J. Feltovich y R.R. Hoffman Hoffman *The Cambridge Handbook of Expertise and Expert Performance* (pp. 743-760). Cambridge: University press.

Heineman, C. (2003). *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las*. *Ciencias del deporte*.Barcelona: Paidotribo.

Helsen, W..; (1999). The roles of talent, physical precocity and practice in the development of soccer expertise. *Journal of Sports Sciences* (18), 727–736.

Hernández Moreno, J. (1988)**.** *Estudio sobre el análisis de la acción de juego en los deportes de equipo: su aplicación al baloncesto.* [Tesis doctoral inédita]. Universidad de Barcelona.

Hernández Moreno, J. (2005). *Fundamentos del deporte: Análisis de la estructura del juego deportivo*. 3ª edic. Barcelona: INDE

Hernández Moreno, J.; Castro, U.; Gil, G.; Cruz, H.y Rodríguez, J.P. (2001). La iniciación a los deportes de equipo de cooperación/ oposición desde la estructura y dinámica de la acción de juego: un nuevo enfoque. *Lecturas: educación física y deportes.* Revista digital. Año 6. Nº 33. Buenos Aires. http://www.efdeportes.com/efd33/inicdep.htm. [Consulta: 02/12/2007].

Hernández, R. (1999). *Talentos deportivos*. Madrid: Comunidad de Madrid.

Hill-Haas, S.; Coutts, A.; Rowsell, G. y Dawson; B. (2008). Variability of acute physiological responses and performance profiles of youth soccer players in small-sided games. *Journal of Science and Medicine in Sport* (11), 487-490.

Holt, N.L. y Mitchell, T. (2006). Talent development in English professional soccer. *International Journal Sport Psychology* (37), 77-98.

Housner, L.D. y French, K.E. (1994). Future directions for research on expertise in learning, performance, and instruction in sport and physical activity. *Quest* (46), 241-246.

Howe, M.J.A., Davidson, J.W. y Sloboba, J.A. (1998). Innate talents: Reality or myth?

*Behavioral and Brain Sciencies* (21), 399-442.

Janelle, C.M. y Hillman, C.H. (2003). Expert performance in sport:Current perspectives and critical issues. En J.L. Starkes y A. Ericsson (Eds.), *Expert Performance in Sport* (pp. 19-47). Champaign, IL: Human Kinetics.

Jankovic, S., Matkovic, B.R. y Matkovic, B. (1997). Funtional abilities and process of selection in soccer. Communication to the *9th European Congress of Sports Medicine*, Oporto.

Kannekens, R.; Elferink-Gemser, M. y Visscher, C. (2009). Tactical skills of world-class youth soccer teams, *Journal of Sports Sciences*, (27:8) ,807 -812.

Klissouras, V.; Geladas, N. and Koskolou, M. (2007). Nature prevails over nurture. *International Journal Sport Psychology* (38), 35-67

Kuhn, W. (2005). Changes in Professional Soccer: A Qualitative and Quantitative Study. En T. Reilly, J. Cabri, D. Araújo (Eds). *Science and Football V*. (pp. 179-193). London: Routledge.

La Torre, A.; Del Rincón, D. y Arnal, J. (1996). *Bases metodológicas de la investigación educativa.* Barcelona: GR92.

Lago, C. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Larré, J.A. y Gómez, P. (2005). Modelo de organización y funcionamiento de una escuela deportiva de pelota valenciana. I Congreso del Deporte en Edad Escolar *Propuestas para un nuevo modelo*. Valencia

Le Boulch, J. (1991). *El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor*. Barcelona: Paidós.

Lealli, G. (1994). *Fútbol Base*. Barcelona: Editorial Martínez Roca.

Little, T. y Williams, A.M. (2005). Specific of Acceleration, Maximum Speed and Agility in Professional Soccer Players. En T. Reilly, J. Cabri, D. Araújo (Eds). *Science and Football V* (pp. 289-296). London: Routledge.

Lizaur, P.; Martín, N.; Padial, P. (1989). La formación y desarrollo de las cualidades físicas. En J. Antón (coord.). *Entrenamiento deportivo en la edad escolar* (pp. 59-88). Málaga: Unisport.

López, J. (1995). Entrenamiento temprano y captació n de talentos en el deporte. En D. Blázquez (Dir). *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (pp. 207-219) Barcelona: INDE.

López, J. (1996). Especialización temprana y promoción de talentos deportivos. En *"Apuntes de las VI Jornadas sobre Rendimiento Deportivo",* nº: 362. Granada: Instituto

Andaluz del Deporte.

López, J., Vernetta, M. y Morenilla, L. (1996). Det ección y Selección de talentos en gimnasia. En *Indicadores para la detección de Talentos Deportiv os* (pp. 106-144). Madrid: MEC Consejo Superior de Deportes.

Lorenzo, A. (2001). Hacia un nuevo enfoque del concepto de talento deportivo. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, XV, (2), 27-33.

Lorenzo, A. (2002). La detección del talento en los deportes colectivos. *Cronos, la revista universitaria de la educación física y el d eporte* (1), 15-24.

Lorenzo, A. (2003). ¿Detección o desarrollo del tal ento? Factores que motivan una nueva orientación del proceso de detección de talen tos. *Apunts, Educación física y Deporte*. (71), 23-28. Lorenzo, A. (2006). *Las Etapas del Proceso de Formación Física del Jove n futbolista. Detección, Desarrollo y Selección del Talento en Fú tbol*. Master Universitario de Preparación Física en Fútbol.

Malina, R. M.; Bouchard, C. y Bar-Or, O. (2004a). *Growth, Maturation and Physical Activity*. Second Edition. Champaign, IL: Human Kinetics.

Malina, R.M. (2003). *Growth and maturity status of young soccer players*. En T. Reilly y A. M. Williams (Eds). *Science and Soccer* (pp. 287-306). London: Routledge.

Malina, R.M. (2005). Youth Football Players: Number of Participants, Growth and Maturity Status. En T. Reilly, J. Cabri, D. Araújo (Eds). *Science and Football V* (pp. 434-443). London: Routledge.

Malina, R.M.; Cumming, S.P.; Kontos, A.P.; Eisenmann, J.C.; Ribeiro, B. y Aroso, J. (2005). Maturity-associated variation in sport-specific skills of youth soccer players aged 13-15 years. *Journal of Sports Sciences* 23 (5), 515-522.

Malina, R.M.; Eisenmann, J.C.; Cumming, S.P.; Ribeiro, B, y Aroso, J. (2004b). Maturity-associated variation in the growth and functional capacities of elite youth football (soccer) players 13-15 years. *European Journal of Applied Physiology* 91 (5-6), 555-562.

Malina, R.M.; Peña Reyes, M.E.; Eisenmann, J.C.; Horta, J.; Rodrigues, J. y Miller, R. (2000). Height, mass and skeletal maturity of elite Portuguese soccer players aged. *Journal of Sports Sciences* (18), 685 – 693.

Malina, R.M.; Ribeiro, B.; Aroso, J. y Cumming, S.P. (2007). Characteristics of youth soccer players aged 13-15 years classified by skill level. *British Journal of sports Medicine* 41 (5), 290-295

Marín, R. y Lago, C. (2005). *Deportes de equipo: comprender la complejidad para elevar el rendimiento*. Barcelona: INDE.

**k. ANEXOS**

# UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

## ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN

## CARRERA DE CULTURA FÍSICA Y DEPORTES

**TEMA**

**LAS TÉCNICAS DEL FÚTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA**

Proyecto de Tesis previo a la obtención del grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Cultura Física y Deportes.


**AUTOR:**

**Nelo Agusto Vásquez Castillo**

**DIRECTOR**

**Dr. Luis Benigno Montesinos Guarnizo, Mg. Sc**


**Loja – Ecuador**

**2014**

## a. TEMA

# LAS TECNICAS DEL FUTBOL EL TIRO A PORTERIA Y EL DRIBLING EN LOS NIÑOS DE 10 A 12 DEL CANTÓN SOZORANGA DE LA PROVINCIA DE LOJA

## b. PROBLEMÁTICA

La problemática que se presenta en relación con la enseñanza en la etapa de formación niños de 10 a 12 años, donde se aplique una metodología de enseñanza acorde a los objetivos plasmado para estas edades, en el aprendizaje de los fundamentos técnicos del tiro a portería pase y el dribling, la finalidad es que los estudiantes dominen estos fundamentos para poder jugar.

Qué es el fútbol para los niños. En las primeras etapas de crecimientos, los niños desarrollan una serie de condiciones ideales para entrenar la movilidad. A partir de los 5 años la mayoría de los niños ya están preparados para dar sus primeros pasos en el fútbol: se adaptan mejor a los movimientos y suelen tener una mejor coordinación. Controlado, sin excesos innecesarios y una adecuada preparación, este deporte puede aportar grandes beneficios:

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

Para los niños de Sozoranga el futbol es pasión, además, lo sociabiliza, les inculca el trabajo en equipo, el valor del compañerismo y la generosidad. Le sirve como una buena herramienta para alejar a los más jóvenes de las tentaciones de las drogas, la violencia, y el alcohol.

Sozoranga, constituye uno de los dieciséis cantones de la Provincia de Loja, es un cantón que goza de un clima muy saludable y con una rica historia. La población, por tradición, es eminentemente agrícola, ganadera y artesanal. De su pueblo han salido ciudadanos de mucho prestigio provincial y nacional.

Se encuentra aproximadamente a 159km de la provincia de Loja, la cabecera cantonal es

Sozoranga, su superficie es de 428 km2, su altitud es de 800 a 2000 m.

Su población es de 9994 habitantes, el espacio geográfico del cantón Sozoranga se ubica en el centro sur de la provincia de Loja.

La temperatura promedio oscila entre 16 a 18º C en la parte alta y entre los 22 a 26º C en los valles y partes bajas, su clima es de tipo cálido, templado y frío, considerado por sus habitantes y turistas como el mejor clima de la provincia.

Fue fundado el 20 de Diciembre de 1975

En el contexto Actual el futbol en el Cantón Sozoranga aquí es donde analizaremos las posibles respuesta al problema científico que se generó luego de varios análisis y observaciones realizadas durante el proceso inicial de la investigación.- La función fundamental de este colectivo que trabajáremos en esta investigación preparar a los niños con el objetivo de que dominen los fundamentos técnicos del futbol que les permita mejorar sus rendimientos en los juegos que desarrollan a diferentes niveles.

El proyecto de investigación que se realizara va encaminado para que los, niños se dedican a jugar y entrenar futbol durante su tiempo libre y guarda una estrecha relación con el entorno social dado que contribuye a la formación de ellos a través de la comunidad.

Situación actual, No se ha podido articular un modelo homogéneo de enseñanza que junte las nuevas tecnologías mundiales en el fútbol, con nuestra esencia futbolística de toque de imaginación de creatividad, es decir no se ha incorporado adecuadamente los modelos globalizados a nuestra realidad.- Esta debilidad en la construcción de un modelo metodológico que ayude a estandarizar los procesos de formación de los menores en Ecuador constituye una falencia interminable, que impide una correcta formación y conocimiento del futbol.

Tradicionalmente el fútbol ha estado repleto de autoritarismo en el cantón Sozoranga, poco interés y falta de entrenadores, en muchos casos con ausencia de autoridad, la que da el conocimiento, y esto ocurre desde la iniciación hasta el alto rendimiento. Del mismo modo la enseñanza y por ende la formación del pequeño es mecanicista, el entrenador ordena y el

jugador acata y ejecuta las órdenes.

Un aspecto clave en cualquier deporte es la iniciación. Los comienzos que cualquier deportista tenga en su práctica, en gran medida condicionarán el resto de su participación en el mundo del deporte. Actualmente existe una importante tendencia a considerar al niño/a como un sujeto, que ante todo se incumple con el primer objetivo que es aprender divirtiéndose, lo cual debería ser de acuerdo con su proceso evolutivo, sin especialización e incidiendo en aquellos aspectos relacionados con la adquisición natural de las distintas capacidades. En el cantón Sozoranga no buscan la especialización temprana en sus alumnos, lo que constituye una autentica contradicción, porque en las etapas de iniciación se plantea la duda de la especialización temprana. En este cantón no se considera que y futuro futbolista, ha de probar todas las posiciones para no desarrollar una estereotipación a edad temprana.

No se tienen la idea, de crear la necesidad de que el jugador reciba no solo una formación práxica, sino también conceptual, de manera que el niño entienda lo que hace y no acate simplemente la orden del entrenador, como ocurre en los niños del cantón.

Varios aspectos influyen negativamente en los resultados y la preparación de los niños entre ellos. Existe poca motivación hacia los entrenamientos, los profesores repiten los mismos ejercicios en cada clases, no les permitensarrollar su creatividad solo en hacer lo que el entrenador orienta y cuando hacen lo contrario son castigados, el profesor muestra interés solo por los alumnos aventajados, no atienden las diferencias individuales, métodos tradicionales y ilos de mando incompetentes, ausencias del entrenador que a su vez tienen caracteristicas de autoritario, entre otras situacion existentes que atentan contra el buen rendimiento de los jugadores y afectan su aprendizaje, no se diseñan tareas motrices a partir de la estructura y lógica del fútbol. no se plantean situaciones motrices en función del desarrollo de la acción de juego, no se adaptan las propuestas a las posibilidades del alumno, No se convierten en significativa y relevante las actividades de enseñanza, no se realizanr ofertas motivantes en conexión con los intereses del alumno.

-¿Cómo influyen la metodología de la enseñanza para la obtención de resultados positivos en el futbol? -

¿Cuál es la importancia de los fundamentos básicos en los niños de 10 a 12 años? -

¿Cuáles son las causas de no alcanzar el rendimiento deportivo en el futbol en las competencias de niños de 10 a 12 años?

-¿Los programas de formación básica para el futbolista es un factor importante para obtener resultados deportivos?

La enseñanza como potenciador del aprendizaje en las técnicas de el tiro a portería y dribling en el futbol.

Teniendo en cuenta estas deficiencias nos planteamps el siguiente problema científico:

¿Cómo contribuir con un conjunto de juegos y ejercicios metodológicos, que potencie la enseñanza y aprendizaje de las técnicas de futbol del el tiro a porteria y el dribling en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Lja?

En nuestro caso estamos interesados en investigar la técnica del el tiro a portería y el dribling en los niños de 10 y 12 años del Cantón Sozoranga de la provincia de Loja, debido a que ya hemos podido comprobar a través de nuestras indagaciones y observaciones que es la causa fundamental de la poca asimilación de los contenidos y elementos técnicos que en seña el entrenador, Con relación a ver hasta qué punto incide el trabajo del el tiro a portería y el dribling, creemos que causa desmotivación y actitudes por parte de los niños, por lo que se exige de una metodología de enseñanza que transforme esa situación, En este caso voy a investigar al equipo de futbol de niños de 10 a 12 años del Cantón Sozoranga provincia de Loja, el cual ha demostrado tener serios problemas de coordinación y acción para desarrollar el pase y el dribling, por tal motivo investigaremos las causas de esta problemática, Las características que deben tener son de jugadoras con un determinado nivel técnico, que les permita aprender los elementos técnicos para desarrollar sus habilidades y destrezas y de esa forma poder jugar a todos los niveles según su edad.. El periodo de tiempo en que voy a investigar es a corto plazo, aproximadamente 4 meses del segundo semestre 2015.

## c. JUSTIFICACIÓN

Las importancia que tiene nuestra investigación es que permitirá un avance significativo en la aplicación de la metodología de la enseñanza de los fundamentos del futbol a estudiar, y que los niños asimilen y puedan poner en práctica sus conocimientos, se lograra mejorar las habilidades y destrezas de los jugadores, combinando los la preparación del deportista en los aspectos de las capacidades físicas y la técnica del deporte, que les permita lograr el máximo rendimiento deportivo acorde a su edad. Se buscarán formas, métodos activos, medios y procedimientos en función de crear bases sólidas de enseñanza aprendizaje de los contenidos a impartir, controlando el trabajo de los entrenadores y evaluando el resultado a través de los test, que se les aplicarán a los jugadores y a los propios entrenadores.

El Por Qué, está asociado a las razones por la cual hemos decididos investigar el tema de esta investigación es producto a una series de insuficiencias que atentan contra el buen resultado en el procesos de enseñanza del futbol en los niños del Cantón Sozoranga donde se observa que los entrenadores no tienen la capacidad suficiente para crear y aplicar ejercicios para la enseñanza del el tiro a portería y el dribling con la metodología adecuada, que permita el aprendizaje de los estudiantes y que a la postre le permita desarrollarlo y aplicarlo en el juego, otros de las razones es lograr a través de esta propuesta la motivación y las actitudes de los niños que es bastante des motivante producto a que no asimilan bien lo enseñado por el profesor. Nuestra investigación es factible puesto que están creadas todas las condiciones tanto de la institución escolar como por parte del investigador y los entrenadores de futbol que atienden este equipo.

El Para Qué se relaciona con el aporte de esta investigación radica en la elaboración de un conjunto de ejercicios y juegos metodológicos, para potenciar la enseñanza y el aprendizaje de las técnicas del el tiro a portería y el dribling en el futbol para niños de 10 a 12 del cantón Sozoranga de la provincia de Loja. Otro aporte será en el campo metodológico puesto que se aplicarán nueva metodología de aplicar los ejercicios con el objetivo de mejorar la enseñanza de las técnicas a investigar, aplicando nuevos métodos y procesos de aprendizaje para los niños que participan en la investigación.

El Cómo lo constituye el impacto de esta investigación, que radica en la transformación de los niños del cantón Sozoranga en su motivación y actitudes hacia la práctica del futbol, con nuevas formas de asimilación de los contenidos y su posible aplicación en los juegos con la efectividad que se requiere para su edad, a través de la enseñanza metodológica de los fundamentos técnicos del tiro a portería y el dribling, además podrá ser generalizados a otras instituciones escolares o áreas deportivas para su aplicación.

## d. OBJETIVOS

### OBJETIVO GENERAL

Determinar un conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol el tiro a portería y el dribling en los niños de 10 – 12 años del cantón Sozoranga provincia Loja.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fundamentar las teorías de los criterios de autores relacionados con la metodología de la enseñanza en el futbol en las técnicas del el tiro a porteria y el dribling en niños de 10 – 12 años del Cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

- Diagnosticar el estado actual del conocimiento del desarrollo de las habilidades técnicas del dribling y el tiro a portería en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

- Elaborar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería en los niños 10 a 12 años del cantón Sozoranga provincia de Loja

- Aplicar un plan de ejercicios y juegos metodológicos para la enseñanza aprendizaje de las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería.

- Evaluar el plan de ejercicios y juegos metodológicos para las técnicas del futbol del dribling y el tiro a portería, en los niños de 10- 12 años del cantón Sozoranga de la provincia de Loja.

**ESQUEMA DEL MARCO TEORICO**

**CATEGORÍA I. LAS TECNICAS DE FUTBOL.**

1.1.-Necesidad de formación psicopedagógica de los entrenadores deportivos

1.1.1.- El entrenador como educador

1.1.2.- Características básicas del entrenador durante la etapa de iniciación deportiva

1.1.3.- Necesidades de formación del entrenador deportivo

1.2.- Metodología y niveles de enseñanza en la iniciación deportiva al fútbol

1.2.1.- El deporte como medio educativo

1.2.2 El trabajo del entrenador/a como profesor/a

2. Niveles de trabajo en el fútbol

Nivel I. Etapa de la no especialización (9-10 años, benjamín)

Nivel II. Etapa de iniciación (11-12 años, alevín)

Nivel III. Etapa de desarrollo (13-14 años, infantil)

Nivel IV. Etapa de perfeccionamiento (15-16 años, cadete)

Nivel V. Etapa de alto rendimiento (17 años ó más, juvenil y amateur)

3. Metodología de enseñanza

## CATEGORIA II. LAS CARACTERISTICAS DEL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS

2.1.-APRENDIZAJE DE LA TECNICA.

2.1.1-La tecnica en el regate

2.1.2.- Cualidades que debe tener un buen regateador:

2.1.3.- Como realizar un buen regate:

2.1.4.-Tipos de regate:

2.1.5.- Ventajas que se pretenden con el regate:

2.1.6.- Errores más frecuentes al realizar un regate:

2.1.7.- Justificación del regate:

2.1.8. La no justificación del regate:

## e. MARCO TEÓRICO

## CATEGORÍA I. LAS TECNICAS DEL FUTBOL

Dentro de la práctica deportiva el entrenador es uno de los elementos más importantes y que más puede influir para que ésta se desarrolle correctamente. Ello nos debería hacer reflexionar en profundidad sobre la formación más adecuada, las características que como educadores deben poseer estos entrenadores, y la filosofía que deben tener sobre el deporte escolar. En el artículo que presentamos a continuación fundamentamos la necesidad de actuar como educadores durante las primeras etapas de formación deportiva por lo que deben formarse para esto.

El entrenador deportivo va a ser uno de los elementos más importantes en la puesta en práctica del deporte escolar, ya que es la persona encargada de guiar el proceso de formación de los jugadores. En las primeras etapas es muy importante que el entrenador esté capacitado y actúe en consonancia con la edad y nivel de sus jugadores, adecuando a éstos todos los contenidos del entrenamiento. La labor del entrenador con chicos y chicas que se inician en un deporte sólo se puede plantear desde una perspectiva de actuación educativa. Todo esto hace que sea necesario que el entrenador se prepare y se forme como cualquier otro profesional de la actividad física y el deporte, pero en un campo más específico como es el deporte escolar.

### 1.1.1.- . El entrenador como educador

La necesidad de que los entrenadores actúen como educadores es ya planteada por algunos autores desde hace bastante tiempo (López Cuadra, 1968). Esto implica que el entrenador debe conocer lo que enseña, saberlo enseñar y educar, todo ello de forma integral. Autores como Krause (1994) ven en el entrenador a una figura que debe ayudar a los jugadores a mejorar su formación personal y deportiva. Esta perspectiva es ratificada por diversos autores como Stocker et al (1983) u otros como Barbiere y Bru (1990), citados estos últimos por Saura (1996). Otros autores como Montiel (1997) ven al entrenador como educador y formador, sobre todo en la base, o Cohen (1998) que plantea que el entrenador

es la figura más importante junto a la familia en la motivación del jugador durante los primeros años de práctica.

En la línea de los estudios anteriores se expresa Prata (1998). En sus trabajos, los niños ven al entrenador como educador, motivador, consejero o modelo de comportamiento. En el cuadro 1 se pueden observar las funciones del entrenador según la edad y etapa de formación del deportista:

| FUNCIÓN DEL ENTRENADOR | ETAPA DEL DEPORTISTA |
|---|---|
| - Amigo<br>- Organizador<br>- Comunicador<br>- Motivador | - Iniciación (7-10 años) |
| - Técnica<br>- Táctica<br>- Desarrollo de las cualidades físicas y del talento deportivo | - Perfeccionamiento (11-16 años) |
| - Gestor<br>- Manager<br>- Estratega | - Rendimiento (A partir de 18 años) |

*Cuadro 1. Funciones del entrenador (Prata, 1998).*

Antonelli y Salvini (1978) o Chivite (1997) destacan algunos roles o funciones principales que realizará el entrenador: función de educador, técnico, entrenador, organizador, animador o función de líder. Añaden que no va a existir un perfil ideal de entrenador, sino que será necesario adaptarse a las circunstancias y especialmente a los individuos.

Para otros autores como Davies (1991) y Di Lorenzo y Saibene (1996) el principal papel del entrenador es el de maestro, que será uno de los aspectos comunes a todos los entrenadores. Esto implica que el entrenador plantee las actividades de forma adecuada, que utilice técnicas de motivación acertadas, que individualice o que la comunicación con los jugadores sea efectiva. También Salas (1992), y Williams y Wilson (1998) entienden al entrenador como educador, y sus funciones serán formar jugadores y preparar equipos utilizando una metodología que tenga en cuenta, sobre todo, al propio jugador.

Sánchez Bañuelos (1996) entiende la relación entrenador-deportista desde una perspectiva psicopedagógica y cita a diversos autores que ratifican esta afirmación (Matveev, Platonov, Harre, Grosser, etc.). Además, critica a aquellos técnicos deportivos que pierden esta mentalidad humanista y se centran exclusivamente en aspectos meramente técnicos o deportivos buscando resultados a corto plazo. Para poder llevar a cabo su labor de forma responsable, los entrenadores deportivos deben tener, en primer lugar, una formación adecuada y, en segundo lugar, un adecuado asesoramiento. Murcia (1993: 20) ve al entrenador como "un guía que prepara un ambiente para que el niño practique, reflexione, seleccione y descubra las mejores formas de ejecutar el movimiento, según la funcionalidad de éste". En esta misma línea, Boixados et al (1998) afirman que la función principal del entrenador es diseñar ambientes de trabajo donde lo importante no sea ganar. Añade que sería necesario desarrollar visiones realistas y positivistas de ellos mismos más que derrotar a los adversarios, y encontrar el equilibrio entre aprendizaje, juego y competición.

Esta forma de entender la práctica deportiva es analizada en estudios realizados por distintos autores, entre los que podemos citar a Gonzalves (1996). Este autor comprueba que los entrenadores no tienen como fin o meta principal la victoria, pero Whitehead (1987: 126), citado por Cruz et al (1996), advierte que *"aunque los entrenadores dicen que no dan mucha importancia a la victoria, sus jugadores perciben que para los entrenadores ganar tiene la máxima importancia"*. Otros trabajos como los de Ruiz Pérez y Martínez (1992) estudian a los deportistas jóvenes sobre lo que piensan y lo que les gustaría tener como entrenadores. Los niños afirman que sobre todo prefieren entrenadores que sean competentes, que sepan recompensar sus esfuerzos o que favorezcan un ambiente positivo de aprendizaje en los entrenamientos. Estos mismos autores citan los estudios realizados por Smith, Smoll y Curtis (1979), destacando algunos aspectos importantes sobre el entrenador y que se identifican claramente con la perspectiva que estamos proponiendo. De las 10 recomendaciones que estos autores realizan, resaltamos las cuatro que nos parecen más importantes: el entrenador debe saber utilizar el refuerzo con los jugadores, debe saber reaccionar adecuadamente ante los errores de los jugadores, debe saber ganarse el respeto de éstos y debe saber tratar las presiones que sobre los niños puedan ejercer los padres.

Crespo y Balaguer (1994: 19-20) añaden que *"la relación que se establece entre el deportista y su entrenador es de vital importancia, pues de ello depende en muchas ocasiones que el deportista sea capaz de dar lo mejor de sí mismo y de conseguir sus mejores resultados"*. Destacamos también el interesante estudio realizado por Rodríguez (1997), donde se demuestra que el comportamiento del entrenador está influenciado según el nivel de práctica de los jugadores, diferente por tanto en la base y en la alta competición.

Por último, para conseguir que el deporte escolar se plantee desde esta perspectiva educativa y formativa, es necesario implicar en ello a distintos colectivos: instituciones deportivas públicas y privadas, escuela, familia y, por supuesto, a los entrenadores que son el elemento más cercano y que más puede influir tanto en los jóvenes deportistas como en la metodología que se utilice. Autores como Cruz (1995) insisten en la necesidad de formar principalmente a padres y entrenadores. Por tanto, resumiendo de forma general los aspectos más importantes y que más pueden influir en la actuación educativa como entrenadores, tendremos en cuenta los objetivos que nos planteemos y tener clara nuestra filosofía del deporte en estas edades.

Criterio del autor sobre la temática anterior. El niño es el centro de interés del entrenador-educador, cuya misión principal y esencial es garantizar su desarrollo en diferentes ámbitos: deportivo, social, psicológico y educativo. El entrenador-educador es la persona que conoce el deporte y a los jugadores.

Aunque no lo sepa todo, ni siquiera en lo tocante a su especialidad, debe saber perfectamente lo que quiere transmitir. Las victorias y las derrotas no significan nada en comparación con lo que el fútbol puede transmitir en cuanto a valores humanos y sociales, que ayudarán a la formación del futuro ciudadano, así como a su integración en la sociedad. El fútbol puede ser una herramienta maravillosa para transmitir valores como el respeto, la solidaridad, la ayuda al prójimo, el compartir, etc.

### 1.1.2.- Características básicas del entrenador durante la etapa de iniciación deportiva

A continuación, un recorrido en el que podemos observar la opinión de diferentes autores sobre las principales características que deberían tener los entrenadores dentro de la

etapa de iniciación y que ayudan a justificar la necesidad de actuar como verdaderos educadores.

Se pueden hacer algunas distinciones entre el entrenador de base y el de élite, ya que en la alta competición el entrenador ha pasado de ser la única persona encargada de la formación de los jugadores (preparación técnica, táctica, física y psicológica) a ser responsable de un equipo de personas que van a trabajar sobre los jugadores en los ámbitos en los que están preparados (Gomá, 1996). Por el contrario, el entrenador de base que es sobre el que estamos fundamentando todo el trabajo, debe realizar todo el entrenamiento deportivo incidiendo en los componentes más importantes, por lo que es necesario una correcta y amplia formación. Además, nos van a interesar tanto o más sus características como educador que su especialización técnica. Guimaraes (1998) define el perfil de los entrenadores de jóvenes deportistas: formación específica, respeto por los valores éticos y profesionales, vocación para enseñar a jóvenes y capacidad de comunicación. Para Díaz García (1992: 290) *"el entrenador es el encargado de ir consiguiendo la integración de todos los factores que deben dar como resultado el objetivo previsto"*. Para este mismo autor (1993), el entrenador del deporte de base no sólo puede tener o adquirir conocimientos y competencias de tipo exclusivamente técnico, sino que es más importante tener cualidades como educador. Para esto es necesario que conozcamos en profundidad a los alumnos y tener claro que no todos los chicos y chicas que practican un deporte son iguales y tienen aptitudes similares; valorar objetivamente el proceso de enseñanza, motivar la práctica deportiva, o conseguir cohesión de grupo.

Drauchke et al (1994) aportan la necesidad de adaptar la competición al nivel de los alumnos, modificando las reglas o simplificando las exigencias técnico-tácticas. Para Martín, Arráez y Ambel (1993), el entrenador debe conocer bien a sus jugadores y saber sus intereses e inquietudes para poder conectar con ellos. Deberá ser un experto en lo que enseña o ir formándose para ello, utilizar una metodología adecuada, tener un alto componente de psicólogo y, por encima de todo, educar.

Otros autores como Knop et al (1998) entienden que el entrenador tiene encomendada una tarea importante en la enseñanza del deporte con los jóvenes. Esta tarea

psicopedagógica se puede dividir en cuatro grandes apartados: motivación, formación, observación y evaluación, y dirección e instrucción. Para Martens et al (1989) un entrenador que quiera tener éxito con sus jugadores debe estar bien formado, por lo que debería cumplir tres atributos imprescindibles: conocimiento del deporte, motivación y empatía.

De forma muy resumida se pueden establecer tres factores básicos para entrenar en iniciación: conocimiento sobre los jóvenes que hacen deporte, conocimiento sobre los fines apropiados para conseguir los objetivos que se planteen y conocimiento específico del deporte que se practique.

### 1.1.3.- Necesidades de formación del entrenador deportivo

Como cualquier otro profesional de la Educación Física, los entrenadores deportivos tienen la obligación de estar bien formados y de seguir formándose a lo largo de su vida profesional. Moreno Contreras (1997) ve en el entrenador a la persona que debe desarrollar y llevar a cabo el proceso de formación del jugador, y para ello deberá estar bien formado o en vías de estarlo con las orientaciones adecuadas.

Para Saura (1996), una de las consecuencias por las que el deporte escolar tiene graves carencias educativas es motivo, entre otros, de la falta de personal capacitado y especializado. Esto conlleva que en muchas ocasiones el personal que trabaja el deporte en estas edades tenga muy buena voluntad, pero no los conocimientos y recursos suficientes para poder llevar a cabo una enseñanza adecuada. Es muy importante por tanto plantear la necesidad de especialización, de formación de los entrenadores deportivos, diferenciando al que entrena en categorías de iniciación del que entrena en la alta competición. Leblanc (1995), citado por Saura (1996), confirma esta opinión ya que el deporte escolar es un campo muy específico que casi nada tiene que ver con la alta competición. Soria y Cañellas (1991) y Ruiz Pérez y Martínez (1992) justifican la necesidad de formación de los entrenadores por la cantidad de niños que practican algún deporte, lo que hace que sea necesario reflexionar sobre sus conductas psicopedagógicas y sobre las estrategias de enseñanza que utilizan. Se podrían añadir otras causas como la cantidad de tiempo que el

entrenador pasa con los niños o la influencia que puede ejercer. Esta necesaria cualificación de los entrenadores deportivos es estudiada también por otros autores aportando cuestiones importantes que nos hacen reflexionar sobre los programas formativos a aplicar. Por ejemplo, Delgado Noguera (1995: 49) afirma que "la formación de los técnicos y entrenadores exige un cambio de currículo y una unificación ante la diferente formación que se imparte en las escuelas de entrenadores deportivos. Los planes de estudios están obsoletos en la mayoría de los casos. La inclusión de materias de carácter científico, así como la incorporación de los nuevos avances didácticos, de teoría del entrenamiento, médicos, tecnológicos e informáticos, son algunas de las medidas a llevar a cabo en el futuro currículo".

Lorenzo (1997), citando a Tutko y Richards (1984), afirma que es necesario introducir cambios en el comportamiento personal del entrenador para que pueda obtener éxito. Es muy importante que el entrenador tenga una personalidad y formación correcta ya que su actuación repercute directamente en la conducta deportiva de sus jugadores, sobre todo de los más jóvenes. Además, este autor define los principales procedimientos que debe seguir el entrenador para que su actuación sea adecuada: fijar metas razonables que se puedan conseguir, instruir de forma positiva, conservar el control y no hacerse indispensable.

Analizando el deporte desde una perspectiva mucho menos selectiva y competitiva, el entrenador se convierte en mucho más que una persona que consigue muchas victorias con sus jugadores. Los buenos entrenadores ayudan a sus jugadores a disfrutar del deporte aprendiendo nuevas habilidades y buscando nuevas emociones en la competición. Este entrenador no sólo tiene que saber del deporte, sino que debe saber enseñarlo, y para ello se formará en áreas como la psicología, la pedagogía, la fisiología y la medicina, todas ellas enfocadas hacia este contenido deportivo (Martens et al, 1989).

En la mayoría de los programas de formación para entrenadores se utiliza un enfoque que atiende principalmente a la técnica deportiva, por lo que la formación es insuficiente ya que los jóvenes necesitan muchas más cosas además de la instrucción técnica. Los entrenadores se deben formar en cómo enseñar habilidades interpersonales y

sociales, deben ser capaces de mantener el interés de los jóvenes fomentando sobre todo los aspectos lúdicos del deporte. Guillen y Miralles (1995) realizan distintos estudios preocupándose por proporcionar formación psicopedagógica a los entrenadores deportivos. Citan a autores como Martens (1987); Pierón (1988); Martens et al (1989); o Smoll (1991), y coinciden con ellos en la importancia de dotar a los entrenadores, además de la formación técnica, de recursos psicológicos y pedagógicos necesarios para poder desarrollar su labor, ya que si un entrenador no dispone de estos conocimientos difícilmente podrá enseñar todos los contenidos técnicos o podrá tener una buena relación con los jugadores. Para Cruz et al (1996), en los programas de formación de entrenadores, se deben enseñar los principios de un enfoque positivo del entrenamiento para mejorar la comunicación de los entrenadores con los jugadores y así mejorar el rendimiento deportivo, la autoconfianza, el clima motivacional y la deportividad.

Es evidente que para poder llevar a cabo su labor como entrenador, se necesitan conocimientos del deporte que vamos a enseñar y recursos didácticos para ello, además de los conocimientos necesarios de sus alumnos/jugadores, tal como advierte el nuevo decreto sobre titulaciones deportivas, que nos dice que *"la formación de técnicos deportivos promoverá en el alumnado la necesaria integración de los contenidos científicos, técnicos, prácticos, tecnológicos y organizativos de estas enseñanzas y una visión global de las exigencias de los modelos deportivos en los que deba intervenir"* (R.D. 1913/1997).

En definitiva, el entrenador dominará tres ámbitos para asegurarse que el proceso de enseñanza y aprendizaje que lleva a cabo sea correcto (Moreno Contreras, 1997): ámbito técnico, ámbito psicopedagógico y ámbito organizativo. Estamos de acuerdo con la síntesis que realiza esta autora siempre y cuando entendamos estos tres ámbitos de forma flexible y amplia. Así el apartado técnico englobará todos los aspectos de la práctica deportiva (técnica, táctica, preparación física, etc.); el apartado psicopedagógico englobará todo lo concerniente a la enseñanza (estrategias, técnica y estilos de enseñanza, programación, comunicación, motivación, dirección y control de grupos, y planteamiento de las actividades, evaluación); y el apartado organizativo estará relacionado con aspectos más externos a la práctica deportiva como pueden ser la captación de jugadores, las

instalaciones, o los horarios de entrenamientos y de competiciones. En el siguiente cuadro exponemos algunos de estos componentes en la formación del entrenador.

| | |
|---|---|
| ÁMBITO PEDAGÓGICO | - Programación<br>- Diseño de sesiones y actividades<br>- Organización de los contenidos<br>- Metodología<br>- Evaluación |
| ÁMBITO PSICOLÓGICO | - Motivación de los jugadores<br>- Control y dirección de grupos<br>- Capacidad de comunicación<br>- Trabajo en equipo<br>- Habilidades interpersonales<br>- Conocimiento psicoevolutivo de los jugadores<br>- Ambiente positivo de trabajo<br>- Comportamiento del entrenador durante los entrenamientos<br>- Comportamiento del entrenador durante la competición |
| ÁMBITO TÉCNICO | - Características principales del deporte<br>- Técnica deportiva general y específica<br>- Táctica deportiva general y específica<br>- Estrategia deportiva general y específica<br>- Preparación física general y específica<br>- Reglas de juego |
| OTROS ÁMBITOS | - Anatomía y fisiología<br>- Primeros auxilios<br>- Organización del entrenamiento |

*Cuadro 2. Ámbitos de formación y componentes a tener en cuenta*

**A modo de síntesis**

A modo de síntesis el autor de esta investigación entiende que es necesario la formación y capacitación de los técnicos deportivos viene dada principalmente por el aumento significativo del número de jóvenes que realizan algún tipo de práctica deportiva, la antigüedad de los programas de formación y la falta de personal capacitado y especializado. Es necesario profundizar en la formación de estos entrenadores que desarrollan su tarea en un campo tan específico como el deporte escolar, ya que este podrá convertirse en un medio excelente que colaborará en la educación integral de los escolares

cuando esté bien desarrollado. De esta forma, la formación del entrenador deportivo no debe distar mucho de la del profesor de Educación Física.

Partimos de la base de que la iniciación deportiva ha de constituir esencialmente una actividad educativa. Por ello, destacamos la gran importancia que tiene el entrenador en su trabajo con los escolares, y la gran influencia que puede ejercer sobre éstos. Es la figura más importante junto a la familia en la motivación del jugador durante los primeros años de práctica deportiva. Debido a ello se hace necesario que la actuación del entrenador de jugadores jóvenes se asemeje a la de un maestro que les orienta y guía en los entrenamientos y en las competiciones. Debe ayudar a los jugadores a mejorar su formación personal y deportiva, y va a anteponer siempre la formación e intereses de sus alumnos a los intereses personales o particulares.

La relación entrenador-deportista se realizará siempre bajo premisas psicopedagógicas, por lo que los entrenadores no pueden perder esta mentalidad humanista y centrarse exclusivamente en aspectos meramente técnicos o deportivos buscando resultados a corto plazo.

Entre las principales características que debe poseer el entrenador podemos destacar: formación específica en su deporte, respeto por los valores éticos y profesionales, vocación para enseñar a jóvenes y capacidad de comunicación con éstos. Para que su actuación sea adecuada se necesita una correcta formación, donde lo más importante será no sólo adquirir conocimientos y competencias de tipo exclusivamente técnico, sino también poseer cualidades como educador, motivando y transmitiendo los conocimientos.

Para terminar, pensamos que en la mayoría de los programas de formación para entrenadores se utiliza un enfoque que atiende principalmente a la técnica deportiva, pero además de estos contenidos, los entrenadores se deberían formar en otras áreas como la psicología, pedagogía y didáctica, fisiología y medicina básica. Todas ellas deberán enfocarse desde una perspectiva educativa específica del deporte escolar.

## 1.2.- Metodología y niveles de enseñanza en la iniciación deportiva al fútbol

### 1.2.1.- El deporte como medio educativo

El deporte en las primeras edades debe entenderse como una actividad más que va a ayudar a la formación de los niños y niñas que deseen aprender. Esto quiere decir que debemos huir de planteamientos elitistas donde sólo los mejores tienen cabida en la práctica deportiva. Este tratamiento necesariamente educativo del deporte en edades tempranas no debe ir en contra de un proceso de enseñanza-aprendizaje correcto donde todos los jugadores vayan mejorando en la medida de sus posibilidades.

Desde este punto de vista es necesario estudiar y profundizar diferentes aportes sobre la práctica deportiva.

Contreras (1989) estudia el deporte educativo y la aplicación de la iniciación deportiva en primaria estableciendo que le deporte no es educativo por sí mismo, sino será la metodología que utilicemos en su enseñanza, las condiciones en las que se desarrolle, lo que hará que nos pueda servir como medio de formación. Será el profesor/a el que liberará al deporte de sus características no educativas como el elitismo, la falta de coeducación, la excesiva importancia del resultado o la especialización temprana.

Algunas notas generales en el proceso de enseñanza de cualquier deporte, aplicado, como no al fútbol son:

- En las primeras edades deben predominar claramente el empleo de estrategias globales, con sus variantes, sobre las analíticas.
- Evitaremos utilizar técnicas demasiado instructivas con objeto de permitir una mayor libertad de los participantes en el desarrollo del juego, lo que ayudará a la consecución de jugadores mejor formados motriz y cognitivamente.
- Utilización de estilos de enseñanzas como la resolución de problemas cuando comenzamos a enseñar aquellas habilidades genéricas más relacionadas con nuestra práctica deportiva, y el descubrimiento guiado cuando comenzamos a enseñar las habilidades específicas más básicas y sencillas. A partir de ahí, sobre los 12-14

años, se utilizarán estilos algo más directivos como la asignación de tareas para el aprendizaje de medios técnico-tácticos más complejos.

- Se impone que el aprendizaje sea en fases y progresivo, de lo conocido a lo desconocido, de lo menos a los más complejo. Sería utópico, construir situaciones con un alto grado de dificultad, incluso basadas en las estrategias globales, para niños/as que se encuentran en la fase de la familiarización con el juego.

### 1.2.2. El trabajo del entrenador/a como profesor/a

El profesor/a es el encargado no sólo de enseñar la técnica desde las edades infantiles, sino ser modelo educador, en todos aquellos parámetros relacionados con el deporte y la enseñanza.

Ser profesor/a, no basta, hay que ser un profesor/a eficiente, y eso implica la posibilidad de tener los recursos como para dotar y ofrecer a los niños/as las herramientas necesarias para conseguir el éxito.

Uno de los elementos clave para el buen funcionamiento del aprendizaje está en saber que hay que decir y cuándo decirlo. Las instrucciones eficaces son aquellas que indican al jugador/a, de una manera bien clara, qué ha de hacer y cómo lo ha de hacer (Marcel, 1999).

De tal forma que algunas técnicas interesantes son:

- Captación de la atención de los alumnos/as: necesidades de que vean y aprecien los gestos y de que escuchen.
- Dar la información adecuada: el objetivo de las tareas con las palabras justas, mucha información podría sobrecargarles (Ruiz, 1994; Marcel, 1999).
- “Una imagen vale más que mil palabras”.
- Proporcionar suficiente tiempo para las prácticas.
- Utilizar situaciones reales de juego.
- Practicar las habilidades o ejercicios complejos por partes.

### 1.2.3 Niveles de trabajo en el fútbol

**Nivel I. Etapa de la no especialización (9-10 años, benjamín)**

La Educación

Lo fundamental de esta etapa es educar al niño/a, siendo el entrenador/a más un educador que un técnico deportivo.

El adulto (técnico o educador) tiene el deber para con el niño/a deportista (Ruiz, 1987: 125):

- Dotarle de una adecuada capacidad física que le permita participar de forma provechosa en la actividad deportiva.
- Incluirle en competencias donde no existan diferencias de nivel elevadas.
- Considerarle como una persona en proceso de crecimiento y que debe disfrutar del deporte.
- Prever la asistencia médica adecuada.
- Dotarle del material adecuado.
- Evitar trasladar al niño/a sus frustraciones.
- Disminuir el estrés deportivo.
- Controlar al máximo los posibles peligros.
- Conocer el deporte en cuestión al máximo y su influencia en el crecimiento.
- Poner como objetivo inicial la salud integral del niño/a, después la marca o resultado.

Aspectos como la respiración durante la carrera o durante las distintas ejecuciones técnicas, el calentamiento, etc., son fundamentales en esta etapa educadora. El objetivo fundamental y general de esta etapa es desarrollar las habilidades y destrezas motrices básicas del niño/a donde destaque una metodología lúdica.

Se deberán potenciar los siguientes aspectos:

- Desarrollo del esquema corporal y capacidades de movimiento.

- Desarrollo de percepciones y dimensión espacio-tiempo.
- Aprender habilidades y destrezas motrices básicas.
- Desarrollo de la motivación.
- Adquisición de hábitos higiénicos deportivos y relaciones psicoafectivas.

**Nivel II. Etapa de iniciación (11-12 años, alevín)**

La Contextualización

En esta etapa se busca el desarrollo del esquema corporal del niño/a, pero aumentando la dosis técnico-táctica. Es una etapa donde el niño/a empieza a sentir interés por la competición.

El objetivo general consiste en desarrollar y perfeccionar las habilidades y destrezas motrices básicas, así como aprender los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol, sin olvidar aspectos físicos.

En resumen, se basa en perfeccionar lo aprendido en la etapa anterior y además en:

- Conocer las reglas del fútbol.
- Participar en competiciones no trascendentes.

**Nivel III. Etapa de desarrollo (13-14 años, infantil)**

Los Cambios

En esta etapa llena de cambios debido a la pubertad el joven futbolista no deberá realizar esfuerzos prolongados porque su potencia energética ha de ser reservada para los fenómenos de anabolismo de los tejidos.

Los objetivos generales residen en la continuación del trabajo de las anteriores etapas, pero incidiendo en los mecanismos perceptivos y de toma de decisiones.

En esta etapa el trabajo fundamentalmente se centrará en reforzar dos aspectos:

- Desarrollar minuciosamente la condición física y la táctica individual de la posición en la que se esté jugando.
- Buscar hábitos permanentes en la práctica de una posición específica, a través de lo asimilado en la etapa anterior y lo continuado en ésta.

**Nivel IV. Etapa de perfeccionamiento (15-16 años, cadete)**

La Pre competición

Debe existir una selección para conformar los valores futbolísticos del niño/a debido a la proximidad al alto rendimiento.

Como objetivos generales fundamentales hablaremos del perfeccionamiento de los aspectos técnicos, asentados sobre la táctica. Así mismo también, pulir la capacidad táctica individual.

**Nivel V. Etapa de alto rendimiento (17 años ó más, juvenil y amateur)**

### 1.2.4.- Metodología de enseñanza

En la enseñanza del fútbol debemos tener en cuenta las siguientes consideraciones metodológicas:

- La motivación para los niños/as que comienzan su práctica deportiva es fundamental, y las situaciones globales y reales son lo más recomendable, para luego, en etapas posteriores ir aumentando el trabajo específico.
- No encontramos mayores ventajas en la metodología global (comprensiva) que en la conservadora o analítica.
- Los porteros no han de ser olvidados, y no se ha de situar al jugador más alto o más torpe en el terreno de juego como tal, sino al que quiera ser portero.
- El proceso de enseñanza se divide en fases claramente diferenciadas, pero que se interrelacionan, basándose en la continuación de unas sobre otras.
- En las primeras fases el entrenador/a ha de actuar como educador y profesor que transforme el entrenamiento en una escuela de valores.

- El acondicionamiento físico, progresivamente se va pasando de una preparación general hacia objetivos y formas de trabajo más específicas.
- La enseñanza táctica se hace fundamental en las primeras edades, superando el trabajo técnico.
- Desde las edades infantiles se ha de inculcar al futbolista la adecuada colocación.
- En la iniciación todos los jugadores han de pasar por todas las posiciones.

Criterio del autor sobre la temática anterior. Educar a través del deporte implica desarrollar una vida positiva que le ayudará a ser cada día mejor. Para los más pequeños debería ser es un medio que ha de entenderse integrado en un proyecto de vida ético y global. Debería ser un instrumento de maduración personal, que ayude a nuestros hijos a rendir según sus capacidades naturales recibidas.

Además del deporte de competición, al deporte también se le reconocen otros significados como ocio, recreación, salud. Junto a estos fines surge además el concepto de deporte educativo, que considera como la verdadera actividad cultural que permite una formación básica y luego, una formación continua a través del movimiento.

**CATEGORIA II. FUNDAMENTO TECNICO EL DRIBLING**

**2.1.-Aprendizaje de la técnica.**

Lo más importante en la formación de niños y jóvenes futbolistas, es la enseñanza y aprendizaje de todos los fundamentos técnicos en la etapa de Iniciación y Fundamentación.

Es en la iniciación al fútbol, con niños de 6 a 12 años y en la etapa de fundamentación, con jóvenes de 13 a 18 años, en las cuales el niño y el joven futbolista deben aprender, mejorar y perfeccionar todos los fundamentos técnico-tácticos que le permitan tener un buen desempeño a futuro en el fútbol de alto rendimiento.

La técnica es la relación del jugador con la pelota, es el control, dominio y utilización que éste sea capaz de manifestar en cada intervención del juego con el balón, es decir, debe saber utilizar todas las superficies de contacto de manera eficiente y eficaz, ya sea en balones a ras de piso, a media altura o en el juego aéreo, con su perfil derecho o su perfil

izquierdo y dándole una gran importancia a la buena utilización de los bordes de ambos pies.

El fútbol es un deporte de habilidades abiertas, de colaboración, de invasión, y de oposición, por lo tanto es un deporte de roce, de conflicto, de duelo y lucha permanente por el balón y con el balón, por esta razón cobra mayor importancia que la enseñanza y aprendizaje de la técnica no se realice descontextualizada de lo que es el fútbol real, de su esencia, con la intervención de los otros cuatro aspectos del juego: la táctica, el factor psicológico, la condición física y la utilización inteligente del reglamento, o sea siempre con el máximo de realidad de juego.

En el fútbol, cada día existen menos espacios para jugar, día a día se corre más, se marca más, se presiona más a quien tiene el balón, razón que nos indica que debemos aprender a utilizar la técnica en este contexto y formar, preparar y optimizar jugadores que sean capaces de resolver situaciones técnico tácticos en conflicto con el máximo de velocidad y calidad. (Eficiencia y eficacia).

La técnica no es una acción sólo motriz, la técnica no es sólo un movimiento automático del cuerpo con el balón, la técnica es una acción psicomotriz, que contempla la globalidad del ser, que contiene en cada intervención su totalidad, sin separar la mente del cuerpo pues el niño, joven o adulto es un ente indivisible, es un ser global, integral que debe estar óptimamente preparado para intervenir acertadamente siempre, además en el fútbol se requiere de una respuesta sociomotríz (rivales, compañeros) a las diversas situaciones del juego, el fútbol como cualquier otro deporte colectivo no es una mecanización del movimiento, son movimientos con el balón propios de un deporte de habilidades abiertas, es decir, debemos ser capaces de responder rápida y acertadamente ante cualquier situación imprevista del juego con y sin el balón ante el rival y en colaboración con sus compañeros.

Todo esto es imposible realizarlo acertadamente sin la intervención del sistema nervioso, sin la participación de los mecanismos básicos que dan respuesta a todos los estímulos que deciden y condicionan nuestro comportamiento diario y ante cualquier situación de juego,

en donde debamos tomar las decisiones motrices acertadas con el balón, estando en conflicto.

### 2.1.1.- ¿Qué es la toma de decisiones acertada en el juego?

Es la respuesta acertada y veloz ante un estímulo externo, la cual se efectúa a través del mecanismo de percepción, análisis, decisión y emisión.

La única manera de generar, producir y plasmar un jugador con la técnica óptima en todos sus aspectos, es que durante toda su etapa formativa (6 a 18 años) esté aprendiéndola sometido a situaciones reales, en las cuales estará obligado a tomar decisiones rápidas y acertadas permanentemente, de manera sistemática, en donde utilizará los mecanismos de percepción, análisis, decisión y ejecución muchas veces, millones de veces durante sus entrenamientos y específicamente todas ellas con la intervención del balón, de los compañeros, de los rivales, del reglamento, etc., mediante las cuales optimizarán la maduración de su neuro-motricidad general, aplicada al fútbol. Producir miles de situaciones que hagan funcionar estos mecanismos, que el niño y joven futbolista las utilice a diario, muchas veces de tal manera que cada una de estas acciones genere una nueva coordinación psicomotriz, un nuevo hilo que conecte la mente con los músculos, que sincronice la actitud y el movimiento del cuerpo con el balón. (velocidad gestual).

En definitiva lo que quiero manifestar en toda esta introducción el aspecto técnico, es que desde mi punto de vista y basado en toda mi experiencia y estudio del tema durante muchos años, es que:

1º La técnica es el factor más importante en el fútbol, ningún equipo puede suplir la carencia de técnica con la táctica, con el aspecto físico o con los deseos de jugar. Puede que se tenga éxito en algún partido, pero a la larga ganará el campeonato aquel equipo que juegue mejor el juego.

Toda esta importancia del aspecto técnico en el fútbol cobra mayor validez y fuerza en la etapa formativa del futbolista desde los 6 a los 18 años.

2º La técnica no es una acción motriz automática, en cada acción técnica, en cada contacto con el balón intervienen factores psicológicos internos (confianza, autoestima, etc.) y externos (la presión de un estadio lleno, jugar de visita, el poder del rival, etc.) la técnica es una acción psicomotriz de profundas coordinaciones neuromotoras, que van generando mayor consecuencia entre lo que se piensa y se hace, es decir, tomar la decisión correcta pero además ser capaz de plasmarla, de ejecutarla con el balón de manera rápida y eficaz.

3º La técnica, en consecuencia no se debe enseñar, mejorar o perfeccionar, descontextualizada de toda esencia del juego, de todas las situaciones que influyen en el ser humano, en el individuo jugador, no se debe enseñar sin el balón (obvio), sin el compañero, sin el rival, sin las reglas, sin la presión que ejerce el técnico en el jugador, sin la incógnita de la titularidad, sin la presión por conseguir el objetivo planteado, es decir, sin la competencia, pues la competencia es parte importantísima de la formación, más aún si consideramos que en nuestros días todo es competitividad, todo es lucha por conseguir algo, desde que nos levantamos hasta que nos acostamos y quienes no luchan y no se esfuerzan quedan irremediablemente en el camino.

Que el niño y joven futbolista aprenda y perfeccione todos los fundamentos técnicos, involucrando al máximo el sistema nervioso y sus mecanismos, a través de miles de repeticiones, en situaciones reales de juego, que rodean y contiene la competencia.

4º Nuestro trabajo, en el aspecto técnico, debe centrarse de manera general en los puntos débiles de nuestro fútbol nacional:

a. Carencia de técnica en velocidad
b. Falta de efectividad en la técnica en conflicto (duelo)
c. Falta de precisión en el golpe al balón al pasarlo a un compañero y al tirar.
d. Ausencia absoluta del control orientado; encadenar con ese primer contacto al balón otra acción técnica.
e. Mediocridad en el juego aéreo
f. Falta de confianza y apresuramiento en el área rival.

En el aspecto específico del trabajo técnico debemos considerar:

a. Perfeccionar la utilización de todas las superficies de contacto
b. Mejorar la utilización de la pierna menos hábil
c. Optimizar el golpe al balón con el empeine y la utilización de ambos bordes.
d. Mejorar el juego aéreo, especialmente el cabeceo ofensivo y defensivo.
e. Perfeccionar el dribling
f. Finiquitar con velocidad y tranquilidad (Calidad psicotécnica)
g. Desarrollar, trabajar y perfeccionar la toma de decisiones.

5º Sin temor a equivocarme considero que todo lo anterior se podría sintetizar y manifestar en el juego en las dos premisas siguientes:

a. Saber qué hacer con el balón antes de recibirlo.

b. Con ese primer contacto con el balón encadenar otra acción técnica ofensiva
Si conseguimos esto, estaremos dando inicio al buen juego individual y colectivo de nuestro equipo, pero la única forma de lograrlo es trabajando muchas veces cada una de las instancias mencionadas y majaderamente reiteradas en esta introducción del tema, teniendo como objetivo y contenido transversal en todas las instancias de las clases y del entrenamiento.

### 2.1.3.-La técnica en el regate

**Concepto:**

Es la acción técnica que nos permite avanzar o progresar con el balón sobre el terreno de juego, conservando y manteniendo su control o posesión y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego.

El regate es una cualidad técnica de tipo personal llena de fantasía, imaginación, habilidad y personalidad del jugador que lo realiza. Su ejecución nace con el propio individuo.

En el fútbol moderno la capacidad de regatear es una característica que diferencia al jugador imaginativo y creativo del resto de los jugadores.

Sin embargo, hay jugadores que sin la necesidad de ser excesivamente hábiles con el balón son capaces de desbordar a un contrario e incluso a toda una línea del equipo oponente aprovechándose de todas las ventajas posibles ante el adversario, tales como la velocidad, la destreza y el cambio de ritmo.

Son jugadores que dotan a todas sus acciones de una gran dosis de decisión y confianza en sus propias posibilidades.

**2.1.4.- Cualidades que debe tener un buen regateador:**

a.- Tener un perfecto dominio de su cuerpo. Debe tener una buena coordinación.

b.- Tener un perfecto dominio de los apoyos en el suelo.

c.- Tener un perfecto dominio del balón (habilidad técnica) pese a la oposición.

d.- Tener buen equilibrio, manteniendo el centro de gravedad bajo.

e.- Tener perfecta visión de la situación de los demás (compañeros y adversarios) en el campo.

f.- Tener el balón muy cerca, a veces debajo, sin perder en ningún momento su control.

g.- Saber mantener la distancia con el oponente, no echarse encima, y mirar la colocación de los pies del adversario. El jugador atacante no depende sólo de sí mismo, sino también de las actitudes defensivas de su adversario.

h.- Saber y tener bien clara la acción posterior a realizar tras el regate.

i.- Tener buen cambio de ritmo en la progresión (salida explosiva en la progresión), para desplazar el balón fuera del alcance del adversario y engañarle.

j.- Tener buena velocidad de ejecución y de reacción.

k.- Tener una buena imaginación, habilidad, destreza y un variado repertorio de regates.

l.- El regate estará acompañado siempre de la sorpresa o el engaño y el regate debe realizarse con creatividad y confianza.

**2.1.5.- Como realizar un buen regate:**

1.- Encarar al jugador contrario, fijando su posición.

2.- Bajar el centro de gravedad (semiflexión de rodillas) con el objetivo de lograr un mayor dinamismo y una mayor posibilidad de impulsión para arrancar en velocidad.

3.- Equilibrio y coordinación de movimientos de nuestro cuerpo con el balón.

4.- Engaño con el cuerpo (finta) o en su defecto cambio de dirección del balón fuera del alcanza del contrario.

5.- Cambio de ritmo, que nos permita dejar atrás al jugador adversario.

**2.1.6.-Tipos de regate:**

Los regates pueden ser realizados de frente o de espaldas y, en estos últimos, siempre hay una finta previa.

1.- Simple:

Es aquel tipo de regate en el cuál no se efectúa ninguna acción previa de engaño (finta).

Consiste en un simple cambio de ritmo o dirección sin necesidad de finta ninguna (es el típico regate del jugador que va en carrera y conducción). Es muy difícil su existencia en forma pura ya que es prácticamente inevitable realizar una mínima finta. Se podría decir que existen tres tipos:

- Jugador y balón cambian en la misma dirección.

- Jugador y balón cambian en diferente dirección.

- Jugador cambia de dirección y el balón sigue en la misma dirección.

El autopase, pese a su nombre, es un tipo de regate espectacular que consiste en lanzar el balón por un lado o por encima (sombrero) del adversario, para recogerlo por el otro lateral a su espalda.

2.- Compuesto:

Es aquel tipo de regate en el que se realiza una finta o engaño previos.

**2.1.7.- Ventajas que se pretenden con el regate:**

a.- Permitir el desmarque y la penetración de los compañeros.

b.- Desequilibrar al adversario y dejarlo fuera de la jugada.

c.- Colocarnos en situación de una segunda acción.

d.- Crear una situación negativa o una psicología negativa, al contrario.

e.- Ganar tiempo.

f.- Improvisar acciones.

g.- Tener el balón, y por lo tanto ser dueño del juego, para darle seguridad, velocidad y enganyar constantemente.

h.- Desahogo para los compañeros en algún momento.

**2.1.8.- Errores más frecuentes al realizar un regate:**

1.- No atreverse a realizar el regate, cuando el momento y lugar son adecuados, por miedo al robo de balón.

2.- Realizar regates en exceso para el lucimiento personal perjudicando la progresión del juego ofensivo del equipo, enervando a compañeros, provocando a los adversarios, arriesgándose a una posible lesión y a la pérdida del balón.

3.- Trompicarse y precipitarse en la realización del regate, por estar pensando en la jugada posterior antes de haber finalizado la acción de regate, la cual debe requerir mi atención máxima.

4.- No equilibrarse correctamente durante la realización del gesto lo que hace que el jugador salga trompicado del regate, perdiendo efectividad.

5.- No ejecutar el cambio de ritmo adecuado después de la finta, lo cual impide la superación del adversario.

**2.1.9.- Justificación del regate:**

a.- En el área contraria, para conseguir ángulo de tiro. Hay situaciones en las que difícilmente se podría conseguir un gol si no fuera porque previamente gracias a un regate se ha conseguido un buen ángulo de tiro.

b.- Cuando el poseedor del balón se encuentra aislado o en zonas cercanas a la portería adversaria muchas veces es necesario el regate.

c.- Para clarificar una acción posterior. Hay ocasiones en las que gracias al regate se logra una ventaja sobre el contrario que será determinante para el desarrollo de la jugada.

**2.1.10. La no justificación del regate:**

a.- Cuando el pase es posible. En muchas ocasiones, un pase o un tiro es mejor opción que realizar una acción de regate.

b.- En el área propia, rodeado de adversarios. En zonas cercanas a nuestra portería, regatear se puede convertir en una acción muy peligrosa para nuestro equipo.

c.- Cuando existe claro ángulo de tiro. Hay situaciones en las que por culpa de un regate innecesario puede perderse el ángulo de tiro y con ello perder una buena jugada de peligro. Existiendo ángulo de tiro para el poseedor del balón la acción de regate es innecesaria en la mayoría de los casos.

**C**riterio del autor sobre la temática anterior. el regate consiste principalmente en inducir un desequilibrio en el rival para poder eludirlo. Las técnicas al momento de ejecutar un regate son infinitas y básicamente se trata de movimientos improvisados por medio de fintas. Sin embargo, algunas de ellas han tomado identidad propia, como el túnel, el amago, la bicicleta y la pisadita. Otras, como el taquito y la rabona, suelen ser considerados regate, aunque en esencia no lo son, pues consisten en un pase en el primer caso y en un disparo en el segundo, ambos realizados con engaño, mientras que el regate es una maniobra en la que el balón permanece en poder del jugador, luego de haber superado o desequilibrado al rival.

El regate es una alternativa al pase, que se presenta en el momento en que el jugador que posee el balón se enfrenta con un rival. Esta alternativa requiere de una habilidad especial, que no siempre se presenta en todos los jugadores. Pocos pueden gozar de esta habilidad y sólo los mejores lo desarrollan a la perfección. El abuso del regate como recurso futbolístico y la pérdida del balón a causa de ello, suele ser criticado, tanto por aficionados como por los mismos jugadores que seguramente, esperaban el pase. Dependiendo del tipo de regate, encontraremos también al tipo de jugador, incluso hay jugadores capaces de desarrollar cualquier tipo de regate al encontrarse en ellos la coordinación, velocidad, fuerza y habilidad necesarias.

### 2.2.-Dribling en el fútbol

El dribling en el fútbol es una de las maniobras preferidas por los fanáticos del fútbol y es una clara muestra de las condiciones que tiene el jugador. No sólo es una simple maniobra individual, sino que puede ayudar a abrir defensas y atraer marcas rivales para que un compañero se pueda desmarcar.

El *dribling en el fútbol* o regate es algo que cada vez escasea más en el fútbol moderno, quizás mucho tenga que ver el tema de que se prioriza mucho más que antes todo lo referente a lo táctico y el entrenamiento físico, dando menos libertades para que los jugadores desarrollen todo su potencial técnico. Los grandes ídolos que se destacaron en el fútbol siempre deslumbraron por sus condiciones técnica deportivas naturales donde el regate era parte fundamental de sus acciones, burlando a las defensas con movimientos fantásticos y haciendo el deleite de los hinchas.

El regate se entrena y se perfecciona, más allá que pueda tener un factor natural que ya se trae incorporado, como se dice comúnmente “se nace, no se hace”, pero el regate tiene un poco de las dos cosas. "El fútbol se inicia en la cabeza, pasa por el cuerpo, y baja a los pies, nunca al revés", y el regate es una muestra de inteligencia y de saber leer las jugadas, por eso se le adjudica el título de “jugadores inteligentes” a aquellos que saben llevar adelante este tipo de maniobras.

Obviamente hay que tener en cuenta que el fútbol es un deporte donde se debe priorizar lo colectivo por sobre lo individual, pero la suma de individualidades puestas al servicio del equipo es una combinación perfecta, y el regate forma parte de las aptitudes individuales que aplicadas del modo correcto mejoran el juego de equipo.

Todo aquel jugador que domina la técnica del regate, estará en clara ventaja sobre sus rivales y será muy difícil de marcarlo y neutralizarlo, ya que posee un gran dominio de la pelota y pueden generar grandes problemas a las defensas adversarias.

Es una combinación entre dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, siendo una acción que puede abrir defensas y generar espacios para que otros compañeros de equipo puedan desmarcarse al ser el regateador el que se lleva las marcas.

### 2.2.1.- La técnica de un buen dribling en el fútbol

Tan importante como la técnica del regate es la decisión correcta de cuando llevarlo a cabo, ya sea en qué lugar de la cancha, en qué momento del partido y con qué objetivo se realiza. Hay diferentes maneras de ejecutarlo y entran en juego las características del jugador que lo realiza, ya que depende de varios factores como la improvisación, la capacidad de desborde, magia, creatividad y talento natural, más allá del entrenamiento que se pueda realizar.

Un buen entrenamiento de regate lo que hace es mejorar, perfeccionar y automatizar los movimientos que luego se realicen. No hay que perder nunca de vista que el **dribling en el fútbol** o regate lo que debe alcanzar es la acción de superar a un rival y pasarlo sin perder el dominio del balón. Algunos ejemplos de regates son los cambios de velocidad, el

amague, el rodeo (pelota por un lago y jugador por el otro), puente, fintas, giros o sucesión de toques para engañar al rival.

Entrenar regates es simplemente el entrenamiento de dominar el balón, correr con la pelota dominada, frenarse, cambiar de ritmo y siempre tener en cuenta que el balón es parte misma del pie y no se debe despegar de él

### 2.2.2.- Dribling en el fútbol

El dribling en el fútbol es una de las maniobras preferidas por los fanáticos del fútbol y es una clara muestra de las condiciones que tiene el jugador. No sólo es una simple maniobra individual, sino que puede ayudar a abrir defensas y atraer marcas rivales para que un compañero se pueda desmarcar.

El dribling en el fútbol o regate es algo que cada vez escasea más en el fútbol moderno, quizás mucho tenga que ver el tema de que se prioriza mucho más que antes todo lo referente a lo táctico y el entrenamiento físico, dando menos libertades para que los jugadores desarrollen todo su potencial técnico. Los grandes ídolos que se destacaron en el fútbol siempre deslumbraron por sus condiciones técnica deportiva naturales donde el regate era parte fundamental de sus acciones, burlando a las defensas con movimientos fantásticos y haciendo el deleite de los hinchas.

El regate se entrena y se perfecciona, más allá que pueda tener un factor natural que ya se trae incorporado, como se dice comúnmente “se nace, no se hace”, pero el regate tiene un poco de las dos cosas. "El fútbol se inicia en la cabeza, pasa por el cuerpo, y baja a los pies, nunca al revés", y el regate es una muestra de inteligencia y de saber leer las jugadas, por eso se le adjudica el título de “jugadores inteligentes” a aquellos que saben llevar adelante este tipo de maniobras.

Obviamente hay que tener en cuenta que el fútbol es un deporte donde se debe priorizar lo colectivo por sobre lo individual, pero la suma de individualidades puestas al servicio del equipo es una combinación perfecta, y el regate forma parte de las aptitudes individuales que aplicadas del modo correcto mejoran el juego de equipo.

Todo aquel jugador que domina la técnica del regate, estará en clara ventaja sobre sus rivales y será muy difícil de marcarlo y neutralizarlo, ya que posee un gran dominio de la pelota y pueden generar grandes problemas a las defensas adversarias.

Es una combinación entre dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, siendo una acción que puede abrir defensas y generar espacios para que otros compañeros de equipo puedan desmarcarse al ser el regateador el que se lleva las marcas.

Criterio del autor sobre la temática anterior. el dribling es aquel que utiliza el jugador para eludir, pasar, desbordar o engañar al rival es utilizado como amague o gambeta, es la expresión y la elegancia del deportista con el balón, utiliza el cuerpo para realizar algunos gestos técnicos peculiares y movimientos con el balón para desorientar al rival y de esta forma progresar hacia el arco rival.

### 2.3.- La técnica de un buen dribling en el fútbol

Tan importante como la técnica del regate es la decisión correcta de cuando llevarlo a cabo, ya sea en qué lugar de la cancha, en qué momento del partido y con qué objetivo se realiza. Hay diferentes maneras de ejecutarlo y entran en juego las características del jugador que lo realiza, ya que depende de varios factores como la improvisación, la capacidad de desborde, magia, creatividad y talento natural, más allá del entrenamiento que se pueda realizar.

Un buen entrenamiento de regate lo que hace es mejorar, perfeccionar y automatizar los movimientos que luego se realicen. No hay que perder nunca de vista que el **dribling en el fútbol** o regate lo que debe alcanzar es la acción de superar a un rival y pasarlo sin perder el dominio del balón. Algunos ejemplos de regates son los cambios de velocidad, el amague, el rodeo (pelota por un lago y jugador por el otro), puente, fintas, giros o sucesión de toques para engañar al rival.

Entrenar regates es simplemente el entrenamiento de dominar el balón, correr con la pelota dominada, frenarse, cambiar de ritmo y siempre tener en cuenta que el balón es parte misma del pie y no se debe despegar de él

### 2.2.2.- Dribling en el fútbol

El dribling en el fútbol es una de las maniobras preferidas por los fanáticos del fútbol y es una clara muestra de las condiciones que tiene el jugador. No sólo es una simple maniobra individual, sino que puede ayudar a abrir defensas y atraer marcas rivales para que un compañero se pueda desmarcar.

El dribling en el fútbol o regate es algo que cada vez escasea más en el fútbol moderno, quizás mucho tenga que ver el tema de que se prioriza mucho más que antes todo lo referente a lo táctico y el entrenamiento físico, dando menos libertades para que los jugadores desarrollen todo su potencial técnico. Los grandes ídolos que se destacaron en el fútbol siempre deslumbraron por sus condiciones técnicas deportiva naturales donde el regate era parte fundamental de sus acciones, burlando a las defensas con movimientos fantásticos y haciendo el deleite de los hinchas.

El regate se entrena y se perfecciona, más allá que pueda tener un factor natural que ya se trae incorporado, como se dice comúnmente “se nace, no se hace”, pero el regate tiene un poco de las dos cosas. "El fútbol se inicia en la cabeza, pasa por el cuerpo, y baja a los pies, nunca al revés", y el regate es una muestra de inteligencia y de saber leer las jugadas, por eso se le adjudica el título de “jugadores inteligentes” a aquellos que saben llevar adelante este tipo de maniobras.

Obviamente hay que tener en cuenta que el fútbol es un deporte donde se debe priorizar lo colectivo por sobre lo individual, pero la suma de individualidades puestas al servicio del equipo es una combinación perfecta, y el regate forma parte de las aptitudes individuales que aplicadas del modo correcto mejoran el juego de equipo.

Todo aquel jugador que domina la técnica del regate, estará en clara ventaja sobre sus rivales y será muy difícil de marcarlo y neutralizarlo, ya que posee un gran dominio de la pelota y pueden generar grandes problemas a las defensas adversarias.

Es una combinación entre dominio de la pelota y equilibrio del cuerpo, siendo una acción que puede abrir defensas y generar espacios para que otros compañeros de equipo puedan desmarcarse al ser el regateador el que se lleva las marcas.

Criterio del autor sobre la temática anterior. el dribling es aquel que utiliza el jugador para eludir, pasar, desbordar o engañar al rival es utilizado como amague o gambeta, es la expresión y la elegancia del deportista con el balón, utiliza el cuerpo para realizar algunos gestos técnicos peculiares y movimientos con el balón para desorientar al rival y de esta forma progresar hacia el arco rival.

### 2.3.- La técnica de un buen dribling en el fútbol

Tan importante como la técnica del regate es la decisión correcta de cuando llevarlo a cabo, ya sea en qué lugar de la cancha, en qué momento del partido y con qué objetivo se realiza. Hay diferentes maneras de ejecutarlo y entran en juego las características del jugador que lo realiza, ya que depende de varios factores como la improvisación, la capacidad de desborde, magia, creatividad y talento natural, más allá del entrenamiento que se pueda realizar.

Un buen entrenamiento de regate lo que hace es mejorar, perfeccionar y automatizar los movimientos que luego se realicen. No hay que perder nunca de vista que el **dribling en el fútbol** o regate lo que debe alcanzar es la acción de superar a un rival y pasarlo sin perder el dominio del balón. Algunos ejemplos de regates son los cambios de velocidad, el amague, el rodeo (pelota por un lago y jugador por el otro), puente, fintas, giros o sucesión de toques para engañar al rival.

Entrenar regates es simplemente el entrenamiento de dominar el balón, correr con la pelota dominada, frenarse, cambiar de ritmo y siempre tener en cuenta que el balón es parte misma del pie y no se debe despegar de él

#### 2.3.1.- Entonces ¿Que es un Regate, Dribling o Gambeta?

Es una habilidad del fútbol que consiste en realizar movimientos y amagues con el cuerpo, las piernas y la pelota, con el fin de engañar, al contrario, para evitar que le arrebate la pelota y poder eludirlo.

El regate o gambeta ha sido tradicionalmente la característica del fútbol sudamericano.

### 2.3.2.- ¿Cómo se hace?

Hay diferentes tipos de regates, cada uno con un nivel de dificultad como de espectacularidad más alto o más bajo , están de los más simples a los más sorprendentes.

#### El clasico

Es el regate tradicional, consiste en el súbito movimiento del pie para controlar el balón, salir por derecha o izquierda y eludir al adversario. El problema del marcador radica en no saber por dónde saldrá el atacante.

#### 2.3.4.-Regate ne velocidad

Es el regate más utilizado en movimiento. Se basa en un principio muy sencillo, tocar el balón a un espacio libre, fuera del alcance del defensa para luego recuperar la posesión del balón. Se realiza cuantas veces sea necesario. Es muy común usarlo en contragolpes, se requiere de grandes dotes físicas, dominio de espacios libres, velocidad y un control óptimo del balón para dominarlo en movimiento.

### 2.3.5.- El cambio de ritmo

Consiste en el cambio súbito de velocidad en donde se aprovecha de la técnica y rapidez para superar al adversario. A fuerza de pararse y seguir, se definió esta forma de regate que popularizó Johan Cruyff en los años 70. Los más emblemáticos son:

#### 2.3.6.-El freno

Consiste en el freno súbito, el jugador viene controlando el balón con velocidad y súbitamente, se detiene en seco y cambia de dirección. En los años 60, Garrincha era un maestro del freno, se detenía y cambiaba de dirección con suma facilidad. Este estilo es muy utilizado por quienes juegan por las bandas, cuando llegan con velocidad y frenan repentinamente para dirigirse por un extremo del campo o en diagonal. L

### 2.3.7.-El sombrero

Este exótico regate consiste en controlar con la puntera del pie rápidamente, pasar la pelota por encima del defensor para despistarlo y volver a controlar la pelota. Es una especie de

autopase, pero por el aire. Fue popularizado por Pelé durante toda su carrera, siendo probablemente el más famoso, el que realizó y terminó en gol en la final de la Copa Mundial de Fútbol de 1958, en Suecia, contra los locales.

### 2.3.8.- La bisicleta

La bicicleta es un movimiento empleado para engañar al marcador, haciéndole creer que el atacante en posesión de la pelota se moverá en una dirección que no es la que pretende seguir en realidad. Originalmente, fue un movimiento habitual de leyendas como Pelé y Garrincha y fue re popularizado a finales de los años 1990 por Ronaldo. En el Mundial de Francia '98, Denílson puso este movimiento en práctica ante Petit con una serie de seis pedaladas antes de enviar la bola al poste izquierdo de la portería francesa. Las bicicletas se combinan de esta manera para crear un efecto desconcertante en las defensas contrarias y, a veces, se emplean con la intención de conseguir faltas a favor del borde de área o penaltis.

### 2.3.9.-La elastica

Consiste en llevar el balón pegado al pie, formando una curva hacia la izquierda o derecha, ofreciéndole el balón al marcador casi en el medio de sus piernas para luego con el borde interno del pie llevar el balón hacia afuera, es justo en este momento donde el cuerpo se abalanza en la misma dirección elegida, engañando al marcador. Sin duda se necesita una gran potencia en el muslo y una enorme capacidad de giro y elasticidad en el tobillo. En los años 1970, el brasileño Rivelino fue el primero en ser reconocido por este magnífico tipo de regate. En los años 1980, caracterizó al peruano Uribe. En los años 90, Ronaldo la mostró en Europa y en la actualidad, Ronaldinho la ha perfeccionado y popularizado a nivel mundial.

### 2.3.10.-La ruleta marsellesa

Consiste en encarar al jugador contrario sin perder velocidad ni la posición sobre el balón, efectuando una rotación por encima de la pelota y realizando una vuelta de 360º grados en el aire, consiguiendo así, dejar atrás al jugador contrario.

### 2,3.11.-La cola de vaca

El jugador está de espaldas contra el defensa, mantiene controlada la bola con el interior del pie y simultáneamente, gira el cuerpo a 180º y mantiene la pelota pegada al pie, para posteriormente darle fuerza y velocidad.

### 2.3.12.- Dribling con robona o abracadabra

La pelota está detrás del jugador y de repente con el pie se pasa la pelota por detrás y luego haciendo una rabona se pasa la bola por delante en diagonal, haciendo un ángulo de 45°.

Criterio del autor sobre la temática anterior. es la acción técnica que nos permite avanzar o progresar con el balón sobre el terreno de juego, conservando y manteniendo su control o posesión y desbordando al adversario para que no intervenga en el juego, el regate es una cualidad técnica de tipo personal llena de fantasía, imaginación, habilidad y personalidad del jugador que lo realiza. su ejecución nace con el propio individuo.

en el fútbol moderno la capacidad de regatear es una característica que diferencia al jugador imaginativo y creativo del resto de los jugadores, sin embargo, hay jugadores que sin la necesidad de ser excesivamente hábiles con el balón son capaces de desbordar a un contrario e incluso a toda una línea del equipo oponente aprovechándose de todas las ventajas posibles ante el adversario, tales como la velocidad, la destreza y el cambio de ritmo.

son jugadores que dotan a todas sus acciones de una gran dosis de decisión y confianza en sus propias posibilidades.

## 3.1.- La técnica del tiro a portería.

En el desarrollo del juego de fútbol, todos buscan lograr el gol. La realización del mismo consta de dos aspectos que determinan esta probabilidad: primero el número de tiros a puertas realizados durante el partido; y segundo la calidad de los mismos. Esto se traduce en elementos cuantitativos y cualitativos del tiro a puerta.

El proceso de enseñanza aprendizaje del tiro a puerta está condicionado, entre otros, por dos aspectos esenciales: la técnica y la táctica. El primero brinda al jugador la ejecución de los movimientos más ideales para golpear el balón con potencia y precisión hacia la portería contraria; el segundo, la capacidad intelectual de la toma de decisión, dándole la ventaja necesaria para crear la oportunidad de tiro a puerta y su aprovechamiento.

Este proceso comienza desde el mismo momento en que el niño toca el balón, y si se hace bien condiciona el desarrollando las cualidades especiales de un jugador polivalente con una solidad intención ofensiva en el cumpla exitosamente con las funciones de su posición, pero contribuyendo al accionar ofensivo del equipo. Sobre este asunto Horst Wein aclara: "No compete solo a los delanteros dirigir el balón dentro de los tres palos, sino también a los centrocampistas y los defensas." (Wein, 1999: 133)

La enseñanza del tiro a puerta ha sido, en muchos programas de preparación, obviado de cierta manera. Se ha seguido la filosofía de que el ataque en el fútbol, y sobre todo el tiro a puerta, debe de ser realizado por el jugador espontáneamente durante el juego basándose en los elementos generales dados en el entrenamiento y en su intuición de delantero o goleador.

"El hecho de que en muchos partidos no aprovechemos suficientemente nuestras oportunidades de gol, es debido en primer lugar a la deficiente planificación y al contenido del entrenamiento, especialmente en la forma de practicar el remate a portería". (Wein, 1999: 135)

La enseñanza del tiro a puerta en el futbolista se realiza reiteradamente sustentado en el criterio de conferirle al jugador dones innatos para ser goleadores y en la capacidad del entrenador para detectar los errores y utilizar las posibles variables a tratar en el mismo, razones por las que se descuida otros componentes que representan, durante el tratamiento, el complemento de una metodología eficaz. Este tipo de preparación con un carácter intuitivo principalmente para los jugadores que tienen, lo que llamamos, olfato a gol dificulta el tratamiento individualizado en otros jugadores. La desestimación de muchos aspectos del tiro a puerta tales como la relación técnica, la actuación según el espacio y

tiempo de acción, así como el enfrentamiento de oposiciones limitan cualquier vía metodológica dirigida al desarrollo de esta habilidad en toda su profundidad.

Estas características de la preparación han determinado que en los partidos muchos jugadores se queden, en la mayoría de las veces, sin saber qué hacer cuando tienen una oportunidad manifiesta de obtención de gol o que no puedan generar jugadas con más oportunidades de éxito.

Es por eso que se realiza la investigación durante la etapa de aprendizaje que comprende a las categorías 13-14 años, detectándose que en la EIDE "Orestes Acostas" los futbolistas presentan dificultades en la realización de los tiros a puertas poniéndose de manifiesto la baja cantidad de tiros a puertas, la calidad de los mismos y que la mayoría son dirigidos fuera de los tres palos.

Estos elementos determinan que se revele el siguiente problema científico: ¿Cómo aumentar el rendimiento de las acciones de tiro a puerta en futbolistas de la categoría 13-14 años de la EIDE "Orestes Acostas"? Para la cual se tiene como objetivo: aplicar ejercicios técnicos tácticos con enfoque integrador para la enseñanza del tiro a puerta.

El tiro es la acción por excelencia del fútbol, la que, en la mayoría de ocasiones, decide el resultado de un partido. Es una acción capaz de hacer levantar al público de sus asientos se convierte en gol.

El tirador debe ser rápido en juzgar la situación propia para el tiro en su decisión y en la ejecución técnica, que será tan explosiva como instantánea

También hay distintas clases de tiros:

- Tiro a balón parado
- Tiro con balón en movimiento a ras de suelo
- Tiro a bote pronto

Técnica de tiro

La máxima potencia del tiro se consigue cuando el pie activo pasa por la vertical de su punto de sustentación -la rodilla-, momento que coincide con el adelantamiento del pie que chuta respecto al de apoyo.

En la acción del tiro a puerta es tan importante una buena colocación del pie de apoyo como el repentino movimiento de la pierna libre. El indispensable que el pie se encuentre a la altura del balón

3.1.1.- Factores que influyen e inciden en la efectividad del tiro a gol

1. **Control del balón.** Hay dos tipos:

- Control simple, realizado con la sola voluntad de hacerse con el control de la pelota.
- Control orientado: en el que, además de dominarla se pretende que quede en una determinada posición para poder jugarla a conveniencia. El pecho, la cabeza, las piernas, el muslo, y pies, son superficies habituales en los controles.

2. **Conducción** (no siempre se necesita): capacidad de correr con la pelota pegada a los pies y sin perder su posesión. A los jóvenes jugadores se les debe enseñar que no deben abusar de este recurso técnico ya que suele ralentizar el juego y comporta riesgo de lesión por la posible entrada de un jugador contrario. El interior y el exterior del pie son las superficies habituales para este recurso técnico.

3. **Regate** (no siempre se necesita): acción de desborde de un contrario, estando el jugador que lo realiza, generalmente en posesión del balón.

4. **Disparo o remate a puerta:** acción de golpear la pelota hacia la portería contraria con la intención de realizar un gol. Se puede realizar con las diferentes partes del pie que mencionamos anteriormente.

5. **Desmarque:** acción ofensiva que intenta sacar partido de un espacio vacío que ocupará un atacante.

6. **Ubicación témpora-espacial del jugador en el campo de juego.**

7. **Rapidez de movimiento al realizar la acción.**

8. **Correcta ejecución y colocación del disparo a puerta.**

Específicamente para este último parámetro, están confeccionados nuestros ejercicios los cuales podrán ser observados y analizados con detenimiento.

**Golpeos del balón**

3.1.2.- Errores más comunes presentados en el golpeo con el interior del pie

- El eje longitudinal del pie no es exactamente perpendicular a la dirección del golpeo por lo que la fuerza no se le transmite hacia el centro y provoca la rotación no siempre deseada.
- El alumno no se sitúa exactamente en la dirección del golpeo del balón. En consecuencia, golpea el balón con efecto.
- La colocación del pie de apoyo no se realiza correctamente provocando falta de dirección.
- No se realiza la rotación externa de la pierna desde la cadera causando la inexactitud de la pegada.
- El alumno descuida tanto el movimiento de la pierna hacia atrás (retroversión) como el acompañamiento después del golpe.
- El movimiento del tronco en el momento del golpeo es hacia atrás.
- En el momento del toque del balón ni la articulación de la rodilla y sobre todo la del tobillo no están tensas completamente, provocando que la fuerza del golpeo sea débil.

3.1.3.- Errores más comunes en la ejecución técnica del toque con el empeine interior

- El balón golpeado recibe una rotación inútilmente fuerte. Su causa puede ser que el jugador corre completamente enfrente del balón. Así no puede torcer su pie hacia

fuera en la medida necesaria. Por lo tanto, no será capaz de acertar el balón cerca de su centro si su pie no toca el borde exterior lateral del balón.

- Algunos jugadores no son capaces de elevar e1 balón medio alto o alto, la causa es que el pie estirado no toca adecuadamente bajo el balón a consecuencia de la inclinación exagerada hacia delante del tronco y también la colocación del pie de apoyo muy adelante.
- Principalmente en delanteros, una falta corriente es la inclinación exagerada hacia atrás desde la cadera de la pierna de apoyo en el momento del toque. La consecuencia es en casi todos los casos un tiro por encima de la portería.
- Para impedir la inclinación exagerada, debemos prescribir al jugador como ejercicio forzoso que, inmediatamente después del toque de balón, procure golpear con su mano contraria el pie que golpea.
- Una falta menos frecuente es que la pierna de apoyo queda demasiado lejos lateralmente a la pelota. 1a consecuencia es que una gran parte de la fuerza del ímpetu no actúa en la dirección del toque y así el balón tendrá menos velocidad.

### 3.1.4.- Errores más comunes en la ejecución técnica del toque de balón con el empeine total

- La dirección de la carrera no coincide con la del toque. Esto origina que el alumno no toca el balón con la superficie adecuada de choque (generalmente con el empeine interior o exterior) y así el balón recibe una rotación. Podemos corregir esta falta si al principio marcamos una línea recta. El balón lo colocamos en un extremo y el jugador tiene que correr por la línea marcada.
- El pie no está tenso completamente. La consecuencia de esta falta es que la trayectoria del balón será corta a causa de la elasticidad de la superficie de toque. El pie se desliza debajo del balón por ausencia de tirantez y lo eleva inútilmente.
- El jugador lanza la pierna hacia el balón sólo desde la rodilla. Esta falta se manifiesta en la velocidad disminuida del balón. Su causa es que el último paso antes del toque es demasiado corto. Así no hay tiempo para lanzar hacia atrás la pierna que golpea.
- Con alumnos principiantes puede ocurrir muy a menudo que queriendo ejecutar tiros largos, la rodilla se alarga prematuramente durante el esfuerzo hacia el balón

efectuando así el toque con una pierna completamente estirada en la rodilla. Por esta falta es muy frecuente el toque al suelo. Con el jugador que comete tales faltas, debemos ejercitar toques en posición parada de manera que pueda hacer el golpe al balón sólo desde la rodilla.

- Una falta frecuente es que la pierna que no golpea se sitúa inadecuadamente detrás del balón al tomar posición. Su resultado es que la trayectoria del balón será demasiado alta. Podemos ayudar a corregir esta falta en alumnos principiantes al señalar en el terreno la posición de la pierna de apoyo al lado del balón.
- El balón arqueado demasiado alto puede ser fruto de la posición inadecuada del torso. La parte superior del cuerpo se inclina de pronto hacia atrás, aun en el período del impulso. Podemos corregir esta falta si ordenamos al alumno ejercitar el movimiento siguiente: tiene que procurar tocar su pie con la mano contraria después de ejecutar el toque.

3.1.5.- Errores más comunes en la ejecución técnica del golpeo con el empeine exterior

- El alumno no golpea con la superficie indicada.
- El pie de apoyo muy distante del balón.
- La rotación interna de la pierna desde la cadera no es suficiente.
- No se tensan suficientemente las articulaciones del tobillo y rodilla en el memento del toque.
- No se realiza el acompañamiento después del toque.
- La vista no se dirige hacia el balón en el momento del toque.

## 3.2.- El tiro a portería y su influencia en la enseñanza aprendizaje en niños de 11 – 12 años-

El tratado de un contenido siguiendo los paradigmas de la ciencia, ubican en la época moderna, el trabajo con un carácter sistémico. El fútbol no está excluido de esta concepción aprobada por la praxis en la que todos los elementos están relacionados íntegramente afectando unos sobre los otros componentes del sistema lo cual evidencia que existen varios subsistemas.

Según Mombaerts al hablar de la complejidad del rendimiento deportivo esclarece que, debido a la estrecha articulación de numerosos componentes, el rendimiento eficaz del fútbol solo puede inscribirse dentro de una perspectiva sistémica. (Mombaerts, 1998: 18)

Uno de estos subsistemas es precisamente el entrenamiento del tiro a puerta en los que el desarrollo de capacidades, enseñanza y perfeccionamiento de habilidades, adquisición y consolidación de hábitos se manifiesta como fenómeno complejo que tributa a la acción técnica como respuesta motriz a una decisión tomada.

"Por tanto, el rol del entrenador es crear situaciones-problemas adaptadas al nivel de los jugadores." (Mombaerts, 1998: 19) En los cuales va tratando los elementos más sencillos y con el tiempo aportándole complejidad hasta llegar a las condiciones propias del acto competitivo, y aún más complejas. Para la preparación del jugador en la acción de tiro a puerta, sea en función de: delantero, medio o defensa, debe hacerse siempre buscando que el atleta se enfrente en los entrenamientos a las resistencias a vencer en competencias. "Para que el atacante sea capaz de prever las oportunidades de gol debe entrenar el remate a portería simulando siempre las situaciones reales de juego." (Wein, 1999: 135)

Por lo que se hace evidente la necesidad de modelar las condiciones de competición durante los entrenamientos para que no exista una falta de correspondencia muy marcada entre las condiciones de la preparación y el acto competitivo. Para ello no es recomendable asumir que el jugador reciba un entrenamiento desarrollado únicamente desde una perspectiva metodológica analítica que solo provoca que los atletas aun cuando practiquen en abundancia los tiros a puertas nunca lleguen al nivel de superar la mayoría de las resistencias planteadas en el juego.

Partiendo del criterio de que la "… práctica de las distintas técnicas del remate fascina a todos. Generalmente, ni los jóvenes, ni los adolescentes, ni los adultos se cansan de practicar el remate a tiro a portería en todas sus variantes, aunque no siempre de una forma eficaz." (Wein, 1999: 141) La dosificación correcta y el tratamiento del tiro a puerta, es determínate para alcanzar el éxito deportivo, por la falta de esta es siempre segura la derrota, cuando no del juego, si en lo motivacional.

La ausencia de un entrenamiento eficaz afecta psicológicamente al atleta porque le condiciona al mismos un nivel alto de incertidumbre en su accionar táctico y desarrolla muy especialmente el factor de inseguridad. Esto trae como consecuencia la indecisión del tiro y el miedo excesivo al error en el golpeo.

Por lo tanto, es interés principal de todo entrenador que los atletas no presenten estas barreras psicofísicas que entorpecen el buen desempeño de los mismos y para ello lo mejor es una planificación de carácter integradora que desarrolle con profundidad este elemento para alcanzar el objetivo propuesto, además de plantearse metas superiores sin violar los principios de un atleta.

Otro requisito que exige el juego de fútbol es que la relación de jugador y balón no es igual al que se emplea en un ejercicio aislado. Aquí observaremos que el empleo de la técnica del fútbol en el entrenamiento se practica fundamentalmente de modo elemental y en el juego, la técnica empleada es adaptada a las condiciones de juego, es decir es una traslación de los elementos de las técnicas básicas pero contextualizadas para cumplir un objetivo táctico. Determinada esta condición de realización de la técnica, en el entrenamiento del tiro a puerta hay que practicarlas en condiciones especiales propias del juego ya que uno "…de los problemas con que se encuentra frecuentemente el lanzador en el partido, es que el balón no se halle en un lugar ideal en relación con los pies. Por eso, en los entrenamientos, todos los jugadores con excepción del portero deben practicar lanzamientos rápidos, desde cualquier posición de ataque y distancia con el balón en todos los posibles lugares alrededor del cuerpo, tanto en movimiento, a ras del suelo o botando, o también estático." (Wein, 1999: 142)

"Los jugadores deben aprovechar todas las oportunidades de disparos a portería, porque el jugador que chuta a portería con más frecuencia, incluso desde ángulos difíciles, tiene más posibilidades de conseguir el gol". (Wein, 1999: 139)

Los futbolistas deben trabajar en el concepto de que mientras se trabaja la efectividad de los tiros a puertas también las oportunidades de realizarlas deben de aumentar porque no solo la calidad de los tiros a puertas mejora, sino que la cantidad de los mismos debe de aumentar. "Tirar el balón fuera de la portería es un error, pero un error más grave es no

asumir la responsabilidad de rematar y renunciar al lanzamiento a portería". (Wein, 1999: 138)

El jugador en el momento de armar una jugada ofensiva debe tener en cuenta muchos aspectos, las zonas y áreas de actuación, el tiempo disponible para que el ataque sea efectivo, el nivel de oposición a la que se enfrenta y de colaboración con la en la situación, los ángulos de tiro a puerta más factibles de utilizar, etc. Todos estos elementos dan una idea al portador del balón de cuál es la mejor opción para alcanzar un resultado positivo sin descuidar en exceso el componente defensivo. Para lograr esto el futbolista debe de entrenarse teniendo en cuento todos estos parámetros, para optimizar su actividad de juego, llegando el periodo competitivo suficientemente adaptado para la acción ofensiva y sepa aprovechar todas las coyunturas que se presenta en la competición.

El conjunto de ejercicios se realizó teniendo como muestra a 16 atletas de fútbol de la categoría 13-14 años de la EIDE "Orestes Acosta" para la cual se utilizaron protocolos de observación de las acciones ofensivas que comprenden el número de posesiones del balón, número de tiros a puertas y cantidad de goles en el partido con intención de determinar los siguientes indicadores:

3.2.1.- Porcentaje de acción ofensiva para el tiro a puerta

Para el tratamiento de primer indicador se estableció la relación entre el total de posesiones del balón y tiros a puertas realizados durante un partido. Este valor es expresado en Porcentaje para mejor comprensión.

**P.A.O. (t.p.) = acciones éxitos / total de acciones. 100**

Porcentaje de eficacia ofensiva

Para determinar el coeficiente de eficacia ofensiva se dividió, el total de goles alcanzados entre el número de posesiones del balón multiplicado por cien. Esta ecuación brinda la información del valor de cuanto se aprovecha la posesión del balón hasta llevarlo a convertir en gol.

**P.E.O. = Nº de goles / Nº de posesiones. 100**

Porcentaje de resolución ofensiva

Para determinar el por ciento de efectividad de los tiros a puertas se y el nivel de aprovechamiento de este elemento técnico táctico se utilizaron variables el total de tiros realizados y el total de tiros efectivos

**P.R.O. = Nº de goles/ Nº de lanzamientos. 100**

Para el análisis y tratamiento de la información se elaboró un protocolo de observación que media como indicadores la cantidad de posesiones del balón por un equipo, el número de tiros a puertas y la efectividad de los mismos.

Estos datos brindados resumían en valores totales y se ingresan a una tabla estadístico matemático para su valoración y evaluación de la muestra en su desempeño durante el juego desde el punto de vista ofensivo. Tratando principalmente del tiro a puerta.

3.2.3.- La aplicación de los instrumentos se realizó a diez partidos en cada etapa

Para la valoración de los diferentes indicadores se utiliza la escala evaluativa para cada tipo. (Ver cuadro 1)

**Cuadro 1.** Escala evaluativa por indicador

| Evaluación | P.A.O. (t.p.) | P.E.O. | P.R.O. |
|---|---|---|---|
| Excelente | Más de 20 | Más de 10 | Más de 40 |
| Bien | 16 – 20 | 8 - 10 | 31 - 40 |
| Regular | 11 – 15 | 5 – 7 | 21 – 30 |
| Mal | 6 – 10 | 2 – 4 | 11 - 20 |
| Insuficiente | Menos de 5 | Menos de 2 | Menos 10 |

## f. METODOLOGÍA

### ENFOQUE

Thomas et. Al. (2006 – 346), hacen un análisis comparativo de concepciones y críticas a la metodología cualitativa encontrando una nueva versión de la misma, señalando lo siguiente:

- Una palabra más que numero
- La preferencia por información que sucede de manera natural por observación y por entrevista no estructurada
- Preferencia por los símbolos más que por los comportamientos sea, intentar registrar al mundo dese el punto de vista de la gente que está siendo investigada
- La preferencia por investigación inductiva generadora de hipótesis más que por aquella que se orienta a la prueba de hipótesis, y ese también es relativo reconociendo que deben de ser verificadas, si no se limitarían a meras especulaciones.

El autor de esta investigación coincide con los criterios anteriores, no obstante, entiende que las biografías o historias de vida son estudios intensivos de trayectorias vitales. Resaltamos las experiencias vitales de los individuos en su acción dentro de una sociedad determinada muestra las relaciones entre esas vivencias personales y los marcos institucionales de una sociedad, así como la interacción que se produce entre individuos y colectividad

### DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

**Pre-experimental**

En los diseños pre – experimentales se analiza una sola variable y prácticamente no existe ningún tipo de control. No existe manipulación de la variable independiente, es importante tener en cuenta que entre su clasificación cuentan con diseños pre test –pos test de un solo grupo, diseño de grupo no equivalente sin pre test.

Hay poca utilización de la matemática en este tipo de diseño, tiene un análisis factorial exploratoria; usada para descubrir la estructura interna de un número relativamente grande de variables, pruebas no paramétricas; pruebas estadísticas sin suposición alguna sobre la distribución de probabilidad.

Diseño de preprueba – posprueba con un solo grupo: a un grupo se le aplica una prueba previa, se le administra el tratamiento y luego se aplica una prueba posterior.

Con ello se trata de analizar el nivel al iniciar l aplicación de la propuesta y el final o los resultados que se obtuvieron al culminar dicha propuesta.

## TIPO D ESTUDIO

### Longitudinal

Este tipo de estudio se enmarca en la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; es decir, están dirigidos a responder por las causas de los eventos y fenómenos físicos o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en la descripción por qué el interés del investigador es analizar cambios a través del tiempo en determinadas variables o en relaciones entre estas.

En segundo lugar, los diseños descriptivos recolectan datos a través del tiempo en puntos o periodos especificados para hacer inferencias respecto al cambio, determinantes y consecuencias. Consiste en observar a un mismo grupo de sujetos a lo largo de un periodo de tiempo. La duración de la investigación fue aproximadamente de 8 meses.

## MÉTODOS

### Métodos a utilizar

### Método Científico General.

Al hablar del método científico es referirse a la ciencia (básica y aplicada) como un conjunto de pensamientos universales y necesarios, y que en función de esto surgen algunas cualidades importantes, como la de que está constituida por leyes universales que conforman un conocimiento sistemático de la realidad. Y es así que el método científico procura una adecuada elaboración de esos pensamientos universales y necesarios. Es un método de investigación usado principalmente en la producción de conocimiento en las ciencias. Nos ayudó mucho en todo el proceso de nuestra investigación fundamentalmente

en todo el proceso del marco teórico, donde se analizaron varias teorías científicas que nos permitieron plantearnos nuevas acciones epistemológicas que ayudaron a comprender científicamente lo que estábamos propono9endo.

**Métodos Teóricos**

**Análisis**

Krippendorff (1982) extiende la definición del análisis de contenido a "una técnica de investigación para hacer inferencias válidas y confiables de datos con respecto a su contexto".

A través de este método se realizó un estudio profundo de todos los componentes de la investigación para realizar la propuesta o alternativa de solución que ayuden a la mejoría de dicho problema. Fue muy acertado para los análisis de las diferentes teorías tratada en esta investigación.

**Síntesis**

Se refiere a la elaboración de una explicación corta en la que se representa lo principal de un tema; composición propia de un conjunto de ideas, a partir de sus elementos separados en un previo proceso de análisis. Se utilizó durante toda la consulta o bibliografía de la literatura científica, documentación especializada, así como en la elaboración de la información obtenida relacionado con la actividad motora.

**Inductivo**

A través de este método obtenemos conclusiones generales a partir de hechos o enunciados particulares, una vez realizado el estudio de la problemática a investigarse.

**Deductivo.**

La deducción va de lo general a lo particular. El método deductivo es aquél que parte los datos generales aceptados como valederos, para deducir por medio del razonamiento lógico, varias suposiciones, es decir; parte de verdades previamente establecidas como principios generales, para luego aplicarlo a casos individuales y comprobar así su validez.

Se puede decir también que el aplicar el resultado de la inducción a casos nuevos es deducción.

**Histórico-Lógico.**

Para poder descubrir las leyes fundamentales de los fenómenos, el método lógico debe basarse en los datos que proporciona el método histórico, de manera que no constituya un simple razonamiento especulativo.

**Métodos Empíricos**

**Medición**

Una medición es comparar la cantidad desconocida que queremos determinar y una cantidad conocida de la misma magnitud, que elegimos como unidad.

Se realizó un test inicial para medir el nivel que tienen los alumnos en cuanto a la coordinación psicomotriz, antes de la aplicación de los ejercicios y después de la aplicación de los mismos.

**Encuesta**

Es un instrumento de investigación en el que el investigador busca recopilar datos por medio de una previa elaboración de preguntas, las personas seleccionadas en una muestra respectiva de la población a investigar, a través de la encuesta el investigador puede direccionar las respuestas y determinar el método empleado para la recolección de información de acuerdo con la naturaleza de la investigación. Se aplicó a los estudiantes participantes en la investigación

El objetivo de la técnica de encuesta aplicada en el diagnóstico es conocer en qué medida están los estudiantes desarrollando sus capacidades coordinativas motoras para de esta manera llevar a cabo el desarrollo de la propuesta alternativa.

**Comparación.**

Se utilizó para valorar los resultados de la encuesta, y aplicación de los test lo que permitió valorar el avance, obtenido luego de aplicada la alternativa, conjunto de ejercicios y juegos metodológicos para potenciar la enseñanza aprendizaje de las técnicas de futbol del tiro a portería y el dribling en los niños 10 – 12 años del Cantón Sozoranga.

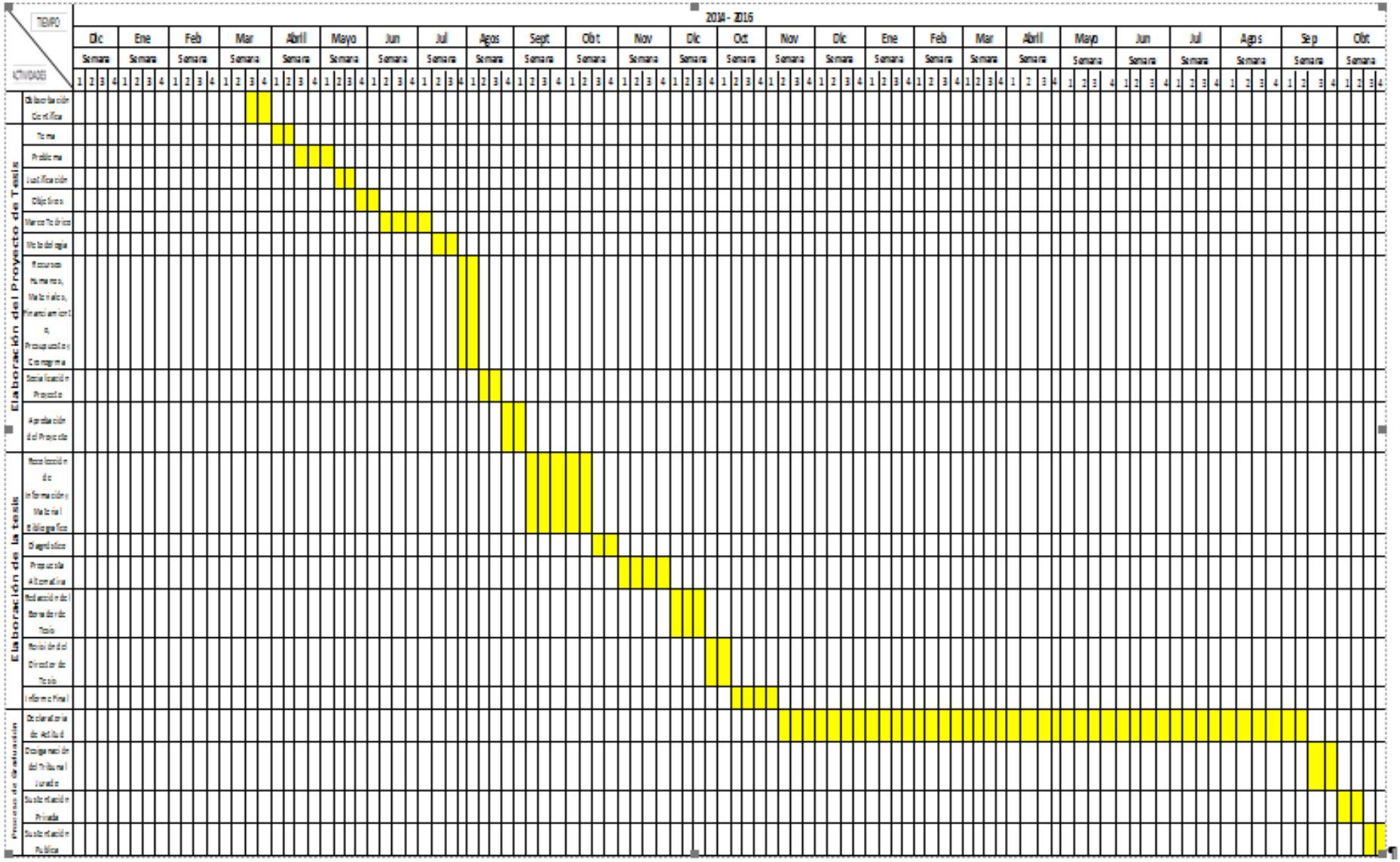
**Test**

Este concepto hace referencia a las pruebas destinadas a evaluar conocimientos, aptitudes o funciones de los estudiantes o un grupo de trabajo dentro de los cuales se realizó un test inicial y un test final.

## POBLACIÓN Y MUESTRA

La población que interviene en el presente trabajo de investigación está conformada por 25 niños, todos con una edad promedio de 10 a12 años por lo que el trabajo a realizarse para el desarrollo de la coordinación psicomotriz estaba acorde a su edad. La muestra fue intencionada, sobre la base de los que mejores condiciones técnicas tenían para conformar el grupo.

## g. CRONOGRAMA



## h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

**RECURSOS:**

**RECURSOS ECONÓMICOS:**

Para el desarrollo del presente proyecto de tesis se ha elaborado el siguiente presupuesto.

**PRESUPUESTO DE GASTOS:**

| | |
|---|---|
| Transporte | $ 250,oo |
| Impresiones | $ 250,oo |
| bibliografía | $ 50,oo |
| Equipos y materiales | $ 200,oo |
| Gastos varios | $100,oo |
| **Total** | $850,oo |

**FINANCIAMIENTO**

La presente investigación será financiada económicamente en su totalidad por el investigador.

**RECURSOS INSTITUCIONALES:**

- Universidad Nacional de Loja.
- Área de la educación el arte y la comunicación.
- Carrera de cultura física.
- Cantón Sozoranga..

**RECURSOS HUMANOS:**

- Autoridades y Docentes de la Universidad Nacional de Loja.
- Autoridades y Docentes del Área de la educación el arte y la comunicación.
- Autoridades y Docentes de la Carrera de cultura física.
- Autoridades y padres de familia del Cantón Sozoranga.

- Asesor orientador Dr. Luis Montesinos Guarnizo
- Investigador del proyecto Sr. Nelo Vásquez C
- Niños del Cantón Sozoranga.

**RECURSOS MATERIALES:**

- Conos
- Aros
- Red de futbol
- Portería de futbol
- Cancha de futbol
- Balones de futbol
- Materiales bibliográficos.
- Textos.
- Libros.
- Internet.
- Materiales audiovisuales.
- Cámara.
- Celular.
- Materiales de oficina.
- Hojas de papel boom.
- Computadora.
- Clips.
- Grapadora.

- Perforadora.
- Impresiones.
- Flash memory.
- Copias del borrador.
- Perfiles.

## i. BIBLIOGRAFÍA


CONTRERAS, A. (2000) El departamento de Educación Física y Deportes. En VV.AA. *Bases para una nueva Educación Física.* Zaragoza. Cepid.

TAELMAN, R. (2001) *El entrenamiento del portero.* Lérida. Agonos.

GARCÍA ARROYO, M. (2004) *Puesta en marcha de un equipo de fútbol.* Salamanca.

SANCHEZ BAÑUELOS, F. (1984) *Didáctica de la Educación Física y el deporte*. Gymnos. Madrid.

BENÍTEZ JIMÉNEZ S.(2009) Metodología y niveles de enseñanza en la iniciación deportiva al fútbol. http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 13 - Nº 129- Febrero de 2009

ANTONELLI, F.; SALVINI, A. (1978). *Psicología del deporte*. Miñón. Valladolid.

BOIXADOS, M. ET AL (2000). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 7, nº 52, pp. 295-310.

CHIVITE, M. (2007). El entrenador-profesor. En BONÉ, A. (Coord). *Manual del técnico deportivo. Primer Nivel*. Cepid. Zaragoza.

COHEN, R. (2000). Principios fundamentales para una escuela integral de fútbol base. *Training fútbol*, nº 25, pp. 30-41.

CRESPO, M.; BALAGUER, I. (1994). Las relaciones entre el deportista y el entrenador. En BALAGUER, I. (Dir). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Albatros Educación. Valencia.

CRUZ, J. (1995). Factores motivacionales en el deporte infantil y asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. En CRUZ, J. (Ed). *Psicología del deporte*. Síntesis Psicología. Madrid.

CRUZ, J. ET AL (2006). ¿Existe un deporte escolar? Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del Deporte*, nº 9 y 10, pp. 111-132.

DAVIES, D. (2002). *Factores psicológicos en el deporte competitivo*. Ancora. Barcelona.

DELGADO NOGUERA, M.A. (2000). Evolución del currículum de la E.F. en los años 1984-1993. En AA.VV. *Unisport: el deporte hacia el siglo XXI*. I.A.D. Málaga.

DI LORENZO, R.; SAIBENE, G. (1996). *Teaching Basketball*. F.I.B.A.

DÍAZ GARCIA, J. (1992). La dirección de equipo. En AA.VV. *Voleibol*. Comité Olímpico Español. Madrid.

DÍAZ GARCIA, J. (2002). *Voleibol. Un programa de escuelas deportivas*. Servicio de Deportes de la Diputación de Cádiz.

DRAUCHKE, K. ET AL (1994). *El entrenador de voleibol*. Paidotribo. Barcelona.

GARCÍA MÁS, A. (2004). Análisis psicológico del equipo deportivo. Las bases del entrenamiento psicológico. En CRUZ, J. (Ed). *Psicología del deporte*. Síntesis Psicología. Madrid.

GIMÉNEZ, F.J. (2000b). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Wanceulen. Sevilla.

GOMÁ, A. (1996). *Manual del entrenador de fútbol moderno*. Paidotribo. Barcelona.

GONZALVES, C. (1996). Valores en el deporte infantil y juvenil: los puntos de vista de los educadores. *AIESEP. Boletín informativo*, nº 52, pp. 6-7.

GUILLÉN, F.; MIRALLES, J.A. (2000). Análisis de las características de eficacia de los entrenadores de voleibol de división de honor. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, tomo VIII, nº 4, pp. 9-12.

GUIMARAES, J. (2006). Crianças e formaçao desportiva. *Treino Deportivo*. Ano 1, 3ª serie, outubro, pp. 3-10. Portugal.

IBÁÑEZ GODOY, S. (1997). Los modelos de entrenador deportivo basados en el rol predominante. *Revista Española de E.F.,* vol. 4, nº 4, pp. 35-42.

IBÁÑEZ GODOY, S. (1997b). Variables que afectan al establecimiento de los modelos de entrenador de baloncesto. *Habilidad Motriz,* nº 10, pp. 30-37.

KNOP, P. ET AL (1998). *Clubes deportivos para niños y jóvenes*. I.A.D. Málaga.

KRAUSE, J. (1994) (Ed). *Coaching basketball*. Masters Press. Indianápolis. USA.

LÓPEZ CUADRA, G. (1968). *Manual del entrenador y jugador de los deportes de equipo*. Hispano Europea. Barcelona.

LORENZO, J. (1997). *Psicología del deporte*. Biblioteca Nueva. Madrid.

MARTENS, R. ET AL (1989). *El entrenador*. Hispano Europea. Barcelona.

MARTÍN, A.M.; ARRÁEZ, J.M.; AMBEL, L. (1993). *La dirección de equipo a nivel escolar*. Diputación Provincial de Granada.

MONTIEL, A. (1997). Treinador: técnico e formador. *Treino Desportivo*, Julho 97, p. 11.

MORENO CONTRERAS, M.I. (1997). La formación básica del entrenador deportivo en la edad escolar. En DELGADO NOGUERA, M.A. (Coord). *Formación y actualización del profesorado de E.F. y del entrenador deportivo*. Wanceulen. Sevilla.

MURCIA, N. (1993). Hacia una escuela de formación deportiva con enfoque humanista. *Kinesis, revista de Deporte y E.F.*, nº 10, pp. 17-20.

PRATA, C. (1998). Treinador de jovens. Ideas, formaçao, problemas. *Treino Deportivo*. Ano 1, 3ª serie, outubro, pp. 15-20. Portugal.

R.D. 1913/1997 de 19 diciembre sobre Técnicos Deportivos. B.O.E. Nº 20, de 23 de enero de 1998.

RODRIGUES, J. (1997). *Os treinadores de sucesso*. Facultade Motricidade Humana. Universidade Técnica de Lisboa.

RODRÍGUEZ LÓPEZ, J.Mª. (1997). *Bases y estrategias de formación permanente del profesorado*. Hergué. Huelva.

RUIZ PÉREZ, L.M.; MARTÍNEZ, C. (1992). El entrenador de fútbol como profesor: consideraciones en torno a la eficiencia en la enseñanza del deporte con los jóvenes. En AA.VV. *Ciencia y técnica del fútbol*. Real Federación Española de Fútbol. Madrid.

SÁNCHEZ BAÑUELOS, F. (1996). Organización y gestión de recursos humanos en el deporte. “Apuntes del Master Universitario en Psicología del Deporte”. C.O.E. y Universidad Autónoma de Madrid.

SALAS, O. (1992). *50 años de experiencia como director técnico en el basquetbol chileno*. Italiana Ltda. Santiago de Chile.

SAURA, J. (1996). *El entrenador en el deporte escolar*. Fundació Pública Institut d´Estudis Ilerdencs. Lérida.

SORIA, M.A.; CAÑELLAS, A. (1991). *La animación deportiva*. INDE. Barcelona.

STOCKER, G. ET AL (1983). *Basquetebol sua prática na escola e no lazer*. Ao livro técnico S.A. Rio de Janeiro.

**Anexo 1.**

**Encuesta a los deportistas sobre la técnica de conducción y tiro a portería de los niños sujeto a la investigación.**

**Pregunta N0 1.**

¿Cuantas veces a la semana el profesor aplica ejercicios combinados de tiro a portería y conducción del balón en clases**?**

| **Indicadores** | **f** | **%** |
|---|---|---|
| Dos veces | 16 | 64 |
| Tres veces | 4 | 16 |
| Cuatro veces | 5 | 20 |
| Total | | |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Pregunta N0 2.**

¿Usted, domina los fundamentos técnicos combinados de tiro y conducción aprendidos en clases?

| **Indicadores** | **f** | **%** |
|---|---|---|
| No | 21 | 84 |
| Si | 4 | 16 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Pregunta N0 3.**

**¿Usted, realiza con buena técnica los ejercicios de tiro a portería que aplica el profesor en clases?**

| **Indicadores** | **f** | **%** |
|---|---|---|
| No | 14 | 56 |
| Si | 11 | 44 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Pregunta N0 4.**

¿Los ejercicios de conducción que aplica el profesor en carrera plana son de buen dominio de usted?

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 16 | 64 |
| Si | 9 | 36 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

**Pregunta N0 5.**

¿Usted cree que el profesor te enseña las técnicas del futbol del tiro a portería y conducción del balón correctamente?

| Indicadores | f | % |
|---|---|---|
| No | 12 | 48 |
| Si | 13 | 52 |
| Total | 25 | 100 |

**Fuente:** Los niños de 10 a 12 del Cantón Sozoranga de la Provincia de Loja
**Elaborado:** Nelo Agusto Vásquez Castillo

## INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA……..…i

CERTIFICACIÓN……..…ii

AUTORÍA…….....iii

CARTA DE AUTORIZACIÓN……..……. iv

AGRADECIMIENTO...……..…..v

DEDICATORIA……..……..vi

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO…… vii

MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS……..…….viii

ESQUEMA DE TESIS……..……..ix

a. TÍTULO……..…..1
b. RESUMEN (CASTELLANO E INGLÉS ) SUMMARY……..……2
c. INTRODUCCIÓN……..……4
d. REVISIÓN DE LITERATURA……..……7
   El Futbol.…….……7
   Las técnicas del Fútbol……...……..9
   Proceso de formación ……..…..10
   Concepto de proceso de formación …….……...16
   Fases en el proceso de formación…….……...18
   La técnica de un buen dribling en el fútbol……...……...49
   Regate en velocidad……21

e. MATERIALES Y MÉTODOS……..……32
f. RESULTADOS…….…….……...37
g. DISCUSIÓN……..…….……...……54
h. CONCLUSIONES……..……..59

i. RECOMENDACIONES……..…….60
PROPUESTA ALTERNATIVA…….……..61
j. BIBLIOGRAFÍA……..……..88
k. ANEXOS……..…….98
a. TEMA ……...……..……100
b. PROBLEMÁTICA……..…101
c. JUSTIFICACIÓN……..……105
d. OBJETIVOS…..……...…107
e. MARCO TEÓRICO……..……110
f. METODOLOGÍA……...…153
g. CRONOGRAMA……..…….……158
h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO……159
i. BIBLIOGRAFÍA……...…..162
ÍNDICE…….…….…….……..167